

# Risa

めざせ! エコシティなごや

環境情報紙 Risa

2

毎月第1土曜日発行  
2016年2月号 Vol.201

中日新聞 世界の動き 身近な話題  
<http://www.chunichi.co.jp/>

特集

## 暮らしに 小さな“里山”を

たまりサはどこ?

リサっちの

### リサもんだい

これらの盆栽に  
使われているのは?  
A コケ B シバ C ノリ  
答えは、今月の特集を読んでみて!

今月の「リサもんだい」は全部で3問。Risaのホームページで  
答え合わせができるよ! ちなみに1月号の答えは「C、A、B」で  
した。コチラでも確認を → <http://risa-eco.jp/risamondai/>

ケータイ、  
スマホは  
こちらから



写真上 千種区の「雑貨  
と植物の店Kitowa」  
に並べられているミニ  
盆栽。おしゃれで癒や  
される雰囲気です

### 「和」の緑で広がる「環」

千種区の吹上公園に近い住宅街。道沿いの飲食店や民家の並びに、こんもりとした緑で覆われた店舗があります。見上げると、「Kitowa」と書かれた木の看板。

『樹と環』という意味です。小さな緑と人の出会い、つながりをお手伝いしたいと思って名付けました」

店長の大林文恵さんが3年前に始めたこの店の売り物は、「盆栽」。ただし、小ぶりで色とりどりの鉢に入れられたそれらは、とてもおしゃれで、洋風のインテリアにも合いそう。「名古屋では珍しいようで、こうしたミニ盆栽、モダン盆栽を目当てに訪れるお客様がとても多いです」

実は、名古屋の盆栽の歴史は浅くありません。「和」の植物を愛でる人の「環」は、時やスタイルを超えて“里山”とつながっているようです。

特集ページ 2, 3 につづく

### もくじ

|   |
|---|
| 水野翔太の未来にカケル<br>「エコ友」集う! ..... 3                 |
| 深谷里奈のエコデカラ<br>人にも環境にもやさしい靴 ..... 4              |
| 読者プレゼント<br>陶鉢入りモダン盆栽ほか ..... 4                  |
| リサっちファミリーのエコ家族会議<br>名古屋の空気は、<br>きれいだっち? ..... 6 |
| エコトピ<br>もうひとつのチョコレート展 in なごや2016 ..... 6        |
| リサカレンダー ..... 7                                 |
| ハーブ ヘルシー&エコクッキング ..... 8                        |

特集 暮らしに小さな“里山”を

# 盆栽 モダンも伝統も、見直されるBONSAI

植物好きが高じて「雑貨と植物の店Kitowa」を開店した大林文恵さんは、植物をテーマにした多くの作家の商品を扱うことにしました。とりわけ豊田市の盆栽作家で庭師、三浦克友さん(活動名・moss green ikkei)が手掛ける盆栽は大好評です。

小ぶりなマツやサクラを色とりどりの丸い鉢、カップや湯のみなどに飾り立てる三浦さんの作品は、従来の盆栽のイメージを広げる自由なスタイル。「モダン盆栽」や「インテリア盆栽」などと呼ばれ、洋風のインテリアにもよく合います。かわいらしく、癒やされて、「贈り物に人気です」と大林さん。



Kitowaで開かれたワークショップ。右が店長の大林文恵さん、中央の男性が盆栽作家の三浦克友さん

同店では、三浦さんを招いて盆栽やコケ玉などを学ぶワークショップを定期的に開催。先月17日には参加費3,500円(材料費込み)の教室に定員いっぱいの延べ18人が集まりました。30~50



代の女性を中心に、和気あいあいの雰囲気ながら、真剣な表情で取り組みます。

「開店当初は私も初心者でしたが、3年たってようやく分かってきました。お店には商品の他に育て方の本もそろえています。盆栽は難しいイメージがあるかもしれません、ぜひ気軽に挑戦してください」と大林さんは呼び掛けます。

千種区千種1-9-19、TEL 052-732-5600、営業時間は11:00~19:00、毎週月曜と第2、第3火曜日定休。

## コケ玉・テラリウム

## 注目の「癒やし系」

新しい盆栽の一種として注目されているのが「コケ玉」です。も

**ぱぱ Risaもんたい**

「テラリウム」で使われるのは?

- Ⓐ 湯のみ
- Ⓑ ガラス容器
- Ⓒ 素焼きの盆

答えは、このページをよく読むのじゃ!

