

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。毎日、寒い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。先日の寒波では、三重県も各地域で積雪となり、大きな影響を受けました。自動車を運転する際は、路面の凍結に十分に注意してくださいね。

*** 今月の環境イベントテーマ：「プラスチックの使用を削減しよう！」**



プラスチックは、私たちの生活に欠かせない存在ですが、「プラスチック問題」は年々、深刻になっています。特に問題視されているのが「海洋汚染問題」です。プラスチックの使用を完全にやめることは、プラスチックに依存した現代社会ではすぐには難しいですが、工夫と取り組みで使用を減らすことはできます。今回紹介する取り組みも意識してみてください。

- 傘カバーを持つ：雨の日に使われるビニールの傘袋。お店にいる間わずかな時間で、すぐにゴミになってしまいます。年間にすると相当な量が使い捨てされています。繰り返し何度も使える「傘カバー」を使用することで、削減できます。
- 木のまな板を使う：プラスチック製より高価ですが、大事に使えば十年は持つようです。天然のヒノキには抗菌作用もあり、プラスチックより柔らかいため、刃こぼれしにくいメリットもあります。
- お弁当などの食事：プラスチックの容器に入ったお弁当などは、プラスチックのフタ、外側はプラスチックでラップされています。また、容器は脂っこい食べ物で汚れているため、洗浄する手間もあり焼却されることが多いですね。お弁当をつくることで、プラスチックの使用削減につながります。

*** 今月の生物多様性(見つけてほしい生き物) テーマ①：「ウメの花」**

中国原産のバラ科の樹木で、花は葉が開く前の1~3月頃に咲き、芳香があります。花弁は5枚、品種によっては5枚以上や八重咲きもあり、色は白のほか濃い紅色や淡いピンクもあります。雌しべは1つですが、雄しべは多数あるので華やかです。果実は6月頃に黄色く熟します。

ウメは花、香り、果実を楽しめますが、花の観賞用のウメと果実を収穫するウメでは品種が異なります。ウメの花言葉は上品、高潔、忍耐、忠実などです。



*** 今月の生物多様性(見つけてほしい生き物) テーマ②：「ホシハジロ」**

秋になると県内各地の溜池やダム湖、河口、海などにやって来るカモですが、山の中の池やダム湖ではあまり見かけません。オス、メスとも頭はおにぎり形で、オスの頭は赤茶色、背中が灰色、胸とお尻が黒色、目は赤色、メスは頭が薄茶色、背中が褐色がかかった灰色、目は茶色です。

昼間は水面か岸辺で休んでいることが多いのですが、潜水してエサをとる姿も観られます。植物食が強い雑食で、水草や魚、甲殻類などを食べているそうです。



* 「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。

12月度環境イベント

<冬のエコの取り組みで電気代も節約！>

※湯たんぽや厚着、膝掛などいろいろと工夫して節約、節電をしていました。

◇ 長年、半てんを愛用しています。随分薄くなっていますが、なかなか交換できないでいます。だるまストーブでたくさんのお湯を沸かして、湯たんぽにも使っています。



◇ 今年の冬は電気代高騰！今までより節電を意識して、夜は早めに寝るように心掛けたい。また、入浴も家族が時間を空けずに連続で入れば、風呂の温度も下がりにくく、電球スイッチのON、OFFの回数も減らせるし…、いよいよ電球もLEDに切り替えたいと思っています。

◇ 育ち盛りの子ども、コロナにかかりにくいよう食事で節約はやりにくいので、電気を出るだけ節約しようと努力しています。厚手のカーテンや窓のすそに断熱のマットを張り、生協で買ったアルミシートの寝袋も暖かくて喜んでいます。首、手首、足首はもちろん、厚手の服も身に着けてます。湯たんぽを買いました。

◇ 足元から冷えてくるので、こたつ靴下を購入しました。足首に発熱素材でカバーされているので、とても温かいです。首と言われる所を温める事は重要だと改めて思いました

◇ 以前から、使っていない部屋の電気はこまめに消しています。テレビも見たい番組でない時は、だらだらとつけっぱなしにしないで消しています。



◇ 家庭菜園の人参が豊作で、毎日食べているせいか、今まで冷え性で眠れなかったけど改善しました。湯たんぽを入れなくてOKです。眠る時、フリースの膝掛を首～肩の辺りにかけてます。温かいです。ストーブの上に煮物をかけ、コトコトと調理。今日は味噌作りの大豆を煮てます。

◇ エアコン、床暖で、どう使うと電気使用量を抑えられるか、時間毎の使用量等をチェックしながら使い、昨年と同月よりだいぶ減らしました。でも電気代は上がってます（泣）。窓は二重ガラスで、一人の時は衣服で調節しています。根菜たくさんの豚汁は定番です。ホットドリンクはチャイに生姜をプラスで、体の中からポカポカです。

◇ 家の中では、なるべく厚着をして暖房を控えるようにして、汁物の料理をする時、生姜を入れるようにしています。塩分が控えられて美味しいです。

◇ 毎年“首”の付く所を温めるように心掛けています。友人が手作りでガーゼの中に綿を入れたものをくれ、それを首元に入れると、とても温かく気に入っています。ゴム製湯たんぽは、ひとり一つ用意して毎日使っています。

◇ 湯たんぽを家族分と猫の分 5 個買いました。充電式だと 15 分位で温まるので買いましたが、2 年位しか使えないとの事。やはり面倒がらず、昔からのお湯を入れる物の方が良いのかな？

