

# みんなで目指そう！ゼロカーボンシティ(第1回)



●問合先 環境保全課環境グループ (☎38-5808)

岩倉市は令和5年2月に、2050年までに地球温暖化の原因とされる二酸化炭素の排出量実質ゼロをめざす「ゼロカーボンシティ」の表明をしました。

市民のみなさんに地球温暖化の原因や防止の取組を知ってもらい、みんなで力を合わせゼロカーボンシティの実現に向けて取り組んでいきましょう♪

## そもそもゼロカーボンってなんだ？

温室効果ガスを  
排出する量

=

温室効果ガスを  
吸収する量



ゼロカーボンとは、二酸化炭素をはじめとする温室効果ガスの「排出する量」と「吸収する量」を同じ量にすることをいいます。

ゼロカーボンにすることで、地球温暖化の原因である温室効果ガスが増えなくなるため、地球温暖化の進行を止めることができます！！

### ゼロカーボンを達成するためには・・・

ゼロカーボンを達成するためには、

- ①温室効果ガスの排出する量を減らす取組
  - ②温室効果ガスの吸収する量を増やす取組
- の両方に取り組む必要があります。

健康いわくら 21 ～プラス 1 品、野菜料理の提案～

★岩倉市食の健康づくり推進員が作成した「野菜別！おいしい料理レシピ集」を保健センターで配布しています。



## 簡単！！美味しい野菜レシピ (夏の野菜)

健康課健康支援グループ (保健センター内☎37-3511)

### ピーマンのみそ炒め

材料 2人分

ピーマン (5個) 160g  
 にんにく 1かけ  
 みそ 大さじ1  
 みりん 大さじ1/2  
 炒りごま (白) 少々  
 ごま油 大さじ1/2

※1人分の野菜の分量 (80g)

#### <作り方>

- ① ピーマンはヘタと種を取って細切りにします。にんにくは、すりおろしておきます。
- ② みそ・みりんは混ぜておきます。
- ③ フライパンを熱して、ごま油を加えピーマンを強火でさっと炒め、にんにくを加えてにんにくの香りが出るまでかるく炒める。②のみそを全体にからめたら火を止めます。器に盛り付け、炒りごまを添えて仕上げます。

※にんにくが苦手な場合は生姜に変更しましょう。