ともと、盆栽づくりで用いられる「根洗い」という手法を応用し、土の外側に糸でコケを巻きつけるなどして「玉」をつくり、盆などに載せます。丸い緑から草葉がひょっこりと生える姿は、どこかユーモ

ラスで、まさに「癒やし系」の趣です。

また、こうした植物やコケを、ガラスの容器などで育てる「テラリウム」も流行中。手持ちの空きびんや100円ショップの材料など



左がガラス容器で植物を育てるテラリウム、右がコケ玉の例

## e-コトしてます!

~環境に配慮した取り組みをしている企業や団体をクローズアップ~

### 愛知産ジビエをカーボン・オフセット

奥三河高原 ジビエの森

愛知県東部の山村で捕獲されたイノシシやニホンジカを、オーガニックな山の幸「奥三河高原ジビエ」としてプロデュースする同団体。販売する生肉、ジャーキーの生産に伴うCO<sub>2</sub>排出量をカーボン・オフセットし、収益の一部を森林保全活動に寄付しています。地域で拡大傾向にある農産物への鳥獣被害を食い止めるとともに、豊かな森林の保全に貢献しています。●問い合わせ/TEL 0536-83-2114



### ミツバチ由来の化粧品で環境保全に貢献

フルエング

産業用機械の取り扱いのほか、土壤浄化などの環境事業にも携わる同社。環境に配慮したコスメの販売も取り組んでおり、昨年、ミツバチによって生成される「プロポリス」を使用したスキンケア化粧品をカーボン・オフセットしました。選りすぐりの植物成分(7~12種類)が入っており、敏感肌の人でも安心して使用できます。●問い合わせ/TEL 052-262-7071



### 北海道の恵みを生かして森林保全

草原の風

自然放牧という環境保全に配慮して育てられた豚を、ソーセージやハムに加工し、ギフトセットに。肉が引き締まり、豚本来の旨みが凝縮されています。購入代金の一部は北海道の森林保全事業に役立てられます。道内厳選商品と共に「カーボン・オフセットギフトカタログ イランカラブテの島から(<http://www.irankarapte-shop.com/>)」で発売中。●問い合わせ/つじの蔵 TEL 0133-23-2871



## 山野草

## 自然生かして「世界に一つだけ」を

盆栽のように、日本の自然本来の姿と向き合い、深く愛でる。それが「里山を取り入れる」考え方の一つです。

千種区の「草盆栽・野の花の店 謐fu-u」は盆栽やコケ玉の販売の他、草盆栽と山野草の生け花教室を月2回開催。2~5人の少人数が、四季を通して山野草の生け方を学んでいます。

オーナーの谷口貞子さんが教えるのは、流儀や型にはまらない「なげいれ」。季節ごとの山野草を数種類取り寄せ、気に入った花や枝を、店にある花器や鉢に自由に生けてもらいます。

「自然のゆがんだような枝ぶりや花の付き方を生かして、自分が心地よいと感じる組み合



千種区の「謐fu-u」で山野草の生け方を指導するオーナーの谷口さん(左)

わせたり、いらないところを落としていたり。付け加えていくより、『引き算』が大事。1本の花の奥に何本もの花があると感じられる生け方を心がけてもらいます」と谷口さん。

この日はモモやジュウリョウな

どを材料に、参加者それぞれが「世界に一つだけ」の生け花を完成。安城市から通っているという女性は「花や枝だけ持ち帰り、家の器でまた生けてみます」と満足そうでした。

山野草は園芸種と違って市場に多く出回らないため、入手は年々難しくなっている。むやみに自然を荒らすのではなく、きちんと管理された山から適度に仕入れることにも気を配らなくてはなりません。

「日本の自然をよく知って、山に入ってくれる人が少なくなつて

いくのはとても残念」と谷口さんが話すように、自然の現状を知るきっかけにもしてもらいたいものです。

教室の受講料は月1万円(花材込み、原則第2と第4火曜日の14:00から)。千種区仲田1-9-14、TEL 052-732-2487、営業時間は10:00~19:00、木曜と祝日休み。

**編集長のひとこと**

取材を通じて、盆栽にも山野草にも、人それぞれの感じ方や向き合い方があると思い知られました。中には「あれは盆栽ではない」「本来のやり方ではない」といった声もあります。自然に親しむきっかけづくりにはしてもらいたいけれど、途中で投げ出して枯らしてしまったり、必要以上に希少な草花を求めたりするのでは、逆に自然が泣いてしまいます。人が「こうしたい」という多様性を認め合いながら、里山という自然の多様性を守るバランスが、うまく取られてほしいものです。

(関口威人、表紙写真も)



名古屋  
わかもの会議  
水野翔太

## 未来にカケル



### 「エコ友」集う！

「卒業した人が学校内に置き捨てた自転車を、新入生に新たに使ってもらえるように整備し、リユースしています」「使用済みお弁当箱の回収に努めています」「近くの小学校と連携して、環境や食育を考えるワークショップを開催しています」

環境問題や3R、生物保全に取り組む学生団体・組織が年に一度集い、活動事例発表や意見交換を

する「全国大学生環境活動コンテストecocon(エココン)」が昨年



予選落ちでしたが、全国の「エコ友」と交流できて充実しました

末、東京で開催されました。全国43団体が参加し、グランプリには環境に配慮したサツマイモで「エコスイーツ」をつくる鹿児島大学のサークルが選ばれました。

僕も「名古屋わかもの会議」の一員として出場。愛知県からの出場

は僕たちのみ、しかも予選落ちという結果に終わりました。残念でしたが、地元に戻れば仲間はたくさんいます。例えば、名古屋産業大学の「ECOサイクル部」は、瀬戸市のあいち海上の森センターで定期