◇ 我家は日当たりがよく、晴れの日カーテンを開け、窓が大きいので日中暖房要らずです。天気の良い日は、ネックウォーマー、膝掛で頑張ってます。



◇ 昔の古い家で生活しています。すきま風、ムダに広い部屋のため、着込んでコタツ愛用、電気ストーブ使用で寒さを乗り切っています。ショウガ、七味は欠かせません。



「生物多様性&季語」のテーマ

<エナガ&センリョウの実>

※エナガ…難しかったのか見つけたというお便りは、ありませんでした。

※センリョウの実…お正月の生け花としての方が多かったです。

<センリョウの実>



◇ 昨年は、庭のセンリョウもたくさん実が付きましたが、今年は南天の実がすごく付きました。お正月にいつも飾ります

◇ 冬は庭の花の色が少なく、我が家では地植えでは「水仙の花」しか咲いていませんが、向かいの家の庭には、センリョウの実やピラカンサの赤い実は目につきます。きれいですが、鳥が実を食べ散らかし、フンのお土産を残してくれるので困ります。

◇ 毎年暮れに手作りする門松に使います。一両～十両～百両～億両まで呼び方と正式名があるのにビックリしました。



◇ 我が家の庭にあります。11月頃、一番実がしっかりついているのですが、鳥に食べられたりと、だんだん実が減ってしましますが、何とか年末までもつと、お正月に飾る事ができます。今年は大丈夫でした。

◇ 庭に毎年、咲いてくれてます。あまり多いと抜いてしましますが、お正月の花って感じですね。千両と万両しか知りませんでした。他にもあるとはビックリです。

◇ 毎年、実をつけたセンリョウを年末に、正月花として生けています。鳥が実を食べるようで、ネットをかけて全部食べられてしまわないようにしています。

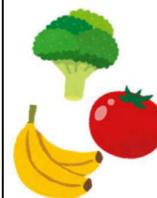
◇ 我家には、十両、千両、万両があります。一両、百両、億両まであるとは初めて知りました。図鑑で調べて、孫と全てを探す散歩に出たいと思いました。

◇ 2～3年前からセンリョウの木があちこちで芽を出し、今年は10cm位になり、今年は5～6個の赤い実を付けました。

◇ 自宅で毎年、実をつけます。赤い実をつけ、寒い冬に色を添えていいものです。すす病で黒くなる年もありますが、今年は大変きれいです。

◇ トリが運んできた黄色のセンリョウが庭いっぱい繁茂しています。中旬過ぎ頃から数種の鳥がやってきて、実をついばんでいくため、お正月にはあまり実がありません。

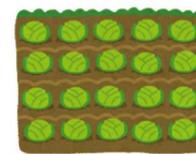
♪エコ生活術♪～お得な情報～



◇ 「野菜いきいき鮮度保持袋 80枚入」を使うようになってから、完全に食品ロスが我家からなくなりました。本当に実感しています。バナナ、トマト、ブロッコリーは顕著です。無理してまとめ買いもしなくなりました。最後まで納得のいく状態で調理も出来て、大変満足している袋は、とてもありがたいです。他の物にも役立てられないか考え中です…。

♪なんでもおたよりコーナー part2

◇ 小2の息子と家庭菜園を楽しんでいます。夏の終わりに植えた冬キャベツを収穫しました。キャベツの下には、青虫の糞でいっぱいなのに、キャベツは虫に食べられた跡はなく、とてもきれいです。健全に育った野菜は、虫に食われてもきれいに修復されると知り、再生するかに感動しました。キャベツは、かき揚げにしました。甘くて、美味しかったのが心に残りました。続けていきたいです。



◇ 環境学習会「ウミガメ講座と海のゴミ拾い」。雨天のためゴミ拾いは出来なかったが、ウミガメの実態、現状について多くの学びがあった。子ども達も参加後、ウミガメへの関心が深まり、次回はせひ、ゴミ拾いに参加したいと強く感じました。

♪なんでもおたよりコーナー

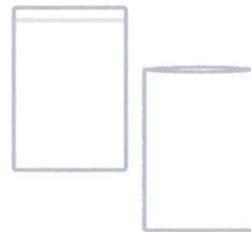


- ◇ ペットボトルのキャップを今までたくさん集めていましたが、いくわ医療生協診療所で集めている事を知り、まとめて提供しました。少しでもお役に立てれば…、昔はプルトップも集めて車椅子を施設に提供する活動もよくあったと思いますが、最近は、プルトップ回収はあまり聞きません。持ち込める所があれば役立てたいのですが、どなたか情報、知りませんか？
- ◇ メッセウイングみえの環境フェアに参加してきました。とても良いイベントだと思います。勉強になりました。

◇ 電気使用量は前年同月比-10%位に抑える事ができたのに、電気代は1.4倍位に増えました…。物価高がいろいろ言われていますが、ここまで大きな値上げを実感したのは初めてです。より節電に取り組もうと思いますが、寒さに負けそう…。



- ◇ お風呂場の換気扇が、ゴースとすごい音が出るようになり、果たして換気できているのかさえも疑わしくなりました。業者さんに見てもらい修理より交換との事で、今は静かに換気してくれています。静かすぎて消し忘れる事があるので気を付けます。
- ◇ スーパーの台に備え付けられているビニール袋が、少し前から薄くなっている気がします。環境の為のプラスチックの削減なのか、経費削減なのか…。でも薄くなったことで破れやすくなり、水気の多い物や持ち帰り用の氷を入れる際は、結局、二重にせざるをえず、却って無駄が増えていると思います。(もちろん、帰ってからゴミを入れたりして活用はしていますが…)



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。

今回は、電気代についてのお声をいくつかいただいています。

節電の取り組みをし、電気の使用量を削減できたにも関わらず、電気代は上がっているという悲しい状況です。

今後も様々な物価の値上げが想定されており、なんとも悩ましいことです。



おたよりコーナー

