

# エコけん ニュース

No. 87 2006. 10

連絡先 NPO法人エコけん事務局

FAX 092-944-3012 (火~土 9:00~17:00)

e-mail eco\_ecoken@ybb.ne.jp

発行責任者 清水佳香

http://www10.ocn.ne.jp/~ecoken/

## 9月活動報告



9月のエコけんは、エコロの森の夏休み教室が終わってほっとしたのもつかの間、エコロまつりの準備に追われていました。しかし、前例がある、手助けがある、というのはありがたいものだともしみじみ思いました。ボランティアさんに助けられ、ずっと楽に準備できました。「積み重なる」ことの意味を実感しました。

そんな中、連携教室関係の活動も目白押し。記録をふり返るたびに、どうやってやってこれたんだろうと不思議な気さえします。多くの人に支えられ、やりがいを感じながら活動できていることに感謝の気持ちを新たにしました。

エコロの森では、後期 MY 企画の募集も始まります。お近くに来られたときにはどうぞあそびにお立ち寄りください。

日	自主事業	受託事業 (エコステ活動)
1		エコ環境教室(花見南福祉会)
5		ピンゴ研究会
6	出前講座(青小PTA)	エコ環境教室(福岡市箕子校区)
7		商品開発活動
11	定例会	教室会議 運営会議
12		ボラ会(エコエコクッキング) ピンゴ研究会
13		エコエコクッキング まつり説明会
14		ピンゴ研究会 まつり説明会
15		ボラ会(紙すき)
16	ニュースター17号配信 体験グッズ貸出(発電セット:北九州市立管根東小)	廃材アート(ストーンペイント) かえっこショップ
19		エコ環境教室(津屋崎中) 館外教室(花鶴小5年生) エコ講座 教室会議 ボランティア交流会 ピンゴ研究会 ボランティア育成研修
20		エコ環境教室(市民グループ) ピンゴ研究会 展示会議
21		エコ環境教室(神興東小) 商品開発活動 ビギボラ
22	連携教室③(福岡小4年生)	
23	コーディネーター養成講座受講	
26	連携教室(古賀東中)	エコ環境教室(古賀東中 福津市シニアクラブ連合会) ボラ会(エコクッキング)
27		エコエコクッキング(託児あり) エコ環境教室(上西郷小)
28	連携教室(古賀東中)	エコ環境教室(古賀東中)
29	エコけんニュース86号発行	ビギボラ会 ほっとちやっと40号発行
30		リメイク教室(紙すき:託児あり)

あっという間に秋になってしまいました。学校の出前や連携教室はしんどい反面とても勉強になります。

# エコロな冬支度

もうすぐ冬支度ですね。この冬の寒さをエコロで乗り切りましょう。

## 食事編

身体の中から暖めよう

- 冬野菜は身体を暖める働きがあるのでたくさん食べる

野菜に含まれる栄養素には水溶性のものがありますが、みそ汁や鍋ものスープにすると溶け出した成分も取り入れられ身体も暖まって1挙両得。

### 代表的な冬野菜

かぶ ほうれん草 大根 白菜 ゴボウ ねぎ

- 薬味を使う (しょうが・にんにく・ねぎなど)

血行を促進し、新陳代謝を高め、身体を暖めます。

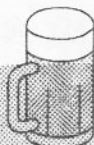
- 身体を冷やすものを取りすぎない



季節外れの野菜



くだもの



ビール



ジュース



## 服装編

1枚余分に着込んで暖かくすごそう

冬は、ニッパ  
わたいぬ



こんなんもあり。



キャー  
バツバツカリ  
はらまき  
フワフワ

通販で買ったけど、とっても暖かくておすすめです



足道  
ウオー



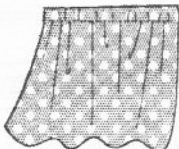
うさぎの  
フリースマフラー

かわいく結び、  
おうちの中でも使おう

## 住まい編

昼間は暖かい空気を取り入れ、夜は逃がさないようにしましょう

- 日が暮れたら、さっと窓・カーテン（レースも）を閉める
- カーテンを厚手に（薄手の生地は裏張りする手も）
- カーテンの上下を長めに（掃き出し窓は、床につけると冷気を防ぐ）
- ガラス窓に各種フィルムを張る

