

- 2026年 9月号 No.232 -



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「未来につなぐ！エシカルプログラム」

コープみえでは、10月から「未来応援！エシカルプログラム」をスタートします。この取り組みは、組合員の皆さんがいつものお買い物を通じて、地域や環境を応援できるしくみです。

対象となるのは、三重県産の商品や県内メーカーの商品、環境に配慮した商品など、コープみえが選定した商品です。対象商品を1点利用いただくごとに1円を積み立て、地域で活動する環境保全活動の支援に活用します。特別な手続きや寄付は必要ありません。いつものお買い物が、そのまま地域の未来につながります。

コープみえは、生協の目的である「暮らしをより良くすること」の実現に向けてエシカル消費をすすめています。エシカル消費とは、商品を選ぶときに価格や便利さだけでなく、人や地域、社会、環境への影響も考える消費行動のことです。地元の商品を選ぶことは生産者を応援することにつながり、環境に配慮した商品を選ぶことは未来の環境を守ることににつながります。

エシカルプログラムは、組合員の皆さんとコープみえと一緒に地域の環境を応援していく取り組みです。

対象商品を利用するという日々のお買い物が、地域の環境保全活動につながります。特別なことをする必要はありません。いつものお買い物を通じて、未来の三重につながる取り組みに参加することができます。ぜひ一緒に、地域の未来を育んでいきましょう。



今月のエシカルなお買い物 エシカルプログラム対象商品一部ご紹介！

**co-op 国産具材の
ビーフカレー(中辛)
200g×4**

三重県のメーカー
ヤマモリで製造しています！

9月5週企画 P5
注文番号 **054**
BestPrice! 558円
(税込602円)
甘口も同価格です！
注文番号 **053**



**産直豚
ローステキカツ用 200g**

三重県内でこだわりを
もって飼育されています



10月1週企画 P44
注文番号 **3207**
トクだね 608円
(税込656円)
100gあたり本体 304円



**co-op 炊き込みごはんの素
ひじきとり(2号用)**

140g(2～3人前)×2

三重県のメーカー
ヤマナカフーズで製造しています

10月2週企画 P69
注文番号 **3399**
488円(税込527円)



商品一覧は、コープみえ
ホームページからも
ご確認ください



7 月度環境イベント



<くらし応援！節約とエコのいい関係>

☆ あるイベントでマイボトルを買いました。会社を持って行く時もマイボトルでしたが、お出かけの時もお気に入りのマイボトルを持って行くようになりました。自分の好きな飲み物を持って行くと、なんか落ち着きます。今、ペットボトルも高くなってきてるので、ティーパックで入れれば節約とエコで、いいことずくめですね。

☆ コンポストを作りました！生ゴミを減らし、コバエ対策にもなるし、ゴミ袋の消費も減らせそうです。



酷暑の今年、ちょっと車で買い物に行く時は、マイボトルを持参しています。そうすれば、スーパーで買物中、喉が渴いても「そうだ！車にマイボトルがある！！」と思うと、飲み物は買いません。秋～冬には、Hot を入れるのも良いですね。

☆ 食材を冷蔵庫の中で腐らせないためにも、残り少なくなってきたら、調理をしておかずを作ってしまう。多めに作って作り置きすると、時短にもなります。

☆ 基本的にもったいない精神が強く、ものが捨てられません。節約とエコにはなりますが、家の中がものであふれてしまうのが悩みの種ですね。

☆ 身近に出来ることは日々、心掛けています。食べれる物はなるべく最後まで使い切ります。洋服は、子どもが大きくなってきて、普段着はもっぱら子どものお古を着るようになりました。なるべく使い切って捨てます。

☆ 買い物に行くと、いつも買っている商品が値上がりしててびっくりすることがあります。買い物に行く時は、マイカゴ、保冷バッグ、買物リスト、リサイクル用の紙パック、食品トレー、ペットボトルを持って行くのが定番です。

