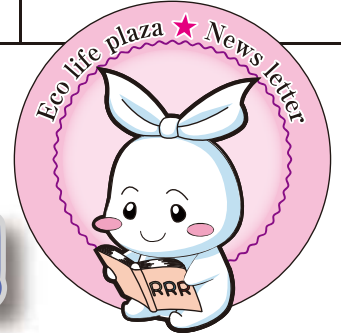


# エコライフプラザ通信

vol.33

〒124-0012  
葛飾区立石 1-9-1  
(立石図書館併設)  
TEL.03-3696-8225  
編集・発行  
葛飾区リサイクル清掃課



## 葛飾区総合アプリは、 ごみに関する便利な情報がいっぱい!

平成 29 年 1 月から、葛飾区の行政情報配信サービス「葛飾区総合アプリ」がスタートしました。防災や子育てなど様々なカテゴリがあり、「くらし」のカテゴリでは、ごみや資源について役立つ情報をお伝えしています!



### ①ごみ品目一覧

- ◆あいうえお順・ABC順にごみ種別の検索ができます。
- ◆名称がわからなかったり、いくつか呼び名があるものについても、検索すれば類似語として見つけることができます。

エアークャップ(通称プチプチ)  
類似語: エアクッション 気泡緩衝材

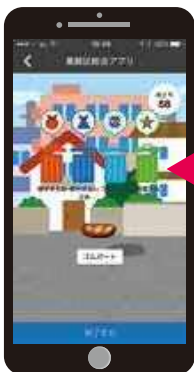


### ②資源とごみの収集カレンダー

- ◆設定した地区の集積所のカレンダーを、いつでも確認できます。
- ◆ごみ収集日一覧から、全地区のカレンダーも見ることができます。



ごみの分別が分からないなあ？  
次の燃やさないごみの日はいつ  
だけ？ そんな時に、すぐにア  
プリアで確認できるね♪



### ③ごみ分別ゲーム

- ◆ごみや資源の分別について楽しく学べるゲームです。

◀◀ ゲームをプレイしてポイントを貯めて  
【リー(Ree)ちゃんクーポン】と交換♪

お得なクーポン! ?くわしくは次のページへ



100P達成!

- Aベーカリー  
住所 営業時間 定休日  
クーポン内容
- Bカフェ  
住所 営業時間 定休日  
クーポン内容
- Cストア  
住所 営業時間 定休日  
クーポン内容



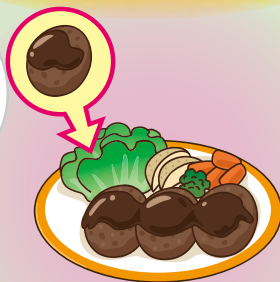
りーちゃんクーポン協力店一覧から、  
行きたいお店を選びクーポンと交換

選んだお店へ。  
「りーちゃんクーポン協力店」の  
ステッカーが目印

### 【りー(Ree)ちゃんクーポン】 の利用方法



またゲームに挑戦して、次はジュース1杯サービスのお店へ行こう!



サービスを受ける  
(例)ハンバーグを1個追加



お店の人へクーポン読み取り画面を  
提示し、QRコードを読み取る

#### ④粗大ごみ申込み

◆粗大ごみの申込みができます。



#### ⑥資源の回収情報

- ◆区施設などでの資源回収
- ◆古着の資源回収
- ◆小型家電の拠点回収
- ◆廃食用油の回収場所  
を確認することができます。



#### ⑤イベント

◆環境やごみ減量に関する楽しいイベントや  
講座を、月毎や週ごとのカレンダーで確認  
することができます。

くらしに役立つ情報が  
いっぱい!  
みんなぜひダウンロード  
してね♪



### ダウンロード方法



QRコードからアクセス



「ココシル」アプリを  
ダウンロード

iOS 端末は、  
app Store から



Android 端末は、  
Google Play から



ココシルセレクト画面から  
「葛飾区総合アプリ」を選択



# もったいない！食品ロスを減らそう！



## ～にんじんの皮を使った簡単レシピ～

平成29年度は、食材の無駄をなくし、ごみを減らすための提案を

東京聖栄大学・東京聖栄大学附属調理師専門学校にご協力いただき、毎回連載します。

今回は「にんじん」をテーマに、捨ててしまいがちな皮の部分を活用したレシピをご紹介します。

にんじんの主な廃棄は根元と皮ですが、皮を食べると15%程度の廃棄率を、5%程度まで減らすことができます。皮は食感の硬さや見た目の悪さから敬遠されがちですが、おいしく食べることができます。皮を使った代表的な料理としては「きんぴら」や「切り干し」がありますが、今回はそれとは違うレシピをご紹介します。皮だけでなく通常食べる部分を用いても作れるので試してみてください。

