

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。今年は秋を楽しむこともなく冬に突入してしまった感じですね。紅葉も例年より早くすすんでいるようで、色合いもいつもより濃くてきれいな気がします。その分早く落葉してしまうのでしょうか。

12月は「地球温暖化防止月間」とあわせて、自動車交通量の増加やビルや家庭の暖房の他、気象条件の影響等により、大気汚染物質濃度が高くなる傾向があることから、毎年12月を「大気汚染防止推進月間」とし、きれいな空を守ることの大切さが呼びかけられています。

**大気環境を守るために**

◆ **自転車や電車の使用を心がけましょう**

- ・冬に空気が汚れる理由のひとつに、自動車交通量の増加があります。天気のいい日は出来るだけ自転車で出かけるなど、移動の際には、徒歩や自転車、公共交通機関を使用しましょう。
- ・自動車が出かける場合は、アクセルはぐっと踏み込まず「ふんわりアクセル」をお願いします。

◆ **暖房の使用を控えましょう**

- ・過度の暖房使用は空気が汚れる原因となります。暖房は室温20度で、重ね着などの工夫をお願いします。
- ・ウォームビズやウォームシェアで暖かな冬をお過ごし下さい。

**12月/今月の環境イベントテーマ：「電車やバスなど公共交通機関の利用」**

12月～1月は、初もうでや帰省など遠方へお出かけされる機会も増える時期ですが、みなさん計画されていますか。自動車だと荷物の量も気にせず移動できますし、行動範囲も広がるので自動車が出かける方が多いと思います。電車やバスなど公共交通機関を使う事で、CO2排出量の抑制や大気汚染の防止につながります。三重県では公共交通機関を利用しにくい地域もありますが、電車やバスなどの公共交通機関の利用について、意識していきたいですね。

**12月/生物多様性(見つけてほしい生き物)**

**テーマ①：「ジョウビタキ」**

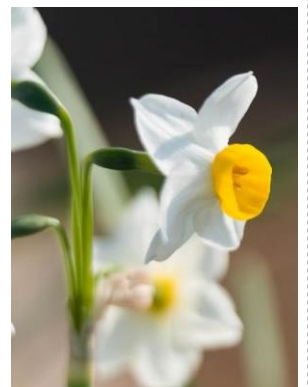
中国東北部などで繁殖し、越冬のため10月～11月頃日本に来て3月まで滞在します。スズメほどの大きさで、雄(写真)は顔が黒く、頭から背中にかけて灰白色、胸から腹部にかけて鮮やかな橙色をしています。雌は全体的に灰褐色です。「ヒッ、ヒッ」と甲高く鳴き、尾を震わせたり、頭を下げる動作が特徴的です。明るく開けた場所を好み、農耕地や疎林、公園などでみることが出来ます。冬は1羽で行動しています。



**12月/生物多様性(見つけてほしい生き物)**

**テーマ②：「スイセン(水仙)」**

日本水仙や房咲き水仙などの早咲き系は12月～2月頃に開花し、ラッパ水仙や口紅水仙などの遅咲き系は、3月から4月頃に開花します。スイセンの葉はニラとよく似ていますが、食べると中毒症状を起こします。雪の中でも花を咲かせることから、別名「雪中花(セツチュウカ)」とも呼ばれます。  
\*花言葉は、「自己愛」「神秘」「うぬぼれ」など



10 月度環境イベント

<掃除機の使用を減らしエコな掃除で節電>

※ほうきやモップでお掃除をされてみえる方が多く、うれしく思いました。掃除機の消費電力は大きいので、これからもほうきやモップでエコ掃除を実践していきたいと思えます。



- ☆ 掃除機を使用するのは、3日に一度。その他はほうきと机上用のほうき。ほうきは手軽で使用しやすくゴミを集めていく作業もおもしろいです。
- ☆ 気にもしていなかった我が家の消費電力。つい便利と使っていたことに反省。小さい頃は、自分の部屋は、ほうきで掃除をしていたことを思い出しました。