☆ 家に居る時も、タンブラーを使って冷蔵庫の開閉をしないようにしています。外出時は水筒持参で節約しています。

☆ ローリングストックの水で麦茶を作り、500 ccのペットボトルに入れ、冷凍しています。出かける時も保冷用として持参。溶けたら飲用とします。停電時にも多めにストックしてあればいいかなと思っています。熱中症予防にも血管を冷やしたり手で握ったり。麦茶作り、ガスを使わないので、暑くないし（エコ）衛生上、沸騰させた方がいいのでしょうか？

☆ 節約が大好きなので、楽しんでやっています。そんな私を見て、子ども達も当たり前のようにマイバッグ、マイボトル持参。ハンカチ、ティッシュも持ち歩いています。買いすぎを防ぐために買い物は食後に行くようにし、必要なものをメモしてあらかじめメニューも決めた上で購入しています。



☆ 無駄買いをなくすため、冷蔵庫（冷凍のみ）のドアの前にメモを貼り、在庫を記入。使用したら消去しています。

☆ 買い物に行くたびに価格が上がっている気がします。少しだけ高くても、エコなものを選択するというのが難しくなりました。低価格のものを購入したり、使い切ることを心掛けています。

♪なんでも書きたいコーナー

◇ 暑い…。暑すぎます。40 度が毎日天気予報に表示される。いったいどこまで、暑くなるんでしょう…。日中は人が出れなくなってきています。本気で温暖化対策しないとまずいと思います。



◇ 夏場は雑草の成長が早いものです。根の手前で切って、その上に葉を乗せておくと光合成しにくいので、成長を止めることができます。除草剤は使用したくありませんから。



◇ COOP の冷凍の北海道産のかぼちゃ、コーン、ミックスベジタブルなど、便利で使い易く、おいしい野菜がたくさんあります。生野菜の価格は安定していませんが、冷凍食品は価格が安定していて嬉しいです。

◇ 小学校の頃、学校で川をきれいにするという活動の一つとして、アクリルスポンジを作ったことがあります。最近、家にあったアクリルスポンジを使っているが、意外にしっかり汚れが落ちると気がつきました。使いながら、ふと昔作ったことを思い出し、懐かしい気持ちになりました。

◇ いよいよ夫婦で終活を始めました。衣類は黒のフォーマルと準フォーマル、季節の普段着を少し残し、和服は利用される方に譲るつもりです。本は、子ども達が読んだ後、処分し難く残してあった絵本等、リストを作って孫たちの希望を募ろうと思います。食器類は、ご近所仲間と持ち寄りのお茶会のために選んで片づけるつもりです。



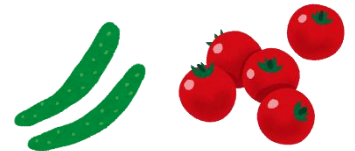
◇ 節電と思っていても、この酷暑。夜8時以降になっても冷房の無い部屋は蒸し風呂状態。生ゴミを捨てるコンポの中はハエ一匹、ウジ虫さえいない絶滅です。地球温暖化、真剣に考えていきたいです。

◇ ウォーキングをしながらゴミ拾いをしています。6月までは、3ヶ月で45ℓのゴミ袋で1袋だったのですが、7月は1ヶ月で45ℓのゴミ袋がいっぱいになりました。



◇ いろんな物が値上がりしてきますが、それに対して給与は追いついていないようです。また、子どもの成長に周囲の子ども達と比べて、節約を教えています…。なかなか難しいですね。スマホを当たり前のように持って、当たり前のように親にこづかいをもらっている。どう教えていくべきか、悩みどころです。皆さんは、どうやって教えていますか、気になります。

◇ 今年も庭の隅を耕し、プランターや鉢を使って夏野菜を作りました。出来が悪い物もありますが、きゅうり、ミニトマトは毎日収穫ができ、ご近所にもおすそ分けできました。



編集後記



私は、野菜を購入したら冷蔵庫にメモを貼っています。使い切ったら消すようにしているの
で、残っている野菜が分かりやすく、そのメモを見ながら献立を考えています。

献立

