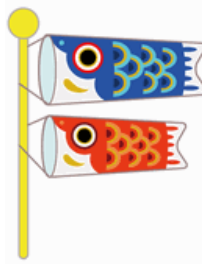


エコファミリーのみなさん、いつも環境活動へのご参加ありがとうございます。

5月22日は、国際生物多様性の日というのをご存じですか？この日は国連が、生物の多様性が失われつつあるということ、多くの人に考えてもらうために定めた記念デーです。グリーンウェイブという、この日の午前10時にみんなで植樹をしようというイベントをしているところもあります。普段生活をしている中で、生物の多様性を意識することはどれくらいありますか？5月22日は、まわりの自然に目を向け、耳を傾け、体で感じ、私たちが自然の中に生きていくことを再確認する1日にしてみてはいかがでしょうか。



《コープみえの森づくりと丸太切り体験をしよう！》

先月の通信誌で少し触れましたが、コープみえの森の下草刈りをします！午後からは、丸太切り体験をして、コープみえの森の苗木につける名札板を作っています。普段できない丸太切りと一緒に楽しみましょう！

＜日時＞ 6月6日（土） 雨天時は6月13日に順延 10：15～14：00

＜場所＞ コープみえの森（津市美杉町上多気 道の駅美杉の裏手の山）

*詳しくは週刊コープみえ、ホームページにてご案内させていただきます。組合員のみなさんと一緒に、コープみえの森を育てていきたいと思っています。みなさんのご参加をお待ちしています！

5月/今月の環境イベントテーマ：みんなで目指そう！ゴミゼロ！

5月30日はゴ（5）ミ（3）ゼロ（0）の日です。この日に合わせて、清掃活動などを行う地域もありますよね。今回はゴミゼロにちなんで、みなさんがどのような工夫をしてゴミの減量化をされているのか教えてください！

5月/生物多様性（見つけてほしい生き物）テーマ①：「シジュウカラ」

シジュウカラは、スズメと同じくらいの大きさの鳥です。漢字では四十雀と書きます。頭は黒く、翼は灰色です。胸やお腹は白色ですが、真ん中にネクタイのような黒い筋があります。「ツピツピツピ」と鳴きます。1997年7月22日から2014年3月31日まで普通70円切手になっていました。



5月/生物多様性（見つけてほしい生き物）テーマ②：「スミレ（堇）」

ラッパのような花を、4月から5月にかけて咲かせます。色はよく見かける紫や、ピンク、白、黄があります。花名の由来で、花の形が墨入れに似ているという説があるようです。花言葉は「謙虚、誠実」「つつしみ深さ」「小さな幸せ」です。スミレを見つけて、心がホッとするような小さな幸せを感じてみてはいかがでしょうか。



♪♪みなさんからののお便りコーナー♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

3月の今月の環境イベント <シンプルライフはいかが？>



※洋服の整理のお便りが多かったです。長く着ていない服はリサイクルショップを利用したり、人に差し上げたり…。洋服を「1枚買ったなら、1枚処分する」とのご意見納得です。

- ☆ 2番目の子の入園をひかえ服の整理をしているところです。長男から次男にはおさがりがまるのですが、あまり着古した服は残しておきません。子供服は安く売っているので必要な時にそろえてあげようと思います。
- ☆ 私には捨てたい日と、捨てたくない日があるようで、掃除する日によって捨てられないどんなものでも捨てられないし…今日はスッキリ捨てて片づけようと思う日に一気に捨てるようにしています。が…なかなか片づかない…(^_^)

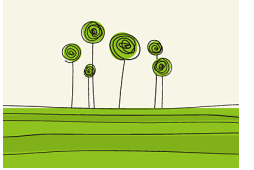
- ☆ スーパーでエコステージが出来ました。その際、もったいないけど着ない服をスカッと出しました。押入れもタンスもスッキリしましたよ！まだまだありますが…(^)
- ☆ 捨てるコツ=最後の最後まで使ってから捨てる
- ☆ 断捨離…簡単なようでなかなか難しいです。毎年、ひな人形を出す際、色んなものを片づけて処分しないと飾るスペースがない(-_-)今年もダンボール1コ分は処分しました。
- ☆ 衣替えは、服を捨てるのにグッドタイミング。1月のイベントの「リサイクルショップ」利用と合わせて実践しています。
- ☆ 生活を見直すことでシンプル生活になります。例えば付き合う人も自然体で付き合える人を選ぶ。あれもこれもではなく、本当に好きなものに集中する。気持ちに余裕ができシンプル生活の良さを実感します。
- ☆ 2年以上、手の通していない衣類は処分しようと思ってます。捨てられないから買わないことにしています。家計簿の被服費この3~4年間、3000円~4000円です。
- ☆ 衣類は特に捨てられずに増えているのですが、衣替えのタイミングで思い切って捨てるようにしています。「これの代わりに買った」と割り切って捨てるのが大事なかな？
- ☆ 3年着ない服は処分するよう心がけています。綿製品は、切って掃除用に使います。