的に間伐体験学習会を開催しています。僕も先日、伐採を体験してきました。普段、ノコギリなどは使わないため、最初は刃の入れ方が分かりませんでしたが、慣れてくると、楽しさとともに伐採や環境のことを考えられました。こうして地域や行政、学校と連携して環境問題に取り組んでいる仲間、つまりエコな友達、「エコ友」がいます。本当に心強いです。

でも、忘れてはならないのは、興味がない人の方が多いこと。興味を持ちやすいような「キッカケ」を僕たち若者の目線でつくっていきたいです。

東海ラジオアナウンサー 深谷里奈の



# エコデカラ!

寒い毎日、ついついロングブーツで覆ってしまいがちな足元をアクティブにする靴を見つけちゃいましたー！

「Dansko(ダンスコ)」というアメリカ生まれのコンフォートシューズ。見た目は神主さんはいている浅舟に似ています。土踏まずと甲が支えられていて、足の指とかかとはフリーな履き心地。靴底は硬めですが、ややカーブしてい

## 第11回 人にも環境にもやさしい靴

♪ペンシルベニア州の本社は太陽光や風力などの再生可能エネルギーで100%の電力をまかない、壁面緑化や雨水利用の環境に優しいオフィス。商品もCO<sub>2</sub>排出を最小限に抑えて生産された「LITE (Low Impact To the Environment)」という認証の付いたレザーを使用、カタログや靴箱は回収古紙や大豆油のインクを用い、それでも環境負荷がある部分はカーボン・オフセットを活用して埋め合わせるなど、非常にエコ意識の高い会社なのです。

市営地下鉄・久屋大通駅から北へ徒歩1分にあるショップ「dansko to…」(東区泉1-14-23, TEL 052-971-7600)の望月輝久さんによると、来店客の9割が女性。なんと私も長年、悩み続けている「冷え取り」と相性がいいという理由で訪れるお客様が多いそうです。

靴下を何枚も重ね履きする冷え取りは、足元にボリュームが出るので合わせる靴に悩みます。でも、ダンスコなら少し大きめのサイズを選べば、違和感なくスポーティと履けてちょうどいい。エシカルなファッショニマッチする上、革靴なのである程度フォーマルもい



⑤名古屋の正規ショップの店員、望月輝久さん ⑥私の愛用品はコレ！

て長時間、履いていても疲れないんです！

もともと、調教師だった創業者が馬の買い付けでデンマークに行ったとき、地元の木靴を見つけたのが始まり。ダンスコとはデンマークの靴という意味なんです。その後、改良を重ねつくられた靴は、医療現場やレストランのスタッフに支持され、今は日本など世界6カ国で販売されています。↙

## 人にも環境にもやさしい靴

私が愛用しているプロフェッショナル(2万2000円ほど)は、かかとがあるように見えますが、ひっかかるず、とてもフリーな履き心地。でもヒールがあるので足長に見える！と良いことづくめ。他にもバックベルトの付いたイングリッドや、ブーツなどさまざまな形があります。

東京から名古屋にきた望月さんの実感として、名古屋は冷え取りに悩む人が多いようで、「これを履くとほかのものは履けない」と大人気。長年ヒールを履いていて外反母趾で悩む方にも好評です。履き心地を確かめるため、お店の周りを1時間くらい散歩してから決める方も。さらに、ダンスコを履いて富士山に登った人もいるそうで…すごいですね～。私も縮こまっているので、この靴で自然の中をガシガシ歩きたいと思います！

深谷さんが担当する東海ラジオの番組「山浦・深谷のヨヂカラ！」は毎週月～金の16:00～19:00オンエア。本コラムをラジオでお届けするコーナー「エコデカラ！」は3月2日(水)17:30ごろからの予定！



## プレゼント

締切 2月12日(金) 必着

### A 陶鉢入りモダン盆栽…2人

特集で紹介した千種区の雑貨と植物の店「Kitowa」で扱う「モダン盆栽」(2,500円相当、写真は参考)を陶鉢入りで2人に。豊田市の作家、三浦克友さんが手掛ける緑は和洋のインテリアにマッチします。●問い合わせ／Kitowa TEL 052-732-5600



### B 「想ふ映画館」招待券…3人

名古屋で環境問題や経済、社会を掘り下げるドキュメンタリー映画を自主上映する「想ふ映画館」の招待券を3人に。来月は震災復興をテーマにした『LIGHT UP NIPPON』を予定(3月11日、新栄・東桜会館)。●問い合わせ／同館(廣野) TEL 090-1388-1820、Eメール omofucinema@yahoo.co.jp



### C 盛田 調味料2種セット…6人

2月下旬から新発売される高知県産ショウガを使った万能だれ。化学調味料無添加で、しょうゆベースと瀬戸内レモン果汁でさっぱり仕上げた塩ベースの2種(各378円)があります。ドレッシングに、蒸し野菜にぴったりです。●問い合わせ／盛田 お客様相談窓口 フリーダイヤル0120-953-779(平日9:00～17:00)



