

新宿区立新宿消費生活センター分館 特別講座

食品ロスを出さない 家庭料理テクニック

SDGsファミリー講座

“おうち時間”が増えるうだからこそ、
家族みんなで新しいことにチャレンジしよう!

2021年3月21日(日) 15:00~17:00

今年の分館特別講座は、近年話題の『SDGs』から「食品ロス」をテーマとしたセミナーを開催します。料理研究家の山岡真千子氏をお招きし、食品ロスの現状と、その食品ロスを出さないために家庭でできる「捨てるものを極力出さないで美味しい料理を作る」ためのさまざまなテクニックをレクチャーしていただきます。本講座はZOOMを活用したオンラインセミナーとなりますので、SDGsについての学びだけでなく、自宅にいながら実際に複数の料理と一緒に作りいただくことが可能です（※一部の料理はデモンストレーションを用いた作り方の紹介となります）。家にいる時間が増え、家族間で話す機会の多い今だからこそ、これをきっかけに親子で料理を作ってみたり、環境問題について家庭で語り合う時間を作ってみるのはいかがでしょうか。

- 配信日 2021年3月21日(日) 15:00～17:00
- 対象 SDGs・食品ロス対策に興味のある方、先着順(24組)
- 配信方式 ZOOMウェビナー(配信URLは参加者に個別送信)
- 参加費 無料
- 内容 家庭でできる料理講座(メイン・スープ・デザート等)を通して、食品ロスの現状やそのためにできることについて学びます。
- 応募方法 詳しくは裏面の応募要項・注意事項をご覧ください。
- 応募締切 2021年3月16日(火)

※講演時に配信に合わせてお料理をされるかどうかは参加者の任意となります。各視聴者の進捗状況に合わせて進行を調整することはできませんので予めご了承ください。

普通の食材を本格的料理にする料理研究家
講師 エムズレッスン代表 山岡 真千子氏

- ・一般社団法人全国料理学校協会 / 准教師
- ・一般社団法人和漢薬膳食医学会 / 薬膳マイスター
- ・NPO法人 / 食育インストラクター
- ・食品衛生責任者
- ・【新宿区親子料理コンクール】
748件中、最優秀賞受賞
- ・【楽天レシピコンクール】
1,611件中、優秀賞受賞など。



①ポークソテー ブルーベリーソース
②皮ごと3種の野菜でブーケ



③カボチャの皮ごとポタージュ



④手作りのいちごソース

※写真は盛り付け例です。紹介レシピの内容は予告なく変わる場合があります。 ※特定原材料7品目：乳、小麦使用(予定)

【主催】新宿区・新宿区立新宿消費生活センター分館 【協力】エムズレッスン

【問い合わせ】新宿区立新宿消費生活センター分館 ☎169-0075 高田馬場 1-32-10 TEL 03-3205-1008 FAX 03-3205-1007 HP <https://consu.shinjuku-center.jp/>

近年さまざまな場所で話題となる『SDGs(持続可能な開発目標)』。これは決して私たちの日常生活から遠い話題ではありません。例えば、日本国内で「まだ食べられるのに捨てられる食品(可食部の食料廃棄)」は年間で約612万トン。これは国民1人あたりがお米一合を毎日捨てるのと同ほ等しいほどの莫大な量となります。食料の大量廃棄については飲食店や食品加工場による廃棄の印象が強いですが、実際の内訳は事業系廃棄全体の合計が年間328万トンに対して、一般の家庭内廃棄が年間284万トン。つまり、全体の約45%は私たちの生活の中で捨てられている「食品ロス」が原因なのです。



配信講座を受講する上での注意事項

- ・本セミナーはZOOMウェビナーを活用したオンラインセミナーです。会場での直接受講はできません。
 - ・録画、録音、キャプチャのご利用はご遠慮いただきますようお願い致します。
 - ・ZOOM利用に関する技術的な質問(ZOOMの使い方等)についてはZOOMホームページ等でご確認下さい。
 - ・セミナーの開催にあたっては、サービスの安定運用に万全を尽くしておりますが、ご利用の環境やインターネットの回線速度、セキュリティの設定等によって、画質・音質の低下もしくは利用できない場合があります。
 - ・Webブラウザ(Google Chrome等)からご参加される場合、うまく視聴ができない可能性があります。お使いのPCにZOOMアプリをインストールしてのご参加を推奨しております。
- なお、ZOOMに非正規のアプリが出回っていることが確認されています。使用すると情報盗聴等のリスクがありえますので正規のアプリを信頼できるサイトから入手するようお気を付けください。
- ・直前にご都合が悪くなった場合やインターネットの不調などで上手くご参加いただけなかった場合も、動画で受講していただくことができます。
 - ・セミナー開催2日前までにレシピおよびセミナーに参加するために必要な情報をお送りします。事前にレシピをご確認いただくと、当日の作業への参加がスムーズです。作業に時間を要する等のご不安のある方のために、進めておいた方がいい作業や準備内容についても記載してあります。
 - ・レッスン開始時間までに食材や調味料、調理器具、レシピ、筆記用具をご用意いただき、ZOOMウェビナーにご参加ください。開始時間30分前から入室できます。映像や音声に問題がないかご確認ください。

申し込み方法

セミナーへの参加をご希望の方は、下記のいずれの方法からでもお申し込みいただけます。

FAX・メールでのお申し込みの場合は、お申込用紙内の必要事項をご記載のうえ送信してください。(後ほど受付確認のご連絡をさせていただきます)



【メールでのお申込み】

お申込み用紙にある必要事項をメール本文へ記載のうえ下記のメールアドレス宛にお送りください。

consu@shinjuku-center.jp



【FAXでのお申込み】

下記お申込み用紙に必要事項をご記載のうえ以下の番号までFAXをお送りください。

03-3205-1007



【WEBからのお申込み】

下記のURLより当センターHPをご覧いただき、告知ページ内の専用フォームよりお申込みください。

<https://consu.shinjuku-center.jp/>

お申込み用紙

新宿区立新宿消費生活センター分館 宛

FAX

03-3205-1007

※番号をお間違いにならないようご注意ください。



携帯電話、スマートフォンからはこちらのQRコードよりメール送信ができます。

| 新宿区立新宿消費生活センター分館 特別講座 SDGs ファミリー講座『食品ロスを出さない家庭料理テクニック』 | | | |
|---|--------|-------|--|
| (フリガナ) お名前 <small>※必須</small> | () | | |
| ご住所 | (〒 -) | | |
| 電 話 | | F A X | |
| E-Mail <small>※必須</small> | | | |
| 備 考 | | | |

ご記入いただいた個人情報は、厳正な管理のもと、当事業に関する連絡や運営管理のためにのみ使用します。