

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。3月は冷え込む日が多かったので桜の開花も遅れそうですが、だんだん暖かくなり外出も楽しい季節になってきますね。同時に紫外線量も強くなっていく季節ですので、紫外線対策はしっかりしてお出かけくださいね。

3月4日（土）、東日本大震災で被災された福島県の仮設住宅にお住まいの方々をお迎えし「ふくしま震災復興支援交流会」を開催しました。震災から6年が経過する福島の現状や今後の課題などをお話していただき交流しました。若者などは別の市町で自力再建できますが、高齢者の多くは自宅に戻れず仮設住宅で避難生活を続けてみえる方や自宅に戻らず復興公営住宅に移る方がおみえになり、普通の生活に戻るには長い期間がかかることがわかりました。コープみえは、これからも、不安を抱えながら生活されている方への支援を続けていきたいと思っています。引き続きご協力いただけますようよろしくお願いいたします。

4月/今月の環境イベントテーマ：「アクリルたわし（エコたわし）」の使い方

福島の方から、仮設住宅の皆さんが編まれた「アクリルたわし」をお土産にいただきましたので、今回のテーマとさせていただきました。「アクリルたわし」は、洗剤を使わなくても汚れなどが落ちるということで、いろいろな使い方をされていると思いますので、我が家での使い方などご紹介いただければと思います。また、「アクリルたわし」の使い方に限らず、洗剤の代わりに〇〇を使っているよ、といった工夫などもご紹介いただければと思います。



4月/生物多様性（見つけてほしい生き物）
テーマ①：「ツバメ（燕）」

毎年春になると、遠く東南アジアから日本に渡ってきて子育てを行います。東海地方では3月下旬ごろ戻ってきます。津气象台でも毎年観測されていて、初観測の日が平年で3月26日、2016年は遅くて4月6日でした。そして、9月中旬～10月下旬頃、寒くなると昆虫などの餌をとることができなくなるため、餌の豊富な暖かい場所へ移動します。

◇東京都心部では2015年より2年連続で姿が確認できていないそうです。今年は見られるといいですね。



4月/生物多様性（見つけてほしい生き物）
テーマ②：「（レンゲソウの花）」

レンゲソウは稲を植える前の水田に植えておき、花のあとにすきこんで肥料にすることがありましたが、近年は利用されなくなっています。正式な和名は「紫雲英（ゲンゲ）」で、花が一面に咲いている様子を遠くから見ると、低くたなびく紫の雲のように見えるというところからきています。

田んぼ一面レンゲソウという風景は少なくなりましたが、田んぼのあぜ道などで咲いていることがあります。*花言葉は「心がやわらぐ」です。



2月度環境イベント

<照明の省エネを心がけよう！>

※省エネに取り組んでおられる方がたくさんみえました。LED 照明に替えているとおたよりが多かったです。

☆ 照明ぐらい、と思うけど電力消費は多いと分かりました。主人も人のいない部屋の照明は消すようになりました。LED に変えると明るくし過ぎないように設定もできて良いですね。徐々にLED に替えていってます。

☆ テレビで電気の消費が異常に少ない家族を観ましたが、夜中にトイレに行っても電気は付けられないとのことだったので、実行してみたらできました。案外、照明をつけなくても済むことは多いのかもしれない。色々試してみると意外な発見をするかもしれません。



☆ 築 17 年くらい経つので、照明器具も壊れてきました。買い換える時はLED 照明にしています。値段は高いけど、後のことを考えると省エネになるので、いいかなと思います。

☆ 照明はいつもエコ照明にしています。壁のスイッチで電源オフになることを知りました。

☆ 電球はすべてLED に変更。ただし、蛍光灯はまだです。調光機能ができる箇所は天候により絶えず調整しています。

☆ 色々数字が記入されていて、把握しにくいですね。見る機会ができて良かったです。

☆ LED 照明に交換しつつあります。購入時は値が張って高い気がします、消費電力が低く、長時間使用できるので、お得だなと思いました。

☆ わが家には何ヶ所か裸電球があります。取り付けの電球は場所によって求められる照度が違うので各々W数を変えて使っています。

☆ 家を建ててもうじき 10 年。キッチンなどの電球が次々と切れ、タイムリーな記事でした。LED 電球も出始めと比べると、お値打ちな物も増えていたので、LED 電球に交換しました。電気代、少しは安くなるかな〜♪

