

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。日中は暑い日もありますが、朝晩は涼しくなり秋の気配を感じるようになってきましたが、みなさんは、いかがお過ごしでしょうか。気温差が激しい時期ですので体調には気を付けてくださいね。

**今月の環境イベントテーマ：「10月は食品ロス削減月間」**



10月は食品ロス削減月間です。日本の食品ロス量は、年々減少はしていますが年間で522万トン（前年570万トン）が廃棄されています。1人あたり1日お茶わん1杯分（約140g）、の食べものを毎日捨てていることとなります。その結果、限りある資源の減少や環境負荷の増大・地球温暖化などあなた自身の生活に影響を及ぼしています。食品ロスを削減するには、家庭での取り組みも大切になりますので、意識して食べ物のゴミを減らす行動をしましょう！

- ◆買い物前に冷蔵庫や食品庫にあるものをチェックし、必要な分だけ買いましょう。また、すぐに使う予定の食品はお店の棚の手前からとるようにしましょう。
- ◆できるだけその日の食べられる分を作り、食べ残しをしないようにし、もし、食べきれなかった場合は、他の料理に作り替えるなどアレンジし、献立や料理方法を工夫しましょう。
- ◆賞味期限は、「おいしく食べることができる期限」です。賞味期限は、過ぎてもすぐに廃棄せずに食べられるかどうかの判断も必要です。食品の期限表示（消費期限と賞味期限）を正しく理解しましょう。

食品ロスを減らそう！



この食品ロスを少しでも減らすために、くらしを見直してみませんか？

**今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)**

**テーマ①：「チャノキの花」**

三重県の生産量が全国3位の「お茶」。茶葉は、この木の葉です。

原産地が中国西南部、インド、ベトナム辺りとされるツバキ科の常緑低木または小高木で、日本に入ってきた系統は高さが2m程にしかありません。葉の表の脈は強くへこみ、概ね10～11月にサザンカに似た2～3cmの白い花を下向きに咲かせます。花言葉は「純愛」「追憶」「謙遜」などです。

茶畑以外にも、畑の縁や人家の敷地内にも植えられているので探してみてください。



**今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)**

**テーマ②：「モズ」**

9～10月には、「モズの高鳴き」と呼ばれる、よく通る甲高い声が聞こえてきます。

モズはスズメより大きく、目を通る過眼線がオスは黒っぽくメスでは茶褐色で、オスだけ翼に白斑が確認できます。枝等に止まっている時に、長めの尾を落ち着きなく、右に左に回すのも特徴です。

主に昆虫、カエル、カナヘビ、ミミズなどの小動物を食べていて、獲った獲物を枝などに突き刺しておくこともします。これを「モズのはやにえ」と呼びます。



\* 「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。

## 8 月度環境イベント

### <リボンベジタブル（再生野菜）にチャレンジ！>

※観賞用にしていたり、上手に育ててる工夫など、たくさんお便りをいただきました。

◇ 豆苗はグリーンピースの芽です。秋に豆苗を食べた後、種の部分を植えると葉が伸びて大きくなっていきます。冬を越すと花が咲いてグリーンピースができます。とても簡単に育ち、大好きなグリーンピースが出来て収穫の喜びが味わえます。



◇ 豆苗、人参、ネギ、大根に挑戦したことがあります。少しずつ育つ様子は、見てて楽しく愛らしかったです。

◇ 長ネギは、なるべく根がついているのを買って土に埋め、毎日水やりしていると芽が伸びてくるので薬味等に重宝します。豆苗も1回目は、ほとんど芽が出てくるので、とても楽しみですが、暑い時は腐ってくるので、寒い時の方がうまくなります。



◇ 人参のヘタは小皿で育てて、葉の部分はパセリの代用として利用しています。

◇ ネギは必ず根を水につけておいてから、土に植えます。ほとんど枯れることなく新芽が出ます。鍋用の白ネギも植えると少し細くなるので、青ネギとして上の部分を利用しています。

◇ 100均で、豆苗の容器を見つけました。白色なので可愛く、水の取替えも楽チンです。豆苗ばかりしてありますが、他の野菜もチャレンジしてみたいです。まずは人参からかなあ…。

◇ 「再生野菜」は昔からよく作ります。芽が出てくると可愛いし、愛おしく感じます。食べるより花のようにそのまま食卓に飾って楽しむ時もあります。今、豆苗が青々！3度目の収穫。

◇ 豆苗は、毎回水に浸けて置き育てています。夏場、暑い部屋で育てるとカビが生えやすいので、こまめに水を替えています。

◇ 豆苗は2回くらい食べられます。また青ネギは、根の部分を土に植えておくと、毎年食べられます。

◇ 細ネギを実家でもらい、庭の日陰に植えてあります。もう何年にもなるのですが、採って食べてをしているのですが、いつの間にか再生され本当に助かっています。

◇ 今しているのは、頂き物のバジルの茎を水にさして根を出しているところ…。もう少し根が出たら、土に植えてみるつもりです。

◇ 長ネギは、コップに水を入れて置くと新芽が出てるので、今なら豆腐にのせて美味しく頂いています。



◇ 大根と人参をやってみました。葉っぱが一日一日目に見えて大きくなるのはいいですね。

◇ カボチャを食べた時、種をコンポストへ捨てておくと翌年、たくさん芽が出てきます。それを双葉くらいの時、移植するとうまく育ちます。今年は友人に2株ずつ分けてあげ、我家では6株移植、立派なカボチャが10個採れました。



