

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。そろそろ紫外線の気になる季節ですね。曇りの日でも薄い雲ならば紫外線の80%以上が通過するそうです。曇りの日も紫外線に気をつけていきましょう！



**今月の環境イベントテーマ：「ペットボトルのリサイクル」**

出展：環境省ホームページ  
<https://plasticssmart.env.go.jp/>

海に流出するプラスチックゴミの量は世界中で年間 800 万トン、2050 年には海洋中の魚の量を超えるとの試算が出されています。焼却による大気汚染、流出による海洋汚染だけでなく、生態系にも大きな影響を与えています。

たとえばペットボトルはリサイクルの取り組みがすすみ、日本は 2020 年にリサイクル率 88.5%、回収率は 96.7%といわれ、自治体の回収はもちろん、飲料メーカーがコストを負担し、自動販売機の横に回収ボックスを設け、自主的に回収しています。ヨーロッパ、アメリカに比べてもトップクラスの回収率だそうです。ペットボトルは軽くて丈夫で蓋をして持ち歩きもできる、清潔で安全な容器です。国民一人あたり毎日 500ml のペットボトル 1 本分を消費しているといわれています。海や山に出してしまうペットボトルは残りのわずかとはいえ、見過ごせません。自動販売機横のペットボトル専用ボックスに違うゴミが入っていることでボックスがいっぱいになり、ボックス横に放置されたりすることで風や雨で飛ばされ海に流出してしまいます。ペットボトルがゴミではなく「資源」という認識がひろがり、飲み終わったらすすいでラベルとキャップをとってリサイクルに回す、この取り組みをみんなが続けていけるようになるといいですね。

**今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)**

**テーマ①：「カラスノエンドウの実」**

野原や道端でよく見かける地中海地方原産のツル性の草で、春～初夏にいかにもマメ科らしい赤紫の蝶形花(チョウのような形の花)を咲かせます。巻きひげの先端が3つに分かれているのが特徴です。

別名は「ヤハズエンドウ」。花の後、サヤエンドウに似た黄緑色の実を斜めにつけます。サヤが熟すと真っ黒になるので、名前「カラス」とついたとのこと。このサヤは乾燥すると、よじれるように裂けて、中の種子を弾き飛ばします。



**今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)**

**テーマ②：「コシアカツバメの巣」**

ツバメ科の鳥で、顔から後頭部と腰がやや薄い橙色です。腹は薄茶色で縦斑があります。4月中旬～5月頃やってきて繁殖し、9～10月頃見られなくなる夏鳥で、ツバメより少し大柄です。巣は泥で作りますが、ツバメのものとは形が全然違います。

首の長いトックリや花瓶を縦に半分に切り、断面を天井に張りつけたような形をしていて、コンクリートの建物に作られることが多いです。分かりやすい巣なので、探してみてください。



\* 「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。

## 3 月度環境イベント

### <アースアワー2023に参加しよう!>

※節電に心掛け、参加された方がたくさんみえました。

◇ 20:30~21:30のこの時間、電気を使わないイベントに家で参加。世界中で同じ日、同じ時間に消灯して環境について考える!ってすごいな~と思います。三重でも何かイベントができるの良いな。子ども達とゆっくり話も出来、良い時間が過ごせたと思います。

◇ 今年は外出して、自宅の電気は消した状態となりました。ニュースでもあまり取り上げられていないように思います。この取り組みが広く知られるといいなと思います。

◇ テレビを見ないで過ごしました。この時間帯は、いつも必ずテレビタイム、食事も早めで8:15には終わり、目的達成できて良かったです。



◇ 早速、カレンダーに書いてみました。子どもが大きくなってきて、20:30消灯は難しいけど、意識してみようと思いました。

◇ 最近、我家の息子の昼寝が少し遅くなり、夕方に眠ってしまう事が多くなりました。その間によく自分がテレビを見たりする事が多かったのですが、近頃は、その時間の電気をなるべく付けず自分も目を休めるようにしています。自分も電気も充電時間にしています。

