

環境出前講座メニューリスト※所要時間、費用は目安です

省エネ・ごみ削減について					
(1)	タイトル	猛暑の夏も快適に！ グリーンカーテンで クールな夏を	内容	夏の暑さ対策として人気の「グリーンカーテン」。初心者でもできる作り方や育て方を紹介します。気候変動の現状やカーボンニュートラルについてのお話も！	
	対象	小学生～大人			
	時間	30分～1時間 種、苗などの準備は要相談			
(2)	タイトル	「うちエコ診断」 WEBサービス 体験会	内容	スマホで簡単に診断！光熱費の節約やCO2削減につながる効果的な取り組みがわかります。環境省認定の「うちエコ診断士」が、あなたに合った省エネのコツをサポート。さらに、気候変動の現状やカーボンニュートラルについてのお話もあります。イベントでの出展も可能です。	
	対象	・親子 ・大人			
	時間	個別アドバイス10分/世帯、 全体アドバイス30分～1時間			
(3)	タイトル	環境紙芝居 「うさぎとかめの 真夏の決闘」 みんなで考える水と 環境の未来	内容	暑い夏の日、うさぎとかめが「どちらが先にゴールできるか？」を競います。でも、決め手はスピードだけではなく…？紙芝居「うさぎとかめの真夏の決闘」を楽しみながら、プラスチックごみを減らし、誰もが水を安心して飲めるまちづくりについて考えてみましょう！	
	対象	幼児～大人			
	時間	20分～			
(4)	タイトル	環境マークかるた 買うならどっち？	内容	日々の買い物は「投票」と言われています。私たち消費者が買い物を通してできることを「環境マークかるた」や「買うならどっち？」ワークなどで、楽しみながら考えます。	
	対象	小学生～大人			
	時間	50分版・2時間版			
(5)	タイトル	脱炭素社会に向けた 具体的は取り組み、 進め方	内容	環境に関する専門的な知識を持った環境カウンセラーが企業における省エネや二酸化炭素排出量の削減に関してアドバイスをを行います。	
	対象	大人 (企業向け)			
	時間	1時間			
(6)	タイトル	スマートコンポスト	内容	家庭の生ごみをムダにしない！効率的な堆肥化方法を学びませんか？この講座では、従来の家庭用堆肥化の課題を克服した、耐久性が高く空気循環に優れた発酵槽と、地域木質バイオマスを活用したスマートな堆肥化方法をご紹介します。生ごみの分解プロセスを科学的に解説し、身近な家庭用品を使ったコンポスターの作り方や使い方、できた堆肥の活用法も実践的に学びます。さらに、家庭ごみ削減の課題や市民による取り組み事例についてもお話しします。	
	対象	小学生～大人			
	時間	1時間～			
	費用	100円(資料代) スタータースキットの準備は 要相談			
(7)	タイトル	省エネ保温調理器 作り	内容	余熱を利用して簡単に煮込み料理ができる保温調理器を作ります。火から下して保温するので、こげつきの心配なし。しかも光熱費もオトク！「保温調理レシピ集」付きです。	
	対象	大人			
	時間	2時間			
	費用	1,500円/人			