◇ 人参のリボンは、ヘタの色と伸びた葉の色のコントラストが、とても可愛いです。ガラスの小鉢に入れて、キッチンの置いてあります。

◇ 再生野菜にチャレンジしました。人参は可愛くて涼しげで、よくお皿の上で観察します。長ネギも新芽が出るのが楽しみです。

### 「生物多様性&季語」のテーマ

### <アオバハゴロモ&メマツヨイグサ>

※アオバハゴロモ…カメムシと思っていた方や、好き嫌いが分かれました。

※メマツヨイグサ…名前を知らなかったという方が多かったです。

### <アオバハゴロモ>

◇ アオバハゴロモは、風通しの悪い木によくついていきます。あじさいの花が終わった木で、よく見えます。



◇ アパート前の花壇に咲いている小ぶりのヒマワリの茎に順序よく並んでいる姿を発見しました。涼し気な色が可愛いです。

◇ パッと見ると結構きれいだと思うのですが、やっぱり虫だよね〜と思いつつ、部屋の中で飛んでいるとイヤですね。

◇ 名前は知りませんでしたが、見かけたことがあります。きれいな緑色をしていました。

◇ カメムシ目とは思えない愛らしいフォルムですよ！よくいるのですが、植物をダメにしようとして聞いてからは、見つけるとテンションが下がるようになりました（苦笑）

◇ あらゆる草木の枝や茎に真っ白についています。なかなかとれないので嫌いです。成虫は苦にならないけど（触るとすぐに飛んでしまうので）

◇ 心にゆとりがある時は、青緑が綺麗に思えるけど、ゆとりのない時は…「こんの羽虫め！」と手で払う対象。

◇ 庭の草木を触っていると、急に飛び立って驚きます。草と同じような色なので、動くまで気づかない事も多いです。

◇ 自宅前に野菜や花木があり、よく見かけます。網戸に白い綿っぽいものがいっぱい付着するのは、もしやこれかな、と違いますか？

◇ アオバハゴロモってカメムシに似てますね。でも素敵な名前。カメムシは二オイがイヤだと。

◇ 庭のバラや南天に幼虫でいましたが、駆除しても成虫になって見かけます。

◇ この昆虫がカメムシと関係する事を知りませんでした。チョウカガの種類かと思っていました。急に目の前を、ひらひらと横切って飛んできて、ちょっと苦手でした。

### <メマツヨイグサ>

◇ いろいろな所で夕方、見かけます。群生していると可愛らしくキレイです。



◇ 川原に咲いているのを見かけました。

◇ 公園の芝の所に生えていました。可愛いクリーム色（レモン色）の花ですね。

◇ 散歩コースの溝で繁茂しています。小さなレモン色のさわやかな花は、気高く見えます。確か一昨年前は、そこになかったように記憶しています。

◇ 夕方、いつも散歩に行くのですが、可憐な様子に癒されています。

◇ 家の周りのまき垣の下にたくさん、花を咲かせています。変に雑草が生えるより、小さいけれど、花が咲いている方が華やかで嬉しいです。

◇ 道端で咲いている黄色い小さな花ですね。よく見かけます。でも、名前をはっきり知りませんでした。勉強になりますね。

### ♪エコ生活術♪～お得な情報～



◇ 毎年、夏の初めにじゅうたんを干し、その後カットして犬用のマットとして使用します。人間→犬、汚れきったら処分するようにしています。

◇ アイメイクのクレンジングを毎日しますが、昔は1回に1枚を使用していました。しかし、半分だけでも十分なことがわかり…。今では1/4ずつ最初にコットンを切って使っていますよ。



# ♪なんでもおたよりコーナー



◇ 野登里山フィールドで、9月10日にイベントがあるので、その下準備。通路の草刈りをした。今年は植物が元気。草刈りのやりがいがある。暑い日だったが、何とかやり終え、広くなった通路に自己満足。

◇ 先月、固定電話が壊れ、今月は洗濯機が突然動かなくなっていました。洗濯機は10年経っていたので、部品が製造中止で修理が出来ず、物置にしまっていた娘の古い洗濯機を急ぎよ使いました。風呂水ポンプがサビて交換しましたが、今までのより小さくなり、夫婦二人暮らしには丁度良かったです。物置に置いてある時は大きいな…と書いていたが、取っておいて良かった！次は固定電話ですが、スマホがあるし、しばらく様子を見る事にしました。選挙やセールスの電話しかかかってこないですしね。



◇ 市の講座でキエーロ（土の力で生ゴミを分解する生ゴミ処理器）を知りました。木で作られていましたが、同じような物は大変そうなので、大きなプラスチックプランターで代用して、現在実験中。

◇ 嬉しいことですが…。娘がお産で里帰りした7月～8月、特に電気、ガス、水道が顕著に増えました。



◇ この地域では（尾鷲）、お盆が済むと港へ、お供え物や燈ろうを持って行って流していました。今はさすがに流しません。港では環境課の方がトラックで待っていて、お供え物等を引き取ってくれます。でも、感染症の事もあるし、食べられる物は皆で分け、盛りかごもお店の人に引き取ってもらって、他は自宅で処分しました。分別が大変でしたが、少しでも再利用できて良かったです。

## 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。

先日、自宅前の小学校で運動会が開催されていました。昨年までコロナ禍により、観覧については、学年ごとに分けていましたが、今年は、コロナ禍前のように全学年同時に観覧されていました。

少しずつ、コロナも終息に向かっているのかなと感じています。



## おたよりコーナー

