

エコ・ハウス

(上田クリーンセンター内)

みて!みて!きて! ミニ情報



ちょうどよい暮らし

この3月で、ごみ減量アドバイザーの任期の2年が終わりました。環境やごみ減量について様々なことを学びました。生ごみを無駄にせず「ぱっくん」を使って処理、土と和えて熟成させると、とてもよい堆肥となり美味しいトマト、きゅうりなど楽しむことができます。

昨年3月11日の大震災による原発事故は、電気の使い過ぎ等、生活の見直すきっかけとなりました。昔の生活を思い出し、少しでも節電が出来ればと心がけ挑戦しています。例えば朝顔で緑のカーテン、これは西日の暑さを和らげてくれます。掃除機は毎日使わず、箒と併用。洗濯は1日おき。電気釜は使わず、鍋でガスを使って炊くとふっくら美味しく炊けます。こんな小さな事の積み重ねですが、少しずつ実行しています。ちょっと昔の暮らし方がシンプルでちょうどよい気がします。何事も小さな事の積み重ねと、努力が大切です。ごみ減量も毎日の意識と努力の積み重ねにより、減量が成り立ことを学んだ2年でした。

これからも自分のまちでごみ減量の情報を発信したいと思います。

このミニ情報のカレンダーにて毎月館内で行われる催しをお知らせいたします。催し物がない日でも、気楽にお出かけください。良い情報交換ができると思います。

《わくわくワーク》 ここで行うボランティアの活動をわくわくワークといいます。毎週、木曜日10時～4時、わくわく工房にて行っています。

ボランティア随時募集しています。

修理工房よりお知らせ

庖丁とぎ・・・毎週水曜日 午後1時より午後3時まで
一人1本(無料)

環境に配慮したグリーン購入のお手伝いとして、エコ文具の販売、ペットボトルからつくったネクタイの販売と、手づくりのリサイクル品、布ぞうり、袋物、さき織り製品等の販売しています。

発行者 「エコ・サポート21」

エコ・ハウス(上田市天神3 11 31)

電話 23-5144

平成24年5月カレンダー

1	火	
2	水	
3	木	休館日(憲法記念日)
4	金	休館日(みどりの日)
5	土	休館日(こどもの日)
6	日	休館日
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	
11	金	
12	土	休館日
13	日	休館日
14	月	
15	火	布ぞうりづくり
16	水	
17	木	裂き織り教室
18	金	
19	土	休館日
20	日	休館日
21	月	
22	火	布ぞうりづくり
23	水	
24	木	
25	金	
26	土	休館日
27	日	休館日
28	月	
29	火	
30	水	
31	木	

さあ！出かけましょう エコ・ハウスへ

ごみ袋・大から小へ成果あり！！

次のことを実践してみよう。
確実にごみが減り、ごみ袋が大から小袋に。
環境にやさしい暮らしに心がけましょう

1、買い物

- ・ 買い物前に冷蔵庫チェック(無駄な物は買わない)
- ・ 詰め替え容器、商品・簡易包装を選ぶ
- ・ 旬の食材を使う(フードマイレージ)
- ・ エコバック使用

2、料理

- ・ 適量、作り過ぎない
- ・ 食材を無駄にしないよう野菜の芯、皮、魚の骨など上手に使い切る。
- ・ 残り物も上手にアレンジ
- ・ 米のとぎ汁、茹で汁等食器や鍋の下洗いに使う
- ・ 食器や鍋の汚れを古布でふき取ってから洗う
- ・ 生ごみは「ぱっくん」で処理をする



体験コーナー

空き缶のリサイクル
牛乳パックのリサイクル
少しの時間で作れる物が
あります。

生ごみの堆肥化とごみ減量
わかりやすく、すぐ実行で
きるごみ減量法をアドバイ
スいたします。



* わくわく講座 * (参加費100円)

布ぞうりづくり (定員10名)

サラッとした感触が素足に心地よく、外反母趾にも効果あり。
古布を捨てずにカラフルな布ぞうりはいかがですか。使い古した
もめんのシーツ、ゆかた、洋服を裂いて、**わらじ**のように編んで作ります。

日時 5月15日(火)、22日(火) 午前10時～午後3時(2回コース)

持ち物 はさみ、ものさし(30cm位)、お弁当

材料費 各回30円 **材料は各自、手持ちの布を持参**して下さい。
(ゆかた、シーツ、布団カバー等ほどいて持ってきてください。)

裂き織り教室

日時 5月17日(木) 午前10時～12時(定員15名)

持ち物 不用になった着物。当日は、織りの説明のみ。

材料費 500円



申し込み、問い合わせ先

「エコ・ハウス」(上田クリーンセンター内) 上田市天神 3-11-31 23-5144

エコ・サポート 21ホームページ <http://www.city.ueda.nagano.jp/php/edchouse/>