



しりまぎ

127号 2016年12月

生活クラブ浦和東支部委員会

<http://club-urawa.sakura.ne.jp>

## ☆講演会のお知らせ☆

# 「子どもの脳を守りたい！」

身近な有害化学物質（合成洗剤・芳香剤・虫よけスプレー等）が環境や生態系、人体にどんな影響を与えているか…子どもの脳や体は大人以上にこういうものの影響を受けやすいといわれています。日常生活の中で気をつけられることがたくさんあります。この講演をきっかけにより良い生活を考えてみませんか？

日時：2017年 1月23日（月）

10時～12時（開場9時30分）

会場：コムナーレ 多目的ホール（浦和パルコ10階）

講師：西川裕美氏、石田由香氏

参加費：無料 定員200名 後援：さいたま市

問い合わせ先＝川口センター（担当：牧野）電話：048-286-6911

FAX：048-286-6915

原山の川上さんがきれいなカラーチラシを作ってくれました。公民館や図書館にも置いています。チラシが配布されましたら、ぜひお友達やお知り合いも誘ってお申込みください。託児はありませんが、お子様と一緒にご参加いただけます。

## ☆ライフプラン講座のお知らせ☆

「我が家の教育費」～教育費はどのくらいかかるのでしょうか？

家計に占める教育費の割合、子ども1人あたりにかける教育費は？～

日時：2017年 2月17日（金）

10時～12時

会場：コムナーレ 南ラウンジ（浦和パルコ9階）

講師：逆井芳子氏

参加費：無料

仔細は後日配布されるチラシをごらんください。

## ☆報告☆

11月5日（土）に「プラスチックスープの海」—使い捨てプラスチックの削減を—の講演会が、高田秀重氏（東京農工大学教授）を講師に迎えて開催されました。

1人1年間にペットボトル100本、レジ袋300枚、1世帯で1日数百gのプラスチックゴミを出している。ペットボトルやレジ袋は、紫外線、熱、波の力などにより細かな破片、5ミリ以下のマイクロプラスチックになる。お台場の砂に水を混ぜるとプラスチックが浮いてくるほど混じっている。海洋生物が捕食し、プラスチックに含まれる有害化学物質の食物連鎖が始まる。また、添加剤に使われる有害化学物質の1つ ノニルフェノールは、乳癌細胞の増殖に関与しており、コップ、ラップ、アイスクリーム容器、乳児の歯固めからも検出されている。フリース1枚1回の洗濯で2000本の繊維を放出する。そのほか化粧品、洗顔料などで知らぬ間にプラスチック汚染の加害者になっているかも知れません。子孫のためにマイバックを持参し、紙、木、陶器を使うように心がけましょう。なお、有害化学物質は脂肪に溜まりやすく、緑黄色野菜を多く食べると排泄されるそうです。

12月2日（金）に「子育てパーティー」part6「シフォンケーキの作り方」が宮澤陽子さん指導のもと、領家公民館調理実習室で開催されました。



宮澤さんの説明を熱心に聞くお母さんたち。  
子どもたちも真剣に聞いています。  
泡立てる順番が回ってくると、お母さんも子どもも一生懸命に泡立てました。  
オーブンに入れドキドキしながら待ちます。

「バナナシフォンケーキ」です。  
こんなにきれいに焼けました！  
アレンジもおしゃれ！ 勉強になります。  
きれいなだけでなく、ふんわりして美味しい！  
ていねいなレシピも頂いたので、家に帰って挑戦してみます。



## ☆わたしのイチオシ☆

### ◎甘鯛開き（長崎県漁連）

冷凍のまま焼くだけで、とにかく美味しい！ 骨を取るのが少し面倒ですが、美味しいからそれも苦にならない。いつも骨までしゃぶってしまいます。

発行：浦和東支部委員会  
編集：大谷口地区