☆ 昔から“ハタキ”や古布でチョイ拭きをしています。ほうきも数種類ありますが、幼い頃、祖母がホウキ草でほうきを作っていたことを思い出しました。



- ☆ 元々掃除機の音が嫌いで、もっぱらほうき、チリトリ、ぞうきん派です。
- ☆ 埃は、水拭きでは壁にひっつき重力で落ちてくるので、床ばかり掃除しても効果がないとテレビで放送していました。これからは、化学雑巾（除静電気）を使おうと思っています。※化学雑巾→柔軟剤を水に溶かして洗った雑巾を浸し、乾燥させたもの
- ☆ いつもコロコロでじゅうたんの上を掃除し、フローリングはモップで拭いています。とれないゴミは掃除機をかけます。
- ☆ 夫が体を鍛えるために、フローリングを雑巾がけしてくれるようになりました。私がほうきで掃いてからしてくれるので、エコでキレイになり、体も鍛えられて一石二鳥です!(^\_^)!
- ☆ 仕事と家事でバタバタしているので、毎日掃除機をかけられません。気になる場所を掃除して、休みの日にちゃんと掃除します。これもエコになるのでしょうか。



☆ 我が家の掃除機はコードレス充電タイプのため、1回の掃除は強スイッチでたったの6分。これで、1~2階を一気にやっけてしまいます。エコというより、手抜きな掃除ですが、要領と体力が必要です。

☆ 畳の部屋はこのほうきで畳に沿って掃き掃除機は使用していません。1つ500円する高価な手編みの座敷用ほうきは畳にもやさしいですよ。



☆ 掃除機を使わず、モップでサッと床を拭き掃除は終了。台所などフローリングが多いので、目に付くゴミを拾っておけばきれいに見えます。今月は掃除機使用を減らすのにのっかり、少し掃除を手抜きしました(笑) 楽でした♪

☆ 掃除機をかける前に片付けたり、モップを活用してほこりを集めたりと時間を減らしました。また、雑巾掛けも頑張りました。

☆ 母の愛用していたほうきを今でも使用しています。結果、掃除機の使用を減らしています。

☆ モップで掃除する時は、最初に壁、次に床、最後に洗濯機の下を掃除します。モップだと掃除機が入らない隙間も掃除できるところがいいですね



☆ 掃除機が重く感じる年齢になったので、コードレスに換えました。先に片づけをしておいてから、掃除機をかけると時間、労力の短縮が出来て、スムーズに掃除しています。

☆ 毎日の掃除には、クイックルワイパーやほうきを使い、電気代のお得な週末に掃除機を使用しています。

☆ 基本、モップとほうき使用です。10日に1回掃除機を使います。なので、古い機種です。逆に消費電力が高いかなとも…。

☆ 月に1度は「ノークリーナーデー」を設け、ほうきを使用しています。少しでも節電を心がけるようにしています。

☆ 掃除機は消費電力が高いと知ることができよかったです。



☆ 我が家はほうきの方が出番は多いですが、節電の意識はなかったのですが、確かに節電してたんだ…ほうきの方が軽いし簡単なので愛用しています。

☆ 昔、祖母が畳にお茶がらをまいて、ほうきではいていました。お茶の香りが漂っていい感じです♪



10 月度の「生物多様性&季語」のテーマ

<ノビタキ&

「ナワシログミ (苗代菜菔)>

※ノビタキ…テーマが難しかったようです。中々見つけにくいものですね。



※ナワシログミ…実はよく食べた、花や実はよく見かけるが、名前は知らなかった、という方が多くお見えでした。

<ノビタキ>

☆ 稲刈り後のたんぼで見かけた小鳥がスズメではないようなので、特徴を確認すると、ノビタキの雄だと思いました。

☆ 尾が黒く長い感じの鳥は見たことがありますが、何となく違うみたいで…。色々画像を探したり、鳴き声を聞いたり、サントリー愛鳥活動を検索したり…うーん。違うのかな。飛んでいる姿が特徴あって、上下に移動していました。

<ナワシログミ>

☆ 散歩の途中で見つけました。変わった花で、花の名前を初めて知りました。生物多様性は身近な花の名前や紹介文があるので楽しみです。

☆ 庭に植えてあり、実がなるのを待っています。

☆ 子どもの頃、食べごろになると近所の人に一枝もらっては、実をちぎりながら食べたことを思い出しました。

☆ 散歩をしていて「何だろう？」と思って、印象に残っていてエコファミリー通信の写真と同じだったのでわかりました。グミの花だとは思いませんでした。

☆ グミの実をよく見かけましたが、花は初めて見ました。かわいい花なんですね。

☆ 変わった花がつくのですね(バドミントンの羽根のよう)。探しましたが、見つけれませんでした。

☆ 花がかわいいです。小さい頃、さくらんぼと間違えたりした記憶があります。

☆ 小学生の頃、通学路にグミがなっていて、友達とこっそりと食べていた記憶があります。今は子ども達の登校班の集合場所にグミの木があり、子ども達が食べていました。いつの時代も子どもって食べたくなるのですね。

