

# 大阪友の会

SDG s を家庭から社会へ  
～環境チェックを続けています

## 婦人之友

4月号



9月号



## 大阪友の会 SDG s を家庭から社会へ 環境チェックを続けています

環境チェック あなたはできていますか？

電気・ガス	11時までに寝る 冷蔵庫に物を入れ過ぎない テレビは見る時だけつける 保温調理(鍋 帽子など)をしている 風呂は続けて入る
水	風呂の残り湯を利用(防災洗濯水やり) こまめに水を止めている 食器 調理器具の汚れは拭き取って洗う
プラスチック	ラップの使用を減らしている マイボトルを持っていく 食器 洗いは天然素材(セルロースへらまね)使用 ガラス瓶や紙の容器を選んでいる プラごみの分別をしている
その他	生ごみはぬらさないよう気をつける 食材は意識して使い切る、食べきる 地産地消を意識している 再生紙を使っている 公共の乗り物や自転車を利用する

方面分布図 2023年度



## 大阪友の会 友の家

大阪府大阪市住吉区山之内4-6-19

# 環境チェックから

## 鍋帽子で保温調理



- 保温調理するので省エネ
- 煮崩れにくい
- 味がよくしみ込む
- 抜粋の保温力



- 子育て家庭や高齢者世帯でも安心して使える

## できるだけ天然素材を使う

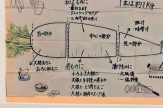
煮沸洗いのスポンジに代えて



## みつろうラップ



## 大根！木を無炭酸で使ってる



## 冷蔵庫をすっきりと

- 中身がわかるように
  - ・ラベリング
  - ・透明容器に入れる
- 詰めすぎない  
買いすぎない  
作りすぎない