### D 「HAPPY MAMA FESTA 2016」招待券…5組10人

2月26日(金)～28日(日)まで東区のナゴヤドームで開催される全国最大級の「ママ」のためのイベントの招待券を。育児に関するセミナーをはじめ、ママパパタレントによるステージイベント、子どもが楽しめるプレーニングなど、家族で楽しめるイベントです。●問い合わせ／中日新聞社会事業部 TEL 052-221-0955



### E 全国共通図書カード…10人

読書は生涯楽しめるもの。全国の書店で使える図書カードを10人に。



## プレゼント・投稿のあて先

〒460-0008 名古屋市中区栄2-11-30  
セントラルビル5F  
中日MB「リサ2月号」係

<http://risa-eco.jp/>

①郵便番号・住所・氏名・電話番号・性別・年齢・職業  
②今月の「リサ」の中でよかった記事1つ  
③感想・意見、エコつぶ(70字以内)  
④希望プレゼント名を記入してお送りください。  
※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

個人情報は、受賞者又は当選者の選定・発送、紙面掲載、取材申し込みの目的で使用し、目的外利用や第三者提供を行いません。なお、処理業務については外部委託することがあります。はがきへの個人情報の記入項目は任意ですが、発送に必要な項目が不足する場合、当選者から除外されることもありますのでご注意ください。個人情報の開示、訂正、追加、削除等については、ご本人様確認の上で対応いたします。お問い合わせは以下の連絡先までお願いします。■連絡先：株式会社中日メディアブレーン PMS管理責任者 TEL 052-232-3500

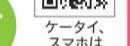
はがき

でも



ネット

でも



ケータイ、スマホは

こちらから



## リサッチファミリーの エコ家族 会議



ぱぱリサ きよ  
うはいい天気じ  
や。空気が澄ん  
でる。

リサっち じゃあ、公園に行く！

たまりサ おそと、あそぶー。

ぱぱリサ ふむ、しかしきょうは  
家族会議の日。ちょうど「空気」を  
テーマにしようと思つとったの  
じや。当たり前に吸っている空氣  
が、どれほどきれいか、汚れてい  
るか…。

ままリサ 大気汚染なんて昔のこ  
とのように思っていたけれど、最  
近は中国の汚染がかなり深刻だと  
ニュースで流れていて、心配にな  
るわ。

ぱぱリサ そう、注目されている  
微小粒子状物質「PM2.5」はボイ  
ラーや自動車などから出る直径  
2.5μm以下の非常に細かい粒子。  
肺の奥深くに入り込むので健康へ  
の影響が心配じや。それ以外にも  
酸性雨を降らせる二酸化窒素、目  
やのどに異変が起きる光化学ス  
モッグの原因となる光化学オキシ  
ダントなど、さまざまな汚染物質

### 今月の議題

## 名古屋の空気は、きれいだっち？



感じてもらうことが大  
切だわ。

ぱぱリサ 市大気環境対

策課は、保育園と協力して空気に  
ついて学べる教材の制作や、エコ  
カーや公共交通機関、自  
転車などの交通手段を選んだり、  
ごみの減量も有効。環境問題はつ  
ながっているのね。

ままリサ 家庭でできることもた  
くさんあるって。節電を心がけたり、  
エコカーや公共交通機関、自  
転車などの交通手段を選んだり、  
ごみの減量も有効。環境問題はつ  
ながっているのね。

リサっち きょうは注意情報のお  
知らせがないから、安心してお外  
に行けるね。公園で遊べば、暖房  
を使わずに身体があつたまる！

たまりサ くうき、きれいが、い  
い！

### ままリサもんたい

#### 「PM2.5」の数字の意味は？

- Ⓐ 時間
- Ⓑ 濃度
- Ⓒ 大きさ

答えは、ぱぱの言つ  
ることをよく聞いて！



### おしゃせ

#### オーガニック映画祭プレ企画

4月に開催される「なごや国際オーガニッ  
ク映画祭」のプレ企画として、映画『遺伝  
子組み換えルーレット—私たちの生命の  
ギャンブル』を上映。フェアトレードコ  
ヒータイムあり、マイカップ持参を。

●日程／2月20日(土)14:00～16:00  
●場所／ウィルあいち(東区上豊杉町1)  
3階会議室 ●鑑賞料／前売り1,000  
円、当日1,300円 ●定員／40人 ●申  
し込み、問い合わせ／フェアトレード・

ショップ風”s TEL 052-962-5557 Eメー  
ル huzu@huzu.jp

#### 渥美半島の地域再発見ツアー

豊かな自然環境が守られている渥美半島  
をめぐり、地域資源の生かし方を学び、  
交流するツアー。初日はバスによる視察  
と、都会からの移住先として注目される  
徳島県神山町の取り組みを紹介する講演  
会、2日目は地元の環境団体を交えた分科  
会が中心。日帰り、または1泊2日で。  
●日程／2月20日(土)～21日(日) ●集  
合場所／初日12:30に伊良湖ホテル(田原  
市伊良湖町恋路浦2805-22)、または

