

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。いかがお過ごしでしょうか。最近、急に寒くなりましたね。朝晩はよく冷えますので、みなさんも風邪などひかないよう、体調管理に気をつけてください。

今月の環境イベントテーマ：「エコドライブを心がけよう！」

新型コロナウイルス感染症も、現在は落ち着いてきており、これから、お出かけを予定されている方も多くみえるのではないのでしょうか。行楽など出かける機会が増え、自動車の使用が増えると思いますが、最近ではガソリンの価格が上がってきており、燃費も気になるところです。燃料使用量を減らす事で CO2 排出量の削減にもつながります。また、エコドライブは安全運転と通じており、人にも車にも地球環境にも優しい「エコドライブ」で、お出かけを楽しみましょう！

★今年も「エコドライブ10のすすめ」を紹介します。

- | | |
|--------------------|---------------------------|
| ①ふんわりアクセル | ②車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転 |
| ③減速時は早めにアクセルを離そう | ④エアコンの使用は適切に |
| ⑤ムダなアイドリングはやめよう | ⑥渋滞を避け、余裕をもって出発しよう |
| ⑦タイヤの空気圧から始める点検・整備 | ⑧不要なものはおろそう |
| ⑨走行の妨げとなる駐車はやめよう | ⑩自分の燃費を把握しよう |



今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)
テーマ①：「ツワブキ」

海岸や海に近い山地に生育するキク科の多年草で、10～12月頃に鮮やかな黄色の花を咲かせます。フキに似た葉は厚手で表面がつやつやしています。これで強い紫外線や潮風から身を守っているのだそうです。西日本では、若い葉の葉柄(ようへい)を食用にします。

斑入り(ふいり)の葉のものなど園芸品種がたくさんあり、庭や公園にも植えられているので、近くで探してみてください。

花言葉は「謙譲」「困難に負けない」などです。



今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)
テーマ②：「コカマキリ」

オオカマキリやハラビロカマキリのようには大きくならない、5～6cm程の中型カマキリです。鎌(前脚)の内側に黒と白の斑紋があるので、容易に見分けられます。

色は褐色のものがほとんどで、黄緑色のものはあまりいません。地面を歩いているのをよく見るので、褐色は隠ぺい色なのかもしれません。林周辺、草地、住宅地など、様々な環境に生息し、秋に卵(卵しょう)を木の根、倒木、草の茎、石などに産みつけ、卵で越冬します。



* 「見つけてほしい生き物」情報提供元：三重県環境学習情報センター (<http://www.eco-mie.com>)
 いつどこで見つけたかも教えてください。

9 月度環境イベント <食品ロスを考えよう!!>

※みなさん、計画的に購入し、食品ロスを出さないように工夫をしていました。

◇ 食育と食品ロスのバランスが難しいです。子ども達が食べない苦手な食品でも、食卓に出さない訳にはゆかず…。冷凍を活用しながらトライしています。

◇ 買い物時に賞味期限間近の商品を買い、早目に使うようにしている。安く買えるし、売れ残ると困るお店にも貢献できて一石二鳥！食べ残しのおかずは、昼食にお好み焼きの具にプラスして変身させると冷蔵庫スッキリ。



◇ CM で「おむすび」が転げるのがありましたよね！我家は、夫婦二人になったので、ほとんどロスは発生させていません。野菜クズはダシにしていますし、少々の生ゴミはコンポストで堆肥にして、畑にまいています。

◇ スーパーで 10%~50%(半額シール)のある品を躊躇していましたが、当日直ぐ食べてなくなってしまふ物ならと購入し食しました。財布に優しく、地球のエコにもつながる事、食品ロスをなくせる事だと思いました。可能な物なら節約にもなるよう考えて購入していこうと思います。



◇ 以前は安いと買っていたのですが、今は家にあるものを見て欲しい物を紙に書いて、買いすぎないように気を付けています。

◇ 冷蔵庫や冷凍庫に入れる時は、食品の入れ替えをするよう心掛けています。奥に入ってしまうと忘れる事があるので…。

◇ パンはすぐ期限切れになってしまいます。買い物する時に今日の分、明日の分と考え、先ずは割引コーナー（期限の近い物）から欲しい数を買ひ、残りを買うようにしています。お得だし、毎日買い物に行かなくて良いしとの思いで買い物をしています。

◇ ストックは 2~3 個位にして、賞味期限は近いものを手前に置くようにしています。食べ残しはしないよう、あまり多くは作りません。食べ残したら、すぐ食べるようにします。冷蔵庫、野菜室は常にチェックしています。

◇ 夕食のおかずが余る時はリメイクしています。肉じゃがを次の日、カレー粉を入れて出すと毎回好評です。余ったおかずは、カレー風味か、卵を入れて焼くとおいしいです。



◇ 昨年の猛暑で「暑さは冷たいソーメンで乗り切ろう」と学び、今年は早くからソーメンを買い込み、暑さ対策をしたつもりでした。ところが、何故かソーメンを食べたいと思わない、気が付いたら食品ロス。今さら人にあげられない。「必要な物を必要なだけ」をしっかりと学びました。

◇ 幼い頃から祖父に「もったいない精神」を叩き込まれたので、食べ物に関しては特に気を付けています。ナスのヘタ、ネギのひげ根も美味しく食べています。

◇ 毎日の事なので、よく考えているつもりですが、コロナの関係もあり、一人分ずつに分けて食べるようにしているので、子どもが残した物を捨ててしまう事もあり、なかなかゼロ！にはならない。コロナで買い物に出る事は少なくなったので、買いすぎが減ったので賞味期限切れも少なくなったと思います。

