

こんにちは **クラシマ** です。

住宅省エネ 2024キャンペーン スタートしました！



子育てエコホーム
支援事業
(国土交通省)



先進的窓リノベ
2024事業
(環境省)



給湯省エネ
2024事業
(経済産業省)



賃貸集合給湯
省エネ2024事業
(経済産業省)



給湯省エネ
2024事業
(経済産業省)

概要 ①～③の導入工事に補助

【導入】①ヒートポンプ給湯機(最大13万円/台)

②ハイブリッド給湯機(最大15万円/台)

③家庭用燃料電池(最大20万円/台) ※機能・性能で補助額が変わります。

①～③の導入と併せて、④～⑤の撤去工事をした場合に補助

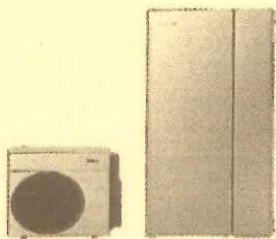
【撤去】④蓄熱暖房機(10万円/台) ⑤電気温水器(5万円/台)

対象者 令和5年11月2日以降に着手し、申請した方

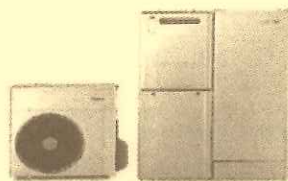
受付期間 令和6年3月中下旬～予算上限に達するまで(遅くとも令和6年12月31日まで)

※申請は工事請負契約等を結ぶ販売店、工務店等を通じて行います。お早めの申請をおすすめします。

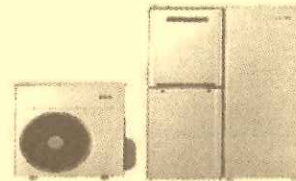
「エコワン」補助金 **15万円** 対象



ECO ONE 160L



ECO ONE X5



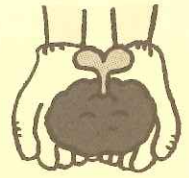
ECO ONE X5
PLUG-IN MODEL

電気温水器からのお取替えでさらにプラス5万円/台!

最大20万円/台の補助金対象となります!

本当に安全？

日本ではルール違反の表示になる 「無農薬」の定義



スーパーやデパ地下のポップ、ネット検索など、ふとした時に目にする「無農薬」という言葉。この無農薬という表示、日本ではパッケージに明記することはルール違反になるとされています。無農薬＝安心というイメージがあるだけに、違反というネガティブな言葉は少々不安な気持ちになるかもしれません。なぜ無農薬と表示できないのでしょうか？

「無農薬」の表示＝ガイドライン違反

農林水産省ルール「特別栽培農産物に係る表示ガイドライン」によると無農薬という言葉は定義があいまいで誤解を与える可能性のある表示。

日本では、こうした表現の使用は基本的に禁止されています。

ちなみに特別栽培農産物は、一定のレベルと比較して、節減対象農薬の使用回数と化学肥料の窒素分量がそれぞれ50%以下である食材。「安心できる量を使って栽培しています」「規定量以上、農薬を使っていません」という表示であって、無農薬ではありません。

また、無農薬と同様に減農薬もガイドラインに違反した表示表記です。このような表示が違反とされる背景には、やはり比較対象があいまいであり、誤解を招く恐れがあることが最大の理由です。

そのため農薬を使用していない場合は「農薬不使用」「栽培期間中農薬不使用」といったルールに基づいた表示で記載することになっているのです。

ちなみに無農薬とは、食物の栽培期間中に農薬を使用せず育てること。

無農薬で育てることが禁止されているのではなく、「無農薬表示」が誤解を招くから禁止されていると覚えておきましょう。



化学肥料を使用しない「節減対象農薬」とは？

無農薬の部類には、もうひとつ節減対象農薬不使用の食材があり、これは化学農薬や化学肥料ではない一部の農薬が使われているという表示になります。

あまり聞きなれない言葉ですが、法律上は「節減対象農薬不使用」「農薬不使用」が正しい表示ルールとなるのです。無農薬と表記したほうがわかりやすい、という声もありますが、農薬を使っても残留農薬がある場合もあります。そうした場合はやはり「これは無農薬です」とは言い切れず、無意識に嘘をついたことになる可能性も考えられます。

