

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、12月に入り朝の冷え込みも厳しくなり本格的な寒さがやってきました。冬野菜のおいしい季節になり水炊きやおでんなどの鍋料理も増えてくるのではないのでしょうか。鍋料理は体を温められるだけでなく、お部屋も暖めることができますね。三重県は他県より早くインフルエンザが流行している様です。体調管理に気を付けて、元気にお正月をお迎えください。

～12月16日(日) みえ環境フェア2018 開催のご案内～  
今年も「COOL CHOICE (=賢い選択)」をテーマに開催されます。「ステージ」では、三重県地球温暖化防止啓発ポスターコンクール表彰式や、環境トークなどが行われます。三重県で環境活動に取り組む団体や企業が参加されます。コープみえも、間伐材を使った箸づくりと、環境活動の展示紹介で出展します。ぜひ参加ください、お待ちしております。

- \*日時：平成30年12月16日(日) 10時～15時
- \*会場：メッセウイング・みえ(津市北河路町19-1)
- \*主催：三重県地球温暖化防止活動推進センター
- \*入場：無料です。

**今月の環境イベントテーマ:「エコなお掃除術」**

師走に入りましたが、大掃除の予定はされていますか? ホームセンターや100円ショップに行くと、掃除用品や洗剤がたくさん並んでいますね。台所やお風呂などのしつこい汚れは、洗浄力の高い洗剤を使えば簡単に落とせますが、川や海など水環境の事を考えたら、出来るだけ洗剤を使わずに掃除ができるといいですね。大掃除に限らず、地球にも住まいにもやさしい、エコなお掃除術を教えてください。

**今月の生物多様性 (見つけてほしい生き物)**

**テーマ①:「ツグミ」**

11月頃から4月末頃まで見られる冬鳥です。クスノキやエノキ、カキノキなどの木で実を食べていることもあれば、地上で虫などを食べていることもあります。畑にもいますが、公園の広い芝生でもよく見かけます。ちょこちょこっと走った後、立ち止まって胸を張り前方を仰ぐような姿勢をします。それはまるで「気をつけ」をしているようです。腹側の黒斑は、雌雄や個体による変異があります。



**今月の生物多様性 (見つけてほしい生き物)**

**テーマ②:「センダンの実」**

センダン科の落葉高木で、5月頃に薄紫の花を咲かせます。「柎檀(せんだん)は双葉より芳し」の柎檀(せんだん)は、ビャクダン(白檀)という別の木です。センダンの実は薄黄色で長径が1.5~2cmあるため、少し体が大きめで口も大きいヒヨドリやムクドリは食べられませんが、小さな鳥には食べることができません。この実の中には大きな種が入っていて、鳥が食べた後、どこかで糞と一緒に種を排出して散布してくれるというわけです。



10月度環境イベント

<地球や人に優しいエコドライブ！>

※みなさん、ゆとりを持って車間距離をあけた運転を心がけているという声が多かったです。

- ◇ 最近、アイドリングストップの車が増えましたね。うちの車もそうなのですが、数ヶ月前からしなくなっていました。バッテリーが弱ってきたのかな…？



◇ 心掛けている事は、車間距離を十分に取る事です。雨の日や雪の日、事故にならないよう気を付けたいと思います。

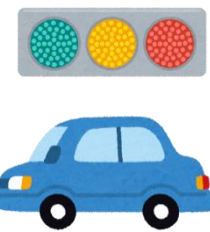
- ◇ 田舎で車は欠かせない。だからまとめて外出する様に心がけている。出かけたついでに買い物、役所、郵便局、図書館をまわって、走る回数を減らしている。

- ◇ 赤信号が見えている時は加速せず、ノロノロ走っています。時々追い越しして前に入る車が出て残念な気がしますが、自分の運転を心がけています。

- ◇ アイドリングストップ付の車に乗っています。エコになるのは分かっていますが、エアコンとかも止まるので、つい止めてしまいます。涼しくなってきたので、少し気を付けます。

- ◇ 新しい車にしたら、勝手にアイドリングストップするようになりました。節約したガソリンの量も表示されエコ意識が高まります。車間距離、急いでいると詰めがちですね。あと、すごく詰められると焦るので、心にゆとりを持つ事がエコドライブにつながるかと再確認しました。

