

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出道府県名	群馬県
取組団体・企業名	東京ガスネットワーク株式会社 群馬支社
取組の名称	「親子で楽しくエコ・クッキング」料理教室の開催
実施時期	7月9日（土）・23日（土）
取組内容	「エコ・クッキング」とは身近な食生活におけるエコ活動で、環境に配慮した買い物・調理・食事・片づけをすることです。当社では講義や調理実習を通じて「エコ・クッキング」を体験的に楽しく考える取り組みを行っています。 今回は「SDGsにつながるエコ・クッキングを体験しよう！」と題し、親子向けの料理教室を開催しました。 【対象】 高崎市内の小学生とその保護者 【参加者数】 子供8名・保護者8名（8組16名）／2日間 【実施内容】 講義・調理実習 <第一部> 講義 「エコ・クッキング」の概要やSDGsとの関連についてスライドを用いて紹介し、食材の旬を当てるクイズ等を交えながら楽しく学びました。 ・私たちの食生活（生産・輸送～買い物・調理・食事・片づけ）には資源やエネルギーが不可欠であり地球環境と深く関わっている ・エコ・クッキングを実践することはSDGsへの貢献に繋がる ・買い物では旬の食材を選ぶ、地産地消を心掛ける ・調理時に食材やエネルギーを無駄にしない、省エネな調理法を工夫する ・食事は食べきれぬ分を作る、盛り付ける ・様々な感覚を使って作る、食べる（料理や食への意識増大がエネルギーや食材のムダを省くことに繋がる） ・片づけは水をなるべく汚さない工夫をする <第二部> 調理実習 講義で学んだエコな調理方法や片づけの工夫を体験的に学びました。 メニュー：ツナ入りペンネのナポリタン・フルーツ寒天ゼリー ・食材の捨てる部分を減らす切り方（可食部分を使いきる） ・加熱時のエネルギーの上手な使い方、省エネな調理法 ・生ごみは乾いた状態で捨てる（チラシを用いたごみ箱作り） ・節水や水を汚さないようにする片づけの工夫（古布を用いた汚れの拭き取り） （参加者の声・まとめ） 子供からは「SDGsのことがわかった」「エコ・クッキングはエコで美味しい」

【様式 2】

等、理解を得られるとともに、「(家で) 同じように作ってみたい。」「火の強さをどれくらいにすればいいかわかった。」「使った道具や食器を洗う前に、汚れをふき取することをぜひやっていこうと思った。」「生ごみを乾いた状態で捨てないと、(処分するのに) 余計にエネルギーが掛かることが分かったので、これから気をつけようと思った。」「(洗い物で使う) 水も減らすことを続けられそう。」等、体験を通じてエコな食生活を身近に感じてもらうことができました。今後も料理を通じて親子の楽しい時間が増えることを期待しています。

※「エコ・クッキング」は東京ガス㈱の登録商標です。