

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。

あけましておめでとうございます。今年もみなさんと一緒にエコファミリーの取り組みを行っていきたくと思います。どうぞ、よろしく願いいたします。しばらく寒い季節が続きますが、エコ暖房の工夫を行いながら、この冬を温かく過ごしていきましょう。

◆12月16日(日)「みえ環境フェア2018(津市:メッセウイングみえ)」に参加してきました。

21名の子どもたちにカナを使った箸作りを体験してもらいました。保護者の方には、コープみえがすすめる「コープみえの森」や「エコファミリー」の取り組みを紹介しました。



私たちが生活する中で電気やガス、ガソリンなどの化石燃料を使用すると、温室効果ガスである「二酸化炭素(CO2)」が排出される事をお伝えし、エコファミリー通信誌と、みなさんが毎月書いている「エコシート」をお渡しし、CO2排出量の計算表を使って、自宅のCO2排出量を計算してみる事もご提案しました。「子どもと一緒に計算してみます」と言われる方もおみえになりましたよ。

「エコシート」をお休みされている方も、ぜひ今年から再開してみませんか！

再開希望の方にエコシートをお届けします。組織活動推進課までご連絡ください。

【連絡先】電話：059-271-8503、メール：soshiki@coop-mie.jp



🌸 今月の環境イベントテーマ:「エコ川柳」

スマートフォン・タブレットの方はこちらから



毎年恒例の「エコ川柳」を今年も募集いたします！ご家族やお友達と一緒に、川柳で昨年をエコ振り返ってみたり、今年の抱負をたててみたり、みなさんのエコライフを「五・七・五」で表現してみませんか～。

お寄せいただいた作品は、広報誌などでも紹介させていただく場合があります。みなさんからのたくさんのおたよりお待ちしております！

🌸 今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)

テーマ①:「ハラビロカマキリの卵」

昆虫は種類によって越冬の形態が違います。カマキリの仲間は卵で越冬します。オオカマキリの卵の入っている卵鞘(らんしょう)は、丸っこくて麩(ふ)のような感じで、主に草に付いています。ハラビロカマキリのは少し細長い形で、触ってみると思いのほか硬いものです。樹木や木の柱、建物の壁などに付いていることが多いので、そんな所を探してみると見つかるかもしれません。

春になったら、何匹孵化するでしょうか。



🌸 今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)

テーマ②:「アジサイの冬芽」

多くの樹木は冬芽の中に、春に伸ばす葉やつぼみを準備しています。写真はアジサイ(ガクアジサイの園芸品種)の冬芽です。何に見えますか？手を合わせたようにも見えますね。枝にある、葉が落ちた跡の葉痕(ようこん)は、動物の顔のように見えませんか。

冬芽と葉痕を合わせて見ると、また違ったものが見えますよ。種類によって冬芽や葉痕の形が違うので、庭や公園などでこれらを観察し想像力を働かせてみてください。

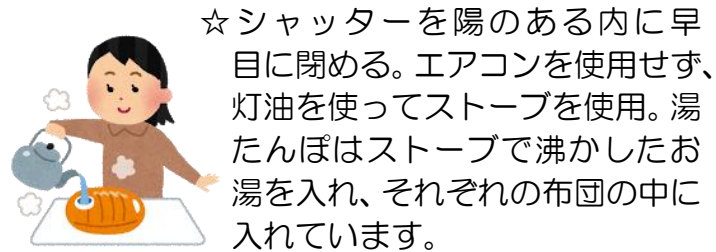


11 月度環境イベント

<エコ暖房の工夫>

※ふだんから3つの「首」「手首」「足首」を温め、重ね着をしている方が多かったです。

◇ できるだけエアコンを使用せず、重ね着の工夫、できるだけ体を動かさそうと思っています。



◇ エアコンは空気の乾燥が気になるので使わないようにしています。重ね着や膝掛を利用、煮込み料理をしたりしています。

◇ 今年からストレッチを始めました。歩いても以前より疲れないうし、寒さにも強くなったので冬に向けて筋肉をつけて暖房を控えたいと思います。朝はまず背中にカイロを貼り、体を温めて始動するつもりです。

◇ こたつ布団の上にもう一枚、薄いカバーを掛けています。こたつの下も2枚敷物をしていきます。これだけでもけっこう暖かくスイッチ off でも過ごす事ができます。

◇ 日中は暖房しなくても我慢できるが、朝晩本格的な冬が訪れました。現在、カイロ、湯たんぽ、ヒートテックインナー、厚着(はんてん)して頑張っています。あまり寒いと運動、認知症予防の運動で、あまり激しい運動ではありませんが運動しています。



