

家庭で取り組む“食”のエコ活動

「エコ活動」とひと口にいても、その取り組みは人によってさまざまです。たとえば、イベントを開催して多くの人にエコを促す活動があれば、エコバックを使うなど毎日の生活のなかで環境を大切にしている取り組みもあります。ここでは毎日の食生活から、だれにでも簡単にできるエコ活動を紹介します。

『エコ・クッキング』 しませんか？

「買い物」「料理」「片付け」といった食に通じることから環境を考えて、一人一人が地球にやさしい食生活を送ることを「エコ・クッキング」といいます。

買い物編



- **買い物に行く前に冷蔵庫内を確認しましょう**
…本当に買う必要があるものがわかり、安売りをしても買い過ぎを防げます。
- **必要な量を考えて買いましょう**
…キャベツや大根など、丸ごと買っても使いきれず捨ててしまうのであれば、多少高くても半分や1/4になっているものを買った方が経済的なことも。

料理編



- **食材は丸ごと使いましょう**
…野菜は、食べられる葉や茎、皮の部分も、できるだけ捨てずに活用しましょう。
- **食べられる量を盛り付けましょう**
…食べ残しは生ごみを増やす原因にもなります。

片付け編



- **鍋やお皿の汚れは、古布などで拭き取ってから洗いましょう**
…水を汚さず、洗剤と水の節約になります。
- **生ごみは、水気をしっかり切って捨てましょう**
…生ごみは排水口のごみ受けや三角コーナーなどにためておくと、水を含み量が増えてしまううえ、水を含んだごみは燃やすときにエネルギーを多く使います。

出展：東京ガス(株) エコ・クッキング ホームページ ※『エコ・クッキング』は東京ガス(株)の登録商標です。

生ごみ対策のすぐれもの 『生ごみ処理機』

生ごみ処理機は、熱風などで水分を蒸発させて乾燥させるものや、微生物の働きで生ごみを分解させるものなど、さまざまな種類があります。豊島区では、家庭用の生ごみ処理機の購入費の一部を助成しています。(問い合わせ) 計画管理課資源リサイクル係 電話：03-3981-1601(直通)

de エコでかけよう vol.2

春の散歩道を歩こう!

今回は巣鴨駅から駒込駅までの、桜やツツジの花香の散歩コースをご紹介します。

巣鴨駅からまず行ってみたいのが、二葉亭四迷や高村光太郎・智恵子など著名人のお墓が多数あることで有名な「染井霊園」。霊園内には約100本のソメイヨシノが植えられていて、静かな空間を歩きながら桜を楽しむことができます。このあたりはソメイヨシノの発祥の地とされていて、染井霊園から歩いて20分ほど先にある「西福寺」には「染井吉野の里」と書かれた碑もあります。お寺の前の道路は桜の名所にあげられていて、満開時には桜のトンネルが見られます。そして、駒込駅の北口駅前広場にある「染井吉野桜記念公園」には、ソメイヨシノの原種といわれる2種類の桜が植えられているので、二つの違いを見比べてみるのもおもしろいかもしれません。

この散歩コースの所要時間は、カメラを片手にぶらぶらと歩いても1時間ほど。寒くて外出を控えていた人も、春になったらエコでかけよう!

今回紹介のコースのほか、季節ごとに楽しめるコースが区内にはいろいろあります。(区ホームページでも紹介しています。)

