



助けあい 支えあいで 縁結び

あいあいねっと通信

8月

暑中お見舞い申し上げます。
連日猛暑が続きますが、皆様お変わりなくお過ごしでいらっしゃいますでしょうか。

今年1月に農林水産省が主催となり「フードバンク活動推進情報交換会」開催されました。食品企業、社会福祉協議会など多くの方とフードバンクの推進について意見交換を行いました。食品企業側からは、寄贈食品による食中毒や横流しなどの問題が起こった時の対応について、寄贈食品を活用している様子をフィードバックしてほしいという声が多く聞かれました。そこで、食品を活用しているパートナーシップ団体のご紹介をいくつかさせていただきます。

●「若者活動サポートセンターあおぞら」では、学生がいろいろな活動を行うサポートをしています。その中で「広島市ひとり親家庭等居場所づくり事業」の補助を受けて、ひとり親家庭の小学3年生から6年生を対象に、学習支援と食事支援を月曜と木曜に行ってています。普段は大学生が勉強を教え、木曜日は夕飯を食べることができます。夕飯づくりには「あいあいねっと」からの食材が使われています。ここでは、子供たちの居場所づくりというのが一番の目的なので、好き嫌いしてもよし！みんなでお菓子や料理を食べて、楽しい時間を作り、安心できる居場所となるのが大切なポイントなのだそうです。



●「社会福祉法人やぎハ木園」は、障がい者作業所。40人ほどの利用者が通所されています。寄贈食品は、おやつとして食べたり、持って帰ったりすることも。月に1度、自立支援の一環で料理を作るプログラムがあり、寄贈食材を活用しながらお昼ご飯を作ります。今回は、「好み焼き」「最初は、包丁が使えなかったけど、今日はキャベツが上手に切れたよ！」と、楽しそうに料理して食べている利用者の様子が見られました。フードバンクを通して、企業や一般の人が、支援してくれていること、福祉に目を向けてくれていることをうれしく思うと言われていました。



現在、食品を提供してくださっている企業様にあらためて感謝をしながら、信頼関係を構築するための取り組みにも力を入れていきたいと思います。これからもよろしくお願ひいたします。

【今後のスケジュール】

- ◆8月27日(日) Big Front ひろしま5F 「広がれ、こども食堂の輪！全国ツアー in 広島」 シンポジウム出演
- ◆10月8日(日)・9日(月) フードドライブ in 広島文教女子大学大学祭
- ◆10月21日(土) 安佐北区ボランティアフェスタへ参加
- ◆11月17日(金) もったいない料理教室 in 真亀小学校
- ★日々の活動は、facebook で公開中★

食べ物は食べるためにある！ “もったいない” のない社会を創る！



フードバンク活動

コミュニティ・レストラン

配食サービス

健康づくり

まちづくり

私たちは、食品関連企業から、規格外・包装破損・印字不良などの理由で、食べ物としては品質にまったく問題がないにもかかわらず、商品として扱えなくなった食品（食品ロス）を無償提供していただき、それを食べることに困っている人々のもとに届けるとともに、地域の活性化に活かしています。

【編集・発行】

特定非営利活動法人 あいあいねっと

- 住所：広島市安佐北区可部3-9-22
- TEL：082-819-3023
- FAX：082-573-4955
- Email：aiainet@hi.enjoy.ne.jp
- web：http://www.aiainet.org/





災害食の選び方のポイントとコツ

理事長 原田佳子

本格的な夏の到来を迎えました。昨年、熊本で地震があり大きな被害が出ましたが、今度は北九州で豪雨土砂災害、東北の豪雨と災害が続きます。被災された方に心よりお見舞い申し上げますと共に、被災地の一刻も早い復旧、復興を願わざにはおれません。広島豪雨土砂災害から3年目の夏を迎えます。

日本だけでなく世界各地で異常気象がテレビで報道されます。

そこで、今回は「災害食の選び方のポイントとコツ」について、以下のサイトからご紹介いたします。<http://www.nhk.or.jp/sonae/column/20130721.html> 2017/7/24 アクセス日)

1. 好物を備蓄する

災害は不安やストレスをもたらし、心に傷を与えます。

さらに食欲もなくなるので、「おいしいもの」「好物」を備蓄しましょう。



2. ローリングストックする

備蓄する食品の賞味期限は、6ヶ月程度で十分です。

ローリングストック（普段食べなれているものを多く買い置きし、

期限が切れる前に食べ、不足分を新たに補充する）方式を採用しましょう。

ですから、賞味期限が長い必要はありません。

廃棄が出ないので、環境にも優しい方法です。

3. 飲料水の備蓄は1人1日3リットル

この量は、食べ物や飲料水から体内に取り込む水分と、汗や尿として体外に出て行く水分の収支バランスです。災害時は、食べ物から水分を摂りにくいので、飲料水は普段以上に補給することが必要です。

4. 使い切りサイズを選ぶ

冷蔵庫が使用できないので、大きいサイズの缶詰などは残食が出てゴミ処理に困ります。カップ麺の汁も捨てるのに困ります。インスタント麺を備蓄するなら焼きそばがお薦めです。



食べる“わ” … 新入社員をどのように育てるべきか？

今回は私の本業の話です。

恵正会（二宮内科ほか）に入った新入社員も、ようやく仕事に慣れてきたようだ。仕事柄、4月は新人職員に話をする機会が多い。近年、思うのは、素直で真面目な人が多いということか。もちろん選考方法にも問題があるが、家庭・学校教育にも問題があると感じている。物足りなさを感じているのは私だけではないだろう。本当はもっと「型破り」な人を採用したいのが本音だ。与えられたことをこなすより、変化することが重視される時代。固定観念を打ち破ることができる「型破り」な人材を企業が求める動きが加速しているのかもしれません。

