

地球温暖化防止活動推進センター通信

推進員密着レポート エシカル学習会「大豆でフルコース」

2月2日(日)長野市のふれあい福祉センターで、エシカル学習会「大豆でフルコース」に参加、講師を務めた県推進員・渡辺ヒデ子さん(NPO法人みどりの市民)に密着しました。

まず「エシカル」とはなにか、クイズを交えたレクチャーを受けた後、調理室に移動。エプロンに三角巾をつけた約20名の参加者が4班に分かれ、同法人メンバーが育てた大豆を使っていよいよ調理実習。

担当したメニューは「豆腐の酢豚風」。凍らせた豆腐を解凍して一口大に切り、水気を手で絞ったら下味をつけ、多めの油できつね色になるまで焼いて、野菜と一緒に炒めました。

メンバーの方々が予め用意してくださった品々もあわせ、大豆づくしのフルコースを、隣



エシカル消費とは…

エシカル=ethical(倫理的な)

- ① 環境
- ② 人や社会
フェアトレード(公正・公平)
- ③ 地域 地産地消・伝統工芸品
- ④ アニマルウェルフェア=動物福祉
- ⑤ 紛争のない鉱物資源 レアメタル等に配慮した消費

の和室で味わいました。酢豚風はスポンジ状の豆腐に味がしみ込んで美味しいと評判でした。

試食しながら、自己紹介兼情報交換。特に多かった感想は、「大豆でこんなにたくさんの料理ができるなんて！早速家で試したい」「大豆の自給率が7%*とは驚いた」。

*サラダ油等の原料となる油糧用を除く食品用に限ると自給率は24%

渡辺さんは、調理実習を通して「エシカル消費」に触れ、暮らしのなかでのちょっとした選択が地域を元気にし、持続可能な社会につながることを、楽しく学んでもらえたら、と話されていました。堅苦しく大仰に考えず、できることから少しずつライフスタイルを見直すいい機会になりました。(県センター 田中陽子)

本日のメニュー

- プルプル豆乳抹茶プリン
- 玉ネギドレッシングの豆サラダ
- まるでチーズ(豆腐のみそ漬)
- 黒豆おこわ
- フェアトレード認証コーヒー



豆腐を肉代わりに 酢豚風
ゴミ減量のため、ニンジン皮つき、ピーマンも種つきそのまま調理。玉ネギは皮をぬらさずにむいて持ち帰り、スープをとるそう！

コールスロー豆ゴマサラダ

かきたま汁
動物福祉に配慮して、ケージフリー*の平飼いの卵を使用。

*バタリーケージに詰め込まれるのではなくニワトリが自由に動き回れる状態

〈市センター〉推進員研修を開催しました

1月28日(火)、令和元年度第2回推進員研修を協会会議室で実施しました。研修内容としては、昨年11月に福井市内で開催された「中部ブロック合同推進員研修会」の報告、新しい実験機器の紹介、NHKドキュメンタリーBS1スペシャル「気候クライシス IPCC特別報告書からの警告」の視聴などを行いました。

合同研修の今回のテーマは「推進員と地域センターがコラボしてやれる事業を企画しませ



んか」で、基調講演、ワークショップの様子などを、参加した職員から報告しました。

新しい風力発電実験機器(でんまね写真)は、うちわでプロペラを回して発電させた電力量を画面に表示できるもので、具体的な数字として結果をお伝えできることから、わかりやすく、競い合いながら楽しむこともできる

と期待しています。(市センター事務局長 宮沢博)