

エコファミリーのみなさん、いつも環境活動へのご参加ありがとうございます。

みなさんこんにちは、今年は7月西日本の豪雨や台風12号など、大きな被害を出す異常気象が続いています。これらは地球温暖化の影響などがあるとされています。私たち一人ひとりができる事、ご家庭で出来る事を考え、みんなで環境活動に取り組んでいきたいですね。

7月21日・22日「夏のエコフェア2018」に出展しました。

今年も四日市市の三重県環境学習情報センターで開催され、2日間で4,700人が参加されました。

コープみえは、「沖縄県恩納村の里海づくり（サンゴ再生活動）」を紹介し、サンゴの大切さをお伝えしました。また、「間伐材で箸づくり」も実施し、子どもたちに体験していただきました。



間伐材で箸づくり サンゴの再生活動の紹介

今月の環境イベントテーマ：「打ち水で夏を乗り切ろう！」

各地で最高気温が更新され、異常な暑さとなっていますが、今年植えられた「グリーンカーテン」の効果はいかがですか？ あと、暑さ対策として「打ち水」も効果がありますね。これは「気化熱」によって地面の熱が大気中に逃げるからですが、温度が1℃～2℃下がるとされています。



「打ち水」は朝方と夕方の時間帯にするのが効果的ですが、夜でも地面の温度を下げる効果があります。マンションやアパート暮らしの方も、下階に注意いただきながら「ベランダ」で試してみてもいかがですか。水道水の使用は控えて、お風呂の残り湯などを活用した、エコな打ち水をお願いします。

昔ながらの「打ち水」や「すだれ」などを、エアコンと併用しながら、上手に省エネをすすめていきたいですね。

今月の生物多様性（見つけてほしい生き物）

テーマ①：「ツクツクボウシ」

「つくつくぼーし、つくつくぼーし、……」または「おーしーつくつく、……」などなど、人によって聞こえ方は違いますが、鳴き声から名前がついたセミです。3cm程の体に透明なハネを持っています。北日本では少ないセミですが、近年は東北で増えている所もあるそうです。

8月中旬～9月頃に鳴くので、少し郊外に出て特徴的な声を頼りに、姿を探してみてください。もちろん、鳴くのはオス。腹側の「腹弁」を振動させて鳴きます。



今月の生物多様性（見つけてほしい生き物）

テーマ②：「ヘクソカスラ」

日当たりのよい林の縁などで、低木や草に絡みついているツル植物です。庭や公園の植え込みなどでもよく見かけます。8～9月頃に咲く、筒状で先端が直径1cm程に開いた白っぽい花は、奥の方が濃い赤紫色になっています。見つけたら葉をちぎって少しもみ、においをかいでみてください。かわいい花からは想像できないこのにおいが、名前の由来です。

*花言葉は「人嫌い」「誤解を解きたい」「意外性のある」。



7月度環境イベント

<冷蔵庫内の整理整頓！>

※生協の配達の前日に冷蔵庫内を掃除、またトレイ等に入れるなど、いろいろな工夫をされています。

- ◇ 普段から心がけていますが、瓶詰を作ったストックがいくつかあり、なかなかスッキリとはいきません。お弁当用おかずのストック等は出来るだけ同じ形のタッパーに入れて取り出しやすく工夫しています。
- ◇ 大体、どこに何をを入れるか決まっています。トレイなどで整理しています。扉を開けて物を探す事は少ないし、食品を無駄にする事も少ないです。冷凍庫内は賞味期限が長い分、忘れてしまうのもあるといけなないので、購入後、入れる前に品名と期限をメモして使ったら消し、冷凍庫内の物を把握しています。
- ◇ 冷蔵庫の奥の物は取りにくく、つい忘れがちになってしまうので、細長いトレイを買って引出やすくしました。見やすくなって、取り出しやすくなったので、少しでも省エネになったら嬉しいです。
- ◇ いつの間にか老夫婦だけとなり、ドレッシングや調味料等、うっかりすると大幅に期限切れに。多すぎるから明日にと残すと忘れてしまい残念な状態、気を付けたいです。思い切って処分、すっきりしました。
- ◇ 整理整頓は苦手。だから夏は買う量を減らす。作り置きを減らす。冷蔵庫の横にガラス窓があり、陽がさすので紙を貼り陽の光を冷蔵庫に当てないようにしています。



☆冷蔵庫の掃除をしたばかりです。庫内にはたくさんの物を入れられないようにし、中にある物を食べ切ってから物を買うようにしています。食中毒も気になるので、醤油等も冷蔵庫に入れてあります。正しいかわかりませんが。

