# グリーンハーバー

NPO法人　みどりの市民　ニュースレター

№ 58 号
2022.10

発行:ＮＰＯ法人
みどりの市民
〒380-8553 長野市若里 4-17-1 信州大学工学部 UFO ながの高木研究室内
発行人：高木直樹

## 2022 年「エコアクティブ塾」実施報告

みどりの市民の目的は「地球にやさしい生活提案、自然環境保護・保全に関する活動及び環境への市民意識を高めるための環境教育並びに啓蒙活動等を通じて（中略）、持続可能な循環型社会づくり、心豊かな環境優先型社会づくり」です。設立以来活動の一つとして実践してきたのが「エコサロン」と「エコアクティブ塾」。エコサロンは主婦層を、エコアクティブ塾は親子を対象として、「くらし」「実践・体験」をコンセプトに、時代のニーズを見据えてテーマを選び進めてきました。

2020 年度以降は、コロナ禍のため場所の変更、飲食を中止するなどコロナ感染防止対策をとりながら活動してきました。以下は今年度のエコアクティブ塾３講座の活動報告です。

### １．川の中の生き物見っけ隊

日時：７月 28 日（木）９：30～11 時場
場所：犀川アカシアの杜（長野市丹波島橋上流）
参加者：親子７組（大人９人、子ども 13 人）
講師：清水久美子、スタッフ：田中守他

心配されたお天気も川遊びにはぴったりの薄曇りの空模様。スタッフは、ロープを張るなどの安全対策をして開始した。普段はなかなか大きな川に入ることができない親子は川遊びに夢中になっていました。講師から川の中の生き物のお話などを聞き、図鑑の中の生き物を自分で見つけ、自然とのふれあいを堪能していました。

《見つけた生き物》メダカ、プラナリア、カゲロウ、カワゲラ、アメンボ
《振り返りシート》さかなにがしちゃった。たのしかったからまたきたい。水きもちよかった。

### 2.あなたもサンキャッチャーになろう

日時：8 月 2 日（火）10：00～12：00
場所：若里公園
参加者：親子６組（大人７人、子ども７人）
講師：高木直樹、スタッフ：エコサロンスタッフ

朝からうだるような暑さ、熱中症対策コロナ対策の両方に注意して講座が始まりました。今年は密を避けるために親子に１台ソーラークッカーを準備。説明を聞きながら各自組み立てを開始。組み立てたチームからソーラークッカーでお湯を沸かす。高木先生の自然エネルギー・温暖化についてのお話の間に、ジャガイモと枝豆をソーラークッカーで茹でました。太陽の調理の味は帰ってからのお楽しみで、片付けをしてまとめとなりました。記念品に脱プラスチック商品の「紙製のクリアファイル」をプレゼントしました。

《振り返りシート》　感想・太陽の熱でえだまめかじゃがいもをゆでられるんだなと思った。（小３）

### ３．あらふしぎ！生ごみが消える～親子で生ごみ堆肥化にチャレンジ～

日時：8 月 9（火）10：00～11：30
場所：ふれあい福祉センター第 3 会議室
参加者：5 人（大人３人、子ども２人）
講師：生ごみ減量アドバイザー（石坂、松本）

講座は、「クイズ」「微生物の絵本〝くさる〟の読み聞かせ」「堆肥化用の段ボールの箱作り」「生ごみの堆肥化の方法」と普段の堆肥化講座を子ども用にアレンジした内容でした。生ごみ堆肥用の段ボール箱作りは一家族で一箱、親子仲良く完成しました。最後に、夏休みの自由研究になるように「堆肥化実践記録用紙」を配布して講座は終了。子どもの参加は二人だけでしたが、夏休みらしい内容の楽しい講座でした。

# 2022 エシカルふぇすｉｎＮＡＧＡＮＯ　開催

## 《秋晴れの下　桜スクエアにエシカルの種がまかれた》「エシカルふぇす長野実行委員会」主催

エシカルふぇす長野実行委員会では、9 月 30 日 10 月 1 日の 2 日間、長野市役所の桜スクエアで第 3 回エシカルふぇすを開催した。事務局はみどりの市民が担当。今回はコロナ禍でも〝エシカル消費〟をアピールしたいと、若いメンバーの発案で、イメージビデオの制作に取り組んだ。

これまでと同様に信州環境フェアとの同時開催で、会場の桜スクエアでは、エシカル消費・フェアトレードのパネル展示、エシカルマルシェ、アンケートの実施、オンラインのためのイメージビデオの放映などが行われた。

室内に展示されたエシカルのパネル

来場者は、広報不足もあり思ったより少なかったが、訪れた人たちは、普段はなかなか手に入らない天然酵母のパンや紙製のクリアファイルなどエシカル商品を手にして、満足気であった。商品の情報を得ながらエシカルの店舗オーナーと意見交換をするなど、エシカル談義に花が咲いていた。

