

特集

カラダに いい自然



リサっちの

リサもんだい

ここで育てられている植物は何種類?

④ 約20種類

③ 約200種類

◎ 約2,000種類

答えは、中を読んで!

いい勉強!



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11月号の答えは「C、B、C」でした。<http://risa-eco.jp/risamondai/>

ケータイ、スマホは
こちらから



写真上 金城学院大(守山区)の薬草園で学ぶ生徒たち。手にしているのは催乳剤などの薬用作用もあるワタ

今年も残すところあと1カ月。「カラダにeコト」特集から始まったRisaは、「健康と環境」の関係を年間テーマにしてきました。私たちの体は、日々の食事はもちろん、病気やけがのときも、さまざまな植物の力を必要とします。そんな「カラダにいい自然」を見つけてみました。

「健康」保つ植物の力

守山区の金城学院大キャンパスは、名古屋に残る貴重な里山に囲まれています。その一画に、整然と植物の植えられた花壇や温室が。

「2005年の薬学部開設に合わせてつくられた薬用植物園、薬草園です」

普段、関係者以外は見られない薬草園を案内してくれたのは、薬学部で漢方薬や生薬について教える永津明人教授。セミナーの学生を伴って、定期的にこの園の植物を観察、管理しています。

「この葉はニガヨモギ。名前の通り本当に苦い。でも、やっぱり苦いものもいい薬になるよ」といった永津教授の説明に、「へえー」と目を丸くする女子学生たち。教科書だけでは分からない味や香り、手ざわりなどを、まさにカラダで感じていました。

特集ページ ②③ につづく

もくじ

おしらせ	③
資源回収で卵のプレゼントなど	③
エコトビ	
あいちの農林水産フェア開催	④
東海まるごとRe里山体験	
春日井市のこだわりの	
農園でイモ掘り!	④ ⑤
読者プレゼント	
野菜のパンケーキミックス	
など	⑤
エコデカラ	
1杯のコーヒーから変わる未来	⑥
リサカレンダー	⑦
一つの食材で2度おいしい	
エコ・クッキング	⑧



特集 カラダにいい自然

キャンパスに色とりどりの「生きた教科書」

金城学院大の薬用植物園では、約200種類の薬草が育てられています。薬を学ぶ生徒たちにとっての「生きた教科書」。そのほんの一部ですが、多様な植物の特徴を教えてください。

いろんな種類があるね！

金城学院大「薬用植物園」の主な植物

※薬学部の永津明人教授への取材から。イラスト・嶋津舞衣

お花もきれい！



シャクヤク

女性の立ち姿にたとえられる美しい花を咲かせますが、根は葛根湯などの漢方薬に配合。筋肉のコリをほぐす作用があります。



シナマオウ

漢字で「麻黄」と書かれ、せき止めなどに効果を発揮。興奮作用もあるので、スポーツのドーピング違反の対象にも。



イブキジャコウソウ

薄紫色の花をじゅうたんのようにつまみ、芳香剤や発汗を促す薬として使われます。香りが強く、百里先まで香ることから「百里香」の呼び名も。



ヤマトトウキ

女性の冷え性や生理不順、更年期障害などに有効な漢方薬に使われる「女性の味方」の植物。セリに似た独特の香りがあります。



ナツメ

秋にできる小さな果実が食用やお茶として使われる他、体力を補う薬として漢方薬にも配合されます。



ニチニチソウ

抗がん剤の原料になりますが、副作用もある有毒植物です。熱帯地方の原産で日本では主に園芸用に育てられます。



ゲアバ

熱帯の植物で果実は食用、葉は「健康茶」として人気。アレルギー性の皮膚炎に効果があるなどの研究も。温室で通年栽培。

医薬品の世界は日々進化していますが、今でも半分以上の薬は天然の植物由来か、天然物を模倣したものです。

「植物はまだ人間では考えられないような複雑なものを効率よくつくり出します。それを利用する人間は、できるだけ多様な植物を

残していかなければなりません」と永津明人教授。セミナーの学生は「薬草園の案内ができること」も学習の目標なのだとか。年に3回ほどのオープンキャンパスなどで一般に公開される機会もあるので、ぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。

ばば リサもんだい

「女性の味方」と呼ばれる薬草は？

- ① シナマオウ
- ② ヤマトトウキ
- ③ ニチニチソウ

答えは、上の図をよーく見るのじゃ！



リサイくん 通信

第27回

リサイくん LINE スタンプ発売中

いろいろなシーンで使えるスタンプ40種！120円(税込)

詳しくは **リサイくん** で検索！



©名古屋リサイクル推進協議会



リサイくん日記

中村区区民まつりに行ってきたよ

10月27日に中村公園一帯で開催していた区民まつりに参加したよ。中村スポーツセンターでは、市民の皆さんが川柳を詠んだり、抽選会が行われていたんだ。たくさん子どもたちとハイタッチできてうれしかったなあ。