12:45に豊橋鉄道三河田原駅 ●参加費／  
初日のみ2,000円(夕食あり4,000円)、宿  
泊・夕朝食あり10,000円 ※会員割引あり  
●定員／100人(先着順) ●申し込み／  
2月12日までに参加申込書をNPO法人地  
域の未来・志援センター(東区代官町39-  
18, TEL 052-936-3213, FAX 052-982-  
9089, Eメール office@c-mirai.org)へ

#### 環境大学で人、モノ、情報を つなげよう

なごや環境大学の10周年記念事業とし  
て、各分野の人やモノ、資金、情報、ノ  
ウハウをつなげる「リソースマッチング  
2016」を開催。防災、情報、行政の3部  
構成(無料)で語り合った後、コーヒーを  
飲みながらの交流会(参加費300円)も。  
●日程／3月12日(土)13:00～17:30(交  
流会は17:45～18:45) ●場所／名古  
屋都市センター(金山総合駅南) ●申  
し込み、問い合わせ／実行委員会事務  
局(中区栄1-23-13 伏見ライフプラザ13  
階, TEL/FAX 052-223-1223, Eメール  
jimu@n-kd.jp)

### エコトピ

大切な人に贈るなら、つくる人も  
環境も大切にするフェアトレード  
チョコを！ バレンタインデーを前  
にこう呼び掛ける「もうひとつの  
チョコレート展 in なごや2016」が  
名古屋市内で開かれています。

フェアトレード名古屋ネットワー  
ク(原田さとみ代表)と名古屋学院大  
学が昨年から共催。1月14日の日比  
野学舎での出発式=写真=を皮切り  
に、市内約30カ所で、この時期限定  
のフェアトレードチョコレートの販  
売やパネル展示など、関連イベント  
が催されます。



2月14日(日)のゴールイベント  
は、13:30～17:00に名古屋テレビ  
塔の展望台で「キッズ・ショコラ  
ティエ・コンテスト」の表彰式が、  
久屋大通庭園フラリエではフェアト  
レードにかかる学生たちのプレゼ  
ンテーションなどが予定されていま  
す。問い合わせはエシカル・ペネ  
ロープ(TEL 052-972-7350)へ。

の緑を大切にお願いしたいです。(守山  
区・アルバイト・69歳)・東栄町のセリ  
サイトの記事がおもしろかったです。自  
然がいっぱいの地方の町で世界一の会社  
があるなんてすごいですね。しかも、環  
境保全とも両立しているのはすばらしい  
です。(北区・主婦・49歳)

エコデカラ！・出版社ごとお引っ越し、  
びっくり。でも大正解でしたね。名古屋  
とあまり離れていないのに、日本の古  
きよき時代がしっかり残っているとは。  
これから、こういう生き方が必要なん  
でしょう。うらやましくも思いました。  
グッズやお茶なども興味があります。  
(守山区・パート・41歳)

未来にカケル・こういう活動をしている  
ということを知るだけでも意識が変わつ  
てくるので大変参考になります。(南区・  
会社員・37歳)・ランニング中に気にな  
るのですが、名古屋の街は車中心の道づ  
くりなので歩道が整備されていないとこ  
ろが多く、ごみがいっぱいです。信じら  
れないものが捨てられていてびっくりで  
す。(西区・会社員・52歳)

エコ家族会議・羽毛ガリサイクルの時代  
を迎えるとは知りませんでした。確  
かに現在はたくさんの人がダウンを着て  
いる時代なので、需要が高まっているの  
もうなずけます。私も羽毛の製品を廃棄  
するときはリサイクルを検討してみよう  
と思いました。(名東区・学生・24歳)

### おたより

創刊200号の「Re里山」宣言！・金城の  
山、自宅からも近く自然がいっぱいで感  
謝しておりますが、戦後ハゲ山であった  
ことが信じられません。これからも、こ

