



ボランティア部門
《食生活改善推進員》

消費・安全局長賞

北九州市八幡西区食生活改善推進員協議会

(福岡県) 活動期間 9年

生ごみコンポスト講座とリデュースクッキング

食事から考える 地球にやさしい環境づくり

ごみ削減、再利用、再資源化の「3R」を実践し、地球にやさしい環境づくりを進めることを食事から考えるため、生ごみコンポストづくり講座の開催をはじめ、大根やかぼちゃなどの野菜を皮や葉、種まで残さず使い切るリデュースクッキングを開催するなど、エコと健康づくりを両立した活動を行っています。



リデュースクッキングの様子

生ごみコンポストで 「3R」の啓発活動

生ごみコンポストづくり講座の開催や、幼稚園児のコンポストづくり体験等実践を取り入れ、3R活動の理解、定着を図っています。

料理教室等で出た生ごみも堆肥に変え、ごみ削減の活動を推進しています。食材を無駄なく利用することで、ごみを出さないことも大切な取組です。



幼稚園児のコンポストづくり体験

「もったいない」を 健康づくりに活用

最もおいしく栄養価の高い旬の食材を使い切るレシピを考案、料理教室を実施し、使い切り・食べ切り・水切りの「3切り運動」の家庭での実践を促しています。

レシピは、一つの食材（トマト、大根、かぼちゃなど）をテーマにして考え、無駄なく使い切るポイントと併せて紹介しています。



食材まるごと使い切りメニュー



平成21年、北九州市の「環境モデル都市」選定を機に、私たちだからこそ出来るこれらの活動を、今日まで草の根的に行ってまいりました。この度の受賞を励みに、これからも楽しく活動を続けてまいります。

北九州市八幡西区食生活改善推進員協議会
会長 安永 美智子