ところで、みんな年末に向けて掃除は始めているかな？もしまたった古新聞があったら、この機会に古紙回収に出してほしいな。さっぱりした気持ちで新年を迎えたいね。



10月27日「中村区区民まつり」にて

植物にも 人にも“ふれあう”癒しの空間

ハーブを含めた葉草を身近に感じられる場所は名古屋にも少なくありません。その名も「葉草labo.」は2011年、昭和区の住宅地にある一軒家にオープン。看護師として病院に勤めた後、長野県でハーブやアロマを学んだ原田美輪さんが、こだわりの食材を使ったランチやハーブティーを提供。緑あふれる庭を大きなガラス越しに眺めながら、リラックスした気分を味わえます。

どっちも気持ちよさそう!



ハーブティーはエキナセア(ムラサ



キバレンギク)、ネトル(イラクサ)、レモンバームなどをブレンドした「季節のバイエル」が人気。苦味を抑えたすっきりとした味わいで、心と体が癒やされそう。その人の体調や気分を聞いて、その場でブレンドすることもあるのだとか。

「庭はハーブが中心でしたが、最近は自然に任せて植物が茂る“里山”のような雰囲気に。お店にも人が人を呼んでくれて、自然と音楽のライブや展示会ができるようになりました」と自然体の原田さんです。

貸し切りの店内で自然食のランチを味わう料理教室の参加者(左)、人気のハーブティー「季節のバイエル」(下)



i ランチは月・火・金・土曜 11:00～14:00、ドリンク付き 1,300円、15食限定。カフェは 18:00 まで。金曜は夜ごはん(18:00～21:00)も。木曜日はアロマトリートメント(要予約)などで 10:00～22:00。水曜定休。昭和区神村町 2-59
TEL 052-880-7932



「野草」の力でカラダも芯からポカポカ

冬場に体が求める自然といえば温泉がありますが、街なかでも「植物の力」で温まる風呂があります。西区の円頓寺商店街に昨年7月、オープンしたのは「野草酵素浴トリート」。110種類の植物などの成分をヒノキのおかずに混ぜ、その発酵熱を利用した「酵素風呂」の一つです。

酵素風呂は公衆浴場法に基づき、昭和40年代から名古屋市が定めた安全や衛生基準を守る事業者、保健所から営業許可が出されています。「トリート」もそうした許可を得た「公衆浴場」。ただし、用いるのは医薬品ではないので、効能や効果はうたえません。

「110種類」はヨモギやドクダミ、タンポポなどの野草から、ピーマンやキャベツなどの野菜、果物、海藻類、穀類など。開発した浜松市の企業によると「腐敗

菌が発生しない成分のバランスを、大学教授の協力で数十年かけ改良してきた」そうです。

実際、浴槽いっぱいにとめられたパウダーに体をうずめても、においはきつくありません。温浴中は60～70度ほどになり、体が芯から温まる感覚。店長の酒井敏子さんは「しっかり汗をかい



野草などから抽出した110種類の成分とおかずに体をうずめる浴槽

て、体調がよくなるという人が多い。電気やガスも使わず、使用後のおがくずも肥料にします」と強調していました。

編集長のひとこと

1月号の特集では、地球温暖化による感染症の増加などが、人の健康に与える影響について触れました。今回の特集はさまざまな自然の力、つまり「生物多様性」によっていかに健康が守られているかを示しています。環境問題の2大テーマが、われわれのカラダに密接にかかわっているのです。慌ただしい年末、ハーブティーでちょっと一息つきながら、「いい自然」って何かを考えていただければ。(関口威人、表紙写真も)



i 女性専用で完全予約制。営業時間は 11:00～20:00、不定休。標準コースは着替えから温浴、シャワー、休憩などで約 60 分、3,150 円。パックや足つぼマッサージのサービスも別料金。西区那古野 2-9-9
TEL 052-756-2334

お知らせ

資源持込で卵のプレゼント

北区山田の複合施設「ソーネおおぞね」内にある資源買い取りセンター「ソーネしげん」に 12 月 8(土)、9(日)の両日 9:00～18:00、資源を持ち込むと各日先着 200 人に卵 6 個入り 1 パックをプレゼント。8 日(土)から 30 日(日)までは新聞紙の買い取りポイントが 2 倍に。買い取りできる資源の品目は公式サイト(<https://sone-ozone.com/information/shigen.html>)を確認を。
●問合せ/ソーネしげん TEL 052-910-1003