とはいえ、「無農薬＝危険」ではありません。

人々の体内に入っていけないわけではなく、質のいい食材を育てるために農薬を使用している場合が多いのでそれぞれのメリットを理解したうえで選ぶようにして下さいね。

世の中に出回っている食材の多くは基準値以内の残留農薬といわれており、体内への影響について神経質になる必要はありません。

不安な気持ちになる方は不安な気持ちを吹き飛ばすくらいの正しい知識を獲得して自分にあう食材を見つけてください。



果物でスプリング・クリーニング

欧米では、冬に使い終えた暖炉を掃除することから始まった「春の大掃除」。日本でも気温の上昇で油污れなどが落ちやすくなり、空気が乾燥しているので窓を開けて乾いた外気を通し、エアコンや浴室など梅雨前のカビ対策にもなります。春は掃除に適した季節。果物も使ってエコ掃除！



まな板

まな板に食べ物のシミが入り込んで取れない？濡らしたまな板に重曹の粉をかけてしばらく置く。レモンの切り口をまな板にあててこするとシミや臭いも取れる。きれいになったら、お日様にあてて日光消毒。

キッチンシンク

キッチンの悪臭がどうしても気になる？生ゴミの三角コーナーにレモンの皮を2、3枚入れ、そこに冷水を注げば、嫌な臭いを取り除くことができる。

電子レンジ

電子レンジで使える大きめのボウルに、水1カップと刻んだレモンかライム、オレンジ、または大さじ数杯の酢を入れる。ワット数を高めに設定し、数分またはボウルの中の水が沸騰し、電子レンジの窓が曇るまで温める。その後5分ほど冷ましてから開け、ボウルを取り出し、スポンジで内側と外側を拭く。

有限会社フードプランニング 024-549-4585 滝口

田畑久恵の
料理レジメ

春色サラダ



材料

- ・アボカド 1~1.5個
- ・卵 3個
- ・レタス 適量
- ・サラダ油 少々(厚焼き玉子を焼く用)
- ① { 砂糖 小さい2
- 塩 少々
- 牛乳(又はだし汁、水等) 大さい2
- b { ヨーグルト 80cc
- 酢(ゆず酢、レモン汁でもよい) 大さい2~3杯
- 人参の絞り汁 大さい2~3杯
- 塩 少々

作り方

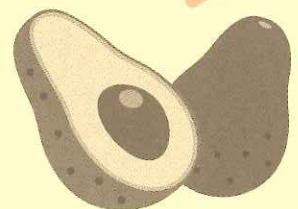
1. アボカドは皮と種を取り、一口大に切る
 2. ボールに卵を入れ溶きほぐしaを入れ混ぜ合わせ厚焼き玉子を作る
 3. 厚焼き玉子がさめてからアボカドの大きさに切る
 4. bを混ぜ合わせドレッシングを作る
 5. 器に大きめのレタスを敷き、アボカドと厚焼き玉子を散らしドレッシングを流していただく
- ・厚焼き玉子を焼く際に、人参の絞り汁を入れると色よくできる

ちょうど良い食べごろは、皮の色が茶色黒っぽく、弾力やハリがあるときです。軽く押したときに凹むものは熟しすぎのサインです。もし緑色の若い場合は常温(約20℃)に置いておくと、だんだん熟して皮の色が変わってきます

疲労回復にアボカド

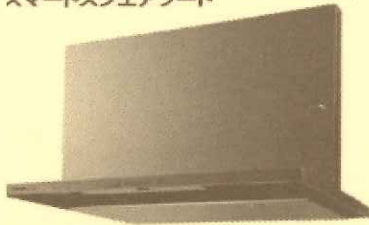
私たちの体はエネルギーの代謝が悪くなると疲労を感じる仕組みになっています。エネルギー代謝を助ける働きがあると言われるのが栄養素がビタミンB群なのですが、アボカドは果物の中でもトップクラスのビタミンB群を含んでいます。特に注目したいのが、ビタミンB1・ビタミンB2・ビタミンB6の3つです。