若いチカラ全開

## ≪エシカル消費は　幸せの循環です≫
## イメージビデオ制作　YouTube 配信〝〟コロナ禍でアピール〟

企画は実行委員会 3 年目になる長野県立大学の行徳ゆりなさん。コロナ禍でも会場に人が集まらなくても、エシカル消費をアピールできる方法はないかというテーマのもとたどり着いたのが、店舗や取り組みのイメージビデオによるオンライン上での「ふぇす」でした。イメージビデオの集め方は、① 募集と② 実行委員会でこれぞと思う店舗や取り組みの取材をして編集する 2 つの方法とした。企画、取材、編集は行徳さんとエシカルに関心があるということで参加した信州大学 1 年生の石井さん、この二人により素晴らしい「オンラインふぇす」となった。

集まったイメージビデオは応募が 3 本、取材編集したのが 11 本、合計 14 本。現在 YouTube にアップされている。右記のＱＲコードによりご覧いただけます。

### 《出展されたイメージビデオ　店舗・商品・取組》

| | | |
|---|---|---|
| 【店舗】 | ・cublue(キュブルー)：フェアトレード商品の紹介 | 2 本 |
| | ・ハカルＡＺＵＭＩＮＯ：はかり売りの商品紹介 | 2 本 |
| 【商品】 | ・長野電波技術研究所：紙薪（新聞紙より作成された薪） | 1 本 |
| | ・株式会社アルキャスト：紙製クリアファイル他脱プラ商品 | 1 本 |
| | ・大地の卵：平飼い鶏の卵 | 2 本 |
| 【取組】 | ・どんぐり・るるネット：生ごみの堆肥化の循環システム（みどりの市民） | 1 本 |
| | ・実行委員会：エシカルふぇす紹介 | 5 本 |

# エシカルふぇす～桜スクエア～

## ～出展風景《店舗紹介》

**cublue(キュブルー)**

〝フェアトレードを楽しもう！〟

**出店内容:フェアトレードの衣料、雑貨、食品**

**フェアトレードの衣料や雑貨を手で触って体感することで作り手のストーリー、メッセージを感じてほしい。**

ttp://cublue.naganoblog.jp/（祢津）

**㈱ アルキャスト**　**環境配慮型紙製品**

出店内容:紙製ファイル、竹紙ノート、ワクチン手帳

https://arscast.jp

**麻と香織と**　商品:亜麻の布ナプキン、麻のコーヒーフィルター・お茶パック、さらしエコラップ

**大地にやさしい麻でプラスチックに代わる日用品。ずっと使えて捨てても害の無いものを仲間と企画制作。昔のように布のある暮らしを目指しています。**

https://asatokaori.shop.-pro.jp（高橋）

**みち草**　**地元素材のクッキー、ビスコッティ**

**『空には、雲が雄大に流れ、大地には、草と虫が踊る』そんな鬼無里スギナや桑の葉など、鬼無里にある素材と鬼無里の小麦を使ったクッキーやビスケットの販売、量り売り販売**

**長野市災害ボランティア委員会**

出店内容:県原産地認証のおやき、クッキー、東北産わかめ、水害地支援のためのフェアトレードコーヒー　等

**NPO 法人 みどりの市民**

出店内容:るるネット広報、生ごみ堆肥化展示、ヘチマタワシ紹介　他

**パン焼き小屋はしご**　薪窯で焼く自家製酵母パン

**県産小麦や国産の材料を使い、薪窯で自家製酵母を使った田舎パンを焼いています。薪使用でエネルギーの地域自給と里山整備が進み健全な森林を維持し、身体にも環境にも優しいパンを目指しています。**

**さくら工房**　瓶にお好きな色や形のブリザーブドやドライのお花を入れて 10 センチ程度の四角い小瓶でハーバリウム作り。

**たくさんのお花が廃棄されていることを知っていますか。花を長く楽しむ方法の一つ、ハーバリウム制作体験**

**みわヨガクラブ**

**緑に囲まれ自然と呼吸しましょう！1 日に２から３万回と言われる誰もが意識せず行っている大事な呼吸。緑に囲まれ、そのひと呼吸に意識を向けてリフレッシュしましょう。**

**http://miwa-yoga.blue.coocan.jp/（稲田）**

**西山淡竹会**　淡竹、たけのこご飯のもと

西山の淡竹の竹チップを量り売り

**ブックレスキュー**　古紙回収にまわる本を次の読み手へ（協力：バリューブックス）

**出展者からの声**

- 環境フェアとの同時開催や芝生広場の会場が良かった。
- 今後エシカル消費を広めるために一緒に活動をしていきたい。
- エシカルな店やグループとの連携を進めていきたい。
- 人を呼ぶ込むためもうひと工夫を　・開催の広報が不足かと思う。これからもエシカル認知拡大のために活動を共に続けていく。
- 環境フェアから流れる導線を作る工夫を。次回は民間企業に協力を働き掛け、告知を増やして集客に繋げたい。