- ◇ 冷蔵庫を何度も開けなくていいように、朝ご飯セット（ハムやチーズ、ヨーグルト等）、漬物セット、パンにぬるジャムやバターセット、早めに使い切りたい物セット等、カゴにまとめ冷蔵庫に入れてあります。

- ◇ 冷蔵庫に何でも入れていたので、いつも間にかいっぱいになっていたのを整理整頓をしてみました。だいぶ前のこんな物があったのかとびっくりするぐらいの量の肉や魚が出てきました。冷蔵庫の奥の方に、しまっていた食べ物とか出てきて、これからは食べれる量だけ入れておこうと思いました。
- ◇ 月曜日がゴミの日なので、前日には冷蔵庫の掃除をする様にしています。味噌や果物のジュース、手作りしているので冷蔵庫に保存する物が多く、いつも2つの冷蔵庫はいっぱい、つい詰め過ぎになってしまい反省。整理整頓に努めます。
- ◇ 夫が冷蔵庫を開けて、何が入っているか？と見る事が大好き。開けている時間が、私からは長く思えるので、納豆が一番上の棚、卵は下の段、おかずは中段と定位置を決めました。



- ◇ 二人暮らしなのに冷蔵庫はいっぱい。主人はカビが生えると言って食パン、野菜室にはお茶パック、玉ねぎ、ペットボトルのジュース等たくさん。よく見ると、飲みかけ以外のジュースも入っているので時々出しちゃいます。次のジュースが入っていないと嫌なんだそうです。自分の分は、いつもキレイに入れてありますが…。
- ◇ 子どもが小さいので、生協で1週間のまとめ買いです。使い切れなかった野菜は早目に冷凍、1週間で冷蔵庫がきれいになると、一人でひっそりと喜んでます。
- ◇ 冷蔵庫の一番上の棚が、主人が買った物を置くスペースに。一番背が高いし、それ以上に買わない様にするため、でも下のスペースにも置いてます…。なかなか上手くいきません。夏場は特にデザート系を買いまくります。子ども達も食べるし、仕方ないかあ〜と思うけどブツブツ…。

7月度の「生物多様性&季語」のテーマ

<アマサギ&ヤマモモ>

※アマサギ…シラサギと思っている方が多かったです。

※ヤマモモ…実をいただいたり、果実酒やジャムを作ります。という方がいました。

<アマサギ>



☆家の前の田んぼでエサ？を食べているのを良く見ます。ただ、アマサギなのか他の鳥なのかわかりませんが（汗）。

- ◇ 水田を見つけました。ほんの数m先にいたみたいで、ワサワサと羽の音をたて飛んで行きました。大きな翼の音と大きさにびっくりしました。
- ◇ 自宅近くを車で走っていたら、田んぼの中に1羽スックと立っている姿を見つけました。凛とした立ち姿が美しいですね。
- ◇ 車で農道を通ると田植えがしてある水のはった田んぼから数羽のサギが飛び立ちました。ずっと「シラサギ」だと思っていたのですが、「アマサギ」だと初めて知りました。
- ◇ 住んでいる地域は、東は海、西は田んぼです。サギはいつも見ていましたが、白いものだとばかり思っていました。今年は注意して見ると、頭のあたりに色がついているもの発見しました。早速、子どもに自慢しました。
- ◇ 田んぼで見かけます。茶色の所が灰色だったかもしれません。白いシラサギと灰色の鳥のハーフだと思っていた。
- ◇ 今までは何となく「あっ、サギだ〜！」と見ていたけど、初めて「アマサギ」なんだと分かりました。優しいオレンジ色の羽根、鈴鹿川の方（北の空）に飛んで行きました。

- ◇ たぶん、アマサギだと思うのですが…。津市の安濃の方の田んぼで白い鳥を見かけます。シラサギとは別の鳥なんですか？

<ヤマモモ>

- ◇ 駅前に行くためバス停に向っていたら、赤い実が落ちていた。上を見るとヤマモモでした。2cmもない小さな実がたくさん。団地の道に何本か木を発見しました。大きな実なのかと思っていたので、小さく可愛い実でした。



