

# ふれあい

## 冬のま〜るい野菜メニュー



### 菊川のレタス

栽培の傍ら、夢咲レタスのPR活動もしている「JA遠州夢咲レタス委員会青年部」若手生産者のみなさん。菊川地区ではお米の収穫が終わると、田んぼでレタスの栽培が始まります。その品種は、なんと、およそ30種。12月「モテナ」、12月後半からは「スプリング」というように、時季により収穫する品種が異なります。病気や虫、温度の管理など手塩にかけて育てられたレタスは東京へと出荷され、高い評価を得ています。JAの直売所でも手に入るの、産地でしか手に入らない新鮮レタスを食卓に。①玉が大きい、②巻きがふんわりしている、③株の切り口が白いこの3点に注意して良いレタスを選びましょう。

御前崎・牧之原・掛川・菊川



TOPICS  
おいしく食べて、かしこく備蓄！  
ローリング・ストックのすすめ

ふれあいキャラクター  
いーこちゃん



時代の先へ。ひとりのそばへ。

### 中部電力からのお知らせ

#### エネルギーと私たちの暮らし⑤

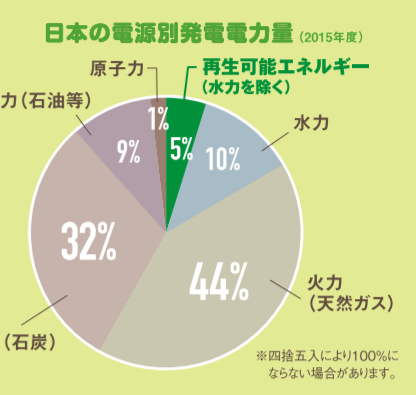
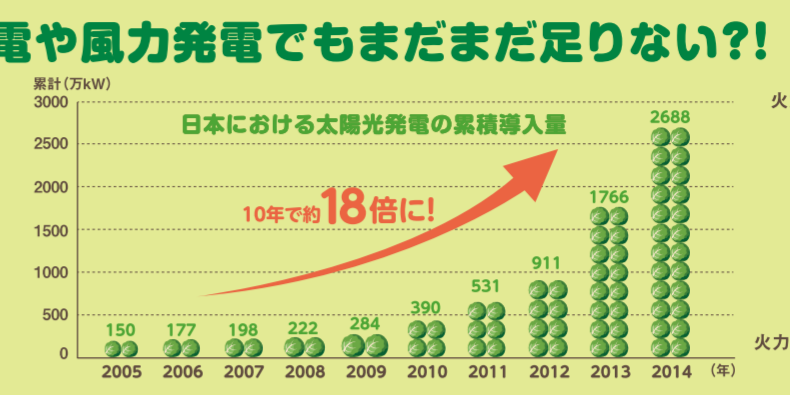
ここ10年で私たちの周りで見える機会が増えた太陽光発電や風力発電。クリーンで国産のエネルギーとして理想的ですが課題もあるようです。大切なエネルギーのこと、みんなで考えてみませんか。

#### 導入が進む太陽光発電や風力発電でもまだまだ足りない？！

太陽光発電や風力発電(再生可能エネルギー※1)は、ここ10年で導入が進み、太陽光発電の導入量は約18倍に増えましたが、再生可能エネルギー(水力を除く)の発電量は全体の5%程度です。日本の電気を担うにはまだまだ足りない現状があります。

※1 再生可能エネルギーとは、「エネルギー源として永続的に利用することができると認められるもの」として、太陽光、風力、水力、地熱、バイオマスなどが規定されています。

出典：(一財)日本原子力文化財団「原子力エネルギー白書2016」



#### 太陽光発電や風力発電にも「長所」と「短所」があります。

##### 長所

- 枯渇する心配がない
- 発電時にCO<sub>2</sub>を出さない
- 純国産エネルギー

中部電力でも多様な電源の1つとして再生可能エネルギーの導入に積極的に取り組んでいるよ!

##### 短所

- × 気候や自然に左右され発電量が不安定。
- × 火力発電などのバックアップが必要。
- × たくさん発電する場合、広大な土地が必要。
- × コストが高い

増やしていくには課題もあるのね~

#### 太陽光発電や風力発電は環境に優しい純国産の貴重なエネルギー資源です。

全国における日照時間の平均値は、御前崎市が全国1位、浜松市は全国3位で静岡県は日照条件が良い土地柄です。地域の豊かな自然の力を利用した太陽光発電や風力発電は発電の過程で二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)を出さず、枯渇する心配のない純国産エネルギーです。



#### コストが高い分の差額を私たちが支払っている？！

太陽光発電や風力発電の普及を支えているのは、実は電気を利用する私たち全員です。固定価格買取制度(FIT)※2によって、すべての電気利用者が、負担額を支払っています。この家計負担は5年で10倍に増えており(2017年は一家庭あたり年間約9500円)、今後も増えることが予想されます。

コストが高い分の差額を私たちが支払っている？！



### いーこちゃんのクロスワードパズル

問題 7箇所の□に入る文字を並べかえて、ある言葉を作ってください。

ヒント：冬のならわし「○○○に○○○○を食べる」(中面のコラムにヒントがあるよ!)

①			③		⑥
	⑦			④	
		②			
			⑧		
				⑤	
			④		⑦
⑩					
			⑨		
	⑪				

問題 7箇所の□に入る文字を並べかえて、ある言葉を作ってください。

ヒント：冬のならわし「○○○に○○○○を食べる」(中面のコラムにヒントがあるよ!)