### ☆レシピ1 ～にんじんの千切り～

#### ○材料 (24cmのフライパン1枚分)

にんじんの皮	約100g	} ①
薄力粉	60g	
片栗粉	40g	
卵	1/2個	
水	約60～70ml	
塩	小さじ1/4	
胡麻油	小さじ1	
サラダ油	適量	

1. 合わせた粉①に溶いた卵と水と塩を混ぜ合わせ、適当な長さに切った皮を混ぜます。



2. サラダ油を敷いたフライパンで、弱火でじっくりと焼きます。焼き色がついたら返し、胡麻油を回し入れます。



3. 裏面にも焼き色がついたら取りだし、食べやすい大きさに切り分けます。酢醤油等で食べるとおいしいです。



### ☆レシピ2 ～にんじんのかきあげ～

#### ○材料 (直径5cm程度6個分)

にんじんの皮	55g
薄力粉	30g
水	50ml
塩	ひとつまみ

1. 皮を適当な長さにざく切りにし、塩をなじませた後、薄力粉と水を合わせたものに加えて混ぜます。



2. 大さじ等ですくい、170℃の揚げ油にやさしく入れます。途中返しなから2分程度揚げます。



3. 油をきって盛り付けたら出来上がりです。塩や天つゆ等につけてお召上がりください。



### ☆レシピ3 ～にんじんゼリー～

#### ○材料(4個分)

にんじんの皮	55g
水(ミキサー用)	160ml
ゼラチン	9g
水(ゼラチン戻し用)	40ml
砂糖	50g
オレンジジュース	100ml
レモン汁	5ml

1. 皮を下茹でします。  
※ゼラチンは、水40ml使って事前に戻しておきます。



2. 下茹でしたにんじんの皮を、水160mlと共にミキサーにかけてピューレ状にします。



3. できたピューレに砂糖を加えて沸かし、火を止めて水で戻したゼラチンを溶かします。



4. オレンジジュース・レモン汁を加え、氷などに当てて、室温程度まで冷まします。



5. 好みの型や器に入れて、冷蔵庫で冷やして固めたら出来上がりです。



お皿に盛り付けると、より綺麗です！



にんじんが苦手な人でも食べやすいゼリーです！





# エコライフプラザ 4～6月の予定

ぜひ、来てね



## 「さき織り布でミニバッグ作り」(2回講座)

さき織り機で織った布を使用し、  
ミシンでバッグを作成します。



日時：① 4月14日(金)13:00～16:00(1回目)  
5月9日(火)13:00～17:00(2回目)  
② 4月21日(金)13:00～16:00(1回目)  
5月10日(水)13:00～17:00(2回目)  
広報かつしか【3月25日号掲載】

## 「布ぞうり教室」

古布を使用した布ぞうりを作ります。

日時：4月20日(木)10:00～15:00  
広報かつしか【4月5日号掲載】



## 「着物からブラウス」(2回講座)

ご不用になった着物をほどいて、ブラウスに  
作り替えます。

日時：① 5月12日(金)13:00～16:00(1回目)  
② 5月19日(金)13:00～16:00(2回目)  
広報かつしか【4月15日号掲載】

## 「古ガサからバッグカバー」

ご不用になった傘を雨除けや汚れ防止に役立つ  
バッグカバーに作り替えます。

日時：6月9日(金)  
① 10:00～12:00  
② 13:00～15:00  
広報かつしか【5月25日号掲載】



★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



日	月	火	水	木	金	土
4/16	17	18	19 家具・日用不用品 喫茶休業	20 ★布ぞうり教室 10時～15時	21 ★さき織り布でミニ バッグ作り② 13時～16時	22
23	24	25	26	27 休館日	28	29
30	5/1	2	3 憲法記念日	4 みどり日	5 子どもの日	6
7	8	9 ★さき織り布でミニ バッグ作り① 13時～17時	10 ★さき織り布でミニ バッグ作り② 13時～17時	11 家具・日用不用品 喫茶休業	12 ★着物からブラウス 作り① 13時～16時	13
14	15	16	17	18 家具・日用不用品 喫茶休業	19 ★着物からブラウス 作り② 13時～16時	20
21	22	23	24	25 休館日	26	27
28	29	30	31	6/1 家具・日用不用品 喫茶休業	2	3
4	5	6	7	8 家具・日用不用品 喫茶休業	9 ★古ガサからバッグカバー作り ①10時～12時 ②13時～15時	10
11	12	13	14	15 家具・日用不用品 喫茶休業	16	17