

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。まだまだ暑い日が続いていますが、体調を崩されたりしていませんか。

エコファミリー通信誌8月号では、冷蔵庫・冷凍庫の整理整頓に取り組んでいただきました。冷蔵庫の設定温度は、暑い夏は「中」にさせていただいた方が良いでしょう。涼しくなってきたら設定温度を「弱」にしましょう。室温に合わせて設定温度調節をしていきましょう♪

**9月/今月の環境イベントテーマ：お風呂のムダをなくそう！**

家庭で使うエネルギーの約1/3が「給湯」によるものです。その中でも、お風呂はたくさんのお湯を使用します。これからだんだん気温が下がっていきますが、今回はお風呂のムダをなくして水・ガス（または電気）を節約しましょう！

**・お風呂は続けて入ろう！**

ご家族の多いご家庭では、お風呂を沸かしたら続いてお風呂に入るようにしましょう。180ℓのお湯を38℃から43℃に追い炊きすると、約45円近くかかります。

**・保温のフタや保温シートを活用しよう！**

続けてお風呂に入れない場合は、保温のためにフタを活用しましょう。また、落とし蓋のように使用する「保温シート」を使用すると、さらに保温効果があります。



**・残り湯を活用しよう！**

入浴後の残り湯は、洗濯に使用したり、庭木の水やりなどに使用し、無駄のないようにしましょう。ちなみに、残り湯を洗濯に使用すると、水道水より温度が高いため、洗浄力がアップします。



**・シャワーは上手に使用しよう！**

シャワーを約16～18分使用すると、浴槽にお湯を溜めるのと同じ量のお湯を使用します。シャワーは上手に使用しましょう。



**9月/生物多様性(見つけてほしい生き物)**  
**テーマ①：「ツマグロヒョウモン」**

春から秋にかけて見られ蝶です。翅(ハネ)の模様は雄と雌では異なります。オスはオレンジ色に黒い斑点が翅全体にあります。後翅(コウシ)の端が黒くなっています。メスは、前翅(ゼンシ)が黒く(黒紫)、白い帯状の模様が入っています。メスも翅全体に黒色の斑点があります。前翅の裏はピンク色になっています。1990年頃までは中部以南に生息していましたが、近年では関東地方でも観測されるようになってきました。幼虫がパンジーやスミレ系の植物をエサにすることから、植物にくっついて北上してきたことも原因の一つですが、地球温暖化も原因の一つと考えられています。



**9月/生物多様性(見つけてほしい生き物)**  
**テーマ②：「キンモクセイのつぼみ」**

開花時期は9月中旬～10月下旬です。オレンジ色の小花をたくさん咲かせます。開花すると、強い香りを放ちます。甘い香りにつれられて見つけやすいキンモクセイですが、今月は香りがする前にみつけていただきたいと思えます。葉は、茎のフシに2枚向かい合っていて、楕円形の形をしており、真緑でツヤがあります。葉の付け根部分につぼみを密集させています。つぼみを見つけた方は、開花するのを楽しみに観察してください。昔は、トイレの近くにキンモクセイを植え、現代の芳香剤の役割をしているお家も多くあったそうです。花言葉は「謙虚、謙遜」「気高い人」「陶醉」などです。



7月度環境イベント

＜地産地消・旬産旬消を利用しよう！＞

※地産地消・旬産旬消を意識して利用しているとおたよりをたくさんいただきました。自分で野菜を育てているというおたよりもいただきました。自分で育てた野菜は特別おいしいのではないのでしょうか。

☆ 生協の福島産の桃を毎年購入しています。ちゃんと甘みもあり、おすすめです。父が野菜を作ってくれているので、夏野菜もほとんど買いません。買う時は地元農家のものを買うようにしています。

☆ 直売所には夏野菜が山盛り。生協は北海道、長野、千葉のトマトやきゅうりが多く、生協こそ地産地消、旬産旬消に向かうべきです。

☆ 今の時期は野菜の種類が多く食卓がにぎやかです。畑には食べきれないほど野菜ができるので、友達へのおすそ分けも楽しみです。夏は野菜をスーパーに買いに行く事が減るので、食費が減ります。

☆ スーパーでは、地元の農家の人が作った野菜を買うようにしています。形が少し曲がったりしているけど、何より採れたてで美味しいです。

☆ 「旬産旬消」という言葉を初めて知りました。有り難いことに友達や近所に方に畑で採れた野菜を頂くので、旬産旬消できています。

☆ スーパーの地産地消コーナーでは、作った人の名前や地名も記入されていて、安心して購入できます。生協の商品もよく利用しています。新鮮でおいしく、旬の物を食べているなってよくわかります。

