

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！11月に入り、秋らしい季節になりました。紅葉狩りなど、お出かけされる機会も増えると思います。車で出かけられる方はエコ運転&安全運転をお願いいたします。

紅葉は最低気温が8℃を下回ると始まると言われています。津地方气象台では、津偕楽公園の「イロハカエデ」で「紅葉」の観測が行われており、平年は11月26日となっています。「紅葉」の基準は、標準木全体を眺めた時、葉の大部分が紅色になり、緑色がほとんど認められなくなった状態を「紅葉」としているようですが、この50年につき12日程遅くなっているという観測結果となっています。「紅葉」の時期の変化も見ていきたいですね。



今月の環境イベントテーマ：「エコドライブ」

11月は、行楽など出かける機会が増え、自動車の使用が増えることから、「エコドライブ推進月間」としています。エコドライブは安全運転と通じています。また、ガソリンなど燃料使用量を減らす事でCO2排出量の削減にもつながります。人にも車にも地球環境にも優しい「エコドライブ」で、秋のお出かけを楽しみましょう！

不要な荷物は載せないようにしましょう

車の燃費は、荷物の重さに大きく影響されます。例えば100kgの荷物を載せて走ると、燃費が3%程度悪化します。不要な荷物は車からおろしましょう。また、空気抵抗を減らす事も大切です。スキーキャリアなどの外装品は、使用しないときは外しましょう。

定期的にタイヤの空気圧を点検しよう

外気温の低下にともない空気圧も下がります。タイヤの空気圧が適正值より不足すると、燃費が悪くなりますし、パンクや車体のふらつきの原因にもなります。定期的に空気圧を点検し、燃料のムダな消費を減らして、安全運転にもつなげましょう。

今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)

テーマ①：「ウラギンシジミ」

ウラギンシジミは4cm程ある大型のシジミチョウです。幼虫はフジやクズなどのマメ科植物の花や蕾などを食べます。尖った感じのハネの裏側は銀白色で、よく目立ちます。雄はハネの表の中央部がオレンジ色、雌は白～青白色なので、表が見えれば見分けは簡単です。

本州以南に生息し成虫で越冬するため、んでいるところを目にしますが、真冬には常緑樹の葉の裏に止まってじっとして、暖かくなるのを待っています。



今月の生物多様性(見つけてほしい生き物)

テーマ②：「ヒサカキの実」

ヒサカキは、三重県では「びしゃこ」などと呼ばれて、お墓に供えたり生垣に使ったりする身近な樹木です。里山で普通に見られ、やや暗い林の中でも生育できます。

早春に薄黄色の花が咲き、秋になると実が紫黒色に色づきます。この実は鳥たちが大好きで、ヒヨドリはもちろん秋に渡って来るシロハラやツグミなどの冬鳥たちもよく食べています。実をつぶすと藍色の汁が出るので、昔の子どもたちはその汁で絵や字を書いて遊んだそうです。



* 「見つけてほしい生き物」情報提供元：三重県環境学習情報センター (<http://www.eco-mie.com>)
いつどこで見つけたかも教えてください。

9 月度環境イベント

<食品ロスを減らそう>

※常日頃から、みなさんそれぞれ工夫をされています。

- ◇ 一度に食べ切れないレタスやキャベツ、生協のチラシでレタスの芯に刺して長持ちさせるピックのような物を見ました。ネットでは妻楊枝を刺す方法も。私はフォークを芯に刺して穴を開けてみました。長持ちしている気がします。
- ◇ 夕食はバイキング式で、各自で残す事はありません。残ったご飯は、次の日の朝、昼食におかずも次の日の昼食、夕食にするので残しません。
- ◇ 肉は買って来たら、すぐに小分けにして冷凍します。野菜は小さくカットして冷凍し、使いたい分だけ出して使うようにしています。物はたくさん買わず、賞味期限の近い物から使うようにしています。
- ◇ 残り物になりそうな物は、お好み焼き、かき揚げ、カレー、ハンバーグ等のメニューに細く刻んで混ぜてしまえば美味しく頂けます。
- ◇ 冷蔵庫に入れておいても腐ってしまうので、食べ切れないと思ったら小分けして冷凍してしまいます。黒マジックを近くに置いておき、すぐ名前を書いて（日付も）おくと便利です。でも基本はちょい少な目に作って食べ切る事ですよね。
- ◇ 老夫婦二人で食材が余りがちといっても同じおかずが続いては飽きるの、見た目と味を変え別メニューになる工夫をしています。例えば、豚のしゃぶしゃぶ用をさっと茹でておいて冷蔵庫へ。豚丼、ピカタ風、生姜焼き、肉かぼちゃ…等に変身させます。薬味やトッピングでも使い回し感がなくなります。



