

練馬区立リサイクルセンター

ゆずりは vol.55

DEC.2021
JAN.2022

ねりま 環境・リサイクル情報誌 発行年月：令和3年(2021年)11月
発行：練馬区立リサイクルセンター、アクティオ・練馬区立リサイクル共同事業体
練馬区立リサイクルセンターホームページ[https://www.nerima-r.c.jp/]



すごいね! 重曹!

AMAZING!
BAKING SODA!

講座コンセプトは
「家にある重曹を
使いきろう!!」

天然素材の掃除グッズとして、すっかり暮らしの中に定着した重曹。掃除にとどまらず、洗濯、料理、リフレッシュなど、さまざまな用途に役立っている方も多いことと思います。その一方で、興味を持って重曹を購入したものの、使いこなせないまま、

食品棚の片隅にしまい込んでいるといった方も少なからずいらっしゃるようです。「知れば知るほど使い勝手のいい重曹。しまい込んでいるのはもったいない!!」と立ち上がったのが、豊玉リサイクルセンター環境グループのボランティア講師の皆さんです。地産地消、都心の農業についてなどを切り口に、練馬産野菜の使いきり料理や生ごみたい肥づくりなど、生活者視点の環境講座を提案してきました。そんなメンバーが打ち出した重曹講座のコンセプトは、「家にある重曹を使いきろう!!」。こうして重曹のマルチな魅力を再発見していただくための講座、「重曹で美味しい料理と便利にお掃除」が誕生しました。



「“再発見”という点に着目し、実習と試食に加え、講義にも力を入れています」と語るのは、まとめ役の成瀬枝里子さんです。この講座が支持されるのは、単なる料理講座、掃除講座ではなく、重曹そのものの理解からスタートする点。講義を担当する戸部賢二さんは「重曹とはどういふものか。その性質や用途を理解すれば、応用力が高まりますよ」と説明します。重曹クリームの作り方を実演する平野素子さんは「実際にいろいろ試すと、エコな発想がどんどん広がっていきます」、料理担当の石川佳代さんも「ひとつまみの重曹が引き起こすマジックレシピを楽しんでください」と、重曹の魅力を披露してくれました。

ひとつまみの
重曹が引き起こす
アメイジングな世界へ



家にある重曹に再度活躍のチャンス!そして、重曹ピギナーの皆さまもぜひチャレンジを!驚くほどすごい!アメイジングな重曹の魅力を体験してください。

写真右から 成瀬枝里子さん、戸部賢二さん、平野素子さん、石川佳代さん

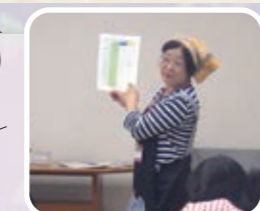
★講座 INFORMATION★

重曹の魅力を再発見する講座にご案内します!

重曹のことをもっと理解して、使いこなせば、安心安全な暮らしに大いに役立ちます。豊玉リサイクルセンターの「重曹で美味しい料理と便利にお掃除」は、しっかり学習!楽しく実習!美味しく試食!三拍子揃った人気講座です。本講座は【託児OK】、小さなお子さま連れはママも大歓迎です!



しっかり学習!



VOICE

本講座に参加された皆さんの声

- 重曹をクリーム状にするというのは新発想!使いやすそうです。
- 元氣な講師の方々のお話に引き込まれて、あっという間に終わってしまいました。一番良かったのは、私たちが理解できるまで説明してくださったこと。勉強になりました。
- 家にある重曹でいろいろやってみようと思います。初めて当選してうれしかったです。
- きっかけがなくて使えなかった重曹。今日からさっそく使います。

楽しく実習!



美味しく試食!



豊玉リサイクルセンター

【託児OK】重曹で美味しい料理と便利にお掃除
令和4年(2022年)1月22日(土) 10:00 ~ 12:00
詳細は裏面をご確認ください。

重曹の
魅力満載!

「重曹で美味しい料理と便利にお掃除」講座の一部を大公開!

LECTURE

講義編



AMAZING!

