



作品提供：ひなたぼっこ

3R

情報
発信

活動
支援

学習
体験

あなたの暮らしは地球何個分？

エコロジカル・フットプリント について考えてみよう！



私たち人間の生活がどれだけ自然環境に依存しているか、それをわかりやすく伝える指標に「エコロジカル・フットプリント」があります。「エコロジカル・フットプリント」(以下EF)とは直訳すると「生態学的な足跡」。私たちが生活するうえで消費する資源を生産したり、社会活動から発生するCO2を吸収したりするのに必要な生態系サービスの需要量を、地球の面積で表したものです。

環境省の平成30年版環境白書によると、世界のEFはすでに1970年代前半に地球環境が本来持っている生産力や廃棄物の収容力(バイオキャパシティ)を超えており、2013年時点で世界全体のEFは地球1.7個分に値するとされています。その結果、気候変動や漁業資源の枯渇、森林破壊といった大きな環境問題が人間の生活を脅かしているのです。

EFは先進国では大きく、途上国では小さくなる傾向にあり、日本は世界で38番目に大きく、OECD加盟35か国中21位。世界中の人が日本人と同等の生活をしたら、地球2.9個分が必要になる計算です。さらに特徴的なのが、日本では国内のバイオキャパシティに比べてEFが大きいこと。それは日本が国内で消費する資源の多くを海外からの輸入に頼っていることを示すもので、日本人の生活が海外の生態系サービスにも影響を与えている結果となっています。

日本のEFの約70%は私たちの日々の生活から生まれるもの。例えば食料廃棄をゼロにすれば、日本の食糧フットプリントは約25%削減できると言われています。地球から生み出される天然資源を自然の再生スピードを越えて消費する私たちの豊かな生活は、すでに将来世代の資源(資産)を食いつぶしながら成り立っていると云わざるを得ません。

さて、あなたの暮らしは地球何個分？自分たちの子や孫、その先の未来のため、いますぐこの問題にしっかりと向き合いたいものです。

エコな暮らしのアイデアノート

子どもの食育にも最適！

捨てずに育てるエコで楽しい『リボベジ』のすすめ

前回、調理で使った野菜くずを煮出して作る万能野菜だし“ベジブロス”についてご紹介しましたが、今度は野菜の根っこやヘタなどの生長点を水に浸けて、再度野菜を育てる“リボベジ”に挑戦してみましょう。

スーパーで買ってきた青ネギの根っこ部分を切って水に浸していたら、切り口から新しい芽が伸びてきて、再びネギが収穫できた経験はありませんか？それが“リボベジ”です。“リボベジ”とはリボン・ベジタブル（再生野菜）の略。調理中に捨ててしまう葉野菜の根っこや根菜のヘタの部分を水に浸けておくだけで新しい葉が伸び、再び収穫して食べられる野菜のことです。畑やベランダがなくても、コップや小鉢などに水を入れて、窓辺に置いておくだけでOK。子どもといっしょに育てれば、日に日に成長する様子を身近に観察できるので、「芽が出てきたね」とか「そろそろ食べられるかな」といった知的好奇心も刺激してくれます。野菜それぞれに形の違う葉っぱが観察でき、育った野菜を食べることで食育にも一役買ってくれそうです。エコで楽しいリボベジ生活、ぜひ親子でチャレンジしてみませんか！

リボベジに向いている野菜

青ネギ・豆苗・小松菜・水菜
クレソン・ニンニク・キャベツ
ニンジン・ダイコンなど

育てる際の注意点

- ・日当たりのよい場所に置く。
- ・水は少量でOK。野菜全体を水に浸さない。
- ・水は一日一回取りかえる。
- ・容器は清潔に、カビや異臭が発生したら捨てる。
- ・再生は1～2度にとどめる。



大好評！

5月19日(日)「リユース陶器市」開催！



まだ使えるのに、捨てるなんてもったいない！

再 使 用

ご家庭の不用な陶磁器、リユースしましょう！

皆様のご家庭に、使わないまま眠っている陶磁器はありませんか？

西部3Rステーションでは、毎回大好評の『リユース陶器市』を5月19日(日)に開催します。リユース(Reuse)とは、ごみ減量のキーワード「3R」のひとつで、「繰り返し使いましょう」という意味。『リユース陶器市』は、まだ十分使えるにもかかわらず、使われないまま食器棚や物置の奥に眠っている不用な陶磁器を無料でご提供いただき、必要な方に無料で持ち帰っていただく、環境にやさしいイベントです。昨年度は計3,056kgの陶磁器が持ち込まれ、そのうち2,895kgが新しい持ち主のもとへ引き取られました。

洗浄済みであれば、新品でなくてもOK。事前の申し込みも必要ありません。あなたもご家庭で不用になった陶磁器を持って、掘り出し物を探しに来ませんか？

日時／令和元年5月19日(日) 10:30～15:00(持ち込みの受付は14:00まで)

場所／福岡市西部3Rステーション1Fピロティ

持ち込み (無料)

- 持ち込めるもの／洗浄済みの陶磁器(食器等)で、破損がなく、そのまま使用できるものに限りです。
- 持ち込めないもの／鍋類(土鍋を含む)、ガラス・木・プラスチック製品。
- 対象者／市内在住、または市内に通勤・通学する方(販売業者は除く)。

持ち帰り (無料)

- 対象者…どなたでも持ち帰りできます。※持ち帰りには必ずエコバッグをご持参ください。

3R実践講座のぞいてみました!