◇ 近所に植えてあります。下に落ちて掃除が大変そうですが、子どもが幼い頃、よく頂きました。ジャムにするとさらに美味しいです。

- ◇ 仕事場がゴルフ場なので、ヤマモモの木があります。私には猿のエサとして認識していました。猿がいる時は近づかない様にしています。
- ◇ 近所に30年近く経つ木があります。大きくなり過ぎて実を採る事ができない。昔、食べた事を思い出しながら木を見上げています。
- ◇ 大仏山公園で、赤い実をたくさんつけている木を見ました。親戚のおばさんは、ヤマモモの実で果実酒を作っています。ヤマモモをオモモと呼んでいます。
- ◇ 毎年、親戚から頂きます。家でも植えて見ましたが、うまく実がなりません（3回失敗）
- ◇ 公園などにあります。定期的に収穫しない場所には植えて欲しくないです。通路に実が落ちていて踏んでしまうので。



☆土壌が合っているのか、頻りに剪定してもゴウゴウと茂っています。毎年、果実酒にしますが、ジャムは味と食感が今一つ好みであり

ません。鮮やかな赤色がとても美しいので、他の果物か野菜と組んでフルーツソース等が出来ないかと考えています。ご存知の方、教えて頂けませんか？

♪エコ生活術♪～お得な情報～

- ◇ 家具らしい家具は買った事はありません。三段ボックスは横にねかせて本棚、上からの力に弱いけど、ねかせて使うと丈夫なんです。また開口部を真上にして同じサイズの板を乗せて収納ベンチに。あまり読まない本や、季節の物を入れてあります。収納ケースの透明のと同じサイズで子ども一人に3〜4つ与えて押入れて服を収納、すぐ使う2〜3着はハンガーに掛け、見える所（制服等）に。巣立った後に残ったのは、収納ケースのみです。
- ◇ ウェスを利用して、ペット（ネコグッズ）のおもちゃ作りをしました。

♪なんでもおたよりコーナー♪



- ◇ ウォーキングに毎日出かけますが、小さなポリ袋持参。空き缶等捨ててあると直接は触らないように気を付け拾って来ます。たくさんの方が訪れる伊勢ですから、きれいに気持ち良く帰っていただきたいです。
 - ◇ 5歳と3歳の子どもの散歩で、いつも行く場所とは違う公園や道を歩く時、金ばさみ人数分とビニール袋を持参し、ゴミを拾います。ほとんどがプラ包装や弁当箱、子ども達に分別を教えるいい機会です。
 - ◇ 4月にハイブリット車に買い替え、給油の回数が減りエコを実感。今、冷蔵庫の様子が怪しくなり買い換えの消費電力を比較しながら検討中。これら環境には優しくても家計には厳しい価格。エコな商品や社会に役立つ物の価格こそ安くしてほしい。
 - ◇ 生ゴミは全て土へ入れると6月の通信誌に載っていましたが、私もしています。ゴミ袋は特小の1/3程の量。臭いも虫も気になりません。分解してくれる土中の菌が可愛く思える。もっと、みんなに知って欲しい！
 - ◇ 今年のグリーンカーテン
(あさがお)
- ☆ 元気の秘訣をお隣の92歳のおじさん（そう呼んでいます）に聞きました。早寝早起きし、毎朝、畑と田の見回り。もちろん、畑仕事と田植えから稲刈りまでされて日中は、カラオケに行くそうです。4枚CDを買ったので、8曲覚えるので忙しいとおっしゃっていました。ご自分で作った新鮮な野菜を食べ、体を動かし、脳を使いと70代に見えるおじさんの秘訣を生で聞けて得した気分になりました。見習いたいです。
- ☆ 主人の自転車がパンクし、いつも自分で修理していましたが、とうとうダメになりました。思えば、息子が中学に入る時買った自転車、今年で13年超、そろそろ買い替えかなと思いきや、まだまだ子ども達の古い自転車があると3台も。もう少し我慢してね。
- ◇ 6月号の通信誌で、ドクダミとスギナのお茶が紹介されて我が意を得たり！でした。ほとほと手を焼いていた畑のスギナは、生薬を「門荊（モンケイ）」といい、むくみやアトピー性皮膚炎、腎臓病、リウマチ等に効果が期待できるという事が解りました。鉄分はほうれん草の15倍を含有している等、知るとゲンキなもので見る目が変わりました。



編集後記

先月号で、冷蔵庫を買い換えた事を書きましたが、奥行きが深い冷蔵庫を選んでしまいました。

今回、細長いトレーを買って引き出しやすくされたという投稿がありましたので、参考にさせていただき、トレーを活用して取り出しやすくし、少しでも扉の開いている時間を減らしたいと思います。(竹内)



おたよりコーナー