温暖化対策シンポジウム

アニメの上映や気象予報士などの講演、パネルディスカッションで地球温暖化について考えるシンポジウム「いま私たちにできる地球温暖化対策」が開かれます。参加無料。

●日程/12月16日(日)13:00～16:00 ●場所/SMBC パーク栄(中区錦 3-25-20、地下鉄東山線栄駅すぐ)
●定員 80 人(申し込み先着順) ●申し込み、問合せ/メール(a2693@kankyokuyoku.city.nagoya.lg.jp)、ファクス(052-972-4134)、電話(052-972-2692)で市環境局低炭素都市推進課へ。定員に達した場合のみ連絡します。

国際協力学が「カレッジ」

国際協力に関心を持つ人に「学び」と「きっかけ」の場をつくる「国際協力カレッジ」が開かれます。午前は「国際協力の仕事」を学ぶシンポジウムとテーマ別講座、午後は「国際協力分野のボランティア・インターンマッチング展」。参加無料。

●日程/12月22日(土)10:00～17:00 ●場所/JICA 中部なごや地球ひろば(中村区平池町 4-60-7、あおなみ線ささしまライブ駅から徒歩約 5 分) ●定員/70 人(先着順) ●申し込み、問合せ/12月18日(火)正午まで、名古屋 NGO センターにメール(info@nangoc.org)、電話(052-

228-8109)、または公式サイトで。

食の未来を考える講演会

食の未来について、学生や一般にも分かりやすく伝えるシンポジウム「あなたの食、今と未来～変化する食と農林水産業～」が開かれます。福島大学の生田真一教授による基調講演「近未来の食料と農業・農村」など。参加無料。
●日程/12月22日(土)13:30～17:00 ●場所/名古屋大(千種区不老町)工学部 1B 電子情報館 2 階大講義室 ●定員/200 人 ●申し込み、問合せ/申し込みは東海農政局の公式サイトまたはファクス(052-219-2673)で、問合せは電話(052-223-4610)で。

エコトピ 愛知の「おいしいもの」金山に大集合

愛知県の特産品を集めた「あいちの農林水産フェア」が11月23日(金・祝)、24日(土)の2日間、金山総合駅南口周辺で開かれました。

県産の野菜や肉、魚、それらを使った加工食品などを扱う32社が出店。色とりどりの看板やのぼり旗を立てたブースに自慢の商品をぎっしりと並べ、駅を歩き交う人々を誘い込んでいました=写真。

毎年フェアを訪れているという70代の女性は「体にいいものにこだわっているから、かちりちりめんに川魚の甘露煮、トマトなどを6,000円以上も買い物してしまいました」と笑顔。試飲や試食をしながら、お勧めの食べ方を細かく尋ねる熱心な買い物客も。大豆をはしでつかむ「豆つかみゲーム」や、ダイコンや国産はちみつ

の食べ比べの体験コーナーもあり、子どもから大人までが夢中で楽しんでいました。24日には、来場者100人にカーネーションをプレゼントして会場を盛り上げました。

出店者の1人で「愛とん弁当」(「愛とん」は東浦町の養豚場で育てられるブランド三元豚)を販売する「あいち食研」の頼川(えいかわ)涉さんは「弁当の販売を通じて生産者の思いを伝えられるのがいいですね」と手応えを感じ



じていた様子。

県の担当者は「フェアをきっかけに生産者と消費者の交流が生まれ、愛知の農林水産物への理解が深まることを期待したい」と話していました。

まき リサもんだい

カリフローレは何の仲間?

- Ⓐ キャベツ
- Ⓑ ホウレンソウ
- Ⓒ カリフラワー

答えは、先月号のRisaを見直して!
(公式サイトでも閲覧可)



焼き立てのイモにかぶりつく伊藤大斗君



焼き立てのイモにかぶりつく伊藤大斗君

名古屋から国道19号線を北上。商業施設が並ぶ春日井市中心部を抜け、国道を少し回り込んでたどり着くのが「土磨自然農園」。代表の横島龍磨さんが市内に点在する休耕田などを利用して開いている農園です。

ここに緑区から伊藤洋介さんと妻の志織さん、長男で小2の大斗君、そして千種区から中田雅文さんと妻の晴子さん、4歳の長女陽子ちゃんの家族2組がやって来ました。農園では普段から近くの子どもたちが農業体験をしており、ちょうど収穫の日。快晴の秋空の下、農園の一面で育てられたサツマイモを「ぜんぶ掘り起こして」と横島さんに言われ、さっそくテンションが上がった親子たち。

サッカークラブで活躍する大斗君は、ハイペースで土を掘り返して、どんどんイモを引



き抜こうとします。「わあ、こんなに長い!」。イモは思ったより深くまで育っていましたが、要領の分かった大斗君は次々に大きなイモを抜いて、畑の脇に積み上げていきます。

一方、イモ掘り初体験の陽子ちゃんもマイペース。少しずつ土をいじりながら、ときおり出てくる虫たちにも興味津々。やがて大斗君も手伝ってくれ、1時間半ほどですべてのイモを掘り出せました。

