

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。暖かくなっただと思えばまた冬に逆戻り。体調を崩されませんように！

今月の環境イベントテーマ：「デジタル化の副作用」

インドにあるヴァドガオン村では、村の住民全員に毎日 19 時にサイレンが鳴り、テレビや携帯電話を消すことになっています。また 20 時 30 分になれば再びサイレンが鳴り「デジタルデトックスタイム」の終了です。村ではコロナ禍で子どもたちがオンライン授業のためモニターやスマホ画面を見ている時間が多くなり、学校が再開してもテレビやスマホを手放せませんでした。このデジタル依存に危機を感じ、村議会でこの依存症を止める必要があると決めました。

この決定を促すのは簡単ではありませんでしたが、結果、村の家族に会話に戻ったといいます。携帯電話が登場してさらにスマホが登場、このようなデジタル機器は今や私たちの生活に欠かせないものとなりました。しかし ICT（情報通信技術）によって電力消費量は増加傾向です。今後の IP トラフィック（データ流通量）の増加に比例して消費電力量が増加すると仮定した場合、爆発的に消費電力量が増加し、地球温暖化の加速が懸念されています。デジタル機器がもたらす副作用について私たちはもっと注目すべきなのかもしれませんね。

特に思春期の子どもたちのデジタル（ネット）依存が問題になっています



出典：BBC NEWS [マハラシュトラ州：インドの村は人々が話すのを助けるために毎日オフラインになります](#)-BBC ニュース
総務省ホームページ [総務省 | 令和 4 年版 情報通信白書 | 電力量の爆発的増加と地球温暖化の加速 \(soumu.go.jp\)](#)

今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)
テーマ①：「ヒメオドリコソウ」

ヨーロッパ原産で、道端や空き地、庭、畑などに普通に生えています。高さは 10~25cm ぐらいで、2 月に紹介したホトケノザに似たピンク~赤紫色の花を咲かせます。シソ科の植物なので、茎の断面は四角形です。茎や葉には毛があり、葉の網目状の葉脈はくぼんでいてシワのように見えます。葉の縁には鋸歯（きょし）と呼ばれるギザギザがあり、上部の葉は赤紫のことが多く、密生して重なり塔のような感じになります。花言葉は陽気、愛嬌、快活などです。



今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)
テーマ②：「カイツブリ」

ため池やダム湖、河川などに生息するカモに似た小型の水鳥で、三重県では年中観られます。古名を鳩(にお)と言い、カイツブリの多い琵琶湖は「鳩の海」と呼ばれていました。県内ではニッコベという呼び方も聞いています。冬羽は全体に薄茶色ですが、2 月頃から頬や首が赤褐色になり、くちばしの根元の黄白色部が目立つようになってきます。繁殖期にはケレレレレ…とよく鳴き、水面に水草などで作った巣は、流されないようヨシ等につないであります。



* 「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>)
いっどこで見つけたかも教えてください。

1 月度環境イベント

<エコ川柳>

※楽しいエコ川柳、ありがとうございました。

- ◇ 誰の為 未来の為に エコ生活
- ◇ みみっちい? エコ生活の 基本でしょ!?(モノや資源は大切に~)
- ◇ 今年はね エゴを控えて エコ活動
- ◇ 新聞紙 読むだけでなく 再利用
- ◇ 終活で 直捨てせずに 再利用
- ◇ 節約を 張り切り過ぎて 風邪をひく
(なんでもほどほどにした方がいいですね)
- ◇ 断捨離と 毎年言ってる 今年こそ
- ◇ 皮料理 ゴミも減らせて 一石二鳥
- ◇ 寒さ耐え 筋力強化で ジャンプする!
- ◇ 残り物 アレンジおにぎり マジ最高!
- ◇ エコびいき 母の口ぐせ 2度使い
- ◇ ババ(婆婆)が言う 勿体ないよ バチ当たる
- ◇ 暖冬で 減ったよ 電気使用量
- ◇ 皿洗い タワーすすぎで 水節約
- ◇ だしをとり ふくろをやぶり ふりかけに
(だしパックを最初から破って使う時もありますが、ふりかけにするのが好きです(*^-^*))
- ◇ フードロス 値引きシールで 貢献だ
- ◇ 正月の 煮物で ちらしずし
- ◇ 買物は 少な目買いで ロスふせぐ
- ◇ 終活は 先ず押入れのモノ 減らす
- ◇ 危機備え 家庭菜園 食自給
- ◇ 出たゴミは 土に還った 彼の^か日々は
- ◇ 大豆危機 味噌・醤油・豆腐守らねば
- ◇ 物価高 アレンジレシピ フル回転
- ◇ 無農薬 野菜の皮も ベジスープ



- ◇ 国産の 大豆ミートを 広めよう
- ◇ 森林の 整備つながる 川と海
- ◇ ストーブで 心もお腹も ほっかほか
- ◇ 一部屋で 一家団らん 一石二鳥
- ◇ 捨てないで その葉その皮 食べれるよ(美味しいよ)
- ◇ 美しい 地球を 7代先までも
- ◇ トイレの中 コーヒーかすで いいにおい
- ◇ フードロス 食べて貢献 体重冒険
- ◇ 環境に 優しい暮らし 心がけ
- ◇ 試みる いろいろ工夫 節約を
- ◇ 大丈夫? ここもあそこも ソーラー畑
- ◇ ストーブで 大豆煮 寒の味噌仕込み
- ◇ 寒いかな そう思ったら お掃除しよう
(ポカポカしてきます)
- ◇ 寒いなら お茶飲もう 1枚着よう
- ◇ 冷蔵庫 開けては 1.2 声出して
- ◇ 洗濯は 風呂水使い 家計に貢献
- ◇ 家庭ゴミ 意識で変わる 資源ゴミ
- ◇ 余分なもの 置かず置かない エコライフ
- ◇ 古い服 捨てる前に ぞうきんに
- ◇ 生ゴミは 一日ごとに めかくしを
(古新聞を活用)