◇ 幼い頃から食べ物を粗末にしないように教えられている為、食品ロスには日頃から心がけています。買いすぎ、作りすぎをなくし外食でも食べ切れる分しか注文しません。野菜は「丸ごと食べる」ので、生ゴミも少ないです。

◇ ほとんど生協で購入します。購入した商品は、ノートへ記入してあるので、同じような商品を短期間に購入しなくなりました。



◇ 食品ロスと言えば娘が、「魚の時”おへらし”する子が多すぎ！」と給食の様子をいつも残念がっています。骨ありの魚もチャレンジする子が増えれば、食品ロス減少につながるのになあと。家ではどうしているんでしょうね。

◇ 卵の殻、お茶やコーヒー等は庭や畑に。野菜のクズの所はスープ（出汁）を取って捨てています。ベジブロスと言うのですね。2回の回収の燃やせるゴミは草や花木は多いですが、生ゴミは驚くほど少なくなりました。資源に出せる物は全て出しています。

◇ 大根、人参、ごぼう、レンコン等は皮をむかずに料理しています。皮と身の間に一番栄養があるという事です。面取り等も面倒なのでした事はありません。せっかくの野菜なので、なるべく全部頂く様にしています。



◇ おかずが残った時は、リメイク料理にするのにクックパットをよく利用して挑戦しています。肉じゃが、おでんは、カレーにすると美味しいです。

◇ 煮物の残りは小さくカットして冷凍し、ちらし寿司、味ご飯をした時に混ぜ込みます。

◇ 子どもが一人暮らしをして人数が減ったのに、今までと同じように買物していたら、野菜を使い切れず捨ててしまう事があり、そんな失敗にもようやく慣れてきて、今では捨てる事は無くなりました。

◇ 人参、ゴボウはたわしで洗うだけです。じゃがいもは油で揚げる時は皮をむきません。りんごも皮ごと食べると美味しいですよ。他にも皮ごと料理する物はたくさんあります。

◇ 安いとたくさん買いたくなりますが、予備を決めておいてそれ以上は買わず絶えず古い物から使うようにしています。作る時も2回位で食べられる量しか作らず残さないようにしています。

◇ 大根や人参等は皮ごと切って使ったり、週に1回位は少しずつ残っている野菜を鍋風に煮込んだりして一掃。毎日出る野菜クズは干してから畑に入れたり、コンポストに。バーゲン等安いからと惑わされない。買いためをしない事。と自分に言い聞かせています。

物多様性&季語」のテーマ

<ヒガンバナ&ノシメトンボ>

※ヒガンバナ…今年は、お彼岸より遅く咲いたというおたよりが多かったです。

※ノシメトンボ…あまり見つける事ができなかったみたいです。



<ヒガンバナ>

◇ 団地の花壇に2輪咲いていました。この花を見ると、お彼岸と秋を感じます。

◇ ウォーキングの帰り道、道端に1本だけ咲いているのを見つけました。緑の草むらに鮮やかな赤が映えていました。別の所では庭先に白いヒガンバナが咲いていました。調べてみると、たくさんの品種があるんですね。

◇ 毎年、お彼岸前に咲き始めるのに今年は秋分の日が過ぎてから見かけました。これも温暖化のせい？なのでしょうか。9月末ですが、まだ咲き揃っていません。

◇ 小学生だった60年以上昔、母が亡くなる10日程前は秋のお彼岸の頃でした。私はかかりつけのお医者様を呼びにあぜ道を必死で走っていました。たいまつのように続くヒガンバナの風景を毎年、思い出します。

◇ 今年はあまり見なかったのですが、田んぼの畦道にたくさん並んでいました。クリーム色も見つけました。

◇ 我家の球根は昔（25年程前）、生協で買った物です。毎年、美しく咲いてくれます。昔の人は舌まがりと言って茎から出る汁をなめると、舌がまがると言われ触る事もなかった花です。