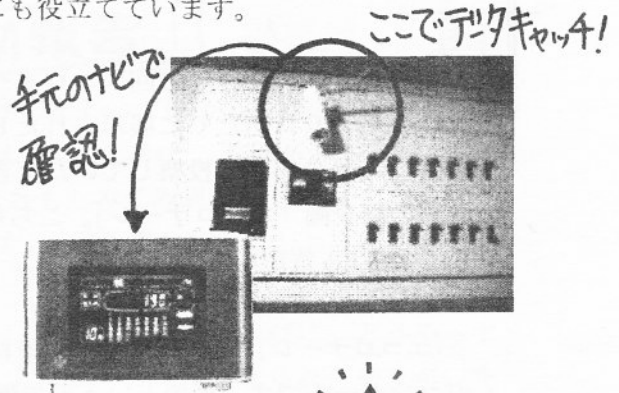


他にも色々あると思います。みなさんも良いアイデアがあったら教えて下さいね。

# 省エネ普及指導員研修に行ってきました!

(財)省エネルギーセンター主催の研修を受けました。この研修にはエコけんから毎年1名づつ参加し、新しい情報の収集にも役立てています。

今年度の研修の特徴は、事前に“省エネナビ”で、自分の省エネ度を測る事で、おのおのが積極的に取り組める内容になっているという点でした。省エネナビとは電気使用量や料金に換算した値がリアルタイムに表示される測定器です。



私も研修の半月前くらいから自宅に設置しました。



わが家では、子ども達も楽しく数値を確認できるよう、表示画面に使用電気量ではなく料金へ換算した値の表示に設定しました。たとえばゲームをやりすぎたり、電子レンジを何度も使った後には、画面を確認して「〇円も使っちゃった!」とテレビを見ないなど、結果、直接省エネ行動に結びついてきています。

今年度の研修は企業からの参加者が昨年までより多くなっていたようで、企業サイドの興味、関心の高まりを感じました。基礎知識としては、国の省エネルギー政策から家電の選び方、使い方など身近なものまで、幅広くそれぞれの専門家に講義を受ける事ができました。また受講者の年齢が幅広く、それぞれのライフスタイルも異なり、2日目のグループ討議の際には、いろいろな省エネの取り組み方や失敗談などを聞く事もできました。

昨年度までより1日少ない研修で、受講者同士の交流はあまり活発ではありませんでしたが、「どうしたら省エネが進むのだろう」という同じ目的に向かって仲間がいるんだなぁと改めて感じた2日間でした。



## °エコステだより°

### エコまつりで「エコロナーレ」に参加いただきました!?

10月8日(日)、第2回エコロまつりが開催されました。その会場入り口あたりに展示された8点の中から、来場者にお気に入りの作品に投票していただきました。それがエコロの森の新企画「エコロナーレ」。こちらも2回目の実施です。(1回目は古賀市環境フェスタにて)

「エコロナーレ」は、廃材を主な素材にした作品のコンクールです。投票という形で優秀作を決めるのは来場者の皆さん。さらに、投票権は分別体験後のペットボトルキャップというエコロらしさ!

「エコロナーレ」は、好きな作品を選ぶためにじっくり見る過程で、ごみに対するイメージが変わればいいな、とあって計画したのですが、そんな理屈を抜きに、「力作を見るのは楽しかった」と好評でした。

(総投票数：524票)

残念ながら、一位の作品はお返ししましたが、数点はエコロの森に残りました。ご来館の折にはゆっくりご鑑賞ください。



まじび つどい つなぐ

エコロの森 再生・展示棟  
ecolo no mori station

◆◆◆◆ 古賀清掃工場 再生・展示棟 ◆◆◆◆

☎ 811-3121 古賀市筵内1970-1 ☎ 電話 092-942-1530 内線 (701)

☎ FAX 092-942-1532 ✉ メール ecosta@ecolo-no-mori.com

### ~事務局より~

❖ エコけんホームページ (<http://www10.ocn.ne.jp/~ecoken/>) を更新しました。のぞいてみてください。