

食品ロス削減講座

ちょっとの工夫で 食品ロスを削減しよう！

料理講座



食材の使い方・保存法などを楽しく学んで、食品ロスを減らしましょう♪
無駄を減らして、お財布にも人にも地球にもやさしい料理・・・♡

<食品ロスとは…>

まだ食べられるのに捨てられる食材のこと。なんと！日本では年間約600万トン！！
その半分近くが家庭からです。

一人あたり、1日お茶碗一杯分の食べ物が捨てられているなんて…もったいないですね。
私たちに何かできることはないでしょうか。

また、地域でとれた食材を使うと、運搬用のガソリンもかからず、新鮮で体にも優しく
おいしいですよ。



【予定】

回	日時	内容
1	10月31日(金) 10:00～13:00	秋の旬の食材を丸ごと使って ハロウィーン風に 
2	11月28日(金) 10:00～13:00	寒い季節に向かって体を温める料理を作ろう！ 家に眠っているもの持ち寄ってサルベージ・パーティ



◆講師:畠瀬 登美子 さん(料理研究家)

◆定員:12人(先着順)

◆材料代:各回 1,000円程度 ※当日集金・精算いたします。

※キャンセルは4日前までに必ずご連絡ください。以後欠席の方、連絡のない
欠席の方は、お支払いいただきます。

◆持ち物:エプロン・三角巾・ふきん・マスク

あれば、持参できる食材等を事前に連絡していただければありがたいです。

◆申込み:窓口へ直接、または電話で。



お問い合わせ

岡山市立 足守公民館

住所:岡山市北区足守718 ☎・Fax(086)295-1942

*休館日:水曜日・祝日・年末年始

*開館時間:9:30～21:00 ※日曜日は17:00閉館