# リサカレンダー 2/6→3/6



回収品目／新聞(新聞と折込チラシ)、雑誌、雑がみ、段ボール、紙パック、古着・古布、金属類(鍋、やかんなど)、缶、瓶

※開催日程は変更される場合があります。主催会場にご確認ください

リサイクルステーション

| エリア | 会場             | 開催日時   |
|-----|----------------|--|
| 千種区 | ヤマナカアスティ店      | ★ 2/6(土)・20(土)、3/5(土)  |
|     | イオンタウン千種       | ★ 2/18(木)・3/3(木)   |
|     | アピタ千代田橋店       | ★ 2/12(金)・19(金)・26(金)、3/4(金)   |
|     | ナフコトミダ春岡店      | ◆ 2/12(金)・19(金)・26(金)、3/4(金)   |
|     | タッチもとこい        | ★ 2/9(火)・23(火)   |
| 東区  | イオンモールナゴヤドーム前店 | ★ 2/11(木)・25(木)  |
| 北区  | エクボ辻町店         | ★ 2/6(土)・13(土)・20(土)・27(土)、3/5(土)  |
|     | パロー光音寺店        | ★ 2/16(火)・3/1(火)   |
|     | ピアゴ味鏡店         | ★ 2/11(木)・18(木)・25(木)、3/3(木)   |
|     | オズモール大曾根商店街    | ★ 2/19(金)・3/4(金)   |
| 西区  | 服部家具センター名西店    | ★ 2/15(月) ※3月以降廃止  |
|     | ヨシヅヤ名古屋名西店     | ★ 2/8(月)・22(月)   |
|     | ヤマナカ小田井店       | ★ 2/8(月)・22(月)   |
| 中村区 | 八田フランテ館        | ★ 2/17(水)・3/2(水)   |
|     | ピアゴ中村店         | ★ 2/8(月)・22(月)   |
|     | パレマルシェ中村店      | ★ 2/11(木)・25(木)  |
| 中区  | マックスバリュ千代田店    | ◆ 2/9(火)・16(火)・23(火)、3/1(火)  |
|     | 東別院            | ● 2/18(木)・3/3(木)   |
| 昭和区 | シャンピアポート       | ◆ 2/10(水)・17(水)・24(水)、3/2(水)   |
|     | 西友御器所店         | ★ 2/10(水)・24(水)  |
|     | メーテレハ事ハウジング    | ★ 2/10(水)・24(水)  |
| 瑞穂区 | パロー瑞穂店         | ★ 2/16(火)・3/1(火)   |
| 熱田区 | Re☆創庫(りそうこ)あつた | ★ 2/6(土)～8(月)・10(水)～15(月)・17(水)～22(月)・24(水)～29(月)、3/2(水)～3/6(日)                |
|     | イオンモール熱田       | ◆ 2/9(火)・16(火)・23(火)、3/1(火)<br>● 2/11(木)・25(木)                                 |
| 中川区 | 豊成団地3号棟        | ◆ 2/8(月)・15(月)・22(月)・29(月)   |
|     | ビッグエクスプレス五女子店  | ◆ 2/8(月)・15(月)・22(月)・29(月)   |
|     | フィールアイアイプラザ    | ★ 2/17(水)・3/2(水)   |
|     | ビッグエクスプレス荒子店   | ◆ 2/10(水)・17(水)・24(水)、3/2(水)   |
|     | ザ・チャレンジハウス太平通  | ★ 2/18(木)・3/3(木)   |
|     | アズパーク          | ★ 2/19(金)・3/4(金)   |
| 港区  | パロー港栄店         | ◆ 2/6(土)・8(月)・13(土)・15(月)・20(土)・22(月)・27(土)・29(月)・3/5(土)                       |
|     | アオキスーパー木場店     | ◆ 2/6(土)・13(土)・20(土)・27(土)、3/5(土)  |
|     | エクボちとせ店        | ◆ 2/9(火)・16(火)・23(火)、3/1(火)  |
|     | ナフコ南陽店         | ◆ 2/9(火)・16(火)・23(火)、3/1(火)  |
|     | ホームセンターパローネ港店  | ★ 2/17(水)・3/2(水)   |
|     | ナフコ当知店         | ◆ 2/10(水)・17(水)・24(水)、3/2(水)   |
|     | イオンモール名古屋みなと店  | ◆ 2/11(木)・18(木)・25(木)、3/3(木)   |
|     | HCコーナン南十番町店    | ◆ 2/11(木)・18(木)・25(木)、3/3(木)   |
|     | フィールオアシスプラザ    | ◆ 2/12(金)・19(金)・26(金)、3/4(金)   |
|     | アピタ東海通店        | ★ 2/12(金)・26(金)  |
|     | JAなごやAコープ南陽店   | ★ 2/11(木)・25(木)  |
| 南区  | カーマホームセンター元塩店  | ★ 2/16(火)・3/1(火)   |
|     | あいち生活協同組合      | ● 2/14(日)・28(日)  |
|     | アピタ名古屋南店       | ★ 3/2(水) ※休止2/17(水)  |
|     | Re☆創庫(りそうこ)さくら | ★ 2/6(土)・9(月)・10(水)・12(金)・13(土)・16(火)～20(土)・23(火)～27(土)、3/1(火)～5(木) ※休止2/11(木) |
| 守山区 | 清水屋藤ヶ丘店        | ★ 2/15(月)  |
|     | イオン守山店         | ★ 2/8(月)・15(月)・22(月)・29(月)   |
|     | コープあいち小幡店      | ★ 2/16(火)・3/1(火)   |
|     | ピアゴ西城店         | ★ 2/12(金)・19(金)・26(金)、3/4(金)   |
| 緑区  | ピアゴ鹿山店         | ★ 2/6(土)・13(土)・20(土)・27(土)、3/5(土)  |
|     | ピアゴ清水山店        | ★ 2/6(土)・13(土)・20(土)・27(土)、3/5(土)  |
|     | エクボもも山店        | ★ 2/6(土)・13(土)・20(土)・27(土)、3/5(土)  |
|     | コノミヤ神の倉店       | ● 2/6(土)・20(土)・3/5(土)  |
|     | アピタ鳴海店         | ★ 2/11(木)・18(木)・25(木)、3/3(木)   |
|     | 大高公設市場         | ★ 2/12(金)・26(金)  |
|     | アオキスーパー鳴子店     | ● 2/13(土)・27(土)  |
|     | ユーホーム桶狭間店      | ★ 2/7(日)・14(日)・21(日)・28(日)、3/6(日)  |
| 名東区 | 西友高針店          | ★ 2/6(土)・13(土)・20(土)・27(土)、3/5(土)  |
|     | イオン名古屋東店       | ★ 2/9(火)・23(火)   |
|     | マックスバリュ香流店     | ★ 2/10(水)・24(水)  |
|     | イオンメイトピア店      | ★ 2/9(火)・16(火)・23(火)、3/1(火)  |
| 天白区 | ファンダーズ島田店      | ★ 2/6(土)・20(土)・3/5(土)  |
|     | ピアゴ植田店         | ★ 2/12(金)・19(金)・26(金)、3/4(金)   |
|     | アオキスーパー植田店     | ● 2/13(土)・27(土)  |
|     | FAST天白店        | ★ 2/8(月)・22(月)   |