その間、横島さんは前日までに収穫したイモを焼いて、ひと仕事終えた家

里山のよさを再発見する「Re里山」(Reはリサイクルな)名古屋に隣接する愛知県春日井市で2組の家族に「イモ」



愛知県
春日井市

こだわり農
スイーツ

どの「リ」コーナー。今年最後の回は、
くしの体験をしてもらいました。

園でイモ掘り になる野菜も



大きく育ったイモを掘り出して
喜ぶ中田園子ちゃん(中)

にホクホクの焼きイモを提供。真ん
から割ってみると、鮮やかなオレンジ
色の実が。ガブリとかぶりつくと、
厚な甘さが口いっぱいに広がります。
こんなに甘いイモは初めて」と親子
何個もおかわりをしていました。

もともと料理人だった横島さんは、
材である野菜をつくる人が減る現
に危機感を抱き、自ら農業の道へ。
野菜がどうつくられ、売られ、食べ
れるかを知ってもらいたい」と年間
通したキッズプログラムを企画。野
は近郊のレストランやスイーツ店に

Information



【行き方】土磨自然農園(第7圃場)へは車で名古屋市内を出て国道19号線で15分程度。エルヴェラヴィは東名高速春日井インターを降りてすぐ。鉄道の最寄り駅はJR中央本線神領駅など。
【料金など】土磨自然農園(TEL 0568-90-1411)の「ミライキッズプログラム」は小学1～6年生対象、4月から11月に3か月ごとの1クールで5,000円(期間計15,000円)。エルヴェラヴィ(TEL 0568-81-3031)は10:00～20:00、水曜定休。

直接提供しています。

帰りがけ、そうした連携店の一つである「エルヴェラヴィ」に寄り、農園の野菜を使ったケーキなどをおみやげに買った2家族。「自分たちで掘ったものを味わえ、とても楽しい時間を過ごせました」(伊藤さん)「夕食もカレーライスにイモを入れて、好評でした」(中田さん)と感想を寄せてくれました。



野菜スイーツをおみやげに

プレゼント

締切 12月7日(金) 必着

A 野菜スイーツ店のパンケーキミックス…5人

里山体験で訪れた春日井市の野菜スイーツ店「エルヴェラヴィ」の特製パンケーキミックス3袋セット(1,080円)を5人に。愛知産小麦粉「きぬあかり」に土磨自然農園のホウレンソウ、トウモロコシ、紫イモをミックスしたヘルシーなおいしさをどうぞ。●問合せ/エルヴェラヴィ TEL 0568-81-3031



B カゴメ「日本の野菜」30缶入り1ケース…2人

カゴメ「日本の野菜」(1缶160g)30缶入り1ケースを2人に。トマト、ニンジン、ホウレンソウなど緑黄色野菜を中心に、9種類の国産野菜を使用したミックスジュース。すっきりとした香味で毎日続けられるおいしさです。



C ビオワイン「カオール 2015」…3人

フランス南西部のカオール地方で生産された赤ワイン「カオール 2015」750ml入り(2,250円)を3人に。古くから伝わる製法で作っているビオワイン。ブドウの素材そのものの味を感じることができます。●問合せ/ワインプラザマルマタ TEL 052-733-5255



D 掃除グッズ「スーパーソニック クスクラバー」…3人

ハンディタイプの電動掃除ブラシ「スーパーソニックスクラバー」(2,376円)を3人に。1分間に8,000回の高速反復回転で、力を入れずに効率的に汚れを除去します。2種類のブラシと硬さの異なる4種類のパッド付きで、場所や汚れに合わせた掃除が可能に。●提供/ジャパンインターナショナルコマース TEL 03-5790-2345



E 「名古屋クリスマスマーケット 2018」1,000円商品券…3人

12月8日(土)から24日(月・振休)、久屋大通公園・エディオン久屋広場で「名古屋クリスマスマーケット2018」が開催。ヨーロッパの郷土料理や、サンタクロースとの記念撮影などが楽しめます。会場内で使用できる500円券を2枚セットで3人に。●問合せ/東海テレビ放送 事業部 TEL 052-954-1107(平日10:00～18:00)



F Amazonギフト券1,000円分…5人

インターネット通販サイト「Amazon.co.jp」で商品が購入できるギフト券(1,000円相当)を5人に。

プレゼント・投稿の宛先

〒460-0008 名古屋市中区栄2-11-30
セントラルビル5F
中目MB「リサ12月号」係
<http://risa-eco.jp/>

はがきでも

ネットでも

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、エコつづ(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。
※当選者の発表は発表をもって代えさせていただきます。



ケータイ・スマホは
こちらから

プレゼント・投稿については、当選者の選定・発送、紙面掲載、取材申し込みの目的で使用いたします。読者モニター応募については、参加のための手続き及び、紙面掲載の目的で使用します。目的外利用、第三者提供は行いませんが、読者モニターについては、イベント保険加入のため保険会社に提供します。なお、結果発表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は、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。お問合せは以下の連絡先までお願いいたします。■連絡先:株式会社中日メディアプラン PMS管理責任者 TEL 052-232-3500

東海ラジオ「ヨヂカラ!」深谷里奈の



エコデカラ!