◇ たくさん採れたり、いただいた野菜。使用しやすいサイズに切って冷凍しています。必要なだけすぐ使え便利です。傷んで捨てる事にもならないし…。豆類はさっとゆでます。

◇ 買い物に行った時、近々消費する予定のある食品は、陳列棚の手前から取っています。家庭で気を付けるのももちろん、お店側のロスも少しでも減らす事が出来ているかな？と思いながら買い物しています。

◇ 最近、コンビニのパンコーナー等で手前取りを呼び掛けていますが、私もすぐ食べる物はそうしたり、期限間近の値引きシール付の商品を積極的に利用しています。



◇ 節分の恵方巻きを翌日には処分のニュースを見てから、子ども達もまだ食べられる物を処分している現状にびっくりしていました。食べきれない分は買わないようにし、冷蔵庫在庫確認の日を設けるようにしています。

「生物多様性&季語」のテーマ <ショウリョウバッタ&ツリガネニンジン>

※ショウリョウバッタ…庭や草むらで見かけ方が多かったです。

※ツリガネニンジン…見つける方が少なかったようです。

<ショウリョウバッタ>

◇ 庭でよく見ます。小さいバッタでも遠くまで飛ぶのでびっくりします。



◇ 畑の草刈りをしていたら、雑草の中から何匹か飛び立って逃げていきましたよ！

◇ 砂地、赤土の多かった愛知にいた時より、三重に来てからは見る機会が増えました。それだけ緑が多いのかな！？

◇ 8 歳の孫が見つめました。公園の遊具で遊ぶつもりで行ったので、タモは持参しておらず、残念ながら帽子では GET できずにガッカリしていました。ジャンプ力凄いですね。3 歳の孫の方に飛んで来てビックリして大泣きでした。

◇ 自宅の周り等で、よく見かけました。娘が捕まえて虫かごに入れました。



◇ 鈴鹿川の河川敷の草むらにたくさん飛んでいます。子ども達が大喜びで捕まえに走り回っています。

◇ 草原によくいます。そばを歩くと数匹、草の中から飛びあがります。柔らかい葉を食べているようです。

◇ 裏の畑の草むらを歩くと、バッタが飛び出します。キチキチと鳴いて飛んで行きます。最近は、あまり見かけなくなりました。

◇ 草むらで、よく見かけます。花を植えている葉っぱもかじられる事があります。捕まえやすいバッタです。

◇ 我が家の庭で、今年はいつもより多く飛んでいるのをよく見ました。黄緑の葉っぱと同じ色をしているので、水やりをしているとどこからか出てきて飛んでくるので、びっくりしました。



◇ 実家の庭の草取りをしていたら、いました！大きいですね。昔のいろんな種類の虫たちがいましたが、農薬や環境の変化でしょうか。少なくなったように思います。

<ツリガネニンジン>

◇ 山野草の中でも清楚なのに、なぜか人目を惹く植物だと思います。山道にふっと 1 本咲いていると嬉しいし、山田の畔に何本か咲いているとニッコリしてしまいます。



◇ 地元（熊野市）の新聞にカラーでツリガネニンジンの写真が載っていました。市内で咲いていたそうです。

◇ 今は亡き祖母が、この花が好きだったことから、いつの間にか私も好きになりました。花言葉を知り、優しい気持ちになれました。

♪なんでもおたよりコーナー



◇ 毎年、朝顔でグリーンカーテンを楽しんでいるのですが、今年は大きく育った朝顔の葉が見事に巨大スズメガの幼虫に食べ尽くされてしまいました。今までこんな経験した事がないのに、どうして20匹も大量に幼虫が発生したのか？不思議な夏の出来事でした。今年に限ってどうして？何が原因なのでしょうね～。

◇ 小1の息子と食育も兼ねて家庭菜園に挑戦しています。春と一緒に植えたサツマイモを、夏の間水やりをして、待ちに待った秋、ようやく掘りました。息子は、張りめぐった根っこを目の当たりにして、サツマイモが育つのに必要な土、水、肥料のこと等、普段は意識していなかった自然に関心が広がったようです。



◇ コロナ禍で出来るPTAなどの地域交流活動が、今までのように出来ずに困っています。どのような形で実施すれば正解なのかわかりません…。



◇ 秋の七草のフジバカマの苗を買い、鉢に植えました。うすピンクの花が10/10ごろ開花し始めました。アサギマダラ（蝶）が来てくれたら嬉しいと願っています。

◇ この夏はとても暇だったので、シンクの下を片付けました。空になったボトル、中途半端なシートの切れ端、思い切って捨てました。その中に大量の伝線したストッキングがありました。排水溝ネットや掃除に使おうとためていたものです。小さく切って結んで排水溝ネットの代わりに毎日、使っています。ストレーナーもこまめに洗うようになり、良い習慣になりました。



編集後記



環境活動にご参加いただきありがとうございます。

最近、急に寒くなり衣類も夏物から秋物を通り越し、冬物に近い服装になりました。居間には、早速、ホットカーペットを敷きました。秋の過ごしやすい時期がなく、やはり気候が変ってきているのかなと感じます。

だんだん、四季がなくなっていくのでしょうか。



おたよりコーナー

