

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



さあ！出かけましょう エコ・ハウスへ

ぱっくんを使って生ごみを減らそう！！

毎日出るごみを何とか減らそうと思い、ぱっくんを使い始めて1年が過ぎました。キャベツの葉っぱ、じゃがいもの皮、大根の葉とか皮など生ごみとして出るものは色々あります。キャベツの外側の葉は、今までならそのままごみとして捨てていましたが、待てよ！、葉もきれいに洗いさっと茹で、味噌汁の青みに入れました。キャベツの芯もスライスしてスープの出しに使ってみたら、甘くてとても美味しいことに気づきました。調理する時、いかに野菜のごみを出さないよう意識をしてやったところ、大人4人子供1人の5人家族で、今まで中のごみ袋を使っていたのが、何と小のごみ袋に変わりました。

野菜くずが出た時は、細かく刻み、水分を切り「ぱっくん」に入れてよくかき混ぜる。生ごみを入れたら必ずかき混ぜる事、経費もかからず、臭いも少ない為、屋内外で使用でき、手軽に使えます。「ぱっくん」を大いに使いましょう。使って見ると良さが分かります。



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、木曜日午前10時～午後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

包丁とぎ・・・毎週水曜日 午後1時～午後3時

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23年8月カレンダー

1	月	
2	火	子供ごみ探検隊
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	休館日
7	日	休館日
8	月	
9	火	
10	水	
11	木	
12	金	
13	土	休館日
14	日	休館日
15	月	サポーター休み
16	火	サポーター休み
17	水	
18	木	
19	金	
20	土	休館日
21	日	休館日
22	月	
23	火	
24	水	
25	木	
26	金	
27	土	休館日
28	日	休館日
29	月	
30	火	
31	水	

さあ！出かけましょう エコ・ハウスへ

“ 足るを知る ”

ラジオ深夜便で「遺伝子の謎に挑んで」 - 村上和雄筑波大名譽教授の話の話を聞きました。人間の遺伝子を考えると、回りの動物や植物など、自然界の遺伝子にも通じているという話でした。回りの自然環境が悪化すると、遺伝子でつながっている人間にも悪い影響があるとの話を聞くと、当たり前前の事が、改めて納得させられました。

その中で、糖尿病の患者さんに落語を聞いて笑ってもらうと、血糖値が下がる結果が出るとの事。何回実験をしてもやはり同じ結果が出たようです。やはり、人間は感情の動物なのでしょう。では、笑いのある生活を送る為にはどうしたら良いのかと考えると“ 足るを知る ”という言葉が出てきました。ごみ減量アドバイザーになり、学んだ「余分なごみを出さない」という言葉にもつながっていると思います。

実際食事のときに、何気なく調理をするとごみはかなり出ます。ごみを出さないようにするには、意識的にやっていると、現状の生活様式の中では結構難しいと思います。でも、考え方を変えて、自然界のため、自分のため、次の世代の子供たちのために、たとえ少しでも意識をして気をつけてみましょう。例えば、**買い物も余計なものは買わないようにする**。そしてあまり欲張らない。人に対しても相手にばかり要求をしないで、自分を省みて、解決方法を見出す努力が必要でしょう。そのような時こそ“ 足るを知る ”という言葉に心を置いてみましょう。この言葉が常に心にあれば、不平不満も少なくなり、充実した笑いのある暮らしが出来るのではないのでしょうか。

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。



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://ecosupport21.web.infoseek.co.jp/index.html>