天然重曹と化学合成重曹の話に始まり、掃除用重曹と食用重曹の違い、それぞれの性質や作用、用途などの説明まで、重曹そのものにフォーカスした講義で理解を深めます。掃除に役立つ知識として、粉のまま、クリーム状、水溶液という3つの使い方、さらには重曹に加え、セスキ、クエン酸の効果的な使い方をご紹介します。

主な作用と用途

- ①中和作用
重曹は弱アルカリ性なので、酸性の油污れなどを落とす中和剤に。
用途 換気扇やコンロの油污れに。重曹水に食器や衣類をつけておくと汚れとにおいを中和します。
- ②消臭・吸湿作用
生ごみや魚や肉の臭み、尿、たばこのにおいを包み込み、消臭する効果があります。
用途 トイレや靴箱、押し入れ、冷蔵庫などの消臭剤・吸湿剤として使えます。
- ③研磨作用
粒子が非常に細かいので、ソフトな研磨剤としてキズをつけずに汚れを取り除くことができます。
用途 茶渋、フライパンや鍋の焦げつきなどに効果を発揮します。
- ④発泡作用
重曹と酸が中和すると、二酸化炭素が発生します。その細かい泡を利用します。
用途 お菓子をふくらませたり、手の届きにくい排水口や細かい部分の清掃にも応用できます。
- ⑤軟水化作用
重曹は水中の金属イオン(カルシウムやマグネシウム)を封じることがあります。
用途 お風呂に溶かすと、お湯がやわらかく感じられボカボカが持続。山菜のあく抜き、茹で野菜の色を鮮やかにする効果も。

まだまだあります!

- 衣類や食器、おもちゃなど、つけおき洗いで赤ちゃん用品を衛生的に。
- 切り花を長持ちさせる効果も。ペットのシャンプーやトイレ消臭に。
- エビやイカを炒める前にひとつまみ。プリプリの仕上がりに!
- フワフワのオムレツ、ホクホクのマッシュポテトに。

CLEANING

ガスコンロや換気扇などの頑固な油污れに効果バツグン!

クリーム状なので、液体洗剤のようにボタボタ落ちてくこともなく、泡が汚れに密着し、油污れなどを分解して浮かせます。重曹の研磨力と液体せっけんの洗浄力で汚れをスッキリ落とせます。

●作り方

重曹に液体せっけんを少量を少しずつ加えながら混ぜ合わせ(1)、発泡して全体がふんわりしたら(2)、重曹クリームの出来上がり。



●材料

重曹
液体せっけん
酢



●使い方

やかんや鍋についた油污れや焦げ、湯飲み茶わんについた茶渋に重曹クリームを塗ってしばらく置きます(ラップを巻いてもOK)。スポンジでこすり、洗い流せば、ピカピカ!



実習編

PRACTICE

COOKING

木綿豆腐と鶏の胸肉、重曹マジックで美味しさアップ!

食用の重曹は、さまざまな料理に使われています。ほんのひとつまみで、クッキーやてんぷらをサクサクにしたり、魚や肉のにおいを抑え、ジューシーな仕上がりにしたり…。お好みの2品を紹介します。

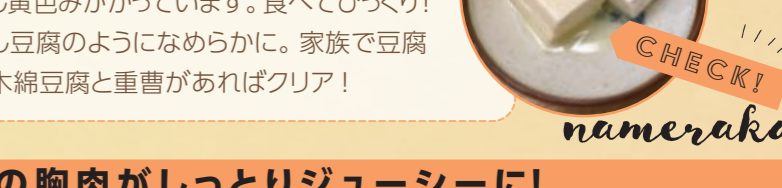
木綿豆腐が絹ごし豆腐に

木綿豆腐を茹でお湯が沸騰したら、重曹を入れます。発泡後、再沸騰したら出来上がり。



鶏の胸肉がしっとりジューシーに!

鶏の胸肉を少量の水と重曹、お好みの調味料を加えて一晩漬け込み、こんがり焼きます。



CHECK! nameraka

左が重曹を加えた木綿豆腐、右が茹でただけの木綿豆腐。比べると、左のほうが少し黄色みが付いています。食べてびっくり!左の木綿豆腐は、絹ごし豆腐のようにならぬに。家族で豆腐の好みは分かれても、木綿豆腐と重曹があればクリア!

