

--- 2025 年 10 月号 No.221 ---



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。*ホームページからでも見られます

今月の環境イベントテーマ: 食品ロスを考える 10 月

秋は食材が豊富に出回る季節。食の恵みに感謝する一方で、まだ食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」が増えやすい時期でもあります。

日本では年間約 500 万トンの食品が廃棄されており、環境負荷や資源の無駄につながっています。10 月 30 日は「食品ロス削減の日」として、全国でさまざまな取り組みが行われています。

食品ロスを減らすために、私たちができることはたくさんあります。以下のような行動を意識してみませんか？

- ・ 買い物前に冷蔵庫をチェックする
- ・ 賞味期限と消費期限の違いを理解する
- ・ 食材を使い切るレシピを活用する
- ・ 外食時は食べきれる量を注文する

こーぷみえサステナビリティレポート：
<https://www.coop-mie.jp/about/csr/>

小さな行動が積み重なれば、大きな変化につながります
この秋、食べ物を大切にする習慣を一緒に育てていきましょう。

今月のエシカルなお買い物



栽培自慢のレンコンです

規格 300g

<企画予定> 11 月 1~3 週

<価格> 「タノモット」商品案内でご確認ください。
* 農産物は価格が変動します。

桑名市に隣接する愛西市は全国有数の「レンコンの産地」。
農薬使用を減らして栽培した、こだわりの栽培自慢のレンコンは、鍬掘りして土付きのまま、3 日目に組合員に届けられます。
新鮮なレンコンの表面を空気に触れさせず、酸化による品質・鮮度の劣化を防いでいます。
おすすめの食べ方は、「レンコンカレー」と「レンコン炒め」。
秋から冬にかけてが旬です。



8 月度環境イベント

<自然との共生社会について>



◇ 近くのお店にフードドライブがあることを知りました。まだ寄付をしたことがないのですが、5歳の息子とやってみたいなと考えています。

◇ 人と人とのつながりって、とても大切だなと最近よく思います。

◇ フードドライブとして、近くのコンビニへ夏場飲まなかったペットボトルお茶 500ml を1ケース寄付してきました。



◇ 実家の母が自宅で、いろいろと野菜を作ってくれているので、おかげで我家の家計は本当に助かっています。少し形の悪い野菜でもなるべく捨てる事のないように料理して頂いています。

◇ 大阪・関西万博の EARTH MART というシグネチャーパビリオンに入って来ました。食の未来やいのちの循環、自然について学んできました。



◇ 行政窓口へ少しですが、昨年度「米」の一部を届けて利用いただきました。

◇ 年に2回、地区の草刈りがあります。ほとんどの方が参加されます。都会ではないことでしょうね。この草刈りは、班で行われ、このときだけ顔を合わす近所の方もいます。面倒に思うときもありますが、自分の住居の近くに住む人の名前と顔を知っていることは、有事の際に大きく影響すると思います。



◇ 春秋の季節が消えてしまったようで、当たり前にあった穏やかな月日の巡りが、突然に失われた悲しみです。人間が招いた自然の脅威であることを省みて、私たちの衣食住がどこから運ばれているものか、地球上には人間以外の動植物が、どれほど生きているのか、あらためて知りたいと思います。

◇ 春になると、竹の子がスーパーに出てきて嬉しくなるけれど、放置された竹林の問題は難しく、それが一気に片付けばいいのに…と思います。



♪エコ生活術♪～お得な情報～

◇ 人におすすめできる生活術ではありませんが、未だに我家ではエアコンを使っていません。すぐ近くに川があるので、そのお陰で少し暑さが和らいでいるということもありますが、涼しく生活するための工夫として、窓を開け風の通り道を作る、涼しい素材、デザインの服を着る、旬の食材を活用するなどしています。

◇ 我家は、ティッシュは一度使っただけでは捨てません。その後、汚れた食器の拭き取りに使用し、食器洗いは極力少量の洗剤で済むようにしています。CMで見かけるようなギトギト汚れのまま洗剤で洗うなんでもっての外です！



- ◇ 今年の夏は暑かったので、早朝に水やりなど活動しました。昼はエアコンを入れて 22 時まで、あとはタイマー付扇風機のお世話になりました。これが精一杯の我家のエコな暑中を乗り切る方法でした。
- ◇ エアコンがフル回転して、ホースからの水がバケツにいっぱい溜まります。朝夕、鉢植えの野菜にまいています。
- ◇ 最近、買い物をするとレシートがスマホに届くレシートレスのお店が増えてきました。環境面だけでなく、後で見返せて便利です。

♪なんでも書きたいコーナー

- ◇ 実家のシャワーが水しか出なくて業者さんに頼んだら、とても親切な業者さんで、部品だけの交換で済みました。部品だけですまない場合、水道のおおもとから交換が必要と言われていたので、助かりました。



- ◇ 全国の耕作地の 4 割は中山間地にあるそうです。中山間地の地元でも、猛暑の影響で収穫の見通しが立たない作物も出てきました。品種や植え付け、蒔き時を変更しなければならないようです。家庭菜園の楽しみ程の野菜作りを、今回本気で見直さなければならないおばあちゃん達です。

- ◇ 最近、家の近所で犬の糞がよく落ちています。毎朝、今日は落ちてないといいのにと道路を見ます。落ちていたら糞を取って処分しています。週に 1 回のペースであります。犬を飼っている人は、きちんと処理していただきたいです。



- ◇ 夏休みに海岸でシーグラスを集めました。ゴミがたくさん打ち上げられている所には、シーグラスもたくさんあり、嬉しいような残念なような、複雑な気持ちになりました。(※シーグラス(ビーチグラス)とは、捨てられたガラス瓶などが長い年月をかけて海で揉まれ、砂利などで角が削られて丸くなり、表面がすりガラス状になったものです。)

- ◇ 今年の夏は本当に参りました。毎年、グリーンカーテンでゴーヤを作っていますが…。今年は小さく採れる量も少なく、いつもなら食べ切れずに、ご近所、仕事場へと持って行きますが…。その量も少なかったです。あと、色が黄色くなってしまい、野菜も作るのが大変だとつくづく感じさせる暑さでした。

- ◇ 今年は暑すぎてピーマンの花もあまり咲く事がなく、やっと白い花がたくさん咲きました。温度が急に下がるとピーマンにはならず花だけで終わってしまいそうで、どうなることやら…。



- ◇ 我が家の子どもは 4 人。子ども達に合わせて食べ残さない量をよそう。赤ちゃんの頃から、食べ切る！ことを目標に。今では、みんな食べ残しはほとんどありません！

編集後記



自然との共生社のテーマで、大阪・関西万博のシグネチャーパビリオンが気になりました。行ってみてみたいと思うけど、残念ながら閉幕してしまいました。あと半年延期すれば…残念です。(泣)