

特産品を使った
健康でおいしい食事をとろう！

RECIPE CONTEST

おまえざきレシピコンテスト受賞作品

5/30作品

栄養カップメシ

小中学生の部 優秀賞レシピ
考案者 篠崎 侑真 さん



コンテストテーマ ▶朝食(令和3年度) 野菜(令和4年度) 減塩(令和5年度)



使用している特産品：かつお節、しらす、トマト

材料 (2人分)

◆ごはん……………200g	卵……………2個
◆釜揚げしらす…大さじ2	マヨネーズ……………少々
◆細ネギ……………大さじ2	塩・こしょう……………少々
◆ごま……………大さじ1	しょうゆ……………適量
かつお節……………適量	ミニトマト……………少々

時短で簡単！！
栄養バランスもグッド！！

作り方

- 1 マグカップに◆の半量ずつとかつお節を入れて混ぜる。
- 2 1の表面にマヨネーズをぬり、卵を割り入れる。卵はレンジで破裂しないように楊枝で黄身に穴を数カ所開けておく。
- 3 塩・こしょうをふり、ふんわりラップをかけて500Wで1分20秒レンジにかける。
- 4 しょうゆをお好みでかけ、ミニトマトで飾りつけたら完成♪

照会 健康づくり課 ☎0537-1123

Atomic

暮らしと原子力

なっとく！原子力とエネルギーの



解体によって発生する解体撤去物の量はどのくらい？

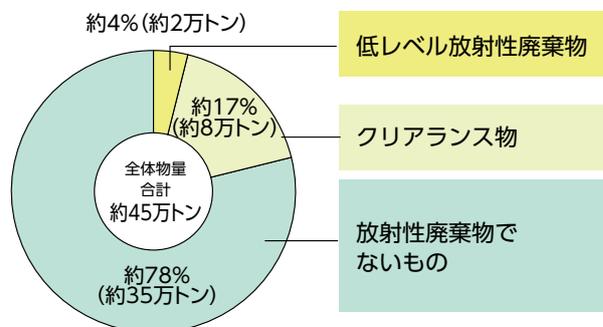


現在1・2号機を解体中の浜岡原子力発電所の場合、約45万トンの解体撤去物が発生します。そのうちの約95%が「放射性廃棄物でないもの(約78%)」と放射能レベルが極めて低い「クリアランス物(約17%)」で、この2種類の廃棄物は、資源の有効利用の観点からできる限りリサイクルしていきます。

残りの約4%が「低レベル放射性廃棄物」であり、放射性物質の量の区分に応じて、処分方法が変わります。

次回、クリアランス制度について紹介します。

《浜岡原子力発電所1・2号機の解体撤去物量》



出典：中部電力株式会社ホームページ「解体撤去物について」

照会 エネルギー政策課 ☎0537-1134