第43回 1杯のコーヒーから変わる未来

毎日のリラックスするひとときに欠かせないコーヒー。最近は豆の産地にこだわったものからひき方、いれ方まで、さまざまに楽しめます。中でも注目の「ルワンダコーヒー」について、9月にオープンした港区の「ららぽーと名古屋みなとアクルス」内の蔦屋書店で学んできました。

三重県桑名市のNPO法人「コーヒー生産地と協働する会」に招かれて、ルワンダから来日したのはディビッド・ルバンザンガボさん。世界的なコンペティションで毎年入賞するコーヒーを手掛ける生産者です。

ディビッドさんは政府のコーヒー局で働いていた経験を生かし、自らコーヒー栽培をスタート。豆の洗浄工場や加工工場を設立して「フイエ・マウンテンコーヒー」というブランドを立ち上げました。フイエというのはルワンダ南部の地名で、フイエ・マウンテンという山の中腹でコーヒーがつくられています。現在は2,500軒の小さな農家をまとめ、年間942トンのコーヒー豆を生産。ディビッドさんは農家と消費者をつなげるために活動しています。



名古屋で講演をしたルワンダコーヒーの生産者、ディビッド・ルバンザンガボさん

ルワンダでは人口の80~90%が農業に従事していますが、国民1人の1年間の平均収入は6万円程度。1日1食の生活で、平均寿命50歳という貧困と紛争にあえぐ現実があります。人々は未来を考えるより、今を生きることに精いっぱい。

そんな中で、ディビッドさんはコーヒー販売で得たお金で水道をひいたり、道具や牛を買って生産に役立てたり、若い農家たちにコーヒーや市場の知識を伝えたりし始めました。「いいものをつくれれば未来へつながる」「得たお金は貯金をして、次に役立てようという教育をする」ことで若い生産者

たちのやる気を伸ばしたのです。

コーヒーの質を管理するためには、生産地を6つのゾーンに分け、豆をそれぞれ混ぜずに出荷することで特色を生かす管理も。ワインのブドウが畑で味が決まると似た工夫です。

「いいものをつくれれば高く売れる。そのお金で現地が幸せになり、コーヒーを飲む人も幸せになる」。ディビッドさんは、そんなサステイナブルな生産の形が大事だと強調しました。



ルワンダコーヒーが買える千代田区の「R art of coffee」でオーナーの寺田孝史さんと

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16:00~17:45オンエア。本連載をまとめた書籍『エコデカラ!』(桜山社)も好評発売中!



何気なく飲んでいる一杯のコーヒーをちゃんと選んで買う。日本にいる私たちも、そうしたことでディビッドさんのような人たちのサポートができます。NPOの会員には、コーヒー焙煎業者やコーヒー店主の他、青年海外協力隊でルワンダに派遣され、2年間土壌の研究をしたという人も。そうしたメンバーのサポートで、現地の収穫量はアップ。日本でもルワンダコーヒーをおいしく飲むことができるのです。

海外の生産者に直接会い、そのコーヒーを楽しむ…これこそ新しいものの買い方! ディビッドさんのコーヒーは認証ラベルなどはありませんが、フェアトレードの商品です。会場となった蔦屋書店内のカフェ「adedge(アデッジ)」をはじめ、千代田区の「R ART OF COFFEE (アールアートオブコーヒー)」では100円918円で販売。詳しくは「ルワンダ フイエ・マウンテンコーヒープロジェクト」でネット検索を。

おたより

特集「いい空間 e活用」

・技術が進歩する中、古い建物の再利用は、街の色合いから雰囲気まで生まれ変わっていく感じ。防犯の意味からも街に活気がでるのはいいことです

ね。(天白区・主婦・65歳)

・自分の周りにも空き店が多くなり、寂しく感じます。でも若い人たちがリフォームし、開店したのを見ると応援したくなります。(瑞穂区・主婦・66歳)

ミニ家族会議

・折り紙がかわいいです。最近、会社

の子がおいっこに折り紙を折ってるって言うので、気になりました。(中村区・会社員・42歳)

・折り紙は父の手先にもよいと思って読みました。(千代田区・主婦・51歳)

東海まるごと Re 里山体験

・今回の里山体験の上石津には、夜に

子どもとよく星を見にいくので、体験などがあるのが参考になりました。(中村区・会社員・45歳)