2022年度活動

いよいよ収穫の秋

# みどり農園へ行こう！

みどりの市民のＨＰ「みどり農園ブログ」より

## 大豆の収穫とサツマイモ掘り（10 月９日）

秋雨の合間に天候が回復した 10/9(日)、朝 9 時から作業を開始。参加人数は 12 人(子供 3 人)で、大豆刈り取り(抜き取り)40 分、サツマイモ掘り 30 分程度で作業は終わりました。

今年は種まき直後の日照りで大豆の発芽率が低く、例年の 3/4 程度の収穫量でしたが「実」はしっかりしています。大豆の枝を足で押し倒し、逆側に引き抜く方法で手早く作業できました。抜いた後は 4～5 本を逆さに立て、そのまま乾燥させ、２週間後(10/23)に脱穀の予定です。

サツマイモは 10 本植えましたが、一株に大きな実が 7～8 本ついていて、「ウワー、凄い!!」と歓声を上げながらの掘り起こしでした。苗は、連絡係の田中さんのご厚意で大分県特産の「甘太くん」(紅はるかの一種)、焼き芋にすると糖度 40 位になるそ**うです。**熟成に 40 日以上必要とのことですので美味しく味わえるのは 11 月下旬以降でしょうか?一人一株を掘り、自宅に持ち帰りました。　お疲れさまでした。

## 人力大豆脱穀（10 月 23 日）

下り坂の天気予報の 10/23(日)、9 時に集合して大豆の脱穀と大根の収穫を行いました。集まったのは９人(子ども 2 人)。前日に脱穀機を借りに出向いたものの機械が故障、結局、貸りることができず、「手ばたき」の"人力脱穀"となりました。前もって大豆を一か所に集め、ブルーシートを掛けておきましたが気温が低く、朝露も水たまりができるほどの量で、湿気のため思うように大豆が落ちません。皆で悪戦苦闘しながらの作業となりました。

予定していた午前中には終わらず、途中軽食(トイレ休憩)をはさみながら午後 1 時半過ぎにようやく終了。お昼過ぎには太陽も顔を出し、大豆の落ちも良くなりました。機械脱穀より屑が多く、発芽率の影響もあり、例年の半分?程の収穫でしょうか??　なれない作業で手にも「豆」ができたようです。この後、乾燥させ、「唐箕(とうみ)」で選別して最後は"お味噌"になる予定です。
収穫した大根(聖護院と長首)を"お土産"に帰路へ。お疲れさまでした。

今年は追加スケジュールとして、11 月 13 日にこの日できなかった「焼き芋大会」と「里芋・サツマイモ・菊芋掘り」を行うことになりました。お楽しみに！

(文:山口、写真:渡辺)

## お知らせコーナー

### ◆ ◇ ◆ エコサロン　～古布団をリフォームして可愛い小座布団つくり～ ◆ ◇ ◆

・日時／２月４日(土)9時 30 分～12 時
・場所／ふれあい福祉センター　５階ホール
・参加費／700 円　　・定員／10 人
・内容／古い布団から小座布団つくり

《＊行事等はコロナの感染状況により変更の可能性があります。
事務局及びHPでご確認下さい。》

参加申し込みは下記事務局まで

耳より情報
（ちょっとエコ）

**知っていましたか？**
市役所の第一庁舎一階（総合案内の奥左側ＡＴＭの隣り）に給水機のあることを。マイボトル、ペットボトルのお水が終わった時、ちょっと寄って美味しい水を補給して下さい。

みどりの市民の会員数（2022 年 10 月1日現在）
**正会員　39 人　賛助会員　14 人　団体賛助会員１団体**


≪ＮＰＯ法人みどりの市民事務局≫
〒380-8553 長野市若里 4-17-1
UFO ながの高木研究室内
TEL&FAX　０２６－２６９－５０９２
E-mail：midorit18@shinshu-u.ac.jp
URL　http://midorinoc.sub.jp/


**≪キャンパスの一隅にて≫**

今年もキャンパスの銀杏は黄色くなり、いつの間にか木枯らしの吹く季節。夏から秋のイベントに追われる日々もちょっと小休止です。段ボール堆肥はこれからが勝負。微生物は 10℃以下になると休眠状態で堆肥化は進まない。温度管理が決めて。微生物をかわいいペットと思いかわいがっていこう。循環を感じ、自然との対話をしている日々、こうして季節は巡ってゆく。今回は活動報告のみで、発行が遅れました。ご容赦を！（W.H.）