準備するもの
裁縫セット

環境出前講座メニューリスト※所要時間、費用は目安です

工作教室					
(8)	タイトル	ソーラークッカー「ひまわり」作り	内容	ソーラークッカー「ひまわり」を工作しておやつを作りましょう。甘みがあってほかほかおいしい。気候変動の今と未来、カーボンニュートラルのお話付。	
	対象	小学生～大人			
	時間	2時間			
	費用	800円/台			
		準備するもの/はさみ、筆記用具、洗濯ばさみ6個、おもりになるもの、鍋か大き目のボウル			
(9)	タイトル	エコ・ナプキン	内容	無漂白ネル生地を使って、何度も洗って使えるエコ・ナプキンを縫います。草木染の材料をお渡しし染め方も指導します。海洋プラスチック問題、ゼロウェイストをまんがで学びましょう。化学物質による健康被害を予防するお話付。	
	対象	小学生～大人			
	時間	2時間			
	費用	1,000円(大中小1セット)			
		準備するもの 裁縫道具、長いものさし、裁ちばさみ			
(10)	タイトル	みつろうラップ	内容	みつばちの巣から採取した蜜蝋をアイロンで木綿生地に染み込ませます。食材や食器を包んで保存、食品の鮮度とおいしさを長持ちさせ、プラスチック包材の使用を削減します。海洋プラスチック問題、ゼロウェイストをまんがで学ぶ講座付。	
	対象	小学生～大人			
	時間	1～2時間			
	費用	900円/人			
		準備するもの 新聞紙1日分、会場と準備としてアイロン教台			
(11)	タイトル	あずま袋	内容	木綿生地であずま袋を手縫いします。かさばらず、エコバッグやお弁当包みにもなります。海洋プラスチック問題、ゼロウェイストをまんがで学ぶ講座付。	
	対象	小学生～大人			
	時間	2時間			
	費用	110～530円			
		準備するもの/裁縫道具・お気に入りの糸、お気に入りの生地(手ぬぐい大)をお持ちの方は、材料費無料			
(12)	タイトル	風呂敷×プラスチックフリー講座	内容	くらしを豊かにする風呂敷の活用を紹介。贈り物の包み方、風呂敷バッグ、すいかや瓶の包み方、リックサックetc. 防災での活用も学びます。海洋プラスチック問題、ゼロウェイストをまんがで学ぶ講座付。	
	対象	小学生～大人			
	時間	1時間半			
	費用	無料			
		準備するもの/お手持ちの風呂敷			

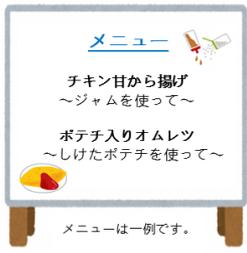
環境出前講座メニューリスト※所要時間、費用は目安です

工作教室					
(13)	タイトル	天然素材でやさしく洗う ～石けん洗濯とアロマ作り～	内容	合成洗剤や柔軟剤による香害・マイクロプラスチック汚染を防ぎ、健康にも環境にもやさしい「石けん洗濯」を学びます。さらに、地元の森林資源やハーブを使って、ナチュラルなアロマ作りにも挑戦！心地よい香りを楽しみながら、環境保全について一緒に考えてみませんか？	
	対象	小学生～大人			
	時間	2時間			
	費用	500円/人～			
				準備するもの タオル、スプーンなど	
(14)	タイトル	柿渋一貫貼り作り	内容	青い渋柿を発酵させてつくる柿渋液は、撥水・防腐効果のある自然素材の塗料です。竹かごに和紙を貼り柿渋を塗って一貫貼りを作ります。丈夫で使い込むほどに色合いが増す、プラスチックフリーな器です。	
	対象	小学生～大人			
	時間	1時間			
	費用	300円/人			
(15)	タイトル	布ぞうり作り	内容	古くなったシーツや着なくなった浴衣を有効利用して布ぞうりを作ります。スリッパ代わりに室内履きにでき、汚れたら洗濯機で洗えるので、いつも清潔に履くことができます。	
	対象	小学生～大人			
	時間	2時間			
	費用	800円/人			
				準備するもの はさみ1個	
(16)	タイトル	廃材を使った工作	内容	ラップ芯でロケット、段ボールとボタンでびゅんびゅんごま、牛乳パックカメラ、六角変り絵、牛乳パック紙漉き、空きびんデコ、マイうちわ（染紙・ゆかた地）、プラ容器で昆虫標本、プラ容器でプラパン、など	
	対象	年中～小学生			
	時間	1時間			
	費用	100円/人			
				準備するもの メニューによって応相談	
(17)	タイトル	不用食器でミニ植木鉢作り	内容	使わなくなった食器の底に穴をあけてミニ植木鉢を作り、多肉植物を植えこみます。	
	対象	小学生～大人			
	時間	1時間			
	費用	200円/人			
				準備するもの マグカップサイズの食器	

環境出前講座メニューリスト※所要時間、費用は目安です

工作教室					
(18)	タイトル	欠け茶碗クラフト	内容	<p>欠けて使えなくなった茶碗を捨ててしまうのではなく、細かく割ってモザイクタイルにしてアクセサリーや写真立てにリメイクします。</p>	
	対象	小学生～大人			
	時間	1時間			
	費用	300円/人			
(19)	タイトル	エコキャンドル作り	内容	<p>賞味期限切れの食用油で作るエコキャンドル。電気を消してキャンドルナイトを楽しむことで節電にもなり、停電など災害時の照明としても使えます。アロマオイルをいれるので、良い香りで癒されます。</p> <p>準備するもの 直径・高さ10cm位の空きびん</p>	
	対象	小学生～大人			
	時間	1時間			
	費用	100円/人			
(20)	タイトル	廃油石けん作り	内容	<p>使い終わった食用油で廃油石けんを作ります。廃油のリサイクルになるだけでなく、洗浄力も抜群！油や泥の汚れに特に効果があるので、洗濯や食器洗いにオススメです。</p> <p>準備するもの 牛乳パック（500～1000ml）</p>	
	対象	小学生～大人			
	時間	1時間			
	費用	100円/人			