- ◇ 毎日乗るので常にエコドライブに気を付けています。でも少し急いでいる時や信号の変わり目等にエンジンをふかしてしまう時があります。日々反省しています。心掛けが大切だと実感しています。



- ◇ 孫に病院や色々な用事に連れてもらっています。私の体を気遣ってか、発進する時はゆっくりとふんわりと動く様に気を付けてくれています。

- ◇ どんどん高くなるガソリン。家計にも打撃なので、家計にも地球にも優しく、近くは歩いて、そして車はふんわりアクセルで走行します。あまりスピードを出さない方なので、いつもふんわりですが（笑）

- ◇ 子ども達から免許返上せよと迫られ自転車に変更。10~20分位は徒歩で、遠方は乗合で、健康、エコにも良い事を実行しています。



- ◇ 急発進や急ブレーキをなくすよう心掛けてます。そのためには周囲に注意を払う事も大切だと思います。気持ちにゆとりを持つ事も。

- ◇ ふんわりアクセル、駐車場のエンジンストップは、いつも心がけています。16年間乗っている車なので、エコがどうかわりませんが、あと1年は大事に乗らせて頂きます。

- ◇ 毎日、主人を駅に、子どもを学校まで送迎しています。来年はもっと燃費のいい、優しい軽自動車に買い替える予定です。タイヤの点検はしていなかったため、次からそれも気にかけていきたいと思っています。

- ◇ 最近の車は、暖気運転は不要らしいが、我家の車はエンジンがあったまるまで、アクセルを踏んでも加速が悪く、燃費が悪くなるとか、ならば暖気した方が良くない？

- ◇ 電気自動車に乗せて頂く機会がありました。自分の家でもとなるとなかなか手の出ない物ですが、環境にも家計にも優しい物が普通にあるといいですね。

10月度の「生物多様性&季語」のテーマ

<オオスカシバ&コナラのドングリ>

※オオスカシバ…難しかったのか、見つけれなかったという方が多かったです。

※コナラのドングリ…ドングリ拾いなど、懐かしいという声を多くいただきました。

<オオスカシバ>



☆見た事のないガだったので図鑑で調べました。ほんとに羽が蜂の様ですね。

- ◇ 私たちがホウチャクと呼ぶガだと思います。今も飛んで来てホバリングしながら花の蜜を吸っています。

- ◇ 庭でよく見かけます。子ども達は蜂！と言って逃げています。

- ◇ 今年は見つかりませんでした。幼虫がいました。クチナシの葉が食べられてました。

<コナラのドングリ>

- ◇ 遠い昔、子どもの頃を懐かしく思い出します。裏の山でドングリを拾い、帽子を指にはめて遊んだ頃の事を…。



- ◇ 娘がすごい量のドングリを、どこに行っても拾ってきます。帽子付きを「ラッキードングリ」と言うそうです。いつから言うようになったのか…。

- ◇ 子どもが幼稚園でたくさん拾ってきました。帽子が付いているんやよと言いつつ、ドングリに目を描いていました。

- ◇ コナラのドングリ、クヌギのドングリ、シイの実など見つけました。帽子の模様までは、じっくり見た事もなかったので楽しかったです。子どもが拾ってきたドングリの芽が出て大きな木になりました。

- ◇ よく見るドングリは、コナラかもしれません。昔は公園によく落ちていて、近所の人がおつまみにする」と言っていました。

- ◇ 道端にいっぱい落ちています。今年は山の実が豊なのかなと、多い秋はいつも思います。つい拾って持ち帰ると、中から幼虫が出て来て辺りが粉だらけになります。孫が小さい時は「コマ」を作ったり、「ボウシ当て」をしたりして遊んだものです。

- ◇ 子ども達がたくさん集めて持ってきます。帽子と言っていたのが「かくと」と呼ぶのは驚きです。

- ◇ 散歩中によく見る。ドングリは、子ども達と競って拾った思い出の実。小さなポケットがドングリでいっぱいだった。懐かしいドングリに今年も出合った。

- ◇ 近くにある神社や公園等、あちこちで見られます。コナラのように丸い物などいろいろ。



- ◇ 保育園で散歩に行き、公園でいっぱい帽子付のドングリを拾ってきました。アベマキやクヌギのドングリもたくさんありました。いろんな帽子があって可愛いですね。

- ◇ ドングリ可愛いですね。でも長期間家に置くのは危険。虫が出て来るので。

- ◇ 仕事場で見つけました。娘の友達が帽子の付いたドングリを「ラッキードングリ」と呼んでいて、幸せを呼び呼び方だと感じました。

- ◇ 家の近所の裏山にあり、毎年落ちてるのを見つけてますが、今年はまだです。公園に行っても見つけれませんでした。近くの神社に落ちているのを見つけた。子どもが大きくなってから、気にもとめてなかったため、久しぶりに手に取って懐かしかったです。