☆ 初めて庭できゅうり、ピーマン、ミニトマトを植えました。遠くから運んでくるのではなく、これが本当の旬産旬消だと思います。

☆ 農地を借りて野菜作りをしています。育てる段階で抜いた草は野菜の下に敷き、ボカシを土の中に入れていきます。

☆ 旬の時に旬の物を食べる事が体にも良いと思います。なるべく食べるようにしています。

☆ 自分で作った野菜を食べるのが理想ですが、なかなか難しい。スーパーで地場産の物を買ったり、農村市場で旬の物を買ったりしています。

☆ 5月に植えた野菜が採れ始めたので、まさに地産地消。採れたては美味しいです。

☆ 野菜を色々作っています。安心安全の野菜です。子ども達は虫がついていると言いますが…、これからも続けていくつもりです。

☆ 家庭菜園をしています。子どもに安心して食べさせられるので嬉しいです。子ども達も自分で手伝った喜びもあり、たくさん食べてくれます。

☆ 三重は肉、魚、野菜のどれも産地となっています。とれたての美味しさを味わえ、環境にも良い効果があれば言う事なしですよ。

☆ 特に米、大豆（製品）、小麦は必ず国産を買うと決めています。日本の自給率をあげたいと思います。

☆ 地産旬産、さらにオーガニックを選んで買っています。

☆ まず地場産の物があれば買います。なければ県外産を買います。地場産の野菜は新鮮で美味しいです。



7月度の「生物多様性&季語」のテーマ

＜ネジバナ&ニイニゼミとアブラゼミ＞

※ネジバナは、名前を知らなかったというおたよりをたくさんいただきました。可愛い花ですよ。

※セミのおたよりに、今年は早く鳴き始めたという方がみえました。津市の生物季節観測でも、平年より早く鳴き始めたようです。

＜ネジバナ(振花)＞

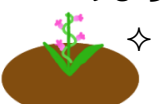
☆ ネジバナって言うんですね！地域の心ある方が球根でも植えて下さっているのだと思っていました。

☆ らせん状についた小さな花を虫たちは階段を登るように登り下り、遊ぶのでしょうか。楽しい物語が生まれそうな花ですね。

☆ 川原でゴミを拾いながら発見！昔からよく見ましたが、ネジバナと言うことも、10日ほどで枯れてしまう事も知りませんでした。

☆ 山手で湿気があり、土も硬くて苔が生えやすい場所ですが、今年は1ヶ所から3本の花が可愛らしく咲いています。草と間違えないで…気をつけます。

☆ 玄関先の鉢に5～6本植えてありました。濃いボタン色の清々しい小花でした。



☆ 鉢植えで何年も育てています。ピンクの可愛い花でとても強いです。

☆ 田の畦や近くの道端に咲いています。ネジれたピンク色の可愛い花。花言葉も、この花らしい思いが伝わるものですね。

☆ 畑の隅に1本だけ咲いていました。去年は1本も咲いてなかったので、とても不思議。咲き終わってから土ごと植木鉢に植え替えました。来年は咲いてくれるでしょうか？

☆ 自宅の庭で咲いています。毎年、増えて行く気がします。さり気なさが好きです。

＜ニイニゼミとアブラゼミ＞

☆ 我が家の庭での初鳴き。シュワ シュワ シュワ、調べたらクマゼミのようです。

☆ 朝、カーテンを開けたら網戸に止まっていてビックリ！ニイニゼミは久しぶりに見つけて嬉しかったです。

☆ 柿の木に朝から「ジー」と鳴きながら止まっています。鳴き声を聞くと暑い！と感じます。セミの声で“夏が来た”と思います。

☆ 鳴き声を聞いて木を見ると止まっていますよね。最近では地面の落ちてしまったセミも見かけます。

☆ 玄関でぬけがらを見つけた数日後、山ももの木に止まり鳴いていました。

☆ 孫（1歳9ヶ月）に、「ジージー」と鳴いているねと言ったら、じいじ（主人）を連想したのか、ケラケラ笑ってました。

☆ 鳴き声をよく聞くものの、セミそのものは見かけないな—と思っていた数日後、玄関を開けたら足元に亡骸がおちていました。意識していると、いっぱい見つかりますね。

☆ 短い命を惜しむように暑さに負けず鳴いています。いっそう暑さを感じる毎日です。

☆ 聞くと暑いと思うけど、聞こえないと淋しいから不思議ですね。夏が来た—！という感じです。

☆ 6月末から庭で鳴き始めました。まだ涼しかったのに、今年は早いなという印象でした。

☆ 最近、クマゼミの多い事に驚きます。自分達が子どもの頃はアブラゼミが多く、クマゼミがいると興奮したのですが。

☆ 梅雨明けの日、早速セミの声を耳にしました。いよいよ夏本番。



● 電気料金の節約について、平日はナイトタイム（23時～7時）に洗濯と炊飯を、掃除機も土日のリビングタイムを利用し、平日はモップ等で済ませています。

● 公民館のリメイク教室に通っています。今月は古ネクタイを使ってポシェットを作りました。1本のネクタイからとっても可愛いのができました。

● いろんな雑草を摘んでホワイトリカーで漬けて虫除けスプレーの原液を作る教室に参加しました（和ハーブチンキ作り）。こういうもの、知識がもっと広まればいいのになぁと思いました。

