

各回・参加費無料

# 1月8日(土) 生涯学習センターにて

10:00~12:00 第4回 クールチョイスアンバサダー講習会  『食ロスをなくそう』

親子でつくる、エコクッキング教室 \*募集定員10組20人

## 『もったいないエコクッキング』

食品ロス削減アドバイザー／冷蔵庫収納家／食育インストラクター 福田かずみ先生

松田町の旬の食材を使って、無駄の出ない料理をすることにチャレンジしよう。  
料理人は子供達。親御さんは助手として見守ってください。

子供単独でも安心して参加できます。作った後はみんなで食べましょう!



講師

福田かずみ先生



全国料理学校協会の認定講師から、服部栄養専門学校にて食育を学びインストラクターに。その後、ストレスフリーの冷蔵庫整理収納術を構築し料理家から冷蔵庫収納家に転身する。昨今、大きな社会問題となっている“食品ロス”。家庭の冷蔵庫から食料廃棄をなくす啓発に積極的に取り組む。理論的でありながらも、常に暮らしに寄り添う優しい言葉での語り口の講演は、人気を博す。また、すぐに実践しやすい冷蔵庫収納のメソッドが評価を得ている。

13:00~13:30 第5回 クールチョイスアンバサダー講習会  『生ゴミを減らそう』

## 『段ボールコンポストの作り方講座』

家庭でできる生ゴミ処理。

生ごみを捨てないエコな暮らしをはじめませんか?

段ボールで作ったコンポストをベランダに置き、日々の生ごみを投入して混ぜるだけ。

簡単に始められ、約3か月から半年で栄養たっぷりの堆肥ができ上がります。自分でつくった堆肥は、花や野菜づくりに利用できます。

当日は経験豊富な講師が丁寧に解説します。  
希望者にはすぐ作れるキットを差し上げます。