☆ 「バドミントンの羽根」とは、うまい表現だと思いきげしげと見ました。昔、グミを食べて、しぶくて粉まみれになったことを思い出しました。

☆ 5月頃、いつも赤くなっていたあの実は「ナワシログミ」という名だったので。赤くなってから気づくのですが、今年は花も見ておきました。

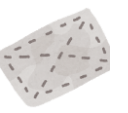
☆ 何年か前に生協で買ったグミの木。大木になりました。トゲが嫌ですが、実はかわいいですよ(実の味はあまり人気ないですが…)



☆ 花がバドミントンの羽根みたいでかわいいですね。昔、母がよく“グミの木”の話をよくしてくれました。赤い実が好きだと言っていました。

♪エコ生活術♪~お得な情報~

☆ フローリングにワックスを使うことに抵抗がある方へ！お米のとぎ汁がオススメ。とぎ汁には米ぬかが含まれていて、これがワックスと同じ効果を発揮します。雑巾にとぎ汁を染み込ませ固く絞って拭くだけです。



# ♪なんでもおたよりコーナー♪



◇ 綿製品を使い古したら20cm四方に切ります。  
お風呂や洗面所、洗濯機、流しの排水溝の掃除  
に使っています。

◇ 最近、数珠玉（じゅずだま）を見かけなくなっ  
てしまいました。昨春、15年前に作ったお手玉  
の中の数珠玉を撒いたところ、  
小さめのお手玉6ヶ分の数珠玉  
が収穫できました。昔は糸でつ  
なぎ遊びました。数珠玉のお手  
玉はいい音がしますよ♪



◇ 実家の父は、未だに木をたきものにして、お風  
呂を沸かしています。先日断捨離をし、タンス  
1本いらなくなりました。夫がタンスを壊し  
て、大きな木切れができました。実家に届け、  
とても喜んでくれ、私もホッコリしました。

◇ イワシを背開きにして、骨をとり、  
その骨を唐揚げにします。カリカリ  
とおいしく、カルシウムも取れます。生ゴミの  
減量に心掛けています。



◇ アルツハイマー認知症の義父とアスペルガー  
の義母と同居しています。灯油の管理が危なくな  
りました。節電と安全のため、18年間使用  
していたエアコンを新調します。より安全に過  
ごせますように。

◇ セーターの毛玉には、電池式の「毛玉取り」を  
使っていましたが、食器洗い用スポンジのザラ  
ザラした面でなぞると、簡単に取れるそう  
です。

◇ 「お得」という文字に弱い私。3,000円以上で  
「かわいい湯呑み2個セット付き送料無料」を  
見つけたらいつも飛びついていました。でも食  
器棚には使っていない食器がたくさん…今回  
は涙をのんであきらめました。節約！節約！

◇ スーパーのエコバックは定着しつつありますが、  
服やパン屋さん、薬局は袋に入れていた  
くので、ムダなので断ります。因みに“しまむ  
ら”は袋を持っていくと現金で買ってくれるよ  
うですよ。

◇ ダウンのベストに穴が開いてしまいました  
（泣） その場所をふさぐようにフェルトをあ  
てました。手芸用ボンドを使ったので硬く  
ならずいい感じに。編んだアップリケを加  
えるとおしゃれになります。ダウンの穴には  
手芸用ボンドがおすすめです（^）/



◇ クエン酸を使った床磨き紹介します！  
スプレー容器に、水1カップにクエン酸小  
さじ1を入れてよく振ります。床に霧吹  
きしながら雑巾で拭きます。薬剤を使  
っていないので安心ですよ（^\_^）☆

## 編集後記



10月のテーマ「ノビタキ」は、  
日本を通過しもっと南方で越冬する  
渡り鳥のため、見つけにくかったと思  
います。

今月のテーマ「ジョウビタキ」は、  
日本で越冬する渡り鳥なので、見つけ  
てもらえると思います。

（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