

Liga

×



酒田南高等学校

×



酒田市

開催報告

# サルベージクッキング

2022.5.14 Sat

10:00-13:00

酒田南高等学校

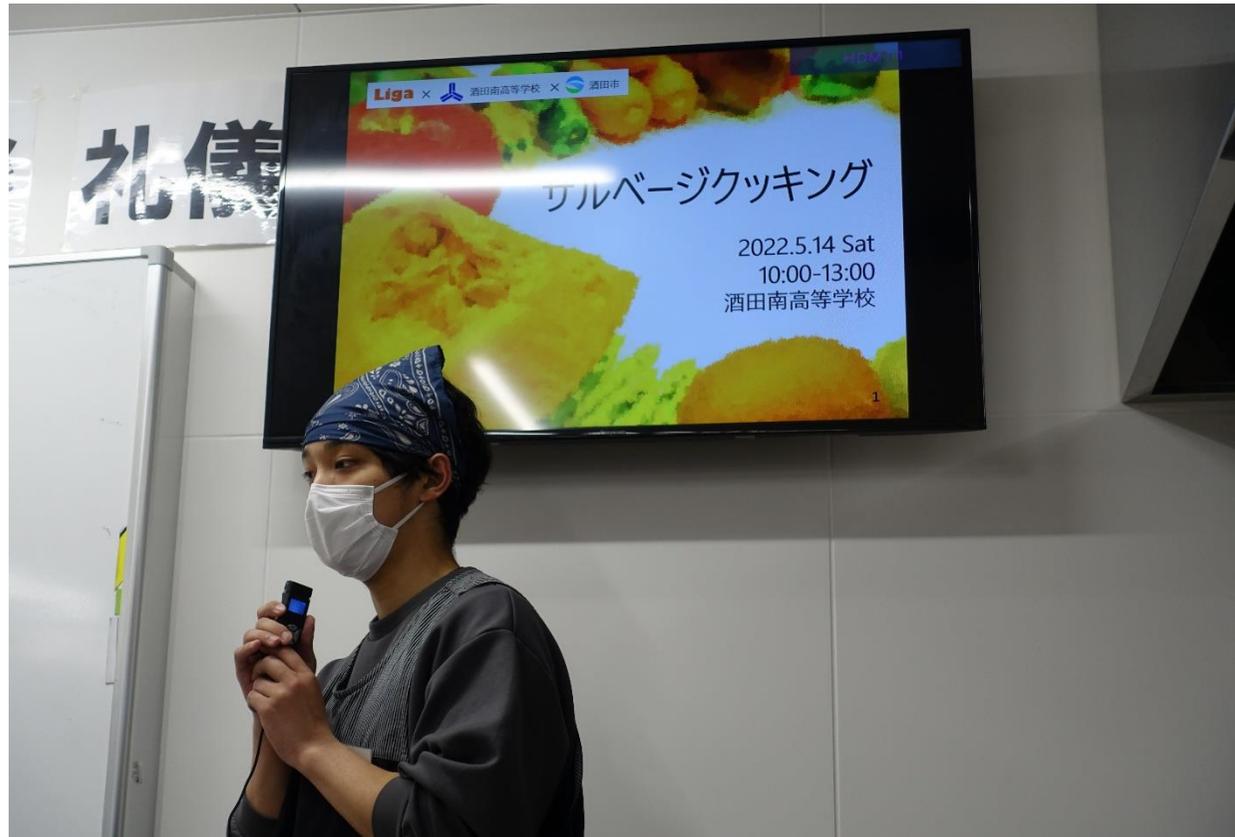
# 開会



## ○10代から60代まで30人が参加

小学生、中学生、高校生、大学生、会社員、まちづくり団体、公務員、主婦など、多様な背景をお持ちの方々が参加しました。

# Liga代表あいさつ



○楽しく学びましょう。

東北公益文科大学Liga食品ロス削減チーム 代表 阿部武宣  
出身地：山形県尾花沢市 公益学部観光・まちづくりコース3年生

# 自己紹介



## ○ひとり1分くらいでグループのメンバーに自己紹介

くじ引きで高校生、大学生、一般参加者の3人1組に分かれました。  
参加者出身地 | 市内：14人 市外：16人（内県外3人）

# 食品ロス講座



○食品ロス削減は自分の身近なところから出来る  
食品ロスの現状や課題をクイズを交えながら、楽しく解説してくれました。

# 食品ロス講座

## クイズ

Q1. 現在、日本では1年間でどれくらいの食品ロスが出ているでしょうか。