(タテのカギ)

- ① 新年のご挨拶状、お年玉つきもあります
- ② 野球のポジション「セカンド」を日本語でいうと?
- ③ 石川県にある半島は?( )半島
- ④ 12月14日は( )浪士の討ち入りの日
- ⑤ カレーと一緒に食べる平たいパン
- ⑥ 国語・算数・( )・社会。
- ⑦ ホテルの、シングルベッドを2つ備えた部屋=( )ルーム

(ヨコのカギ)

- ⑦ 本性を隠しておとなしげに振る舞うこと=( )をかぶる
- ④ 東海道新幹線で東京方面に向かう列車=( )列車
- ⑧ ことわざ：( )を追うものは一兎をも得ず
- ⑩ プロ野球球団、読売( )
- ⑨ お相撲さんが踏むもの
- ⑪ アニメ不朽の名作「( )艦ヤマト」

応募QR

お持ちの携帯電話から応募いただけます  
http://goo.gl/a8ILXc (携帯からのアドレスとなります)

応募ハガキ

〒420-8799  
静岡中央郵便局留  
「ふれあい」  
編集部 行

クロスワードパズル(答え)  
○○○○○○○  
「ふれあい」への  
ご意見ご感想  
●ご住所  
●お名前  
●年齢  
●性別

ご応募は、ハガキが左のQRコードで!  
クロスワードパズルの答えと「ふれあい」第12号へのご意見・ご感想・ご住所・お名前・年齢・性別をご記入ください。正解者の中から抽選で30名様に「ハーゲンダッツギフト券」を差し上げます。

【応募締切】：平成29年12月22日(金)まで (消印有効)

※応募者(正解者)の中から厳正な抽選を行い、当選者を決定いたします。※当選の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。※賞品に対するご質問、抽選や当選に関するご質問は受け付けておりません。※お客さまの個人情報は、第三者への譲渡はいたしません。中部電力(株)で適切に管理させていただきます。

正解者の中から抽選で30名様に  
ハーゲンダッツギフト券(1枚)  
プレゼント!!

しおてう  
なほ?

ふれあひ TOPICS

おいしく食べて、かしこく備蓄!

ローリング・ストックのすすめ

「ローリング・ストック」とは、普段の生活の中で消費しながら備蓄するという考え方。ポイントは、使ったら使った分だけ買い足していくこと。...

保存食のサバ缶と切り干し大根を使って サバ缶と切り干し大根の煮物

材料 (4人分)
サバの水煮缶 1缶
切り干し大根 40g
人参 1本
椎茸 4枚
ちくわ 4本
酒 大さじ2
砂糖 大さじ3
しょうゆ 大さじ3
だし汁 3カップ

- 作り方
1. 切り干し大根を水で戻し、軽く絞しておく。人参は千切り、椎茸は石づきを取って薄切り、ちくわも薄く切っておく。
2. ボウルにサバの水煮缶を汁ごとあげて、軽くほぐしておく。
3. 鍋にだし汁を入れ、1の切り干し大根・人参・椎茸・ちくわを加えて強火にかける。沸騰したら、中火にして5分ほど煮る。
4. 3に、2のサバを汁ごと加えて3分ほど煮たら、酒・砂糖・しょうゆで味を整えできあがり。
★サバの醤油煮缶を使う場合は、調味料を減らして味を調整。

〜なるほどコラム〜 冬至
2017年12月22日は「冬至」、二十四節気の一つで、一年で最も昼が短く夜が長い日です。...

〜知っく豆知識〜 冬の入浴の注意点
身も心も癒されるバスタイムですが、冬の入浴には危険がいっぱい。家庭における不慮の事故死の中でも、浴槽内での溺死・湯水が非常に多く、年間1万4千人以上の高齢者がお風呂場で亡くなっているそう。...

ふゆのま〜るい野菜メニュー
御前崎 芽キャベツ
牧之原 紅芯大根
掛川 スナップエンドウ
菊川 レタス
レシピ内容:
御前崎の芽キャベツを使って 芽キャベツの串揚げ
牧之原の紅芯大根を使って 紅芯大根の椿すし
掛川のスナップエンドウを使って スナップエンドウ海老そばろ添え
菊川のアラメを使って アラメとスナップエンドウのサラダ

イベントカレンダー 2017 12月 ~ 2018 2月
12月: 11/19(日) さがらサンビーチ初日の出、12/1(日) 黒田家代官屋敷梅まつり、12/3(日) 遠州横須賀風揚げまつり、12/4(日) 掛川市、12/8(日) 掛川市、12/10(日) 浜岡砂丘さくら祭り、12/11(日) 御前崎市、12/16(日) 掛川市、12/17(日) 掛川市、12/23(土) 掛川市、12/24(日) 掛川市、12/31(日) 掛川市
1月: 1/1(月) 御前崎市、1/1(月) 御前崎市、1/1(月) 御前崎市、1/1(月) 御前崎市、1/1(月) 掛川市、1/1(月) 掛川市、1/1(月) 掛川市
2月: 2/1(月) 掛川市、2/1(月) 掛川市、2/1(月) 掛川市、2/1(月) 掛川市、2/1(日) 掛川市、2/1(日) 掛川市、2/1(日) 掛川市