

浜岡原子力発電所コミュニケーション・ペーパー

ふれあい

2022
夏
7月30

ひんやり涼しい冷製麺



JA遠州夢咲トマト委員会 青年部のみなさん

JA遠州夢咲管内では、日本一の日照時間を誇る立地を利用してトマト栽培を行っています。JA遠州夢咲トマト委員会青年部は、現在12名。「日本一美味しいトマトを提供すること」を目標に、月1回の定例会で品質改善や色味、糖度のチェック、勉強会やセミナーなどを実施して、より美味しいトマト作りをしています。そんなみなさんが手塩にかけて栽培するトマトは、赤くて大きく、形も丸く、しっかりした皮の下に栄養と美味しさが凝縮されているのが特徴。主に東京市場に出荷されますが、JAの直売所や地元スーパーでも販売されています。トマトはいろいろな料理に利用できますが、生産者一押しの食べ方は、やはり生! さらに、冷やして食べるより常温で食べる方が、トマト本来の旨味を感じられるそうです。「トマトが赤くなれば医者が青くなる」ということわざがあるほど栄養豊富なトマト。地元でとれたトマトを食べて夏も健康に過ごしましょう。

TOPICS
安全な選別のために
ふれあいキャラクター
いーごちゃん

大好評★
ぜひ見てね!

おいしく行きたe 楽しめたe
ふれあい PLUS
御前崎・牧之原・掛川・菊川エリア
情報サイト



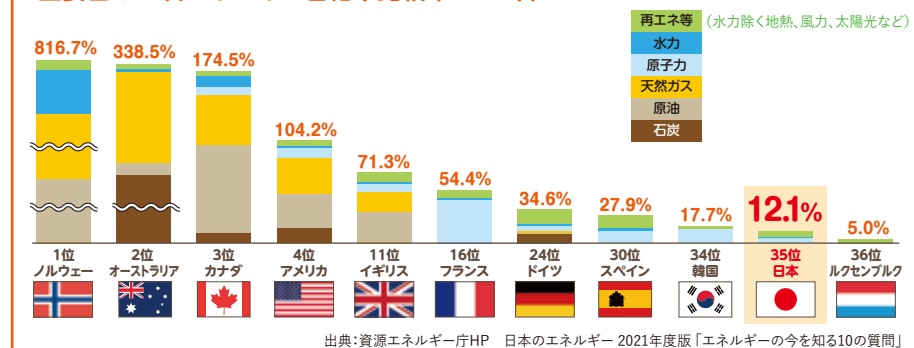
大切なエネルギーのこと、一緒に考えてみませんか?

最近話題になっているロシアのウクライナ侵襲。その影響は多岐にわたりますが、資源・エネルギー分野にも及びつつあります。

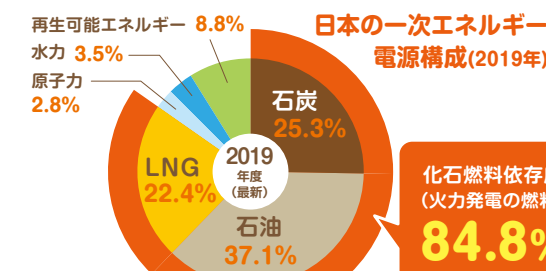
最近値上がりするものが多いような… 私たちの暮らしにも影響がじわり…

ガソリンや小麦など、最近値上がりするものが目立つこの頃ですが、私たちの暮らしに必要な電気を作るための発電コストも高騰しています。日本は資源に乏しく、電気を作るのに必要な資源のほとんどを輸入に頼っているため、物価が世界情勢に左右されやすいです。

主要国の一次エネルギー自給率比較(2019年)



出典: 資源エネルギー庁HP 日本エネルギー 2021年度版「エネルギーの今を知る10の質問」



日本の電源構成の内、海外からの輸入に頼っている化石燃料を使った火力発電が全体の約85%を占めています。世界情勢の変化でもし輸入が止まったら? 考えるとちょっと不安ですね。

※ロシアからは石油3.6%、石炭14.7%、天然ガス8.4%を輸入しています。(2020年度実績)

私たちの暮らしに欠かせない電気を安心して安価に使い続けるには、一つの電源に依存せず、それぞれの発電方法の強みを活かしたエネルギーミックスを実現することが重要です。

電気を作るには
チームワークが大事だよ!



