

バイオディーゼル燃料って何！？ 阿蘇中学校で環境教育講演会



バイオディーゼルを学び、環境保護に取り組む意欲を高めようと、フォトジャーナリストの山田周生氏による講演会が12月6日、阿蘇中学校で行われました。県環境生活部とNPO法人九州バイオマスフォーラムが協力したものです。

山田氏は環境にやさしいバイオディーゼル燃料に着目し、廃食油から燃料に変える精製機を車に搭載し、回収した廃食油だけを使って地球一周を成し遂げるなど、活動を通して現地の人たちとの交流を深め、環境に関する情報交換や新エネルギー事情などの情報を発信しています。

講演会ではバイオディーゼルカーが紹介され、生徒たちは自宅から持ってきた廃食油を入れるなどして、環境活動を身近に感じながら学習しました。



* 地産地消クッキング *

～食生活改善推進員協議会～



【簡単かぶの煮物】

材 料 (4人分)

- ・カブ 600g
- ・油揚げ 60g
- ・だし汁 150cc

調味料

- ・濃口しょうゆ 大さじ2弱
- ・砂糖 小さじ2
- ・酒 小さじ2
- ・みりん 小さじ2
- ・塩 小さじ1/5

* 作り方 *

- ① カブはくし形切りにする。油揚げは1cm幅に切る。
- ② 鍋に①とだし汁と調味料を入れ、落とし蓋をしてやわらかくなるまで煮る。

※ 食改の知恵袋: 葉付きのカブが手に入ったら、葉は炒め物や和え物に使えます。

<栄養士より一言>

カブは火がとおりやすく味もしみやすいので、少ない調味料でしっかり味がつきます。加える調味料をいつもより少なくすれば体に入ってくる塩分も少なく出来ます。また、カブは春の七草の一つ(スズナ)です。七草には疲れた胃を休める意味があり、カブには消化を助ける酵素が含まれていますので、年末年始の食べすぎによる胃もたれ等に効果があるかもしれません。

簡単かぶの煮物と かぶの葉の炒め煮



エネルギー: 110kcal たんぱく質: 4.6g
脂 質: 5.2g カルシウム: 83mg
塩 分: 1.5g

まじの
元気印



ようすけ
松木 洋祐さん (29) 坊中
森永フードサービス阿蘇店
(阿蘇青少年交流の家食堂棟「輝来来」) 勤務

〔血液型〕 B型 〔趣味〕 旅行、料理、読書
〔特技〕 フルマラソン(2時間台)
〔阿蘇の好きなおところ〕 自然が豊富なおところ。(特にランニングには最適！)
〔阿蘇市への要望〕 夜でも安心して走れる運動公園を整備してほしい。
〔好きな女性のタイプ〕
自分より何でもできて尊敬できる人
〔好きな言葉〕
夢はきっとかなう！(高橋尚子さんの言葉)

さわやか
フレッシュマン



Q. 仕事の内容
調理師

Q. 仕事で、日頃から心がけていること
調理をしながら、どうやったらもっとおいしくなるか、こっそり実験しています。

市の人口 28,875人 (男 13,615人 女 15,260人) 世帯数 11,068戸 H22.12.1現在

広報あそ1月号 発行/阿蘇市役所 熊本県阿蘇市一の宮町宮地504番地1 TEL0967-22-3111 FAX0967-22-4577
編集/情報課広報情報係 TEL0967-22-3253 印刷/㈱つるばやし印刷