

# フードバンクを知っていますか？ あなたにもできる SDGs!



フードバンクは賞味期限内でまだ食べられるにも関わらず、規格外として販売できない食品や家庭で使用されていない食品を、企業・農家・個人などから受け取り、食べ物に困っている人や福祉施設に無償で提供する活動です。

相生市では令和6年7月からフードバンク相生を開設し、食品ロスの削減と食品を通じた社会貢献につながる取り組みをしています。フードバンクに集められた食品は、品質を確認後、子ども食堂や経済的に苦しい子育て世帯などに渡されています。

- ★ 提供していただきたい食品 ★
- お米(白米・玄米・アルファ米)
  - 缶詰・レトルト・インスタント食品
  - 海苔・お茶漬け・ふりかけ
  - 粉ミルク・離乳食・お菓子
  - 調味料(醤油、食用油など)
- 1か月以上賞味期限が残っているもの



【受付場所】市役所3号館  
(地域振興課) 駐車場倉庫  
【受付時間】毎週木曜日 10時～12時  
上記以外は地域振興課で随時受付します  
【問い合わせ】(0791) 23-7130



## 夕やけ食堂に行ってきました～あさひ食堂～

11月16日、あさひ食堂に行ってきました。場所は旭2工目の常盤旅館。この日がオープンでした。メニューは定番のカレーライス。社会福祉協議会からパンダも応援に来てくれました。子どもたちも保護者の方も地域の方も楽しくテーブルを囲みます。みんなで食べると美味しいね。

子どもたちの笑顔を見るのが一番楽しいです。

少しでも保護者の方にホッとする時間を提供できればうれしいです。

この場所が新しい出会いの場所になれば、と思って活動しています。お気軽に参加ください



夕やけ食堂のボランティアさんたちは、看護師や栄養士、調理師や歯科衛生士などの専門家や長年いろいろな経験を重ねてきたベテランぞろい。大学生の若いスタッフもいます。ちょっとした相談もOK！お話を聞いてくださいますよ。食事しながらなら話しやすいですね。



**古池食堂:毎月第2・4木曜 夕やけ荘**  
\* 16:45～18:45(食事開始は 17:15～)  
**あさひ食堂:毎月第3土曜 常盤旅館**  
\* 12:00～13:00

★子ども無料(3才以上中学生以下)  
保護者・高校生以上 300円

### レンジで簡単♪温野菜料理



材料(1人分):かぼちゃ、にんじん、さつまいも、ブロッコリー、かぶ、キャベツ(各50～100g)、ゆずみそ、マヨネーズ適宜

1. にんじんやかぼちゃは5mm程度、そのほかの野菜は一口大に切る。
2. 耐熱容器にすべての野菜を入れ、ふんわりラップをかけて、600Wで約7分加熱する。
3. ゆずみそにマヨネーズを好みの量加えてディップソースを作る。

\*おすすめのディップソース\*

豆腐とマヨネーズをフードプロセッサーで回すと簡単にソースができます！

### 親子で新春味クッキング

たっぷり

#### 牡蠣のチャウダー



材料(3人分):牡蠣のチャウダー1缶 好きな野菜(人参・玉ねぎ・じゃが芋・きゃべつ等) 缶一杯の牛乳(300ml)

1. 野菜は食べやすい大きさに切り、茹でておく。
2. 鍋に牡蠣のチャウダーを移す。そして缶いっぱいの牛乳をいれて、茹でた野菜をいれて温める。

牡蠣のチャウダーは相生産業高校 ティピアスが相生市の特産品の「牡蠣」を使って開発商品化したものです。牡蠣の風味たっぷりでクリーミーな味です。