- ①570万トン      ②610万トン      ③870万トン

Q2. 食品ロスは1日に一人当たりどれだけ出ているでしょうか。

- ①約560g      ②約124g      ③約97g

Q3. 食品ロスは大きく分けて何種類あるでしょうか。

- ①5種類      ②7種類      ③2種類

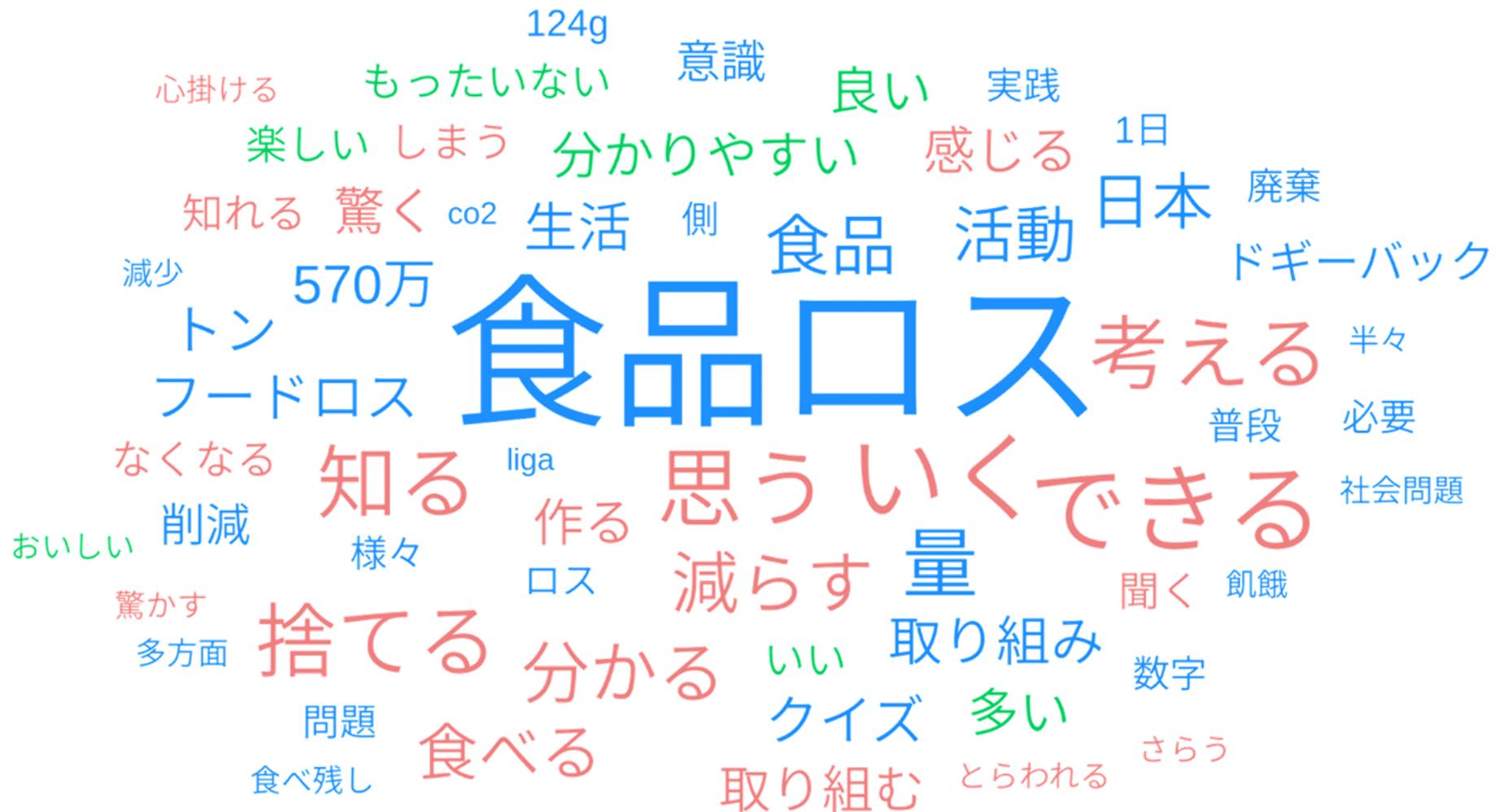
Q4. ドギーバックとは何でしょうか。

- ①残した食べ物を持ち帰る箱      ②エコバックの代わりとして使う箱  
③道に生えている食べられる物を入れる箱

Q5. おいしく食べられる時期のことをなんというでしょうか。

- ①賞味期限      ②消費期限

# 講座を聞いての感想



※単語の頻出度に応じた大きさを図示しています。

○日本では年間570万トンもの食品ロスが発生していることへの驚き、ドギーバックの取り組みを初めて知ったなどの感想がありました。

# 調理の様子



まずはレシピを確認



慣れない調理も優しく教えます



このくらいの大きさに切ってね



