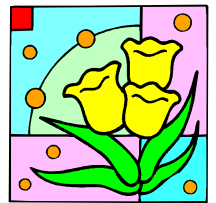


みたか環境ひろば 第43号

平成 25 年 4 月 1 日号



■旬の三鷹野菜を使った手作りランチ～あきゅらいず美養品・森の食堂～

あきゅらいず美養品・森の食堂では旬の三鷹野菜を中心にした手作りのランチを提供しています。

その背景にあるのは、旬のものをバランスよく食べることが一番大切という考え。とても当たり前ですが、ハウス栽培で一年中同じ野菜が食べられる今では意外と難しく、贅沢なことなのかもしれません。ご近所の農園から届く旬の野菜はなるべく農薬を使わずに育てるなど、安心でおいしい！と大好評です。それを調理するシェフは現役のお母さんスタッフ。旬の新鮮野菜をどうやっておいしく食べてもらうか？と献立も自分たちで考えています。旬を大事にするとうちでも同じ野菜の登場が増えますが、そこはお母さんの腕の見せ所！春が旬のキャベツも、お漬物にしたり、ポトフになったり…調理法で印象も変わるので飽きません。



★料理を作るお母さんシェフ達★

もともとは社員食堂でしたが、食堂ができてスタッフはますます元気いっぱい、この食事をもっとたくさんの人に食べてもらいたい！と2010年に一般開放して以来、地域の方々にもご利用いただき、食堂は毎日笑い声で溢れています。

毎週水曜には中医学(※)医師が監修する本格的な薬膳ランチも提供中です。お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。

※中医学・・・中国の伝統医学のこと

営業時間：月～土（日祝休） 11:30～14:00 <要予約>

電話番号：0422-30-9870

住所：三鷹市野崎3-21-18

ランチは日替わりの1種類のみ（850円）です。



★三鷹野菜と自社農園の玄米を使ったランチ★

■エコ・クッキング教室を開催して

にんじんは皮ごと食べられることにびっくりしました。

CO2の増加は、料理や片づけの時のちょっとした心がけで防げることが分かり、これから家でも取り組んでいきたいです。

福原 詩花（ふくはら うたか）北野小学校5年生

娘とエコを実践しながら、楽しく料理を学ぶことができました。

三鷹の旬の野菜を食べること、れんこんやにんじんの皮やかぶの葉も料理に使うこと、食器の汚れをふき取ってから洗うなど水を汚さないこともエコにつながると知りました。毎日の食事から、地球に優しい取り組みを親子で続けていこうと思いました。

福原みち子

市内の小学生とその保護者を対象として行っている「エコ・クッキング教室」。毎回募集人数以上の応募をいただく人気事業です。先生のお話にお子さんも保護者の方も大きくうなづく姿が見られ、いざ料理開始となると、お子さんも積極的に包丁を握り、親子で楽しく料理をすすめています。食材もなるべく三鷹市産や近郊のものを用意しています。おいしく、楽しく、そしてエコな料理をこれから先も日々実行していく機会となれば、何よりうれしいことです。

（三鷹市生活環境部環境政策課環境学習担当）

■いよいよ「クリーンプラザふじみ」が本稼働しました

三鷹市と調布市の燃やせるごみを処理する「クリーンプラザふじみ」が平成25年4月1日から本稼働しました。

クリーンプラザふじみは、三鷹市と調布市が共同で設置しているふじみ衛生組合が建設・運営する施設で、ごみ焼却時に発生する熱エネルギーを積極的に活用して発電を行うとともに、周辺施設へ供給することによって地球環境への負荷の低減を目指しています。

また、リサイクルセンター(不燃ごみ処理資源化施設)から発生する資源化処理後の残渣は、これまで埋め立てずに民間事業者によりサーマルリサイクルしていましたが、クリーンプラザふじみ稼働後は、この残渣を熱回収し、引き続き、埋め立てゼロによる日の出二ツ塚最終処分場の延命化に努めます。