- ◇ ドングリを使って子どもが工作をするのは楽しいけど、飾ったものから虫が出てくるのはちょっと困るなあ。

- ◇ 公園に遊ぶに行くと色々なドングリがあり、しいの実ってドングリの種類だけじゃ食べれるんだよね？から始まり、ドングリのソバもあったよね？と色々な話に花が咲きました。

♪エコ生活術♪~お得な情報~

- ◇ 今年の冬は足元を温める事で節電をと考えています。9月から始めた靴下3~4枚履き。素材が重要でシルクや綿の物であれば蒸れる事もない。シルクは保温性にも優れ、毒を出してくれる力もあるらしい。実際に重ねばきしてみても案外、気持ちも良く、いつもポカポカしているので、上半身が薄着で済んでいる。腰や脚全体も同じように温めて過ごしています。

- ◇ 寒くなってきたら入浴前に電気アンカを布団(背中、上半身のあたり)に入れてスイッチオン。就寝前に足元へアンカを移動、スイッチは切って寝ます。布団が体温で温まればアンカを一晩中稼働する必要はなし。湯たんぼで低温やけどをした人の足を見たので(黒斑)ご一考を。使い古しの靴下をはいて寝るのも保温効果大!です。お試しあれ。

# ♪なんでもおたよりコーナー♪



☆ 着物のタンスを整理。着物のきれいな部分を使ってウエストポーチを作りたいと思ったけど、裁縫が苦手な私は巾着袋になった。まだまだたくさんの布があるので、楽しんで何か形あるものに作り変えて使っていきたい。私52歳。ポケ防止になるかもと思いながらやっ  
ていこう。

☆ エコファミリーを始めてもう何年になるかわかりませんが3ヶ月に1回のペースでポイントが貯まり、グリーンキーパーを頂いています。他にもガソリンスタンド等でもボックスティッシュを頂いたり、ほとんどティッシュを買う事なく過ごしています。ティッシュのムダ使いをしないように気をつけている事もありますが。口紅のティッシュオフなど用には、1/4サイズに切った物を使ったりします。

☆ 少し寒くなってきました。すぐにエアコン等に頼るのではなく、温かくしてしばらく乗り切ろうと思っています。生姜ご飯が良いそうなので作ってみます。

☆ 子ども向けの体験教室（ボディボードやビーチフラッグ等）に参加した時に参加者みんな  
で、海岸のゴミ拾いをしました。40名位で15分程の活動でしたが、ゴミ袋6〜7袋できました。



☆ 秋は、冷暖房の使用もなくエコ生活の日々です。でも、そろそろおでんなどの煮込み料理が美味しい時季。ガス代も値上げと連絡が来たので、タオルで保温やガスボンベでの調理等も取り入れようか検討中です。

☆ 今年は台風が多かったですね。庭の雑草も伸び放題、まるで生け垣の様に立派になってしまいました。見かねた主人がノコギリできれいにサッパリ切ってくれましたが、次の台風で雨風がすごく、庭が水浸しになっていました。雑草（木?）も役に立っていたのですね。

☆ 着物のリメイクでは、ランチョンマット、テーブルセンターを作ってみたりしています。母には娘のワンピースを作ってもらいました。なかなか着物として着る事はなくなりましたが、活用法はたくさんありますね。生まれ変わって活用できると嬉しい気持ちになりますね。



☆ 貯めたエコ貯金でヨーグルトメーカーを購入。年寄りには牛乳よりヨーグルトの方が体に良いとの事で、1Lの牛乳をヨーグルトに変えて利用しています。経済的で、お蔭で体調も良いです。



## 編集後記



車のガラスが凍る季節がやってきました。これまで凍ったフロントガラスにお湯をかける事がありましたが、知人からガラスは急激な温度変化に弱いので、お湯は厳禁と言われました。以後気を付けたいと思います。暖気運転しなくて済むよう、フロントガラスにカバーをかけて対処したいと思います。（竹内）



## おたよりコーナー