◇ 今年初めて参加しました。ローソク用意してなかったのが真っ暗! 電気のない生活なんて考えられませんね。

◇ 3/25は、たぶん忙しいので前日に参加しました。ちょうど、お風呂の時間だったので、灯を付けずに入りました。思ったより居心地良く、途中から湯舟で眠ってしまいました。今は電気代も高いので、良い取り組みだと思いました。



◇ 同じ日の同じ時刻、全部の電気を消すことはできませんが、これだけの電気を家の中で使用してたのか、節電に気を付けようと思う。再確認の日時となりました。

◇ 今年もアースアワーに参加しました。3/25は都合悪いので、少し早く参加しました。部屋の灯を全部消してじっとしていました。静かで時間の経つのがゆっくりになったように感じました。

◇ 初めて聞きました。小さな活動でも多くの人を取り組めば、大きな成果につながることを期待します。

### 「生物多様性&季語」のテーマ <ウグイスのさえずり&つくし>

※ウグイスのさえずり…最初は、たどたどしかった鳴き声が、次第に上手に鳴くようになったとお便りが多かったです。

※つくし(スギナの胞子茎)…春のお訪れと共に、卵とじでいただいた方もいました。

#### <ウグイスのさえずり>

◇ ちらほら鳴き声を聞くようになりしました。田舎なので、木に止まっている姿も時々見かけます



◇ ウグイスの鳴き声を聞きました。まだ始めなのでホーホケキョとまでいかず、ホーホキョオ、ホーケキョ等、ホーが聞こえてくると、次はうまく鳴けるかなと待ち遠しく聞いてます。

◇ 我家の団地の端は、木が多いところなのですが、毎年ウグイスの鳴き声を聞いて、春の訪れを感じています。初めの頃は「ケキョ、ケキョ」ですが、だんだん上手になり「ホーホケキョ」と聞こえるので、成長を感じますし、嬉しくなります。まだ、一度もお目にかかったことはないのですが(笑)。今年は、2月に「ホーホケキョ」と聞き、え!?もう?と思いましたね。また、聞けるのではと楽しみにしています。

◇ ちょうど3日前(3月5日)から、鳴き声を聞き始めました。初めにうちは、鳴き方もへたなんですよ。「ホーホケホケ…」みたいな。1ヶ月も経つと、きれいに「ホーホケキョ」と鳴いています(毎年)。家のすぐ裏の山でウグイスが鳴いているので、朝、ウグイスの声を聞いて癒されます。



◇ アパートの裏に公園があります。その木々に姿を見せて鳴き声が聞こえて来ました。もうすぐ春です。

◇ 今も聞こえますが、響き渡ると繋みからガサガサッと居場所がわかる時があります。やはり姿は見えません。(奥ゆかしいです。)

◇ ウグイスのさえずりがまだまだと思っていましたが、家の前の木で鳴いていました。意外と、上手に鳴いていてびっくりしました。春だなあと心地よく感じました。

#### <つくし(スギナの胞子茎)>

◇ 子ども達を連れて田んぼのあぜ道や土手を歩いている時に、たくさん生えていました。



◇ 今年は1月からつくしと出会っています。いつもと違うのは、久しぶりにつくしの卵とじを作って食べた事です。懐かしい味でした。食べながら、「前、食べたのは10年位前だったナ」と思い出にふけていました。

◇ 家庭菜園の畑で見つけました。やせている畑にスギナは生えると聞いたことがあります。さつま芋用のところだったのかなと。



◇ 幼稚園のお散歩で見つけました。20周年のカラフルなトラックも見かけました。

◇ 家の庭とその続きの空地で見つけ、卵とじにして食べました。ほろ苦さが春を感じさせてくれました。

◇ 確定申告に訪れた税務署の庭で見つけました。とても混んでいて時間に追われる中、つくしを見てほっとしました。

## ♪エコ生活術♪~お得な情報~

◇ 私は、ガスの消費を抑えるために調理の際には、鍋底の水を拭き取ったり、土鍋で余熱を利用する事が多いです。ガス代も抑えられるし、良い事づくめ。節約のためと考えると面倒と感じるかもしれませんが、環境の為の貢献を考えれば、こういった小さいな努力を続けられる自分を誇りに思えます。続けていきます。