おうちでできる節電

エアコン

- 夏の冷房時の室温は28℃、冬の暖房時の室温は20℃にしましょう
- 不要なつけっぱなしはやめましょう
- 月に1回〜2回、フィルターを清掃しましょう

冷蔵庫

- 壁から適切な間隔で設置しましょう
- 詰め込みすぎ、開閉しすぎは禁物です
- しまうものは整理して並べましょう
- 庫内の温度は適切に設定しましょう
- 熱いものは冷ましてから入れましょう

炊飯器

- 使わないときはプラグを抜きましょう
- ご飯の保温は、4時間が目安

他にもたくさん!
省エネのヒケツ
チェックしてね!



いーごちゃんの クロスワードパズル

問題 8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: お金は要りません

〈タテのカギ〉

- ① 王様のかんむり
- ② 心身が健康なさま
- ③ 座るときに敷く布団
- ④ 魚をとること
- ⑤ 日本の主食といえば?
- ⑥ 地下構造を解明するための調査、「○○○調査」
- ⑦ ぐるぐると螺旋状に巻く水のこと

〈ヨコのカギ〉

- ⑧ リサイクルできるゴミのこと、「○○○ゴミ」
- ⑨ 70歳の長寿祝い
- ⑩ マニキュアを塗る体の部位
- ⑪ 置いたまどどこへ行ってしまうこと
- ⑫ MAPを日本語でいうと?
- ⑬ オスには大きなツノがある夏の昆虫
- ⑭ タコを撮る道具、「タコ○○」

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30号へのご意見・ご感想いただいたご意見の誌面への掲載可否・景品はA、Bどちらがご希望か・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合計20名様にプレゼントを差し上げます。

【応募締切】: 2022年6月24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。※当選の発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。※景品に対するご質問、抽選や当選に関するご質問は受け付けておりません。※お客様の個人情報、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。

応募QR



お持ちのスマートフォンから応募いただけます
https://chuden-cp.com/fureae

応募ハガキ

〒432-8035
浜松市中区成子町64
㈱エイエビー内
「ふれあい」
編集部 行

クロスワードパズル
(答え)
○○○○○○○
「ふれあい」の
ご意見・ご感想
(いただいたご意見の
誌面への掲載可否)
●A・Bどちらがご希望か
●ご住所 ●年齢
●お名前 ●性別

お客さまお問い合わせ窓口
皆さまのご意見・ご感想を
お待ちしております。

中部電力株式会社 浜岡地域事務所 総括・広報グループ

フリーコール 0120-165-492

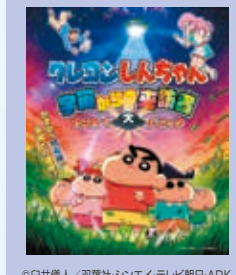
電話受付時間(土曜・日曜祝日を除く)9:00~17:00
原子力に関する情報はホームページでもお知らせしています。
http://www.chuden.co.jp

中部電力 原子力発電 検索

浜岡原子力館 ユウウシアター 情報

6月の上映は
この2作品!

クレヨンしんちゃん
宇宙からの来訪者



小さな森の住人たち
めぐる季節のいきものがたり



ドームいっぱいに広がる
映像は迫力満点!
無料で楽しめるんだよ!

浜岡原子力館
ホームページ

浜岡原子力館

浜岡原子力館情報

Instagram
やってます!



正解者の中から抽選で

① マックカード1枚
(1000円分) 10名様

② Amazonギフト券1枚
(1000円分) 10名様

プレゼント!

どちらかご希望を記載ください



発電所バーチャル見学会

を公開しました!



浜岡原子力
発電所の見学を
体験しよう!

「もしも」に備えて再確認！
安全な避難のために

梅雨のシーズンを迎えると、心配なのが豪雨。最近では毎年のように大きな災害が発生しています。今から、災害時に安全に避難するための行動について再確認していきます。

第1回
正しく理解してる？「避難情報」

夏は豪雨や台風などが多くなり、災害も発生しがち。そんなとき参考にしたのが「避難情報」です。情報が発令されたらどんな行動を取ればいいのか、まずは確認してみましょう。

警戒レベル5
緊急安全確保
災害発生又は切迫

警戒レベル4
避難指示
災害のおそれ高い

警戒レベル3
高齢者等避難
災害のおそれあり

警戒レベル2
大雨・洪水・高潮注意報（気象庁）
気象状況悪化

警戒レベル1
早期注意情報（気象庁）
今後気象情報悪化のおそれ

警戒レベル4
までに
必ず避難

警戒レベル3
「高齢者避難」とは？
災害が発生するおそれが高くなった場合に発令されます。高齢者、障がいのある方、妊産婦、乳幼児等）とその支援者が、安全な場所に避難することを促すために発令されます。それ以外の人、外出控えたり、避難の準備をしたり、自主的に避難するタイミングとなります。