・体験企画、面白いです。周辺の道路事情や駐車場の数などもあるとよりわかりやすいと思います。(中川区・会社員・49歳)

リサカレンダー 12/1→1/6



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(銅、やかんなど)、缶、瓶
★のみに上記に加え羽毛製品(ダウン50%以上)、リユース品(使用感の少ない不用品)
※★の回収品目については、同団体のホームページ(<http://es-net.jp/>)か電話で要確認
※開催日程は変更される場合があります。主催団体に確認ください



リサイクルステーションからのお知らせ

- ★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
※「リサイクルステーション」は、12月31(月)~2019年1月3日(木)までは
全会場休止です。
- 問合せ ★=中部リサイクル運動市民の会 TEL 052-982-9079
※土・日・祝は TEL 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 TEL 052-309-7305
●=名古屋のごみを考える市民の会 TEL 090-7433-3735

リサイクルステーション

エリア	会場	開催日程
千種区	ヤマナカアスティ店	★ 12/1(土)・15(土) ※休止 1/5(日)
	イオンタウン千種	★ 12/6(木)・20(木)
	アピタ千代田橋店	★ 12/7(金)・14(金)・21(金)・28(金) ※休止 1/4(日)
	ナフコミダ香南店	◆ 12/7(金)・14(金)・21(金)・28(金)・1/4(日)
	タッチもこい	★ 12/11(日) ※休止 12/25(日)
東区	イオンモールナゴヤドーム前店	★ 12/13(火)・27(火)
北区	エクボ辻町店	★ 12/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・29(土) ※休止 1/5(日)
	パロー光音寺店	★ 12/4(月)・18(月)
	ピアゴ味鋺店	★ 12/6(水)・13(水)・20(水)・27(水)
	オズモール大曽根商店街	★ 12/7(金)・21(金) ※休止 1/4(日)
西区	ヨシヅヤ名古屋西店	★ 12/10(月) ※休止 12/24(月)
中村区	ヤマナカ八田フランテ館	★ 12/5(火)・19(火)
	ピアゴ中村店	★ 12/10(月)・24(月)
	バレルシェ中村店	★ 12/13(火)・27(火)
中区	マックスバリュ千代田店	◆ 12/4(月)・11(月)・18(月)・25(月)
	東別院	★ 12/11(日)・25(日) ● 12/6(水)・20(水)
昭和区	シャンピアポート	◆ 12/5(火)・12(火)・19(火)・26(火)
	西友御器所店	★ 12/12(金)・26(金)
	八事ハウジング	★ 12/12(金)・26(金)
瑞穂区	パロー瑞穂店	★ 12/4(月)・18(月)
熱田区	Re☆創庫(リそろこ)あつた	★ 12/1(土)~3(月)・6(火)~10(月)・13(火)~17(月)・20(火)~24(月)・27(火)~30(日)・1/6(日) ※休止 1/4(金)・5(土)
	イオンモール熱田	◆ 12/4(月)・11(月)・18(月)・25(月) ● 12/13(火)・27(火)
	中川区	豊成団地3号楼
中川区	ビッグエクスプレス五女子店	◆ 12/3(月)・10(月)・17(月)・24(月)
	フィールドアイアプラザ	★ 12/5(火)・19(火)
	ビッグエクスプレス荒子店	◆ 12/5(火)・12(火)・19(火)・26(火)
	ザ・チャレンジハウス太平通	★ 12/6(水)・20(水)
	アズパーク	★ 12/7(金)・21(金) ※休止 1/4(日)
	港区	パロー港栄店
港区	アオキスーパー木場店	◆ 12/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・29(土)・1/5(日)
	エクボちとせ店	◆ 12/4(月)・11(月)・18(月)・25(月)
	ナフコ南陽店	◆ 12/4(月)・11(月)・18(月)・25(月)
	ナフコ当知店	◆ 12/5(火)・12(火)・19(火)・26(火)
	イオンモール名古屋みなと店	◆ 12/6(水)・13(水)・20(水)・27(水)
	エクボ入場店	◆ 12/7(金)・14(金)・21(金)・28(金)・1/4(日)
南区	JAなごやAコープ南陽店	★ 12/13(火)・27(火)
	DCMカーマ元塩店	★ 12/4(月)・18(月)
	あいち生活協同組合	● 12/9(日)・23(日)
	アピタ名古屋南店	★ 12/5(火)・19(火)
南区	Re☆創庫(リそろこ)さくら	★ 12/1(土)・4(月)~8(土)・11(月)~15(土)・18(月)~22(土)・25(月)~27(月) ※休止 12/28(金)・29(土)・1/4(日)・5(日)
	守山区	清水屋藤ヶ丘店
守山区	イオン守山店	★ 12/3(月)・10(月)・17(月)・24(月)
	ユープあいち小幡店	★ 12/4(月)・18(月)
緑区	ピアゴ西城店	★ 12/7(金)・14(金)・21(金)・28(金) ※休止 1/4(日)
	ピアゴ清水山店	★ 12/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・29(土) ※休止 1/5(日)
	エクボもも山店	★ 12/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・29(土) ※休止 1/5(日)
	アピタ鳴海店	★ 12/6(水)・13(水)・20(水)・27(水)
	大高公設市場	★ 12/14(金)・28(金)
	アオキスーパー鳴子店	● 12/8(土)・22(土)
名東区	西友高針店	★ 12/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・29(土) ※休止 1/5(日)
	イオン名古屋東店	★ 12/11(日)・25(日)
	マックスバリュ香流店	★ 12/12(金)・26(金)
	イオンメイトピア店	★ 12/4(月)・11(月)・18(月)・25(月)
天白区	ファンダース豊田店	★ 12/1(土)・15(土) ※休止 1/5(日)
	ピアゴ稲田店	★ 12/7(金)・14(金)・21(金)・28(金) ※休止 1/4(日)
	アオキスーパー稲田店	● 12/8(土)・22(土)