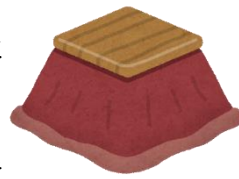
◇ 毎年の事ですが、ヒートテックの肌着(長袖・長スパッツ)に厚手の靴下、とにかく“首”とつく所を冷やさないように心がけています。膝掛やスペース暖シートも大活躍。自分から発する熱を活用しています(^o^)

◇ 電気の利用を抑える為に、もう一枚着るようにしています。食卓のイスの座布団や電気こたつの布団、ネックウォーマーやレッグウォーマーをボアの生地に変えたら寒さがましになりました。

◇ これまでは2畳のホカホカカーペット(その下にアルミのシートを敷く)を使っていましたが、自分一人が座って丁度良いホカホカのシートに替えました。小さくなったし、電気の消費量も減っていいです。自分の座る所だけ温めればいいのですから、人が座っていない所を温める必要はありません。

◇ 首を温めると寒くても我慢できます。ネックウォーマーは冬の家事に必需品です。こたつを入れても電気はつけません。布団の中に入れても温かいです。

◇ エアコン、ファンヒーター、電気ストーブ、こたつ、ホットカーペットの中で一番こたつが、電気代が割安と聞き、こたつをおきました。そして、こたつの中に湯たんぽをおき、温めて電気代0です!



◇ 暖房便座、カバーをかけ我慢する事、朝気温が低いので、エアコンと灯油ストーブを併用し、温度が上がったらストーブのみで対応。こたつは使用していません。足元が寒い時は毛布をかけています。

◇ 家族みんなが一つの部屋に集まっているだけで暖かい気がします。足や背中が冷えると寒いので、膝掛やモコモコのスリッパをはき、ブランケットを肩にかけているだけでも温かいです。まだ使っていませんが、冬の夜は湯たんぽを早目に作り、寝るまでに布団を暖かくしています。

◇ 一昨年位に湯たんぽを2つ買い、小さめですがお湯を入れて膝の上におくと熱いくらいです。夕方、布団の足元に入れておくと寝る頃にはほんのり温かくなっています。

◇ 今年は暖冬で、まだまだエアコン、ストーブのお世話になっていませんが、寒い日は体の中から温めるようにしています。3つの首を温め、温かい食べ物や飲み物、体を動かすとあまり寒さを感じません。

11 月度の「生物多様性&季語」のテーマ

<キセキレイ&ビワの花>

※キセキレイ…セキレイやハクセキレイは見かけますが、キセキレイは見つけにくかったようです。

※ビワの花…これまで実は見た事あっても、花を気を付けて見た事がなく、今回はじめて花を見たという方も多くみえました。

<キセキレイ>



☆セキレイは自宅の畑によく飛んできますが、お腹の黄色い綺麗なキセキレイは見ただ事ありません。水辺に行かないと見られないのかな?

◇ 川辺沿いに飛んで来ますね。とても可愛いです。

◇ 身近ではハクセキレイばかり見ますが、中村川(松阪市)の探鳥会に参加した所、キセキレイを見ました。

◇ 尾を上下にふる鳥を家の近くでよく見かけます。地面にいるので車で轢きそうになります。でもスマートでレモン色?少し違うなと思いつつ見たらハクセキレイの様でした。キセキレイは、もしかしてずっとメジロだと思っていたかも。メジロもよく見てたので。

<ビワの花>



◇ 今年も我家のビワの花がたくさん咲いています。蜂たちが蜜を求めて飛び回っています。

◇ 花を見た事ありません。カラーだと色もわかっていいと思うのですが…。どこら辺で咲いているのか、皆さんの意見を聞いてみたいと思います。

◇ 近所にあるのに花には気がついた事ありませんでした。白くて可愛い花が咲くんですね。



☆ビワの種をお茶に入れたりします。

◇ 10 年位前にビワを食べた後、種を埋めていた所、発芽、木は大きくなりましたが、今まで一度も花を咲かせませんでした。それが、なんと今年は 10 月中旬よりつぼみが見られるようになりました。きれいな花ではありませんが、実がなるのが楽しみです。

◇ 小学校へ行く道に 50~60 年も経ったようなビワの大木がある。花は桜の花のように咲く。6 月には小さな実がたわわになる。子ども達の学校の行き帰りを見守っている様です。