☆ 数年前からよく使う場所はLED に替え、階段にたくさんあった照明は外しました。

☆ 普通の電球が切れた時、次に購入するのはLED にしています。リビングの小さいシャン

デリアも交互に電球をゆるめて皆使っていますが、結構明るいです。

☆ 照明器具は電球 4 つ使う所を 2 つにしたり、新しく交換する時はLED にしています。

☆ リビングと和室の仕切り戸など全て閉めきって、電気を点けていました。朝電気を点けているのはおかしいと思い、寒がる主人を尻目に戸を開け電気もオフ。今では私がリビングに近づく、主人があわてて電気をきっています。あとは夜こたつで寝るなら電気を切ってネ！ご主人様♡（本当は布団で寝てほしい妻より）

☆ LED 照明に取り替えることが一番ですね。まだ替えていない状況です。元栓スイッチを切って待機電力を減らす努力をしています。

☆ よく使用する部屋はLED に替えています。CO2 貯金が貯まったら、順次まだの部屋を変えていこうと思っています。

☆ リモコン類、コンセントなど、待機電力の削減には心がけて照明器具の耐用限度が 15 年とは知りませんでした。皆さんは 10 年くらいで交換してみえるのですか。

☆ 部屋の照明をLED にかえました。消費電力が低いのに明るくていいです。

☆ 屋外の照明はセンサーライトです。省エネと防犯になりよいです。

☆ リモコンは乾電池が消費するので、壁のスイッチを利用しています。



2月度の「生物多様性&季語」のテーマ

<シジュウカラ(四十雀)&カラスノエンドウ(烏野豌豆)>

※四十雀に野菜や木の実を食べられて困っている方、スズメと思っていた鳥が四十雀だったことを知った方などたくさんお便りいただきました。

※カラスノエンドウで、子どもの頃、笛を作って遊んだとお便りが多かったです。ぜひ次世代へも語り継いでほしいです。

<シジュウカラ(四十雀)>

◇ スズメの大きさぐらいだから「四十雀」は「雀」の字が使っているんですね。雄と雌で模様が違うことを初めて知りました。

◇ 夫はひまわりの種子を買って、ベランダの餌箱に入れておくとやってきます。エサがないとガラスをつついて催促します。



◇ 四十雀を見つけ、そっと近づいて写真を撮ろうとしましたが、逃げられました。

◇ 動きが早くてとてもかわいい鳥ですね。

◇ 2月初旬は鳥たちの姿を見かけなかったが、20日以降多種の鳥が飛び交うのが見られました。でも四十雀はいなかったようです。

◇ 四十雀はスズメくらいで丸っこくてかわいいですね。「ツピツピツピ」っと鳴き声は聞いたことがあります。

◇ 今年は雪が多く食べ物が少ないためか、キャベツの葉など四十雀に食べられたみたいで大きくなってきませんが、皆共存で生きていきたいですね。

◇ 暖かくなってくると色々な鳥が見られます。スズメかと思ったら、シジュウカラが庭でピョンピョン歩いていました。もうすぐウグイスも鳴き始めると春を感じます。

◇ 今年初めて庭にウグイスが。とても幸せな気分になりました。シジュウカラもよく来ますが、今年はまだです。南天や木の実が誰のエサになっているのか。すぐに食べられています。

◇ 四十雀は害虫を年に 10 万匹も食べてくれるそうです。我が家の庭にもこい、こ〜い！

<カラスノエンドウ(烏野豌豆)>

◇ 子どもの時から見てきました。豆のなる植物でも葉は少しずつ違います。シロツメクサもその仲間なんですね。

◇ 花はまだ咲いていませんが、庭の初雪カズラや1〜2輪咲き始めた芝桜の間からひよろひよろと葉軸を伸ばしています。

◇ 花は咲いていませんでしたが、寒さの中、少しずつ大きくなっている様子でした。

◇ 畑で見つけました。花言葉が素敵ですね。

◇ 子どもの頃、カラスノエンドウの実の中の種を取り出して遊んでいたことを思い出し、懐かしいです。

◇ 我が家の草だらけの庭に咲いていました。かわいいので花びんに挿して飾りたいのですが、難しく…どなたかすてきなアレンジを教えてください。

◇ 庭に雑草が元気よくはえてきました。カラスノエンドウも青々として元気に伸びつるも出てきています。花はまだまだです。

◇ カラスノエンドウはピーピーブエにする草ですよ。たくさんありますし、困っていました

が、「小さな恋人たち」と聞くと考え方が変わりますね。

◇ 小さくピンクの花が寒い中咲いていて、力強さと春が近づいていると感じました。

♪なんでもおたよりコーナー♪

● 毎日使う野菜の外葉や皮でスープを取っています。自家製野菜は愛着があり、丸ごと使うことが嬉しいです。食糧自給率40%に満たない日本は、食品ロスの問題に社会全体で取り組むべきだと思います。

● 娘が就職のために車がいるようになり、節約しようと、電気を小まめに消したり、湯船の湯を減らしたり、ガス火を中火にしたりと、チマチマやっています。でも主人はちっとも協力してくれません！あんまり使いっぱなしにしていると最後はおこづかい減らしちゃうよ(ー_ー)!!

