

食材はみんなの余りものメニューはみんなのアイデア 

食とわクッキング

参加者
募集



2026.8.29(土) 11:00~13:00

お家で持て余してしまっている食材を
持ち寄って一緒にクッキング！

まとめ買いしたけどそろそろ期限がくるインスタント食品
いただきもので余ってしまっている乾物などの
新しくて面白い使い道を、みんなで考えてみませんか？

食べ物との向き合い方や、ごみや環境の課題について
新しい発見と出会えるかも？！

参加申込は
こちらから



【受付期間】
7.25(土)
9時00分～
8.19(水)
23時59分

場 所：吹田市立 南千里地区公民館 調理実習室

南千里駅下車すぐ、千里ニュータウンプラザ7階

対 象：小学生とその保護者

※保護者1人につき小学生2人まで同時申込み可能

定 員：20名

※応募者多数の場合は抽選

参加費：1組500円（材料費として）

おうちで持て余している
食材を持って来てください



おうちで持て余している食材を持ち寄って、自由な発想で即興クッキング。
食品ロスになりそうなものを救い出して、たのしくおいしくいただきます。
調理で出た生ゴミはコンポストをして生ごみもゼロに。

“食とわクッキング”の流れ をご紹介

身近な食品ロスについて
知る・考える



実践する

みんなでクッキング
おいしくいただきます
生ごみをコンポスト



この食材はなぜ余ったんだろう？



アイデアを出しあってクッキング！



最後はコンポストで生ゴミゼロ！

【持ち物】

- ・衛生用品（エプロン、三角巾や帽子、ハンドタオルなど）
- ・飲み物（水筒・マイボトルの持参推奨）
- ・家や職場で使い切れない食材1～2品

※衛生管理上、以下のものは持参しないでください

賞味期限・消費期限の過ぎているもの、個人が手作りのもの、開封済みのもの、要冷蔵の食品、調味料
お持ちいただいたものを使わない場合もございます。ご了承ください。

以前持ち込まれた食材には、
インスタント食品、パックごはん、
チョコレート、カレールウ、
スープや鍋の素などもありました！

「食とわ」は食をたいせつにする

さまざまなアクションやアイデアがあつまるところ

食とわの「わ」。それは循環の「環」であり、思いが集まって広がる「輪」、
みんなが「わかる、わかる！」と共感しながら「話」すことでもあります。

型にはまらない料理の中で、普段やらない食材の組み合わせが楽しく
意外なおいしさの発見もありました！



子どもが自分でクッキングする楽しさの中で、食べ物の大切さを
改めて学んでくれたかなと思います。

【お問い合わせ】 吹田市 環境部 環境政策室

TEL：06-6384-1702 FAX：06-6368-9900

※平日（月～金・祝日除く）午前9時～午後5時30分

【主催】 エイチ・ツー・オー リテイリング株式会社、吹田市

【協力】 株式会社地球Labo、一般社団法人フードサルベージ

食とわInstagram 食とわwebサイト