アスパラの下方はピーラーでむいて



初めてにぎるおにぎり



調味料投入



煮加減はどうか



鍋使い上手だよ



こちらではクレープの準備中



いよいよ最後の仕上げ



ちょっと味見しちゃおう



クリーム上手にできるかな

# 料理完成

余りがちな食材と旬の食材を組み合わせた料理



1.海老しらすピラフ、2.肉そば、3.スープパスタ、  
4.ちゃんぽん風うどん、5.焼きおにぎり茶漬け、  
6.天ぷらクレプ、7.ケーキサレ

# おいしくいただきました もちろん黙食で



# レシピ説明



○南高家庭科食育調理コースの生徒がレシピを説明  
調理のポイントや工夫した点など、家庭でも再現しやすいように考えてくれました。

# 振り返り



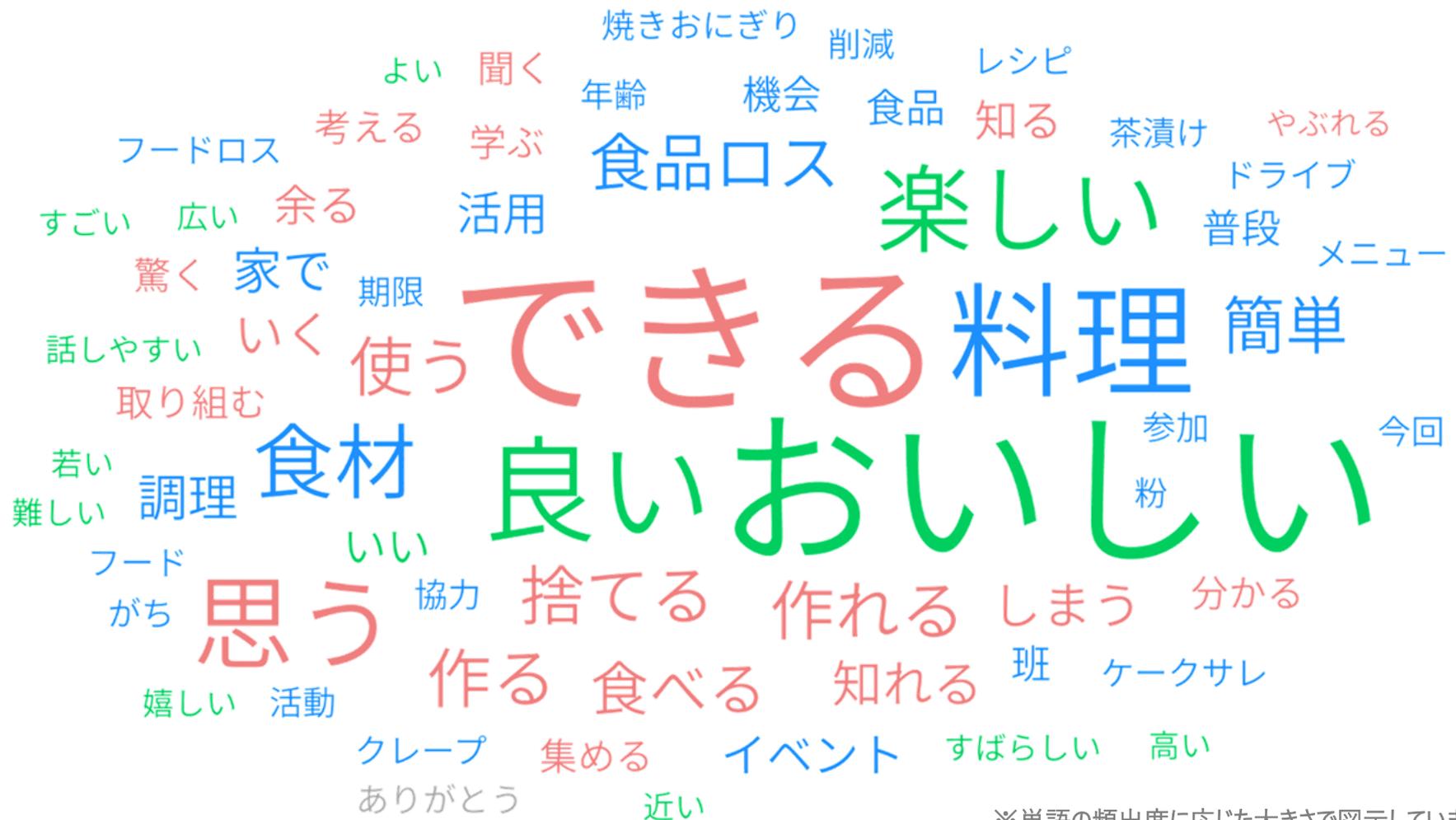
○イベント参加してみての感想と今日からできる一歩を  
グループで共有

# 全体共有



○他のグループの感想等をみんなで見回ります。

# イベントに参加してみた感想



○捨てられるかもしれなかったものを使っておいしくできた、幅広い年代との交流や料理が楽しかった、食品ロスがよく学べたなどの感想がありました。

# 今日からできる一歩 (食品ロス削減のため) ※一部抜粋

好き嫌いをせずに、  
本当に食べられる分の  
食品を買って無駄  
のないようにしてい  
きたいと思いまし  
た。

高校生

自分で買った食材を  
余すことなく最後ま  
で空になるまで使い  
切るようにしてい  
く。

高校生

食品ロスをなくすた  
めに自分でも工夫し  
て料理してみたい。

高校生

食材を冷蔵庫の中に  
放置しないで古いも  
のから料理に使っ  
てあげる。

高校生

ちゃんと消費期限の  
近いものから買いた  
い。

一般 (小学生)

冷蔵庫に余った物で  
料理する。

一般 (中学生)

料理を作りすぎな  
い。

一般 (主婦)

野菜などの捨ててし  
まう箇所をなるべく  
活用すること。

大学生 (Liga)

スーパーで値引き商  
品を見たら、それで  
できる料理を想像し  
てみます。

一般 (会社員)

まず冷蔵庫を整理整  
頓して無駄な食材を  
買わないよう、なる  
べくメモをとってダ  
ブらないようにした  
い。

一般 (公務員)