それと「主体性」をもっと発揮してもらいたい。人から言われて行動するのではなく、自ら自発的に行動することが「成果」や「成長」に繋がるはずだ。新入社員には「主体性を発揮する」というメッセージを送っておこう。

[副理事長 松島雅也]



パートナーさんのご紹介

【特定非営利活動法人 つくし工房可部】さんは、いろいろなハンディを抱えながらも、「仲間が欲しい！ 働きたい！ 安心して居られる場所が欲しい！」と思っている方々が通所している作業所です。お菓子作りや内職作業（建築金具の組み立て、ナイトウェアの袋詰め）を通して自立訓練を行っています。作ったお菓子は、店頭（毎週月曜日・木曜日の10時～16時）やイベントで販売されています。あいあいねっとから寄贈された食品は、通所されるメンバーで分けて持って帰ったり、おやつで食べたり、月に1度のイベント（お出かけ）用のお弁当にされるなど活用されています。また、寄贈食品のジャムや人参、バナナを使ったシフォンケーキなどのメニュー作りもされています。先日、あいあいねっとへバナナのシフォンケーキを届けてもらいました。とってもおいしかったので、レシピを掲載いたしました。つくし工房さんのお菓子は、どれもかわいくて美味しいのでお土産にもピッタリです！！ついつい買ってしまいます。皆さんも一度はご賞味ください★住所：安佐北区亀山2丁目1-29 ☎：082-815-0355



バナナシフォンケーキ

完熟バナナの香りと甘みが美味しいふわふわのシフォンケーキです。

【材料】 17cmシフォン型1個

薄力粉	80g
卵黄	3個
砂糖	20g
サラダ油	50g
バナナ（完熟）	100g
牛乳	20g
卵白	4個
砂糖	60g



【作り方】

1. バナナをつぶし、牛乳を加えてペースト状にしておく。オーブンを170～180℃に予熱しておく。
2. ボールに卵黄をほぐし、砂糖を加えてハンドミキサーで白っぽくなるまで混ぜサラダ油を少しづつ加えてよく混ぜる。バナナペーストを加えて混ぜる。
3. ②にふるった粉類を一度に加えてむらなく合わせる。
4. 別のボールに卵白をほぐし、ハンドミキサーで砂糖を3回に分けて加えながら角がピンと立つぐらいまでしっかりと泡立てる。
5. ③にメレンゲの1/3を加えホイッパーで救うようにしてきれいに混ぜる。残りのメレンゲを加えたら泡をつぶさないようにヘラでむらがないように混ぜる。
6. シフォン型に流して 10cm上からトントン落として空気を抜き170～180℃で40分焼く。焼けたら型ごとひっくり返しボトルなどにさして冷まし、型から抜く。

●完熟バナナには、がんを予防する働きがあります。黒い斑点が出ているものがお勧めです。



私たちの活動をご支援いただいている事業者様・団体様をご紹介します

有限会社アトラス・コーポレーション◆アルフレッサファーマ株式会社◆アヲハタ株式会社
 有限会社池田自動車◆株式会社エコールドフルール◆株式会社 SKY コーポレーション
 株式会社エムズホーム◆株式会社 M&K◆株式会社 M&C コラボレイション◆おおたけ株式会社
 株式会社沖野建築設計◆有限会社オフィスシン◆キユーピー株式会社広島支店
 株式会社九食◆医療法人社団恵正会◆有限会社健康宅配ネット◆カルビー株式会社
 有限会社佐藤運送◆社会福祉法人正仁会◆スターライト工業株式会社
 生活協同組合ひろしま◆株式会社多山文具◆チチヤス株式会社◆中国電力株式会社
 中電環境テクノス株式会社◆株式会社ナリコマエンタープライズ◆有限会社ニシオカ
 ノベルサウンズ◆広島海苔株式会社◆広島駅弁当株式会社◆株式会社フォーリーフ
 藤井医療器株式会社◆株式会社藤三◆株式会社フレスタ◆マルコメ株式会社
 マックスバリュ西日本株式会社◆株式会社マルバヤシ◆株式会社未栄◆ミック株式会社
 美作大学食品ロス削減サークル◆株式会社ミライト◆有限会社エイコー商事
 山崎製パン株式会社広島工場◆ゆかり屋本舗株式会社◆ワンダフルホーム株式会社
 みなさま、いつもありがとうございます！

いらっしゃに活動しませんか？

NPO 法人あいあいねっとは、次の3つの事業を柱に活動しています。①フードバンク事業（食品ロス削減と生活困窮者の支援という2つの社会貢献ができる活動）②地域貢献・まちづくり事業（各種講座や地域の事業への参画）。私たちといっしょに活動、あるいは支援いただく様々な方法があります。わたしたちには、あなたの支援が必要です！

【時間の提供】あなたの時間やスキルを!!

【食品の提供】常時、食品を寄付してくださる企業や個人の方を募集しています。

【会員になる】会員には、正会員と賛助会員があります。

【寄付をする】私たちの組織が健全な財政基盤に支えられてこそ、この活動が持続・発展していきます。

会員の種類	年会費
法人賛助会員	1口 10,000 円
非営利法人賛助会員	1口 5,000 円
正会員	1口 5,000 円 (入会金 2,000 円別途)
賛助会員	1口 3,000 円

詳しくは、ホームページをご覧ください。



【編集後記】庭の畑で一気に育つ夏野菜。色々な形や大きさ。生命力を感じます。美味しいいただけるよう、料理のレパートリーが増える今日この頃。意外な食べ方の新しい美味しいが嬉しいですね。(M)