警戒レベル4
「避難指示」とは？
災害が発生するおそれが高くなった場合に発令されます。指定された区域に住む人は、危険な場所から速やかに安全な場所に全員避難。災害が発生する前までに、指定緊急避難場所等への立ち退き避難を完了させます。避難場所までの移動が危険と判断される場合は、近くの安全な建物や、2階など自宅内のより安全な場所に避難しましょう。

警戒レベル5
「緊急安全確保」とは？
住民の生命に被害が発生する災害が発生または切迫している状況で発令されます。この段階で立ち退き避難することは、かえって危険です。ただちに安全を確保する行動（高所避難・近隣の堅固な建物への退避等）が必要。自らの判断で命を守るための最善の行動をとってください。

～なるほどコラム～

6月16日は「麦とろの日」
6は麦の「む」、16(十と六)で「とろ」という語呂合わせから生まれた記念日です。「麦とろごはん」の美味しさや栄養バランスの良さを多くの人に知ってもらうことを目的に、2001(平成13)年に制定されました。昔から山芋は「山のウナギ」と呼ばれるほど栄養価が高く、でんぷん消化酵素のジアスターゼには、たんぱく質やビタミンB1などの栄養吸収率を高め、胃腸の消化吸収を助ける効果があります。また、麦には発汗で失いがちなビタミンB類とミネラルが豊富。麦とろごはんで夏バテ対策を！

～知トク豆知識～

てるてる坊主の起源
中国では、白い紙で頭を作り、赤い服を着せ、ほうきを持たせた女の子の人形「雲擲人形」や「掃晴娘」と呼ばれるを軒下に吊るして晴天を祈る風習がありました。日本では江戸時代（一説には平安時代）に伝わり、「照る照る法師」と呼ばれていたのが、やがて「照る照る坊主」になったといわれています。当初は日本でも女の子の人形でしたが、晴天をいえるのが修験者や僧侶等であったため、男の子の姿に変化したようです。「てれてれ坊主」「日和坊主」と呼ぶ地域もあります。

イベント Pickup!
御前崎市

7月9日(土)～
8月31日(水)

マリナーパーク御前崎海水浴場
御前崎港の東側にある海浜公園。爽快な海風を感じながら、パーク内でのんびり過ごせます。波が穏やかで快適。安全、「日本の快水浴場100選」にも認定されていて、小さなお子様連れのご家族にもぴったりで！
会場：マリナーパーク御前崎 主催：御前崎市観光協会

イベント Pickup!
牧之原市

6月～7月上旬

大鐘家 あじさい祭
国の重要文化財に指定されている大鐘家。期間中には約1万本のあじさいが咲き誇り、趣ある建屋とあじさいの情緒あふれる風景が楽しめます。
会場：大鐘家 主催：大鐘家

イベント Pickup!
掛川市

7月24日(日)

掛川遠州灘「砂の祭典」ビーチフェスタin掛川2022
ビーチスポーツ、マリナーレジャーを通し、自身の健康意識に目を向け、地域の環境保護を考えることを目的としたイベント。県立自然公園にも指定されている美しい砂浜を舞台にビーチバレー大会が開催されます。
会場：リヴィエーリゾート大東温泉東側ビーチスポーツ公園周辺 主催：掛川みなみ商工会

イベント Pickup!
菊川市

6月11日(土)～8月15日(月)の土日・祝
※8月13日～15日は毎日開催。

田んぼアート菊川 やぐら観賞
色が異なる数種類の稲穂で水田に特大の絵を描く田んぼアート菊川の鑑賞会を開催します。今年は、干支にちなんだ虎の姿を高さ6mのやぐらから鑑賞できます。ぜひ、お越しください。
会場：田んぼアート菊川会場(菊川市下内田) 主催：田んぼアート菊川実行委員会

御前崎市 牧之原市 掛川市 菊川市

※新型コロナウイルスの影響によりイベントの内容が変更となる場合がございます。

イベントカレンダー
2022 6月～8月
各イベント 問合せ先
御前崎市 御前崎市商工観光課 0537-85-1135
掛川市 掛川観光協会 0537-24-8711
菊川市 菊川市商工観光課 0537-35-0936
牧之原市 牧之原市商工観光課 0548-53-2623