● 夏にまいたニンジンが秋から食べられるようになり、一冬中楽しめました。さほど手がからないのでおすすめです。



● 友人にピンテージカーに乗っている方がみえて、エアコンがついていません。夏は窓を開けて乗り、冬はジャンパーを着て乗車。NOスモークの窓からは、子どもたちに曇りのない本当の景色を見せてあげられる！と素敵な話を聞かせてもらってから我が家もエアコンをつけずにエコな運転を意識するようになりました！

● 今月は電気代が昨年より上回っていて大ショックでした。雪が降ったのが多かったのもあります…来月はエコします！

● コンポストで上手に堆肥を作れる時と、腐ったようになる時があります。思案中です。

● お風呂のお湯は出た後、お湯の上に保温シートを置いておくだけで、朝になってもお湯がなま温かくて洗濯などにもうれしいです。

● 使用済みラップは、シンクをこすってから捨てています。結構きれいになりますよ。

● 除草剤を使いたくないので、まめに草引きをしています。腰痛がこります。先日、子ども3人と10分ずつしようと声をかけて行きました。私の腰も私の心も軽いまま、草引きが終わりました。



♪なんでもおたよりコーナー♪



- 3月、4月になって、子どもたちの学校の通路状況が変わる方も多いのではないのでしょうか。今こそ断捨離のチャンス！わが家も今年はチャレンジします。
- 孫に自然に優しい生活を教えるおばあさんの話に3歳の息子が興味を持っています。市立図書館か博物館には子ども向けの環境絵本がたくさんあり、利用しています。
- 洗濯機やお風呂の乾燥機のフィルターをこまめに掃除しています。乾きが遅いのは嫌ですし、電気・ガス代の節約にもなります。
- 消費電力という言葉は聞いたことがあったけど、意味はイマイチでした。今回教えてもらって自宅のものを見てからは、使う時間を意識するようになりました。
- ケータイも照明の点灯時間と明るさが設定できるので、利用しています。そのせいか一度の充電でかなりもちます。小さなことだが、ケータイの省エネについて考えることも大事です。
- 綿棒が入っていた容器を小物入れとして再利用しています。中身もみえていいです。
- 車を新しくしました。色々エコなんだと今更ながら思いました。当たり前ですが、アイドリングストップしてくれます。長く大切に使うことも大事ですが、車や電化製品などは消費電力や燃費など質が上がってるので、買い替えも考えるべきですね。今回の車とも長い付き合いになりそうですが、上手に乗りたいです。
- コタツの下にホームセンターで売っている断熱マットをひいています。一畳分で800円弱なのに、この暖かさはすばらしいと思います。
- 家庭菜園で大根がうまくできました。たくさん採れて嬉しいのですが…食べきれなくて…切り干し大根にして保存しています。手間はかかるけど、すごく大根の味が濃く、美味しいです。
- 寒くなって温水を使うようになり、温水栓を止めてからもしばらく温かい水が出るので、冷たい水が出るまで使用しています。
- 毎月のエコファミリー通信誌ありがとうございます。いつも楽しみにしているのが「なんでもおたよりコーナー」です。皆さんの意見が聞けて楽しいです。参考にさせていただきます。
- 今、一番気になっているのは「マイクロプラスチック」です。誰か賢い人、スーパーフィルター考えてくれないかな…そろそろ脱石油製品を考えていかないとと思う今日この頃です。
- 初めて味噌作りに挑戦しました。手作りにすると体にもお財布にもやさしくて、ゴミも出なく、環境にもいいです。
- 去年の春からアボカドを種から水耕栽培で育てています。通信誌にもアボカドを育てている方がいて嬉しく思いました。芽がでるまで1ヶ月はかかり心配しましたが、今やキッチンの窓に届く位成長しました。お花の少ない冬は緑が鮮やかで癒されます。

編集後記

今回より、通信誌の担当をさせていただくことになりました。皆さんと一緒に、エコな取り組みを行っていきたいと思います。よろしく願いいたします。

3月号の通信誌で紹介されていた3月25日(土)のアースアワーに参加し、ロウソクの灯りで過ごしました。暖かい灯りで心も癒されました。

(竹内)

おたよりコーナー



(センター名) (お名前)
組織運営部 Tel:059-271-8503



様)
担当：竹内、山本