● 夏は、やはり暑さ、虫、カビ…との戦い(?)です。雨水を溜めて花木や打ち水、外掃除に使用します。ゴーヤと朝顔、風船かずらが2m近く育ってきました。花木や野菜の間にハーブ（和製のシソ、ミント、サンショウ、ネギ等）で虫除けのつもりです。

● 草刈りした後の雑草を乾燥させて、藁のように使っている時があります。みかん、ナス、ピーマンなど苗木の根元においたりしています。

● 子供服、楽器、長靴など小さくなった物を知人に譲って利用してもらっています。私も子どもが小さい頃は知人、親戚から譲り受けて利用していました。

● 子どものプール遊びで使う水の量はけっこう多い。そのまま流してしまうのはもったいないと思い、植木の水やり、ウッドデッキの掃除、マットなどを洗濯する時の水として活用しています。

● 花火大会後のごみ拾い。イベントの後…残念ですがポイ捨てが多くて…。川原を中心に拾いました。



# ♪なんでもおたよりコーナー♪



- 7/24、エコフェアに子どもと行ってきました。水の出っぱなしはダメ！物は大切にしないとダメ！など子ども達にとっては、とても勉強になっていました。
- 「夏のエコフェア2016」に行ってきました。コープみえさんのブースで牛乳パックのリサイクルハガキを作ってきました。子ども達が大喜びしていました。
- 雨が降れば50年に一度という雨。晴れば熱中症で死ぬ人もいます。クーラーはなくても打ち水をし、かき氷を食べて過ごせた昔の夏はどこへ行ってしまったのでしょうか。
- 共同墓地除草作業に参加しました。雑草の成長力はすごい！圧巻の極みにほとんど完敗。庭の草も日々成長が早くてお手上げです。
- 今月はCO2貯金の額が少ない気がします。やった！と思う反面、なぜいつもよりも少なかったのか、心当たりがない状態です。「意識的に取り組んで減らせた」になるまでは、まだ道のりが遠そうです…。
- 多度峡、川をせき止めて天然プールになります。お金もかからず、塩素等のプールで使っているような消毒もされていないので、環境にも体にもやさしく、子どもを遊ばす事ができます。
- 暑い時は、夏野菜たっぷりのカレーが美味しい。お鍋についたカレーは、パンで拭き取って、最後の最後まできれいにしてから洗う事にしています。
- 待機電力節電のため、トイレの便座の電源を切り、コンセントを抜きましたが…、翌日、夫により再びコンセントが差してあり電源もONに。「夏になったのだから、便座の電源を切ってもOK」の私と、「電源を入れておきたい夫」取り組めるところから始められる環境の事も、まずは家族間の意識の差から見つめ直す必要性を感じた出来事でした。些細な事なのになぁー。
- 庭のバラが枯れ始めたので、元気な枝だけ挿し木で栽培することに。手入れをする事で植物も土も元気になってくれるといいなと思います。
- 家で採れたきゅうりが少しフニャフニャで、もったいないので、塩で一夜漬けてます。漬物でも、すごくおいしいです。
- 夏になってから衣類が薄いので、風呂の残り湯を利用して手洗い、トイレの便座も電源オフ、一生懸命エコに努力しているのに、5月～7月のガス、電気、水道料金が少しも減少しません。不思議です。
- 天の川はどこへ流れていくのか？天体観測には夜の暗さも必要。夜空を守る。エコに通じていきます。でも夜の安全を考えたら、ここにも共生が要るかもって思いました。
- 生協で買ったトマトの苗が実を付けています。子どもを育てるように嬉しくて、色々な料理に利用しています。今度作ってみたいのは、湯むきして酢トマトにしようと思っています。夏バテに！



## 編集後記



祖父が畑で野菜・果物をたくさん作っています。先日は「今年は巨峰が上手くできた！」と言って、食べてみたら甘くておいしかったです。おたよりで書かれている方もみえましたが、うちではほとんど野菜を買いません。地産地消・旬産旬消のため、私も祖父の手伝いをしていかないといけないなと思います。



(伊東)



## おたよりコーナー

(センター名 ) (お名前 ) 様  
組織運営部 Tel:059-271-8503 担当：伊東、松田