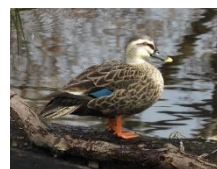


「生物多様性&季語」のテーマ

<カルガモ&シシガシラ>

※カルガモ…近くの川や池で、泳いでいるのを見かけました。と言う方が多かったです。

※シシガシラ…山の斜面や日陰で見つけました。と言う方が多かったです。



<カルガモ>

- ◇ お堀のアヒル、カルガモに癒されます…(*^-^*)
- ◇ 東員町のダムに、いつも数羽のカルガモを見かけます。
- ◇ 公園の池に 20 羽くらい見かけています。他にサギも一緒に餌?を食べているようですよ!
- ◇ カモ、寒くないのかなといつも思います。
- ◇ 私がウォーキングしているコースの池に、いつもたくさんのカルガモがいます。そこに着くとしばらく足をとめてカルガモの可愛い様子を眺めています。癒されます。
- ◇ 2 羽いて、つがいかと思われませんが、色もそっくりで、どちらがメスかオスか分かりませんでした。
- ◇ 近場のため池でバシャバシャと音がして見たら、カルガモが数羽泳いでいました。
- ◇ 川の側を走っていて見かけました。10 羽ほどの群れでした。



<シシガシラ>

- ◇ 残念ながら庭にあったのですが、枯れてしまいました。お花のアレンジの添えにも素敵なので、また手に入れたいと思います。
- ◇ 正月飾りにウラジロがなく、代用としてシシガシラを採ってきました。それなりに役を果たしました。
- ◇ たぶん、家の日当たりの悪い所に生えているシダ植物はこれかな??
- ◇ 山の道端でよく見かけます。普通のシダより緑の色が濃いように思います。



<コープサステナブルアクション>へ参加

- ◇ 野菜の切れ端を利用してシチューのダシにしました。



♪なんでもおたよりコーナー

- ◇ もらい物のハンドタオルを使わないので、何枚もしまってたのですが、2枚つなげてトイレや洗面所等で使っています。汚れて使えなくなったタオルも広げると真ん中の部分だけきれいだったりするので、両端で切って他のタオルとつなげて使ったりします。
- ◇ お湯張りと同時に風呂ふたの中に湯の表面へ、薄いウレタンを敷き詰めることで保温を保ち、また 1/2 にカットして、湯につかる時、顔の出る所を丸く切り取っておくことで、顔を出さずだけで、とても最後まであったかく保ててます。最初は、うっとおしかったです。慣れてきてかなり温度差を感じています。
- ◇ 夜、休みまでは直前までエアコンを付けていましたが、最近は休む 30 分くらい前に OFF にしても余熱で過ごせるので、消すよう心掛けました。1ヶ月続けたら、1年…と続けば差は大きいと思います。
- ◇ 我が家は、コンポストを2ヶ所設置で生ゴミを全てそこに入れているので、ゴミとして出す事はありません。卵の殻がなかなか土に還らないので、砕いてコンポストに入れるようにしています。
- ◇ コーヒーのカスを乾かして、下駄箱に入れます。消臭になります。



♪なんでもおたよりコーナー



70代です。嫁入り布団を子育て中に打ち直して軽いジュニア用にしましたが…、今、6kgの敷布団×2、掛布団×2、こたつ布団の新しいのがあり、どうしたものかと思っています。肌布団や2枚合わせ毛布はリビングに敷き、汚れたら処分します。この頃は座布団を使わないので、一度も打ち直ししていない布団は、上掛けでもベッド用の軽い敷布団にしたいと思っています。皆さんは、どうしていますか

数年前に加湿器を手放しました。加湿器の代わりに家では、濡れタオルをぶら下げています。電気代もかからず、加湿器本体の掃除の手間も省けて楽になりました。



効イロは日中使用して、お風呂の時に外し、今まではそのままにしていたのですが、最近は、寝る布団の足元に入れ最後の最後まで利用しています。



今年こそ、家庭菜園に力を入れたいと今から張り切っています。何と言っても物価高で、玉ねぎ、じゃが芋、きゅうり、トマトを手始めに安心安全な食品をと考えて、夫と二人で土づくりからと頑張っ、山道に積もって滑りやすい落葉をかき集めてきました。道路は美しくなるし、土も出来るので今から楽しみです。早く暖かい春が来るといいなーと心待ちにしています。



晴れた日に畑を耕し始めると、ミミズがたくさん出てきます。「土の中をよく耕してくれてありがとう！」とお礼を言いたくなります。私のすぐ後ろには、鳥がピットリくっついてきます。電線には、カラスがにらみをきかせていることもあり、笑える場面です。



編集後記



1月号 環境イベントエコ川柳をお寄せいただきありがとうございました！みなさん日々のエコ活動や、ちょっと気になることを綴っておられうんうんとうなずきながら拝見しております(#^.^#)

さて、今回はデジタル化についてのお話でした。最近は何んでも電子化していて、レシピを見るのも買い物の支払いもスマホ、本や新聞もスマホです。私はせめてスマホ目覚ましをやめようと思います。



おたよりコーナー

