令和８年
11月号
Vol.91
（隔月1回発行）

エコライフプラザ通信

編集・発行　葛飾区リサイクル清掃課　TEL　03-5654-8273

葛飾区は持続可能な開発目標（ＳＤＧｓ）を支援しています。

食べきり・使いきりメニューコンテスト入賞者が決まりました！

家庭から発生する食品ロス（＝食べられるのに廃棄されている食品）を削減するため、食材を無駄なく使いきる料理レシピを募集した結果、次の方々が入賞しました。
入賞作品のレシピは、区ホームページからご覧いただくことができます。
（審査：東京聖栄大学）

食べきり・使いきり
メニューコンテスト HP ▶

最優秀賞



チー漬けサンド
クックネーム：堀内　梨令

【食べきり・使いきりポイント】
お母さんに冷蔵庫で少しずつ余っていた食材を出してもらって、考えたレシピです。お兄ちゃんのお弁当用で残ったしば漬けと少しだけ残っていたピザのチーズと賞味期限のギリギリだったハムを使いました。
漬物とチーズの相性は、キムチとチーズが美味しいので、おいしくなると思いました。包丁もほぼ使わずにでき、しば漬け以外の漬物（たくあんや高菜）でもおいしくできました。



優秀賞



だいこんがりんごに！変身パイ
クックネーム
認定こども園すなはら
森谷 奈帆

【食べきり・使いきりポイント】
１本買いすると、なかなか使いきれない・料理がマンネリ化しがちな大根をスイーツにしました。大根の持つ水分や甘みを活かし、じっくり煮込むことで、まるでアップルフィリングのような、しっとりとした甘酸っぱい味わいへと変化します。すりおろしたものだけではなく、角切りにした大根をいれることでりんごに似た食感も生まれました。余りがちな餃子の皮をパイ生地に変身させたところもポイントです。



大根のつま焼き
クックネーム：田代　祐希

【食べきり・使いきりポイント】
僕はお刺身が大好きです。
でも、ツマがいつも残ってもったいないので作りました。
お刺身とちがい、作った次の日も食べられます。



葛飾区ごみ減量・
3R 推進キャラクター
リー(Ree)ちゃん

りーちゃん賞



鶏肉のパイナップル焼き
クックネーム：あおぞら水元保育園

【食べきり・使いきりポイント】
給食のパイナップルの芯を捨ててしまうのを見て、再利用できないか考えた。



即席味噌汁で豆乳チーズリゾット
クックネーム：こども園そあ　秋本　花奈

【食べきり・使いきりポイント】
・使い切れずに残りがちな即席味噌汁、豆乳、粉チーズと冷凍して眠っているご飯を使用。即席味噌汁は種類も多く、組み合わせ次第で楽しめます。
・フライパン１つで作れるので洗い物も少なく、簡単に出来るレシピです。

エコライフプラザ 11月～12月の予定

★ 社会情勢等により、施設の利用時間の変更や休業、講座が中止・延期となる場合があります。

かつしか３Ｒサポータの会企画「エコ工作体験」

空きビンをリメイクして
小宇宙の置物を作ろう！

日時・会場
11月18日（水）
午後３時～午後５時
エコライフプラザ２階研修室

申込み
事前申込み不要
※当日直接会場へお越しください。
材料がなくなり次第終了します。

対象
区内在住の小学生

費用
無料

12月５日（土）
冬の子ども向け講座を開催します

～内容は以下の４つです～

■リサイクル食器でクリスマスベル作り
■端材で作るモザイクタイル「コースター作り」
■おがくず粘土工作「オーナメント作り」
■牛乳パックで作るカライドサイクル
（中心から外側へくるくると回転させる（裏返す）と、次々と新しい面や模様が現れます。）

詳しくはこちら▲

対象 区内在住の小学生（３年生までは保護者同伴）

申込み 電子申請（申込多数時は抽選）

持ち物 汚れてもよいエコバック（作品持ち帰り用）

費用 無料

日	月	火	水	木	金	土
10月 25	26	27	28	29 家具・日用不用品 喫茶休業	30	31
11月 1	2	3 文化の日	4 ★さき織り講座	5 ★さき織り講座 家具・日用不用品 喫茶休業	6	7
8	9	10	11	12 家具・日用不用品 喫茶休業	13	14
15	16	17	18 ★エコ工作体験	19 家具・日用不用品 喫茶休業	20	21
22	23 勤労感謝の日	24	25	26 休館日	27	28
29	30	12月 1	2	3 家具・日用不用品 喫茶休業	4	5 冬の子ども向け講座（申込期限 11月16日）
6	7	8	9	10 家具・日用不用品 喫茶休業	11	12
13	14	15	16	17 家具・日用不用品 喫茶休業	18	19
20	21	22	23	24 休館日	25	26
27	28	29 家具午後５時まで 日用不用品 喫茶休業	30 家具午後５時まで 日用不用品 喫茶休業	31 休館日	1月 1 元日 休館日	2 休館日

★この他にも講座を開催する予定です。詳しくは広報かつしか、または区ホームページでご確認ください。

広報かつしかのホームページ　葛飾区　広報かつしか　検索

年末年始の営業日について	年末年始のお休み	R8.12月 25日（金）	26日（土）	27日（日）	28日（月）	29日（火）	30日（水）	31日（木）	R9.1月 1日（金）	2日（土）	3日（日）	4日（月）	5日（火）
	エコトレーニングルーム（展示学習コーナー）							休	休	休	休		
	リユース家具展示・販売コーナー							休	休	休	休		
	日用品不用品販売コーナー（ゆず屋）					休	休	休	休	休	休		
	喫茶コーナー（タッセル）					休	休	休	休	休	休		

かつしかエコライフプラザ
〒124-0012　葛飾区立石1-9-1（立石図書館併設）
ＴＥＬ：03-3696-8225

この印刷物は、読み終わりましたら、印刷用の紙にリサイクルできます。