◇ カレーを作ると翌日、昼食はカレーうどんに、夜は再びカレー。翌々日の朝は、牛乳とコンソメの素を入れ鍋にこびりついたカレーを溶かしてスープにします。ベタベタのカレーは牛乳に溶けて洗いやすくなります。

◇ 花粉で水ばながすごいです。ティッシュの使用量が半端じゃないので考えました。ティッシュを半分カットして使うことにしたら、意外と多用途に対応できることに気付きました。1/2ティッシュ販売されないかなあ。



## ♪なんでもおたよりコーナー

◇ EMボカシを振りかけて(1回/週)、白いカビみたいなのが生えてきました。肥料として使うには、まだ発酵させてみようと思います。野菜や花同様、土作りのための肥料作り、手間がかかるのだとわかりました。よく「土作りが大事・基本」と耳にしますが、化学肥料が発明されるのも、多く利用されるのも納得です。消費者は、選ぶちからが必要だと思いました。

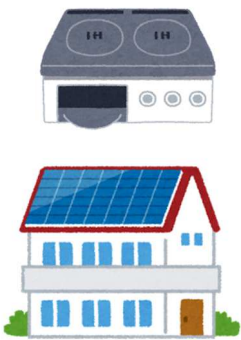
◇ 段ボールコンポスト数年前に、小さめの箱でやっていました。一日分の野菜くずなどが面白いほど分解され、とても不思議です。でも、夏にハエが発生したので中止しました。涼しくなったらまた始めようと思っていたのですが、数年経ってしまいました。

# ♪なんでもおたよりコーナー



◇この春は、ワラビやコゴミなどの山菜を、ご近所から何度もいただきました。旬を感じる昔ながらの食材に季節が巡る幸せを思います。最近の極端な気温の変化に不安と寂しさを覚えていますが…。

◇電気代が高くてびっくりしました。寒かったから仕方ない部分もありますが、きちんと節電もしていきたいと気を引き締めました。ちなみに5万円/月超えたという人もいました。(老人世帯)



◇太陽光パネルを屋根に設置しています。平日は不在なので売るだけですが、土日の休みは、なるべく発電している間に家事を済ませ(IHコンロなので煮物等を作り置き)るので、むしろ夕方以降、ゆっくり過ごせています。蓄電池を付けて電気の自給自足をするのが夢です。



◇3月に入り、突然花粉症になりました。毎年、この時期は鼻が真っ赤になります。今年は、べにふうきというお茶をいただいたので飲んでみました。苦かったですが、翌日にはすっきりして目のかゆみもだいぶ治まりました。帰省した娘も辛そうだったので、薄めにして勧めました。結構、良かったみたいです。



◇今朝、小3の息子が梅干しを食べていて、私が「この梅干し、三重の南紀で採れた梅やで」と言うと、「すごい！こんな大粒の梅が(自分の住んでいる)三重で採れるなんて!」と、感動していました。地産地消で、環境負荷の軽減になるだけではなく、子どもの地元への誇りを育てることにもなります。子どもも立派な消費者。人や環境にやさしいエシカル消費ができるよう、まずは興味を持たせるところから始めます。



## 編集後記



今年の冬はよくタヌキを発見しました。パートナーでしょうか、2匹がくっついてこちらを見ていました。真ん丸でふかふかの毛皮、この毛皮で無事に冬を越せているといいなと思います。

そして今年はキツネを見ました。まさか野犬?

と驚きましたが大きなしっぽと細身の体はまさにキツネ。頑張っ  
て生きてほしい!



## おたよりコーナー