マルシェ

○南生協病院(地球の子)	12/1(土)・10:00~15:30/南生協病院ロータリー周辺(緑区大高) /15店
○自由ヶ丘	12/8(日)・10:00~16:00/自由ヶ丘プラザ(千種区自由ヶ丘) /20店
○tonarino	12/9(日)・10:00~16:00/名城公園tonarino(北区名城公園内) /25店
○金山	12/15(土)・16(日)・10:00~18:00/金山総合駅南口周辺/20店
○八事山興正寺	12/21(金)・10:00~15:00/八事山興正寺(昭和区八事本町) /80店
○フェアトレード・ツキイチマルシェ ※最終回	12/2(日)・10:00~16:00/名古屋テレビ塔周辺(中区錦) /10店
■あさみや	12/1(土)・15(土)・10:00~15:00/名城公園tonarino(北区名城公園内) /30店

問合せ ※店舗数は増減する場合があります。

○=サロン・ド・マルシェ事務局 TEL 052-798-6522 ◎=エシカル・ベネロープ TEL 052-972-7350
■=名城公園 tonarino事務所 TEL 052-325-3121

フリーマーケット

☆名古屋けいりん	12/2(日)・15(土)・16(日)・23(日)・24(月)・28(金)・29(土)・30(日)・1/6(日)・10:00~16:00/名古屋競輪場内(中村区中村町) /20店
☆藤が丘	12/1(土)・1/5(土)・10:00~14:00/藤が丘(名東区藤が丘) /10店
◇小幡緑地	12/16(日)・10:00~14:00/本園 芝生広場B(守山区牛牧) /25店
◇モリコロパーク	12/16(日)・10:00~14:00/愛・地球博記念公園 西エントランス広場(長久手市茨が廻間) /25店
♥大高緑地スワップミート	12/2(日)・1/6(日)・10:00~15:00/休憩センター周辺(緑区大高) /10店
♡ごえん市	12/2(日)・1/6(日)・10:00~15:00/円領寺商店街東(西区那古野) /35店
◇なるばーく	12/1(土)・15(土)・1/5(土)・10:00~14:00/なるばーく1階正面入り口前広場(緑区蒲里) /30店

問合せ ※店舗数は出店募集です。季節によって増減する場合があります。

☆=愛知フリーマーケット協会 TEL 0567-32-5230 ♥=大高緑地ミッドセンチュリープロジェクト
◇=特定非営利活動法人MFA TEL 059-320-0133 TEL 070-5409-2655 (今村)
□=キティ&マーズ TEL 090-4199-6947 ♡=げんき会 TEL 052-502-8366 (米本)

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

古紙リサイクルセンター

千種区	石川マテリアル千種	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)
東区	名古屋紙業	12/8(日)・15(土)・22(土)
北区	名古屋北勢商事	12/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・29(土)
北区	福田三商北名	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)
西区	リメイキング北名	12/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・29(土)
西区	大栄紙業	12/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・29(土)
西区	東海資源	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
中村区	太田商店	12/1(土)・8(土)
中村区	水谷製紙原料	12/8(日)・9(日)・23(日)
昭和区	藤川紙業	12/1(土)・8(土)・15(土)・22(土)・29(土)
中川区	福田三商福船	12/1(土)・2(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
中川区	宮崎中川	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
港区	石川マテリアル港	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
港区	名港宮崎	12/1(土)・2(日)・8(日)・15(土)・22(土)・29(土)
港区	宮崎港南	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・22(土)・29(土)
港区	福田三商藤前	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
南区	オノセイ	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
南区	福田三商南	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)
南区	リメイキング南	12/9(日)
守山区	ECO 兼子	12/1(土)
守山区	大幸商事	12/1(土)・8(日)・9(日)・15(土)・22(土)・23(日)・29(土)
守山区	石川マテリアル守山	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
緑区	石川マテリアル鳴海	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
緑区	山十本社	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
緑区	山十緑古紙センター	12/1(土)・2(日)・8(日)・9(日)・15(土)・16(日)・22(土)・23(日)・29(土)・30(日)
名東区	長谷川商事	12/2(日)・16(日)