6月	7月	8月
10(金) 掛川市 上旬 御前崎市 11(土)～8/15(月)の土日・祝 菊川市 ※8/13～15は毎日開催。 26(日) 掛川市 6月～7月上旬 牧之原市 6月～7月上旬 牧之原市	時の記念日「太鼓打ち鳴らし式」 掛川城御殿 主催：掛川観光協会掛川支部 あじさい見頃 あらさわふる里公園 主催：あらさわふる里公園 田んぼアート菊川 やぐら観賞 田んぼアート菊川会場(菊川市下内田) 主催：田んぼアート菊川実行委員会 掛川市長杯争奪西大谷池へ鮎釣大会 西大谷池 主催：南遠へら鮎釣り研究会 大鐘家 あじさい祭 大鐘家 主催：大鐘家 秋葉公園 あじさい見頃 秋葉公園 主催：牧之原市公園公建築課	9(土)～8/31(水) 御前崎市 マリナーパーク御前崎 主催：御前崎市観光協会 田んぼアート菊川 大鑑賞会 田んぼアート菊川会場(菊川市下内田) 主催：田んぼアート菊川実行委員会 [海開き] 静波海水浴場 静波海水浴場 主催：牧之原市商工観光課 [海開き] さがらサンビーチ さがらサンビーチ 主催：牧之原市商工観光課 駅南朝市&フリーマーケット&グルメ 菊川駅南商店街 主催：菊川駅南商店街組合連絡協議会 田んぼアート菊川 ライトアップ鑑賞会 田んぼアート菊川会場(菊川市下内田) 主催：田んぼアート菊川実行委員会 掛川遠州灘「砂の祭典」ビーチフェスタin掛川2022 リヴィエーリゾート大東温泉東側ビーチスポーツ公園周辺 主催：掛川みなみ商工会 1(月)～31(水) 御前崎市 ジャンボかぼちゃ重量当てクイズ あらさわふる里公園 主催：あらさわふる里公園 6(土) 御前崎市 御前崎みなと夏祭 マリナーパーク御前崎 主催：御前崎市観光協会 中旬～9月中旬 御前崎市 サルスベリ祭り あらさわふる里公園 主催：あらさわふる里公園

冷製麺

ひんやり 涼しい

掛川市 菊川市 御前崎市

eco 余ったかぼちゃで 1品

eco 余ったトマトで 1品

eco 余ったとうもろこしで 1品

eco メロンの皮で 1品

気温とともに温度も増し、食欲も減退しがちな季節を迎えます。いつものご飯ではちよつと重い…そんな時には、ひんやり喉ごしのよい麺類を。冷たい麺類といえば、そうめん。今回は、そんな定番からパスタまでアイデア料理をご紹介します。

菊川のかぼちゃ

掛川のトマト

牧之原のとうもろこし

御前崎のアローマメロン

菊川のかぼちゃを使って
かぼちゃの
クリームスパゲッティ
ソースを作って和えるだけ！
クリーミーな食感がクセになる美味しさ

掛川のトマトを使って
トマトの土佐酢そうめん
だしの効いた土佐酢で作る
パスタのような盛り付けのそうめん

牧之原のとうもろこしを使って
とうもろこしのクリームパスタ
すりおろしたとうもろこしの甘さが最高！
豆乳クリームへのヘルシー仕立て

御前崎のアローマメロンを使って
メロンパスタ
メロンの甘みと生ハムの塩気が絶妙！
イタリアの夏を思わせるおしゃれな一皿

材料 (4人分) 作り方

材料 (4人分) 作り方

材料 (4人分) 作り方

材料 (4人分) 作り方

材料 (10個分) 作り方

材料 (4人分) 作り方

材料 (1人分) 作り方

材料 (4人分) 作り方

材料 (4人分) 作り方

材料 (10個分) 作り方

材料 (4人分) 作り方

材料 (1人分) 作り方

材料 (4人分) 作り方

イベント Pickup!
御前崎市

7月9日(土)～
8月31日(水)

マリナーパーク御前崎海水浴場
御前崎港の東側にある海浜公園。爽快な海風を感じながら、パーク内でのんびり過ごせます。波が穏やかで快適。安全、「日本の快水浴場100選」にも認定されていて、小さなお子様連れのご家族にもぴったりで！
会場：マリナーパーク御前崎 主催：御前崎市観光協会

イベント Pickup!
牧之原市

6月～7月上旬

大鐘家 あじさい祭
国の重要文化財に指定されている大鐘家。期間中には約1万本のあじさいが咲き誇り、趣ある建屋とあじさいの情緒あふれる風景が楽しめます。
会場：大鐘家 主催：大鐘家