☆ 物だけでなく、人間関係、お金（カードを持たない）、健康（サプリメントに頼らない）に気を付け、シンプルズリッチを願っています。捨てるなんてもったいない、今ある物を大事に使いきって新しい物を増やさないことです。

☆ ジャンパーでも襟のふちが破れてきて捨てました。もらいものだったので…。子どものおもちゃも紙で作られたものは何ヶ月かすれば捨ててもよいと思います。

- ☆ 「みんなと同じが正しい」という考えを捨てる。何世代も先にとっていいか悪いか考えて生活する。必要最小限のものしか買わない。物を捨てる時は「ありがとう」と言って捨てる。
- ☆ なかなか物が捨てられずに困っています。すぐに決められず、迷っている時は一旦箱に入れ、しばらく考えて、納得してから捨てるようにしています。
- ☆ 衣服の捨て時がわからなくて、いつも着ていない物もしまっています。過去5年、来ていないものを処分するなど、期間を決めるといいと思います。
- ☆ 『整理収納のコツ』セミナーに参加しました。好きな物、そうでない物、使う物、そうでない物と分類して、必要でない物の箱に入れて、すぐに捨てない事を教えていただきました。以前に勢いで捨てて後悔して困ったことがありました。プロのコツは参考になりました。
- ☆ なかなか捨てられないので、新しく服や靴を買ったら、買った数と同じ数を捨てることにしました。こうすれば増えないのでいいです。
- ☆ 子ども達が学校から持って帰ってくる作品は捨てがたいですが、子どもと作品と一緒に写真を撮ってから本人に捨てさせます。想い入れのあるものだけ3つ、1年間残します。
- ☆ 1年着なかった服はもう着ないので、リサイクルに出しました。流行にとらわれないシンプルな服を選ぶと、長く着られると思います。
- ☆ 衣服は新しい物を買う前にたんすの中を総点検します。忘れていた服が出てきます。



- ☆ いつでもうちはシンプルライフです。余計なものは一切買わず、断捨離します。中でも娘が一番の強者！一人暮らしを始めて2年。野菜は買ったらすぐ食べられようにカットし、残りそうならマリネやゆでて冷凍し、お弁当は肉より野菜がたくさん。肉はすぐ小分け冷凍です。私も顔負けの主婦女子大生です。
- ☆ 40才になった節目にマタニティ&ベビー用品を思い切って処分しました。なんと42才で妊娠…。ちょっと後悔しましたが、上の子のママ友から色々いただくことができ、子ども服やおもちゃなど、ほとんど買わずに助かっています。「モノ」よりも「人脈」の大切さを実感しています。まだシンプルライフには遠く、家の中はごちゃごちゃしていますが…

3月度の「生物多様性&季語」のテーマ <ウグイス (鶯) & アセビ (馬酔木) >

※ウグイスの鳴き声に春を感じ、癒されているとのお便りたくさんいただきました。

◇ 2月入ってすぐのころ子どもが「うぐいす鳴いた！」と言っていました。こんなに早く？と思い耳を澄ましていると「ホケッ」を鳴きました。あれから1ヶ月だんだん上手になって今は「ホーホケキョ」まで鳴けるようになりました。日に日に上手になっています。



◇ 山の谷間にある実家で聞きました。まだ練習中か上手にはさえずっていませんでした。

◇ 今年はまだ初鳴を聞いていませんが、毎年、伊坂ダム周辺を散歩しているとウグイスのきれいな声が聞こえます。景色もいいですしオススメです。

◇ 浦村町へ牡蠣を食べに出かけた時、初めて聞きました。未だ下手で「ケキョケキョ」でしたが、3/20に中村川で聞いたのは、もっと下手でウグイスの鳴き声でなくらい下手でした。

◇ 朝、とつてもめずらしくウグイスの音がして寝室の窓を開けるとウグイスが！！びっくり(*_*) こんなことは初めて！！嬉しい気持ちに♪

◇ 春めいてくると、いつの間にか透き通った声が響いてきます。発声練習中も一生懸命な様子でかわいいですよね！

◇ 近くの家の庭木にいるのを見ました。いつも鳴き声を聞くのはもう少しあとなので、自信がないのですが、色や姿はそうだと思います。

◇ 夫の仕事で紀和町に行った時、とてもきれいな声で「ホーホケキョ」と鳴いていました。

◇ ウグイスの鳴き声を聞くと春が来た嬉しくなります。

◇ ウグイスではないのですが、奈良でメジロを見ました。自宅の庭にみかんの輪切りを木にさしておいたら食べに来ました。写真も撮りました。

◇ 暖かい日が続いたのでウグイスの鳴き声を聞きました。春になったんだなあ〜と実感しました。最近寒くなって鳴き声が聞こえなくなったので、また聞きたいです。

◇ ウグイスは春の使者という感じがですね。

◇ 長女の小学校卒業式の日ウグイスの鳴き声を聞きました。ウグイスも祝ってくれているようで嬉しかったです。

◇ 松阪の篠田山に行きました。ウグイスがあちこちから美しい声で鳴いていました。桜の花もチラホラ咲いていて、春を実感しました。

◇ 毎年、まだ何となく肌寒いけどちょっと春めいてきたなという頃に、家の近所でウグイスの声を聞きます。駅から歩いて10分の町中ですが、意外と自然に恵まれていて、静かな所で四季の変化が感じられ、幸せです。