## リサイクルステーションからのお知らせ

■開催時間／★印は10:00～12:00と13:00～14:00

(「Re☆創庫」は10:00～17:00)

◆印と●印は10:00～14:00

※雨天時開催

※祝日と重なるとき、開催日の変更や中止の場合あり

■問い合わせ先／★=中部リサイクル運動市民の会 TEL052-982-9079

※土・日・祝は052-659-1007 (エコロジーセンターRe☆創庫あつた)

◆=古紙回収研究会 TEL052-309-7305

●=名古屋のごみを考える市民の会 TEL090-3382-5623

マルシェ

○南生協病院(ほしょくのこ)

2/6(土)／10:00～15:30／南生協病院ロータリー周辺(緑区大高)／30店

○自由ヶ丘

2/13(土)／10:00～16:00／地下鉄名城線「自由ヶ丘」駅周辺(千種区自由ヶ丘)／20店

○金山

2/20(土)／10:00～20:00／金山総合駅南口周辺／20店

○八事山興正寺

2/21(日)／10:00～15:00／八事山興正寺(昭和区八事本町)／80店

○ミッドランドスクエア

2/27(土)／10:00～20:00／ミッドランドスクエア(中村区名駅)／10店

フリーマーケット

□なるぱーく

2/14(日)／11:00～15:00／なるぱーく1階正面入り口前広場(緑区浦里)／30店

□笠寺観音

2/18(木)／9:00～15:00／笠寺観音(南区笠寺町)／30店

□アピタ新守山店

2/27(土)／10:00～14:00／アピタ新守山店(守山区新守山)／60店

☆名古屋けいりん

2/11(木)・13(土)・14(日)・20(土)・21(日)・27(土)・28(日)／10:00～16:00／名古屋競輪場内(中村区中村町)／40店

☆藤が丘

2/6(土)・3/5(土)／10:00～14:00／藤が丘(公園4号棟前広場)／30店

◇牧野ケ池緑地

2/14(日)／10:00～15:00／牧野ケ池緑地(東口芝生広場A(名東区猪高))／100店

◇モリコロパーク

2/21(日)／10:00～14:00／西エントランス広場(長久手市茨ヶ廻間)／50店

◇小幡緑地

2/28(日)／10:00～15:00／本園(芝生広場B(守山区牛牧))／80店

◇ハート「ごえん市」

2/7(日)・3/6(日)／10:00～15:00／円頓寺商店街東(西区那古野)／35店／問い合わせ=げんき会TEL052-502-8366(米本)

■問い合わせ先　※店舗数は増減する場合があります。  
□=中部フリーマーケット連盟 TEL052-789-1717 ☆=愛知フリーマーケット協会 TEL0567-32-5230  
◇特定非営利活動法人MFA TEL059-320-0133 ○=その他

名古屋市内のフリーマーケット開催情報を寄せください。FAX052-232-3501、または郵送でリサ編集室まで。

## 古紙リサイクルセンター

|     |           |  |
|-----|-----------|--|
| 千種区 | 石川マテリアル千種 | 2/6(土)・7(日)・8(月)・13(土)・14(日)・20(土)・21(日)・27(土)・28(日)・3/5(土)・6(日) |
| 東区  | 名古屋紙業     | 2/13(土)・20(土)・27(土)  |
| 北区  | 名古屋北勢商事   | 2/6(土)・8(月)・13(土)・20(土)・27(土)・3/5(土)                             |
|     | 福田三商名北    | 2/6(土)・7(日)・8(月)・13(土)・14(日)・20(土)・21(日)・27(土)・28(日)・3/5(土)・6(日) |
| 西区  | リメイキング名北  | 2/6(土)・13(土)・20(土)・27(土)・3/5(土)                                  |
|     | 大栄紙業      | 2/6(土)・8(月)・13(土)・20(土)・27(土)・3/5(土)                             |
|     | 東海資源      | 2/6(土)・7(日)・8(月)・13(土)・14(日)・20(土)・21(日)・27(土)・28(日)・3/5(土)・6(日) |
| 中村区 | 太田商店      | 2/6(土)・8(月)・3/5(土)   |
|     | 水谷製紙原料    | 2/8(月)・14(日)・28(日)   |
| 昭和区 | 藤川紙業      | 2/6(土)・8(月)・13(土)・20(土)・27(土)・3/5(土)                             |
| 中川区 | 福田三商福船    | 2/6(土)・7(日)・8(月)・13(土)・14(日)・20(土)・21(日)・28(日)・3/5(土)・6(日)       |
|     | 宮崎中川      | 2/6(土)・7(日)・8(月)・13(土)・14(日)・20(土)・21(日)・27(土)・28(日)・3/5(土)・6(日) |
| 港区  | 石川マテリアル港  | 2/6(土)・7(日)・8(月)・13(土)・14(日)・20(土)・21(日)・27(土)・28(日)・3/5(土)・6(日) |
|     | 名港宮崎      | 2/6(土)・7(日)・8(月)・13(土)・14(日)・20(土)・21(日)・27(土)・28(日)・3/5(土)      |
|     | 宮崎港南      | 2/6(土)・7(日)・8(月)・1   |

