

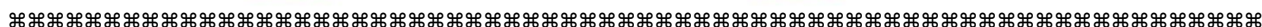


通信

2025 年 10 月号

エプロン

2025 年 10 月 15 日発行
発行責任者 猪狩 英則
〒177-0041 練馬区石神井町 8-53-24
TEL 6915-9315
FAX 6915-9316
E-mail : actepu@oak.ocn.ne.jp
HP : <http://npo-epuron.org/>



残暑の厳しさも薄れ、煮込み料理や鍋がより美味しく感じる季節となってきました。芋栗南京と、季節の野菜や果物も美味しい時期ではありますが、東京 23 区では、10 月は「食品ロス削減月間」となっています。ご家庭でも、食品ロス〇を目指してみてはいかがでしょうか？

☆「食品ロス」とは？

本来食べられるのに捨てられてしまう食品を指します。
日本では、日本人一人当たり年間約 37 kg、計算すると 464 万トンの食品が捨てられてしまっています。（令和 5 年度）



☆今日からできる食品ロス削減☆

- ・ 買い物前に家にある食材を確認する
- ・ 必要な分だけ買う
- ・ 賞味期限と消費期限の違いを知る
- ・ 食材は無駄なく使い切る
- ・ 食べる分だけ作る
- ・ 食材に合った方法で保存する
- ・ 余った料理はアレンジしておいしく完食する
- ・ 食品ロス削減に取り組むお店を選ぶ
- ・ 食べきれぬ量を注文する



練馬区では、食品ロス削減に取り組んでいる区内飲食店を対象とした「第2弾ねりま食べきりキャンペーン」や、ご家庭で余っている未利用食品を持ち寄り、必要としている団体に提供する活動「フードドライブの実施」を行っています。

エプロンでも、寄付として頂いた食品を寺子屋の食事作りなどに活用させていただいています。

練馬区のホームページでも詳しく掲載されています。



第10回エプロンまつりを開催します

日時：2025年11月9日 10:00～14:30（小雨決行）

場所：エプロン石神井事務所前、デイルーム、ちょっと・ホッと

今年もエプロンまつりを開催いたします。

地元野菜や鉢花の販売、区内作業所の製品、エプロン工房の手作り品の販売、リサイクルバザーがあり、パン屋（パンドプチママン）の出張販売や、お子様向けに飴のつかみ取りなども行う予定となっています。

お楽しみをたくさんご用意しておりますので、

皆さまお誘いあわせの上お越しください。

介護相談も承っています！

お気軽にスタッフにお声がけ下さい。



昨年の様子

認定 NPO 法人 エプロンへの賛助・ご寄付のお願い

エプロンは2014年に認定NPO 法人となりました。認定NPO 法人への賛助会費・寄付は税制優遇の対象となります。（エプロンが発行する領収書が必要です）

エプロンでは皆さまからの賛助会費・ご寄付を地域活動（地域の居場所事業・地域に向けたイベントなど）に使わせていただいております。

賛助会費は1口1,000円で3口以上をお願いしています。

（ご寄付くださる場合、認定NPO 継続のために

3,000円以上の寄付をお願いしています。）

地域を豊かにする活動に皆さまのご協力をお願いいたします。

*エプロンに3,000円ご寄付くださった場合

①所得税の控除

$(3,000\text{円} - 2,000\text{円}) \times 40\% = 400\text{円}$

②地方税の控除

$(3,000\text{円} - 2,000\text{円}) \times 10\% = 100\text{円}$

① + ② = 500円

確定申告された場合、500円が還付されます

お振込先

金融機関名：ゆうちょ銀行

口座番号：00150-1-605960

口座名義：NPO 練馬たすけあいワーカーズエプロン

HP からはこちら



編集後記：今年の秋は初めて「栗しごと」をしました。栗しごと・・・初耳でした。初夏に「梅しごと」はしたことがあったのですが、秋にも同様に保存食を作る作業を指す言葉があったんですね！栗の鬼皮を丁寧に剥き、何度もあく抜きをして渋皮煮を作りました。ゆったりと季節と向き合う時間を過ごす。こういう時間が大事なんだなとしみじみ感じる秋の夜でした。（U）

