

食材はみんなの余りものメニューはみんなのアイデア

食とわくツッキング



参加者
募集

1.24 (土) 11:00~13:00

ゲストはハレのお皿 西村シェフ。
お料理のプロと一緒にクッキング！

西村真俊さん

ブライダルホテルで修行をスタート。その後、フレンチレストラン、外資系ホテル、料理学校講師などで経験を経て、川西市水明台にフレンチの技法を使ったフレンチOBENTOやお惣菜などを中心とした『ハレのお皿』を2023年オープン。猪名川町のお弁当屋さん「まきば」の料理監修と就労継続支援の活動にも従事。



場 所：阪急オアシス日生中央
キッチンスタジオ

対 象：こどもから大人までどなたでも
※保護者1名につき、小学生以下1名無料
※小学生以下の方のみでの参加不可

定 員：16名
※先着順

参加費：500円(材料費等)

参加申込は
こちらから



おうちで持て余している
食材を持って来てください



おうちで持て余している食材を持ち寄って、自由な発想で即興クッキング。
食品ロスになりそうなものを救い出して、たのしくおいしくいただきます。
調理で出た生ゴミはコンポストをして生ごみもゼロに。

“食とわクッキング”の流れ をご紹介

身近な食品ロスについて
知る・考える



実践する

みんなでクッキング
おいしくいただきます
生ごみをコンポスト



この食材はなぜ余ったんだろう？



アイデアを出しあってクッキング！



最後はコンポストで生ゴミゼロ！

[持ち物]

- ・衛生用品（エプロン、三角巾や帽子、ハンドタオルなど）
- ・飲み物
- ・家や職場で使い切れない食材1～2品

※衛生管理上、以下のものは持参しないでください

賞味期限・消費期限の過ぎているもの、個人が手作りしたもの、開封済みのもの、要冷蔵の食品、調味料
お持ちいただいたものを使わない場合もございます。ご了承ください。

以前持ち込まれた食材には、
インスタント食品、パックごはん、
チョコレート、カレールウ、
スープや鍋の素などもありました！

「食とわ」は食をたいせつにする

さまざまなアクションやアイデアがあつまるところ

食とわの「わ」。それは循環の「環」であり、思いが集まって広がる「輪」、
みんなが「わかる、わかる！」と共感しながら「話」すことでもあります。

型にはまらない料理の中で、普段やらない食材の組み合わせが楽しく
意外なおいしさの発見もありました！



子どもが自分でクッキングする楽しさの中で、食べ物の大切さを
改めて学んでくれたかなと思います。

[お問い合わせ] 株式会社地球Labo（事務局）
TEL：050-3701-1379(月～金 10時～17時)
Email：contact@chikyu-labo.com

[共催] エイチ・ツー・オー リテイリング株式会社
株式会社関西フードマーケット

[協力] 株式会社地球Labo、一般社団法人フードサルベージ

[後援] 猪名川町、猪名川町教育委員会

食とわInstagram 食とわwebサイト



食とわ