◇ 多分アセビだと思います。薄い紅色の花が毎年咲いています。花に毒があるとは知りませんでした。



◇ アセビはアシビとも言いますね。「毒」の話聞くまでは小花をつける様子がカワイイと思っていましたが…

◇ 祖母の隣の家との境界にアセビが植わっています。幼い頃に「きれいだけど、馬が酔った様になる毒があるから、触らない」ように聞いてから、絶対に触りません。身体に染みついている言葉の一つです。子どもにも、もちろん伝えました。

◇ アセビは駐車場の所に植えてありますが、毒があるとは知りませんでした。

◇ 近所の庭に毎年咲いてます。白色の花ですが毒をもっているということは知らなかったです。きれいな花という思いで見ました。

◇ 毎月お参りに行く桑名市小野山のお寺の境内にアセビが咲いていました。やはり春の訪れを感じる清楚な花です。

◇ これは何かな？と思いながら、花や木に注意しながら歩いていると、アセビを見つけることがあり、見つけた時はとても嬉しい気分になり、何度もその道を通ります。

おたよりコーナー ♪♪♪



● 暖かくなってきたので、ウォーキングがてら買い物は歩いていくよう心掛けています。荷物が多くならないよう買い過ぎも考えて節約にもなります。

● 今月はどんなテーマだろうと楽しみにしています。色々話し合っていて決めているんでしょうね。いい話も沢山読めます。生協の冊子「ひだまり」でコーナーを作ってもらって紹介してはどうでしょう？身近なことなので共感する人も多いと思います。

● 3月号の通信誌で、ガス料金の割引があることを書かれた方がみえました。調理、お風呂、暖房の3点を使っているお宅結構あるのではないかと思います。業者さんも不親切だなと思いました。電気はオール電化があり、まあまあ知れわたっていますが…

● 去年から1人暮らしをしている息子が久し振りにトイレトペーパーがほしいとメールがありました。ワンタッチコアノンを1さげしか置けなかったので切れたら言ってねと言ってあったのですが、1年ももつとは思いませんでした。恐るべしコアノン！！

● 最近、野菜くずを煮て汁物や煮物に少しずつ入れています。味も良くなるし、くずも推肥にしやすい嬉しいのですが今まで以上に安全な野菜が欲しいです。

● 服を捨て過ぎたこともあり、こんなに服なかったけ？と。手作りでもらった服とかは捨てられずセーターなどはかさばるし・・・でも義母が編んでくれたものなので思い出として残してあります。でも、場所とるんですよ。皆さんどうされてますか？

● 水道は流しっぱなしにしない。皿はヨーグルトなどのふたを利用、魚やお肉の調理にはお茶袋をまな板にします。洗い桶にたまった水で汚れを洗い流しています。

● 3月で2年続けたお仕事を退職しました。4月からは同じ職種ですが、新しい出発になります。この1年の間に付けたゼイ肉を軽やかにそぎ落として、50代に突入したいと思います。

● 今月のCO2貯金を記入していて、今月はガソリンをたくさん入れたな〜と実感しました。春休みで、旅行にも行ったので仕方ないかな…。来月からまた引き締めます。

● ゴミ出しの説明会に行きました。プラスチックのプラマークの話、何故、分けるのかの説明など丁寧でびっくりしました。気軽に質問もでき、1Hの説明はとても意味がありました。

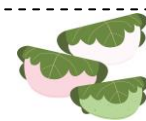
● 月1度、地区の排水溝を清掃していますが距離も長いので大変です。みなさんはどうやってみえるのでしょうか？

● 早いもので10年、地球温暖化ストップ、生物多様性に関心を持ってきました。これもエコファミリーのお陰と感謝しています。皆さんで取り組めば大きな力となることでしょう。

● 「破れたソックスを洗ってから、テレビ周りやほこりとり利用すると、すごくきれいになり、その後「ありがとう」という気持ちで捨てます」と、以前このコーナーに書いたことがあります。一人暮らしを始めた息子がそれを見ていて、この間帰ってきた時、薄くなったソックスを持って帰って掃除に使うと言ったので、息子にも伝わっているのがうれしかったです。

● 今年から市内に転職したので、自転車通勤にしようと思っています。去年はほとんど車に乗ってしまい、太りました。運動不足解消とダイエット、そして地球の為にがんばるぞ！！

● 20〜30年前にはあさりも沢山とれたように思います。町から魚屋さんが消え、スーパーでは輸入の魚が多く見られます。うなぎも高価になりました。多々の原因で、海、川の汚れやO2不足などが環境を悪くしていると思います。カメもゴミを食べて死んでいる事があるとか…ゴミを捨てないようにお願いしたいです。



キ リ ト リ
エコファミリー通信誌 No.96 おたよりコーナー

