

天橋立の内海阿蘇海は、堆積するへどろにより遊泳できない、魚が棲めない海になっています。



美味しい野菜を食べて

美しい阿蘇海を！

生活習慣病対策

# 和食の料理教室



講師：管理栄養士 高岡 弘美 氏  
宮津市食生活改善推進員協議会会員

主催：認定NPO法人 ブルーシー阿蘇

ゼオライトで作る「エコの環」



高齢者による安心・安全で美味しい「エコの環」野菜を地域に届け、健康づくりのサポートをしています。  
ゼオライトは将来的に阿蘇海のへどろから合成し、環境修復につなげます。

- 10:00 講演「生活習慣病対策 和食」
- 10:30 「エコの環」野菜を使った料理実習
- 12:00 試食会 (質疑応答)
- 13:00 交流タイム
- 14:00 散会

日時：平成27年7月12日(日)  
10:00~14:00

集合場所：吉津地区公民館

参加費：1,500円  
(材料代・資料代・保険料など)

定員：10名

申込方法：裏面の参加申込書で Fax/Tel または [toyomi55@beige.ocn.ne.jp](mailto:toyomi55@beige.ocn.ne.jp) へメール

申込締切：7月11日(土)  
(定員になり次第締切)

## 阿蘇海

阿蘇海は天橋立の内海で、面積約5平方キロメートル、最大水深13メートル、海岸線延長16キロメートルの海です。かつては地元の民謡『溝尻大漁節』に「溝尻よいとこ 文珠さんの沖で 金の鯛がいな 大漁だ」と唄われるほど、金樽鯛を中心とした豊饒の海でした。しかし昭和40年代から富栄養化が急速に進み水質が悪化、いまでは水面から4メートル以深は無酸素ないし貧酸素といわれ、漁獲量も貝類以外はほとんどゼロに等しい状況にあります。これは閉鎖性の海のため大量のへどろが堆積し、それが水環境を悪くしているからです。

阿蘇海はまた、シベリアなどから渡ってくる水鳥たちの越冬地としても重要な場所です。毎年、十数種類のカモ類が2,000～3,000羽確認され、京都府下最大の越冬地になっています。京都府の準絶滅危惧種であるコハクチョウの飛来地、同じく絶滅危惧種のミサゴの生息地としても知られています。

## 参加申込書

TEL / FAX : 0772-46-4943 認定NPO法人ブルーシー阿蘇 松森宛

ふりがな		年齢	男・女
氏名			
住所			
連絡先	電話	Eメール	
同伴者氏名		年齢	男・女
食物アレルギーのある方はご記入下さい			

### 【個人情報について】

ご記入いただきました個人情報は、本イベントの運営のほか、今後開催するイベント情報等のご案内のために利用させていただく場合がございます。

上記目的以外で許可なく第三者への提供はいたしません。