◇ お彼岸なので、お墓参りに行きました。お墓の近くで咲いているヒガンバナ（赤）を一輪見つけました。

◇ 自宅の庭に赤いヒガンバナが咲いていました。毎年、きちんと彼岸になると咲きます。不思議です。

◇ 稲刈りの後、畦道に咲くのを毎年見ます。今年は昨年より少し咲くのが遅かったです。今年、初めて黄色い花がたくさん咲いているのを見かけました。

◇ 近くの公園にも松林の中にもたくさん咲いています。近頃は白いヒガンバナもよく見かけます。

◇ 毎年、いつの間にか咲いていますよね。毎年、茎が伸びていく様子を見たいなあとと思うのですが、見られたことがないです。

<ノシメトンボ>

◇ たぶん、子どもの頃「赤トンボ」と言っていたトンボだと思いましたが。捕まえてみたら、じっくり見て区別がつくと思うのですが、今はもうできません。



◇ 夕方、外から帰宅した時、全体的に赤いトンボが一匹、すーっと目の前を横切りました。トンボを見ると一気に秋を感じますね。

◇ 一匹、洗濯竿の端っこに止まっていた。指で目のあたりをグルグル回していましたが、飛ばずにじっと止まっていた。真近で見ました。羽の先が褐色でした。

◇ 1匹いたら異常にたくさんいる、空いっぱい飛んでいる。どーしてなんだろう…。スズメもそうだ…。

♪エコ生活術♪～お得な情報～

◇ 生ゴミはどうしても水が出て虫や臭いの原因になるけれど、書き損じの裏紙やレシート、あらゆるサイズの要らない紙を細かくちぎってゴミ箱の中に入れてひと手間。生ゴミの汁を吸って虫はいなくなるし、ゴミ出しもベタツとしない！コツは生ゴミとちぎり紙を交互にする事です。

♪なんでもおたよりコーナー♪



◇ 伊勢のおはらい町にAIを駆使した食堂があります。通行量、入店率、天候、気温などのデータから毎日の客数、提供メニュー等を割り出し、食材のロスとスタッフの残業をほとんど失くしたそうです。システムも社員が開発したとのこと。若い力に拍手！です。



この頃、台風が多いですね。しかも被害が大きくてびっくりです。やっぱり日本には平屋より2階建てですね。つくづく実感しました。幸い、私の住む地域では被害があまりなかったですが、日頃から防災の心がまえをしていく事が大切だと感じました。一日も早く元の暮らしに戻れますように。



◇ 段ボール、新聞紙、チラシ類などを分けて紐で縛り、1ヶ月分を毎月廃品回収車にトイレットペーパーと交換してもらいます。今月もたくさん溜まった！と喜んでいたら、いつも4ロールぐらい置いてあるのに、たった1ロール。小さなメモと一緒に、「古紙回収、金額が急落、皆様すみません…云々」と。世の中不景気一色です。団結しましょう。



◇ 今年の秋は、2回庭のキンモクセイが咲きラッキーでした。これも温暖化のせいでしょうか？

◇ 車を買いました。結婚して子ども（長女）が生まれてすぐに買った車を大切に16年ほど乗せていただきましたが、「そろそろ買い替えないと…」と車屋さんから言われて探したところ、すごく気に入った色の車が新古車で見つかり買い替えたところ、ガソリンの燃費の良さにビックリ！以前の車の2倍ほど良いようで、ビックリです。



◇ 答志島奈佐の浜海岸清掃に参加。台風の過ぎた日に海岸清掃ボランティアに参加しました。強風でゴミを拾い集めるのも一苦労でしたが、大勢で浜辺をきれいにできました。

◇ 衣替えをしました。もう着ないけれど捨てるにはもったいないと思える服はリサイクルショップに持って行きます。たいしたお金にはならないけれど、“捨てる”という罪悪感からは逃れられるので。

編集後記



知っている方みえると思いますが、先日、スターカットというリンゴの切り方を教えてもらいました。リンゴを輪切りにすると、芯の部分が星形に見えることから、スターカットと呼ばれているそうです。1cm程の輪切りにするので、皮も食べやすかったです。皮ごと食べられるので、ゴミの削減にもつながりました。

(竹内)



おたよりコーナー