食材の食べられると  
ころはできるだけ食  
べるようにしたり、  
このようなイベント  
に積極的に参加す  
るようにしたい。

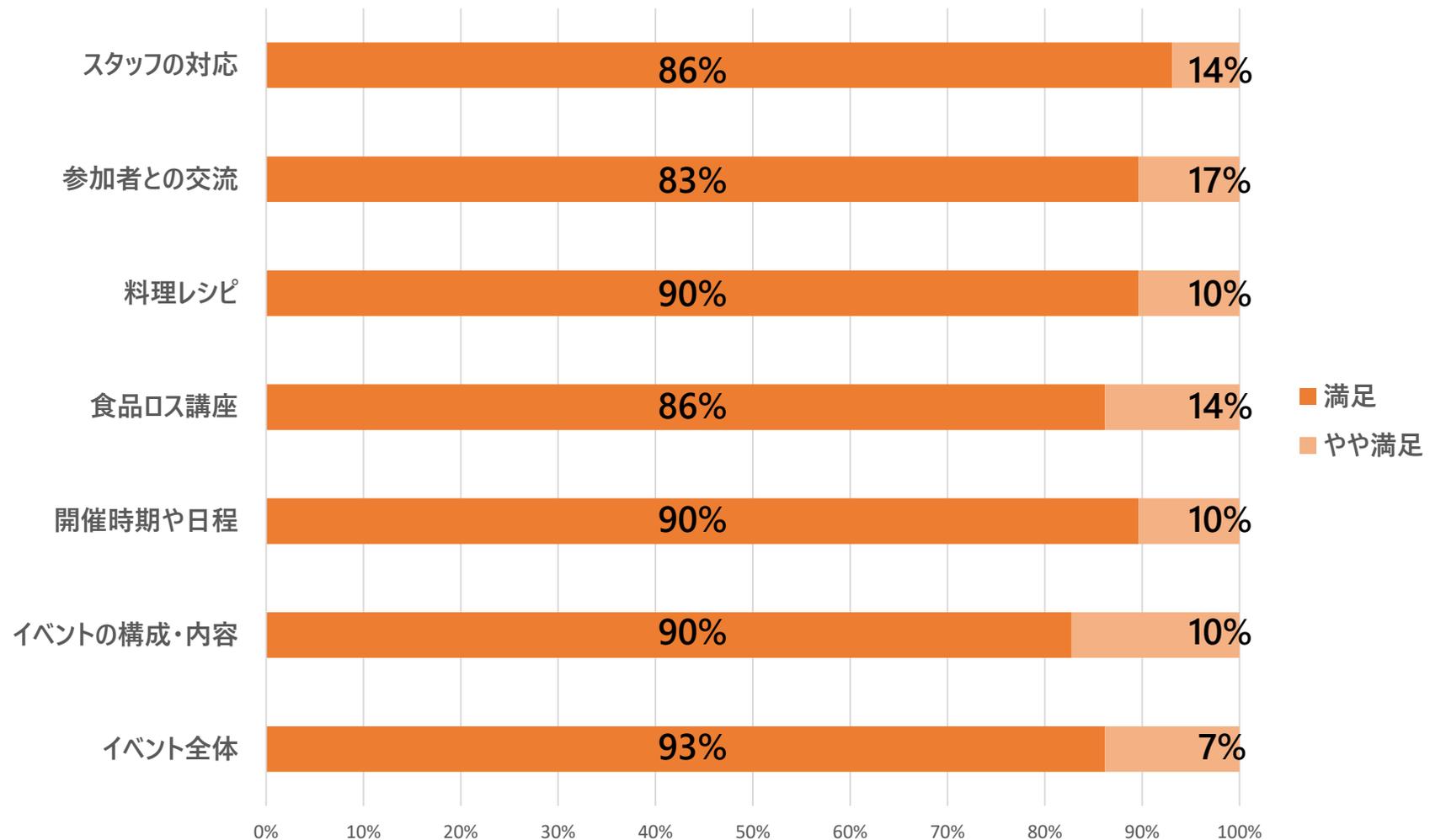
大学生 (Liga)

もし家で食材が余っ  
たら、工夫して料理  
を作って、食品ロス  
ゼロを目指したい。

一般 (小学生)

# アンケート結果

満足、やや満足、やや不満、不満の4段階評価



○全ての項目で満足度100%(満足 + やや満足)を達成