



『始末な暮らし』阿部純子著／幻冬舎



book

現代社会に生きる私たちは、普段からたくさんモノや情報に囲まれて暮らしています。これらと上手に付き合い、無駄を整理して、環境に負荷のかからない生活を送ることを、この本では、「始末な暮らし」として提案。生活研究家である著者・阿部純子さんが、衣食、住それぞれの、始末な暮らし方について紹介します。例えば、食材を無駄なく食べきる工夫、つい溜め込みがちなもの整理するタイミング……など。今すぐできる、身近なアイデアがいっぱいです。

エコプロダクツ2007

地球と私のためのエコスタイルフェア



event

地球環境について関心が高まり始めた99年に初めて開催されてから、今年で9回目となるイベント「エコプロダクツ2007」。今年は600を超える企業や団体が参加して、家電や日用品、住宅、エネルギーなど、地球の未来を考えた、さまざまなエコプロダクツを展示します。すばり、今年のテーマは「ダイエット! CO₂削減を目指したライフスタイルや製品を、楽しみながら知ることができます。12月13日〜15日まで、東京ビッグサイトにて開催。

<http://www.eco-pro.com>

クレヨンハウス



spot

表参道の静かな路地裏にある「クレヨンハウス東京店」。子ども向けの本やおもちゃが数多く揃うこの店は、親子で楽しめるスポットとして人気です。キッズ用品以外にも、自然派洗剤など環境に配慮したアイテムや、有機食材を販売。オーガニック・レストランも併設しているため、親子連れだけでなく、幅広い層の人から支持を集めています。緑に囲まれたこの場所は、地球にやさしい生活へと、一歩近づきかけ作りになりそうです。

<http://www.crayonhouse.co.jp> 東京都港区北青山3-8-15 (電話03-3406-6308)

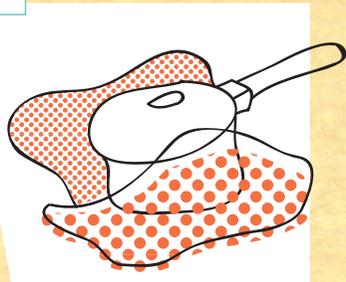
エコ生活のもと

全国のエコファミリーが教えてくれた、毎日の暮らしをちょっとエコにしてくれるアイデアをご紹介します。

煮物は毛布で仕上げ

猫のさくらさん

その1



煮物を作る時には、少し堅いかな?と思うぐらいで加熱をやめます。その鍋を、いらなくなった毛布を3分の1にカットしたもので包むと、一番旨味がいき渡る温度で長時間保温することができます。“ほくほく”で温かいですし、出汁に一度出てしまった旨味成分が再度素材に吸収されるので、とても美味しく頂けます。なので、薄味にした方が素材を楽しめる上に、塩分がカットできて大変良いです。煮え切る前にガスを止めるので、省エネにもなります。

5分でふかし芋完成

もくもくさん

その2



牛乳パックを利用して“省エネふかし芋”を作ります。牛乳などのパックの中をきれいに洗浄し、サツマイモ、ジャガイモ、里芋、エンドウ豆などをパックに入れて、電子レンジで5分ほど温めれば完成です。食器などを洗う必要もなく、ガスコンロで作ると30分程度かかるのが、5分に短縮できます。手軽に作れるので、おやつや酒の肴に最高です。

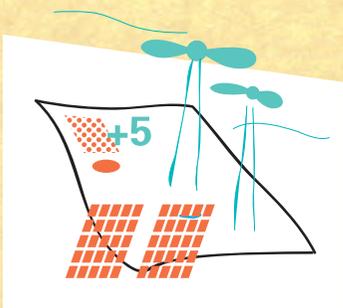
年賀状

todoさん

その3

今年の年賀状には、「カーボンオフセット年賀」というものがあるそうです。この年賀はがきの料金は、1枚55円。そのうち、5円が地球温暖化防止を推進するプロジェクトに寄付されるそうです。年賀状の購入を考えている人は、検討してませんか?

※編集部注:「カーボンオフセット」とは、自らの努力だけでは削減しきれない温室効果ガスを、地球温暖化防止を推進するさまざまな事業を支援してCO₂を削減することで、うち消す(オフセットする)仕組みです。



みかんの皮が害虫駆除に……

ひまわりチームさん

その4



みかんが美味しい季節になってきています。みかんの皮を細かくきざんで、天日でカラカラになるまで干します。それを畑やプランターの野菜やお花のまわりに置くだけで、嫌な害虫が近寄らなくなります。近所のおばあちゃんに教えてもらって、見よう見まねで試してみたら、簡単に成功! 農薬いらずで安全な食材が作れます。是非お試しください!!

イラストレーション/taatakaka

注 環境省では「我が家の環境大臣事業」を通じて、環境にやさしく暮らしを心がけるエコファミリーを応援しています。エコファミリーウェブサイト <http://www.eco-family.go.jp> 今回ご紹介したアイデアは、エコファミリーから寄せられたエコライフアイデアを、一部内容を編集して掲載しています。