CHECK! shitori

左が重曹についた胸肉、右が何も手を加えていない胸肉です。左は少し色が変わっています。熱々のグリルチキンを、まず一口。パサパサ感はなく、しっとりジューシーに焼き上がりました。



粗大ごみを出すときの手順

STEP 01 電話またはインターネットで粗大ごみ受付センターに申し込み

●電話受付の場合
☎03-5703-5399
月~土曜日 8:00 ~ 19:00
※祝日含む(12月29日~1月3日を除く)

●インターネット受付の場合
24時間受付 お申し込みはこちら▶

※パソコン等の環境によりインターネット申し込みができない場合があります。

粗大ごみの出し方にご注意ください

リサイクルセンターでは粗大ごみの収集・持込みは行っていません

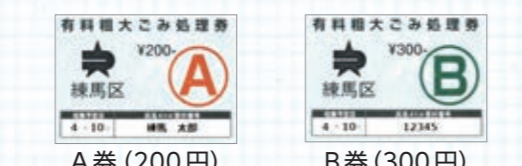
ご家庭から出る粗大ごみの収集・持込みは有料で、粗大ごみ受付センターへ電話かインターネットでのお申し込みが必要となります。なお、練馬区資源循環センターまで持ち込む場合の料金は、収集料金の半額となります。

また、循環型社会を目指す活動の一環として、練馬区では練馬区資源循環センターが粗大ごみとして回収した家具を修理・清掃し、リサイクルセンター

で販売する取り組みを行っています。そのため、年末の大掃除シーズンになると、リサイクルセンターに粗大ごみに関するお問い合わせが数多く寄せられますが、リサイクルセンターでは粗大ごみの収集・持込みは行っていませんので、ご注意ください。

STEP 02 練馬区の有料粗大ごみ処理券を購入する

有料粗大ごみ処理券は、区内コンビニエンスストア、練馬清掃事務所、石神井清掃事務所、清掃リサイクル課(区役所本庁舎18階)などでお求めいただけます。



STEP 03 粗大ごみを出す

●収集の場合
有料粗大ごみ処理券を貼って、登録した排出場所に出してください。

●持込みの場合
有料粗大ごみ処理券を貼って練馬区資源循環センターに持ち込んでください。
※持込みの場合も申し込みが必要です。

練馬区立リサイクルセンター4館合同企画講演会 地球温暖化リスクと脱炭素への道 ~みらいの地球に今私たちができること~

地球温暖化は、平均的な気温の上昇だけでなく、異常高温(熱波)や大雨・干ばつの増加など、さまざまな気候変動を引き起こすといわれています。令和4年の練馬区立リサイクルセンター4館合同企画講演会では、国立環境研究所 地球システム領域 副領域長の江守正多さんを講師に迎え、私たちが取り組むべき課題についてうかがいます。

当日は、会場受講に加え、WEB会議システムZoomを使ったオンライン受講もご用意しました。皆さまのご都合に合わせて、リアルで、そしてオンラインで、ぜひご参加ください。



令和4年2月5日(土)
14:00~16:00
(開場:13:30)
練馬区立区民産業プラザ
Coconeriホール
参加費無料

■講師
江守正多さん
国立環境研究所 地球システム領域 副領域長

PROFILE
1970年神奈川県生まれ。1997年に東京大学大学院 総合文化研究科 博士課程にて博士号(学術)を取得後、国立環境研究所に勤務。2021年より地球システム領域 副領域長、社会対話・啓蒙推進室長、東京大学 総合文化研究科 客員教授、著書に「異常気象と人類の選択」「地球温暖化の予測は「正しい」か?」、共著書に「地球温暖化はどれくらい怖いのか?」「温暖化論のホンネ」等。

■申込方法
●会場受講 定員150名(抽選)
ホームページ、往復はがきいずれかの方法で、①催し名に加え、参加者全員の②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤連絡先(電話番号等)をご連絡ください。
※手続通訳を希望する方は、令和4年1月13日(木)までにお知らせください。

●ホームページの場合
練馬区立リサイクルセンター
お申し込みはこちら▶

●往復はがきの場合
〒178-0061
大泉学園町1-34-10
練馬区立大泉リサイクルセンター

●オンライン受講 定員100名(先着順)
WEB会議システムZoomを使ったオンライン配信も行います。ご希望の方は、上記ホームページで詳細を確認のうえお申し込みください。

■申込受付期間
令和3年11月21日(日)~令和4年1月13日(木)
※往復はがきは必着。

■お問い合わせ
練馬区立大泉リサイクルセンター ☎03-3978-4030

●新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、講演会が縮小または中止になる場合があります。