イベント Pickup!
掛川市

7月24日(日)

掛川遠州灘「砂の祭典」ビーチフェスタin掛川2022
ビーチスポーツ、マリナーレジャーを通し、自身の健康意識に目を向け、地域の環境保護を考えることを目的としたイベント。県立自然公園にも指定されている美しい砂浜を舞台にビーチバレー大会が開催されます。
会場：リヴィエーリゾート大東温泉東側ビーチスポーツ公園周辺 主催：掛川みなみ商工会

イベント Pickup!
菊川市

6月11日(土)～8月15日(月)の土日・祝
※8月13日～15日は毎日開催。

田んぼアート菊川 やぐら観賞
色が異なる数種類の稲穂で水田に特大の絵を描く田んぼアート菊川の鑑賞会を開催します。今年は、干支にちなんだ虎の姿を高さ6mのやぐらから鑑賞できます。ぜひ、お越しください。
会場：田んぼアート菊川会場(菊川市下内田) 主催：田んぼアート菊川実行委員会

イベント Pickup!
御前崎市

7月9日(土)～
8月31日(水)

マリナーパーク御前崎海水浴場
御前崎港の東側にある海浜公園。爽快な海風を感じながら、パーク内でのんびり過ごせます。波が穏やかで快適。安全、「日本の快水浴場100選」にも認定されていて、小さなお子様連れのご家族にもぴったりで！
会場：マリナーパーク御前崎 主催：御前崎市観光協会

イベント Pickup!
牧之原市

6月～7月上旬

大鐘家 あじさい祭
国の重要文化財に指定されている大鐘家。期間中には約1万本のあじさいが咲き誇り、趣ある建屋とあじさいの情緒あふれる風景が楽しめます。
会場：大鐘家 主催：大鐘家

イベント Pickup!
掛川市

7月24日(日)

掛川遠州灘「砂の祭典」ビーチフェスタin掛川2022
ビーチスポーツ、マリナーレジャーを通し、自身の健康意識に目を向け、地域の環境保護を考えることを目的としたイベント。県立自然公園にも指定されている美しい砂浜を舞台にビーチバレー大会が開催されます。
会場：リヴィエーリゾート大東温泉東側ビーチスポーツ公園周辺 主催：掛川みなみ商工会

イベント Pickup!
菊川市

6月11日(土)～8月15日(月)の土日・祝
※8月13日～15日は毎日開催。

田んぼアート菊川 やぐら観賞
色が異なる数種類の稲穂で水田に特大の絵を描く田んぼアート菊川の鑑賞会を開催します。今年は、干支にちなんだ虎の姿を高さ6mのやぐらから鑑賞できます。ぜひ、お越しください。
会場：田んぼアート菊川会場(菊川市下内田) 主催：田んぼアート菊川実行委員会

イベント Pickup!
御前崎市

7月9日(土)～
8月31日(水)

マリナーパーク御前崎海水浴場
御前崎港の東側にある海浜公園。爽快な海風を感じながら、パーク内でのんびり過ごせます。波が穏やかで快適。安全、「日本の快水浴場100選」にも認定されていて、小さなお子様連れのご家族にもぴったりで！
会場：マリナーパーク御前崎 主催：御前崎市観光協会

イベント Pickup!
牧之原市

6月～7月上旬

大鐘家 あじさい祭
国の重要文化財に指定されている大鐘家。期間中には約1万本のあじさいが咲き誇り、趣ある建屋とあじさいの情緒あふれる風景が楽しめます。
会場：大鐘家 主催：大鐘家

イベント Pickup!
掛川市

7月24日(日)

掛川遠州灘「砂の祭典」ビーチフェスタin掛川2022
ビーチスポーツ、マリナーレジャーを通し、自身の健康意識に目を向け、地域の環境保護を考えることを目的としたイベント。県立自然公園にも指定されている美しい砂浜を舞台にビーチバレー大会が開催されます。
会場：リヴィエーリゾート大東温泉東側ビーチスポーツ公園周辺 主催：掛川みなみ商工会

イベント Pickup!
菊川市

6月11日(土)～8月15日(月)の土日・祝
※8月13日～15日は毎日開催。

田んぼアート菊川 やぐら観賞
色が異なる数種類の稲穂で水田に特大の絵を描く田んぼアート菊川の鑑賞会を開催します。今年は、干支にちなんだ虎の姿を高さ6mのやぐらから鑑賞できます。ぜひ、お越しください。
会場：田んぼアート菊川会場(菊川市下内田) 主催：田んぼアート菊川実行委員会