- ・ビタミンB1 運動後の疲れや、集中不足に効果的
- ・ビタミンB2 ストレスに効果的で、生活習慣の予防にもよい
- ・ビタミンB6 倦怠感に効果的。炎症を抑える効果もある



Panasonic レンジフード

スマートスクエアフード



☎25-01
本体+スライド前幕板(適合高さ485~765mm)
FY-6HTCS-S+FY-MH6SL-S
幅60cm 価格 **75,900円** (税込)
工事費別途 **69,000円** 税別

☎25-02
本体+スライド前幕板(適合高さ485~765mm)
FY-7HTCS-S+FY-MH7SL-S
幅70cm 価格 **86,900円** (税込)
工事費別途 **79,000円** 税別

子育てエコホーム支援事業

任意工事
掃除しやすい
レンジフード 13,000円/戸
必須工事+任意工事で補助額の
合計5万円以上が対象です
※任意工事のみでの合計5万円以上は申請の対象
になりません。
※金額により取扱いがない場合があります。

洗剤酵素のチカラを引き出す
高温洗浄

さらには
手洗いよりも節水で
家計にもうれしい!

Panasonic 食器洗い乾燥機

フルオープン
引出し式のフルオープン
タイプなのでラクな姿勢で
食器の出し入れができます。

ECO
☎25-03
ビルトイン
食器洗い
乾燥機
NP-45MC6T
食器容量 44点・約6人分
価格 **172,700円** (税込)
工事費別途 **157,000円** 税別

子育てエコホーム支援事業

任意工事
ビルトイン食器洗い機 21,000円/戸
必須工事+任意工事で補助額の
合計5万円以上が対象です
※任意工事のみでの合計5万円以上は申請の対象
になりません。
※金額により取扱いがない場合があります。

社会福祉法人

福島いのちの電話・・・を支援しています

年中無休 午前10時～午後10時
(毎月第3土曜日は午前10時から翌日午前10時まで、
24時間相談を受け付けています)

ひとりぼっちで悩まずに
TEL 024-536-4343

フリーダイヤル (通話無料)
毎月10日 午前8時～翌朝8時

自殺予防いのちの電話
TEL 0120-783-556

震災に関するお悩み
毎月1・11・21日 午前10時～午後10時

ふくしま寄り添い(予約制)
フリーダイヤル TEL 0120-556-189



福島いのちの電話の会員に
なっていないだけませんか。
多くの方々のご支援をお願いし
ます!!

※法人会員/10万円から(何口でも可)
維持会員/102000円から(何口でも可)
賛助会員/時期、金額を問いません。
※「福島いのちの電話」への寄金は、税法
上の優遇措置を受けることができます。

詳しくは事務局まで
お問合せ下さい

TEL 024-536-0032
FAX 024-536-2840

今月の編集ノート

キャラ弁作って～と娘にいわれ初キャラ弁作り。とはいってもおにぎり顔を作る簡単なものなので
すが、作ると難しく二人で四苦八苦～(笑)。娘のリクエストはちいかわのキャラクター「くりまんじゅ
う」。まず白米を醤油で少し茶色に色付けして丸いおむすびで顔を作成。海苔を小さく丸く切りその上
に白米一粒の半分をのせて目とし、ほっぺの薄ピンクはハムを丸く切ったのせ、口などは海苔を切り貼
りして表現。頭部分は茶色のおかかで作ってみたものの、私の髪型そっくりになってしまっ大笑い
(笑)。見た目千り千り頭のくりまんじゅうが出来上がりました。味は美味しかったです!! (ま)

家庭用LPガスから住宅設備機器まで

KSK 倉島商事株式会社

～快適な生活環境のご提案～

本 社 〒960-8053 福島市三河南町18番7号
TEL 024-535-2311 FAX 024-531-4473
郡山営業所 〒963-0117 郡山市安積荒井一丁目118
TEL 024-945-2311 FAX 024-947-1571