愛知県古紙協同組合 (TEL052-533-2371) では、上記の26カ所で古紙リサイクルセンターを開催中。土・日曜日のほか、一部では毎月8日(環境保全の日)にも開催しています。
※年末年始は、日程が変更になる場合があります。

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

「低炭素社会」を考えるフォーラム

愛知県

地球温暖化防止月間の12
月21日(金)13:30から、
愛知芸術文化センター(東
区)で県民と事業者向けに



「あいち低炭素社会づくりフォーラム」を開催予定。環境に配慮した経営に関する講演やトークセッションで、低炭素社会の実現に向けたビジネススタイルを考えます。
●TEL/052-954-6213(環境部地球温暖化対策課)

日進産のコーヒーづくり挑戦

Aoyagi Coffee Factory

フェアトレードやオーガニックにこだわ
る日進市のコーヒー専門店。8月から
「日進市産コーヒー栽培プロジェクト」
として露地栽培・無農薬・無肥料の自然
農法に挑戦。コーヒーの実の果実を加工品にする
など、コーヒーの6次産業化も目指します。●TEL/
090-1285-0059(青柳)



めざせ! エコシティなごや

Risa

発行 協力... 中日新聞社・中日新聞販売店
発行 部数... 512,280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・
名古屋環境局

※本誌記事・写真などの無断転載を禁じます

広告掲載の
問い合わせは

総合広告代理店 株式会社 中BBB
〒460-0008 名古屋市中区栄2-11-30 セントラルビル5F

発行/中日メディアブレン
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
●mail...cmb@media-brain.co.jp
●URL...http://www.media-brain.co.jp

TEL052-218-3332 FAX052-203-1307

●mail...contact@chunichi-bb.co.jp
●URL...http://www.chunichi-bb.co.jp



Risaは環境にやさしい植物性インキや古紙の再生紙を使用しています。



一つの食材で2度おいしい エコ・クッキング

今月の食材
「カリフラワー」

雪の結晶カリフラワーと チキンのやわらか焼き

材料 (2人分)

鶏もも肉.....1枚
サラダ油.....大さじ1
塩コショウ・小麦粉...適量
タイム.....10cmほど1本
カリフラワー.....適量

ケチャップ...大さじ2
しょうゆ・酢.....各小さじ1
みりん.....大さじ1
喜美良(きびら)または
三温糖.....大さじ1/2



作り方

- ① カリフラワーをスライサーで薄くスライスする。
- ② 鶏もも肉を四等分し、塩コショウをふって、小麦粉を薄くまぶす。
- ③ フライパンにサラダ油を入れ強火で②の皮目を下にして焼く。焼き色が付いたら裏返し、ふたをして弱火にし8分蒸し焼きにする。
- ④ Aの調味料を混ぜ、③にまわしかけ煮詰めながら照りが出るようにからめる(中火)。
- ⑤ 皿に④をのせ、①とタイムを飾る。

●取材協力・レシピ提供/ヤマトライス かわぐちかおる



カリフラワーのピクルス

パーティの一品にカラフルなピクルスを。生のまま漬けるので栄養価も豊富です。赤ダイコンはラディッシュでも代用できます。

【材料】(直径90mm×高さ110mmの瓶)
カリフラワー.....100g (ピクルス液)
赤ダイコン.....100g 米酢.....200cc
トウガラシ(唐の瓜) 白ワイン.....100cc
.....1本 喜美良または三温糖
ブラックペッパー.....5粒.....大さじ4
タイム.....10cmほど1本 塩.....小さじ2
水.....150cc



カリフラワーと赤ダイコンは水気を拭き取り、食べやすい大きさに切り分ける。トウガラシは中の種を取り除く。水気のない清潔な瓶に、切った材料とトウガラシ、ブラックペッパー、タイムを入れる。ピクルス液の材料をすべて鍋に入れ沸騰させ、粗熱が取れたら瓶に注ぐ。3時間ほど漬けたら完成。



「喜美良」は奄美諸島産サトウキビ100%の砂糖です。南国の太陽を浴びて育ったサトウキビは天然ミネラル成分が豊富で、マイルドで自然なコクと優しい風味が特徴です。煮物などさまざまな料理、お菓子作り、コーヒー、紅茶などにもよく合います。

Y ヤマトライス
http://www.yamatorice.co.jp/

