



見て聞いて体験して
自分にできるエコを見つけよう!

エコecoカーニバル 12/5 大阪市行政区委員会



09年度、組合員活動は「食」「平和」「環境」「くらし」の4つの柱にそって各地域で多彩なとりくみをしています。このコーナーでは、その様子を紹介していきます。

賑やかな、大阪南のなんばで環境について考える「Eco ecoカーニバル」が開かれ、約600人の組合員・市民が参加しました。当日は、環境を考えたくらしの展示コーナーと、専門家やNPOから色々な視点で環境についてのお話を聞くことができました。「地球環境を考える拠点」として動物園を運営する大阪市天王寺動物園園長・宮下実さんのお話の一部をご紹介します。

万葉の時代から日本人は桜の時期には熱狂します。桜の開花や鶯の初鳴き、燕の初見、セミの初鳴きなどは気温の上昇に非常に影響を受けています。「桜が早く咲くのは楽しくていいんじゃないか」一本当にそうでしょうか。桜が散った後にさくらんぼがなります。春の終わり頃、東南アジアからコムクドリがやってきて、さくらんぼの種や実を使って、雛を育てます。桜が早く咲いて

コムクドリが日本にやってきたとき、すでにさくらんぼが地に落ちていたら、コムクドリは雛を育てられませんが、生態系に影響することなのです。地球の温度は100年間で0.74℃上昇したのですが、「なんだそんなもんか」と思われる人も多いと思います。北極圏では2℃上昇したと言われています。秋の終わりから夏の初めまで張った氷の上を歩いて北極グマはアザラシを捕まえて食べていますが、今までより1カ月間氷が来ないと1つことは、その間、北極グマは食べるものがないと言ったことなんです。私は20年経てば北極グマがいなくなると断言できます。北極グマがいなくなっているんじゃないでしょうか。

※ 宮下さんのお話は、ホームページで詳しく掲載しています。
http://www.palcoop.or.jp/blog/chiiki_katsudou/2010/01/29info.htmlを是非ごらんください。

cooking

Pa・ぱっとクッキング 14

材料・2人分

- 豚ひき肉 …… 50g
- ニラ …… 1/2束
- 卵 …… 2個
- サラダ油 …… 適量
- ご飯 …… 丼鉢2杯
- 砂糖・しょうゆ・オイスターソース …… 各小2
- ④ 片栗粉 …… 小1
- 水 …… 大2

作り方

- ①ニラは根元を1cmほど切り落とし、3cmの長さに切る。
- ②フライパンに油を入れて熱し、豚ひき肉をほぐしながら炒め、④をよく混ぜて加え、ニラも入れて、手早く炒め合わせる。
- ③卵を直接②に割り入れ、箸で卵黄をつぶすように混ぜ、ふたをして、弱火で30秒加熱する。
- ④器にご飯を盛り、③のをせる。

ごはんがすすむ、お手軽丼!



一人当り
513K cal

ニラ玉丼

材料・2人分

- 加熱用カキ …… 6~8個
- ほうれん草 …… 1/2束
- トマト …… 1/2個
- 牛乳・水 …… 各200cc
- コンソメ …… 1個
- とろけるチーズ …… 2枚
- 粉チーズ …… 大2
- 塩 …… 適量
- ご飯 …… お茶碗2杯

作り方

- ①カキはさっと洗い、トマトはサイコロ状に切る。ほうれん草は茹でてざく切りにしておく。
- ②鍋に水とコンソメを入れ、煮立ったら牛乳とごはんを加える。
- ③②に①を入れ、とろけるチーズを加えて、チーズが溶けたら塩で調味する。
- ④盛り付けて、お好みで粉チーズをかける。

この時季のおすすめです!



一人当り
440K cal

カキ・ほうれん草のミルクリゾット