◇ ホワホワしたうぶ毛が可愛く感じられる様になったのは、子育てを経験してからの事です。

◇ 小さな花がびっしりと咲いていました。ビワの葉は薬効があり、昔は一家に一本植えるとよいとされたようですが、子どもの頃、ビワの大木に蛇がよく登っていたのを覚えています。肉厚の葉の陰はひんやりと涼しいからでしょうか。

◇ 毎朝開けるカーテンからすぐ見える所に木があるので、ビワの変化には気づきやすいのです。濃い緑の葉の中では目立ちますよね。



◇ 近所に木があるのですが、ふくらんでいるようです。

◇ 昔住んでいた家の近くに木があり、とても美味しかったのを覚えています。

◇ 11 月中頃にポツポツ咲き始めていました。花言葉「治癒」は、葉が薬用になるのでわかります。「温和」「静かな思い」と言うのは優しいイメージですね。

◇ 引っ越して3年経ったが、植え替えたビワの木は、背は高くなっても未だ花を咲かせず…。

◇ 11 月の終わり、畑に見に行くと白い小さな花がたくさん咲いていたようで、私が行った時はもう咲き終わり、茶色になっていました。

◇ 近所にあったのですが、最近ぱっさりと切っただけで残念。今の時期に花が咲くんですね。子どもはあまりビワが好きではないです。皮をむくのが面倒で種が大きいし、そんなに甘くなく、服に果汁がつくと茶色になると言います。

◇ ビロード風のガクや花たぐに包まれて、白い花びらがのぞいています。かすかに香りがあります。見る度に「ブローチにしたい」と思っています。

◇ 今年は実が一つもありませんでした。来年は、おいしいビワがなるように…。

☆近所の家にたくさん花がついていました。生協で買ったビワの種が芽を出し、自宅裏の大きな木になりましたが、やはり実生。花がつかえません。接ぎ木しようかと考えてます。



♪なんでもおたよりコーナー♪



☆ LED照明の効果について白熱電球の約8倍、蛍光灯の約1.5倍の省エネだそうです。オンオフを頻繁にしても長持ちするし、明るさや色合いを変えられるものもあります。熱や紫外線をほとんど含まないので、虫も集まりにくいそうです。我家では少しずつ替えています。



☆一週間後の上野シティマラソンを控え、環境美化活動を行いました。マラソンコースの両側の田んぼや畦に落ちている空き缶、スーパーの袋、お弁当の空パックなど拾いました。

☆ よく行くスーパーで買った後すぐにトレーから出しビニール袋に移しゴミ箱にトレーを捨てていく人を何人か見ます。家のゴミを減らしたいのでしょうか？トレーをリサイクルに出せば良いだけなのに、とても自己中心的な行動だなと思ってしまいます。

☆ 小学校でアルミ缶を持って行くと、スタンプをもらえるという取り組みがありました。子ども達がエコな取り組みができていいですね。

☆ 娘のジャンパーのジッパーが壊れて、新しい服を買おうと思いましたが、あまり着てない服のジッパーを取って直しました。新しい服を買わずに済んで娘も喜んでくれて、あとしばらく大事に着てくれるそうです。

☆ 「三重とこわか健康マイレージ」に今月からチャレンジ！私の目標は、なかなか実行できてない「早寝」。健康貯金と夜間の電気代節約がんばります。

☆ どんぐりや松ぼっくり、赤い実を拾い集めて巻いたツルにくっつけてクリスマスリースを作りました。森の中を歩いたこの日は、万歩計も10,000歩を超えました。一石二鳥です。

☆ ゴミの分別は楽しいです。ビンのフタの金属を工具で取り除いたり、洗濯バサミのプラスチックと金属を分けたり、缶やビニール袋など100%分け切ったあとは心もスッキリ。資源として生まれ変わるための小さな応援ができ達成感も！



☆ 寒くなると洗濯物がすっきり乾かなくなり、つい乾燥機に頼っています。電気代もかかるし、娘の服以外はなるべく使わない様にベランダに外干しします。そこで、天気予報をまめにチェックし、仕事に行く前に外に干すかどうか決めていきます。結構、当たりますね。



編集後記



12月上旬に、夜間に行く屋外イベントの手伝いに参加し、この日以降ズボン下を履いています。改めてズボン下の暖かさを実感し、下半身を温めることも暖房の節約につながると思いました。裏地が温かい素材のズボンも活用し、省エネしながら、温かく過ごしたいと思います。

(竹内)



おたよりコーナー