環境出前講座メニューリスト※所要時間、費用は目安です

クッキング					
(21)	タイトル	食材使い切り調理実習	内容	家庭から出るごみの重さの半分は生ごみ。その中の約3割が消費期限切れや食べ残しとして捨てられています。冷蔵庫で残りがちな野菜や調味料などを使って、食材を無駄にしない調理実習を行います。 準備するもの E7 ロン,三角巾,ふきん,手ふき材	
	対象	小学生～大人			
	時間	2時間～3時間			
	費用	300～500円/人			
(22)	タイトル	省エネ・エコクッキング	内容	毎日の食生活の中で水やガスなどさまざまなエネルギーを使っています。台所から環境のことを考えて、エネルギーを減らすエコな調理実習を行います。 準備するもの E7 ロン,三角巾,ふきん,手ふき材	
	対象	小学生～大人			
	時間	2時間			
	費用	300～500円/人			
(23)	タイトル	【食品ロス削減】 楽しい食品ロスクッキング	内容	普段捨てられがちな食材や余り食材、冷蔵庫に入ったままの食材や調味料をうまく使って楽しくクッキングを行います！メニュー・費用はご相談に応じて決められます。 準備するもの E7 ロン,三角巾,ふきん,手ふき材	
	対象	小学生～大人			
	時間	1.5時間～2時間			
	費用	800円/人			
(24)	タイトル	【食品ロス削減】 飾り巻き寿司作り	内容	残りがちなおかず・食材を利用してかわいい飾り巻き寿司に大変身させます！火を使わないで作るので、料理室でなくても大丈夫です。時間・メニュー・費用はご相談に応じて決められます。 準備するもの E7 ロン,三角巾,ふきん,手ふき材	
	対象	小学生～大人			
	時間	1時間～1.5時間			
	費用	700円/人			

環境出前講座メニューリスト※所要時間、費用は目安です

クッキング					
(25)	タイトル	季節の米粉料理	内容	ふっくらパン、サクサク天ぷら、ホワイトソースにしっかりとスイーツ！季節のメニューを米粉で料理します。お米の消費拡大で食料自給率向上。国産優先の食は輸送にかかわる環境負荷を低減します。食と環境のお話付。 準備するもの エプロン、三角巾、マスク、タオル、布巾	
	対象	小学生			
	時間	2時間			
	費用	500円/人～			
(26)	タイトル	金沢の祭り寿し	内容	祭礼などで愛されている伝統食「笹寿し」を作って味わいます。自然と共生し、家族や地域の絆を深め、環境負荷を緩和する伝統食の魅力について考えます。気候変動の今と未来、カーボンニュートラルのお話付。 準備するもの エプロン、三角巾、タオル、ふきん、キッチンばさみ、牛乳パック	
	対象	小学生～大人			
	時間	2時間			
	費用	500～1,000円/人			
(27)	タイトル	いしかわの伝統を味わう「報恩講料理講座」	内容	地元の食材を使ったおもてなし料理と一緒に作りながら、地産地消が環境にやさしい理由や、自然と共生する食文化の魅力について学びます。身近な食材でできる持続可能な食のあり方を、楽しく体験してみませんか？ 準備するもの/エプロン、三角巾、マスク、タオル、布巾	
	対象	小学生～大人			
	時間	2時間			
	費用	1,000～1,500円/人			
(28)	タイトル	おいしい飲み方シェアしよう！マイボトルでGo！	内容	上質の金沢のお水でおいしいドリンクを作ってみます。ハーブウォーター、加賀棒茶ラテなど。マイボトルを持参するライフスタイルは、使い捨て飲料容器の廃棄物削減と海洋プラスチック汚染を予防、使い捨て容器飲料の生産から廃棄に至るまでのCO2も削減します。 準備するもの マイクボトル、マイカップ、タオル、スプーンなど	
	対象	小学生～大人			
	時間	30分～1時間			
	費用	(要相談)			