# Risa

めざせ! エコシティなごや

- 発行協力／中日新聞社・中日新聞販売店
- 発行部数／539,250部
- 発行エリア／名古屋市全域
- 発行日／毎月第1土曜日(無料)
- 協力／名古屋リサイクル推進協議会・名古屋市環境局

※本紙記事・写真等の無断転載を禁じます

- 発行／中日メディアブレーン ■ 編集／リサ編集室  
〒460-0008 名古屋市中区栄2-11-30 セントラルビル5F  
TEL052-232-3500 FAX052-232-3501  
cmb@media-brain.co.jp http://www.media-brain.co.jp
- 広告掲載の問い合わせは ▶▶▶ 総合広告代理店 株式会社 中日BB  
TEL052-218-3332 FAX052-203-1307  
〒460-0008 名古屋市中区栄2-11-30 セントラルビル5F  
contact@chunichi-bb.co.jp http://www.chunichi-bb.co.jp



【リサ】は、環境にやさしい植物油インキを使用しています。  
【リサ】は、古紙再生紙を使用しています。

自然のリズムで生きる!

## ハーブ ヘルシー & エコ クッキング

### 材料(4人分)

|       |         |   |            |      |
|-------|---------|---|------------|------|
| ブリ切り身 | 小4枚     | A | ローズマリー     | 2枝   |
| 大根    | 8切れ     |   | タイム        | 2枝   |
| ルッコラ  | 20g     |   | フェンネル葉     |      |
| オリーブ油 | 30cc    | B | … 少々(ドライ可) |      |
| たかのつめ | 2本(種抜き) |   | しょうゆ       | 35cc |
| かたくり粉 | 少々      |   | みりん        | 35cc |
|       |         |   | 砂糖         | 35g  |
|       |         |   | ゆず(中)      | 1個   |

### 作り方

- ① 大根を1cm幅に切り、皮をむきゆでる。
- ② ブリにAのみじん切り(フィーヌゼルブ)を振り、かたくり粉を。ゆずは皮を千切り、残りはすりおろしBのたれに。フライパンにオリーブ油とたかのつめを入れ中火でブリを焼き、バットに。フライパンに①を入れ、焼き付けながらBを全体にかけ、ひと煮立て。たれが残るように火を止める。
- ③ 皿に大根、ブリ、大根と重ね、残りのたれをかけルッコラとゆず皮をトッピングする。

レシピ監修／ハーブ研究家 山本秀美(ホリスティックファーム会長)  
撮影協力／ララ ナチュラル(緑区鳴海町向田)

### おすすめ レシピ ブリと大根のミルフィーユ



#### ▶山本秀美先生のワンポイント

ブリは良質タンパク質やDHA、EPAを、大根はビタミンB・Cやアミラーゼが豊富です。ルッコラのβカロテン、ビタミンE・Cとの相乗効果で、活性酸素を抑え、美容効果は抜群です。

### ハーブのある暮らし

写真は花をつけたタイム。古代ギリシャ・ローマ時代から「勇気を与えるハーブ」でした。強い抗菌作用があり、肉料理を中心に、食欲増進にどうぞ。加熱しても香りは弱まりません。



#### ◆料理とフィーヌゼルブ(調味)の相性

|        | 肉 | 魚 | 鶏肉 | サラダ |
|--------|---|---|----|-----|
| セージ    | ○ |   | ○  |     |
| マジョラム  | ○ | ○ | ○  |     |
| ローズマリー | ○ | ○ | ○  | ○   |
| タイム    | ○ | ○ | ○  | ○   |
| オレガノ   | ○ | ○ | ○  | ○   |
| タラゴン   |   | ○ | ○  | ○   |
| チャイブ   | ○ | ○ | ○  | ○   |
| フェンネル  | ○ | ○ | ○  | ○   |

ホリスティックファーム(名古屋市名東区)は名古屋近郊や伊豆でハーブや野菜農場を展開中。ハーブをその原種が育っていた環境に近い状態で育てています。ハーブのお求めはHP(<http://holistic-farm.com>)から。問い合わせはメール(info@holistic-farm.com)で。