ふじみ衛生組合は、地元協議会と環境保全に関する協定を締結し、国の基準より厳しい排ガスの自主規制値を設けるなど安全面・環境面で万全の配慮を行いながら運転管理を行っています。(三鷹市生活環境部ごみ対策課)



■水循環と節水

肥沃な武蔵野台地にそびえる大木は環境にやさしく暮らしに安らぎも与えてくれますが、時として、強風や害虫等の自然災害により枝が折れたり、倒れてきたりする危険性もはらんでいます。高齢化や担い手不足のせい、市内でも手入れの遅れている樹木をよく見かけます。落ち葉が住宅の雨どいや道路の浸透ますにたまり、水はけが悪くなって水があふれているケースも見かけます。対策としては、住宅と高木の住み分けのための規制の見直しと老朽化した樹木の手入れ、こまめな剪定と落ち葉の回収等があげられますが、各住宅の雨どいの効率的な対処法として、丸めて差し込むだけの枯れ葉よけポリネットの取り付けがあります。水漏れの害だけでなく鳥の巣や雪害によるといわれる破損からも守ってくれますし、といの掃除の危険や費用もかからず経済的です。現在市が助成をしている家庭用小型貯留槽の設置と併用するとかなりの節水効果が期待できるのではないのでしょうか。(入江)



枯れ葉よけポリネット

■私の節水対策

太平洋側に住む私たちは一年を通じて雨が少なく、昔から水を大切にしてきました。親に水の大切さを教えられたように、私も子供達に教えました。

水道は出しっぱなしにして離れたりしない。台所のお米のとぎ汁や麺のゆで汁に含まれるでんぷん質には油分を吸着する働きがあるので、とぎ汁もゆで汁もすてずに洗いおけにとっておき、調理道具、食べ終わったお皿をつけおきます。軽い汚れなら洗剤もいりません。残り水は栄養があるのでバケツに入れ、庭木にかけます。

洗濯はまとめ洗いでお風呂の残り水を利用します。お風呂の中に水を入れた2リットルのペットボトルを3〜4本沈めて水量を増やしています。トイレのタンクには同じくペットボトルを1本入れて水量を減らしています。

庭には古い火鉢、かめを置き雨水をためて植木にかけています。

何と言いましても、雨水浸透枡を4個設置してもらってのメリットとして庭の乾燥度がちがってきています。(小林)

環境掲示板

「消臭くまさん」作り

主催：三鷹市
日時：4月18日(木曜日)
午後1時～3時30分
場所：三鷹市リサイクル市民工房
対象：特になし
定員：8人(申込多数の場合は抽選)
料金：無料
申込先：4月10日(水曜日)必着で、
往復はがきで申し込む
問合せ：ごみ対策課(内線2534)

エコミュージカル

主催：みたか環境活動推進会議、三鷹市
日時：6月29日(土曜日)
午後2時開演、午後4時終了予定
場所：三鷹市公会堂
対象：特になし
定員：650人
料金：無料
申込先：詳細は6月2日号広報みたか
ご確認ください
問合せ：環境政策課(内線2524)

環境展

主催：三鷹市
日時：6月3日(月曜日)
～6月7日(金曜日)
場所：三鷹市役所本庁舎1階ホール
対象：特になし
定員：特になし
料金：無料
申込先：ご自由にご覧いただけます
問合せ：環境政策課(内線2524)

編集後記

身近なところでの環境への配慮と取り組み、そして問題提起に長期的な観点で優先順位を付け実行していく、そんな輪が広がってより確かなものにつながっていくことを願う次の委員の方たちに託したいと思います。

次回は平成25年7月1日発行です

発行：みたか環境活動推進会議(愛称 みんなの環境)
連絡先：三鷹市環境政策課
電話 0422-45-1151 内線2523・2524
E-mail:kankyo@city.mitaka.tokyo.jp
本誌は、市役所、市政窓口、図書館、コミセンや市のHPから入手できます。