「衣類のリフォーム教室」

クローゼットや押し入れにしまい込んだままの衣類を、自分自身の手で好みのデザインの服や小物にリメイクしてみませんか？

毎週水曜日に実施している西部3Rステーションの「衣類のリフォーム教室」(一期8回コース)は、サイズが合わなくなった手持ちの洋服や古い着物を、新たに作りかえる技術を学ぶリメイク講座です。講師は洋服から小物作りまで、豊富な知識と経験を持つ眞嶋法子さん。型紙にとらわれない簡単でおしゃれなリメイク術が受講生に大好評です。

受講生の皆さんからも「3Rステーションの講座に参加して以来、リメイクの魅力にすっかりはまってしまいました。いま手持ちの古い服をほどこいて、大好きな帽子をせっせと作っています。この年齢になって無心で取り組めるものに出会えてとてもうれしいです」や「父の紹(ろ)の羽織をジャケットに作りかえて、母の一周忌の法事で着たいと思っています。こうして父や母の着物をリメイクしていると、それを着ていた頃の両親の姿や言葉を思い出し、そばにいらるような幸せな気持ちになります」など、リメイク講座ならではの喜びの声がたくさん。

裁縫はあまり得意ではないという方でも、やる気があれば大丈夫。先生が丁寧に指導してくれます。あなたもぜひ「衣類のリフォーム教室」でリメイクの楽しさを体験してみませんか。



講座のようす

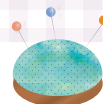


亡き父の紹の羽織をジャケットに



講師：眞嶋法子さんからのメッセージ

この講座の魅力は自由な発想と簡単な技術で手持ちの服を生まれ変わらせること。好みやサイズが変わって着られなくなった洋服や着物を、いま使える服や小物に作りかえる喜びを、ぜひ一緒に味わいましょう。また残った小さなハギレを利用して、おそろいのブローチや髪飾りを作るのも、手づくりならではの楽しみです。講座ではできる限り皆さんのご希望をうかがい、リメイクしたいものに近づけるよう心がけています。



広くあいた首元に襟を付けて



着物からピンタックワンピースにリメイク
[講師作品]



※次回の「衣類のリフォーム教室」(6月5日～7月24日/全8回)の申込み締め切りは5月22日(水)。

詳細は裏面の講座・イベント情報、または福岡市西部3RステーションHP、市政だより5月15日号でご確認ください。応募多数の場合は抽選となります。ご了承ください。



西部3Rステーション 講座・イベント情報



西部3Rステーションでは、3R実践講座や各種体験講座を開催しています。福岡市内に在住の方、通勤、通学されている方なら、どなたでもご参加いただけます。身近な3Rを体験してみませんか？

6月の「3R実践講座」

古布で季節の押し絵作り【全2回】

日時／令和元年6月1日(土)、8日(土)
13:00～16:00

定員／15名(抽選)

参加費／500円

場所／2階研修室

応募締切／5月22日(水)必着

持ってくるもの／裁縫道具一式、紙用・布用はさみ、おしぼり、筆記用具。



パッチワーク教室【全8回】

日時／令和元年6月4日(火)～7月30日(火)
毎週火曜日 13:00～16:00

定員／12名(抽選) 参加費／1,000円

場所／2階研修室 応募締切／5月22日(水)必着

持ってくるもの／手提げバッグ表布：六角形用20cm×20cmを6種類、本体と持ち手用110cm幅×50cm。しるし付け用の2B鉛筆または見えやすいチャコペン等。60番手の手縫い糸、まち針等裁縫道具一式、紙用・布用はさみ、筆記用具。



衣類のリフォーム教室【全8回】

日時／令和元年6月5日(水)
～7月24日(水)

毎週水曜日

13:00～16:00

定員／10名(抽選)

参加費／800円

場所／2階研修室

応募締切／5月22日(水)必着

持ってくるもの／リフォームしたい洋服や着物。型紙用紙(模造紙など)、ものさし、紙用・布用はさみ、裁縫道具一式、筆記用具。



残り布で6枚はぎの帽子作り【全3回】

日時／令和元年6月6日(木)、
13日(木)、20日(木)

13:00～16:00

定員／15名(抽選)

参加費／500円

場所／2階研修室

応募締切／5月23日(木)必着

持ってくるもの／表布：50cm×150cm位(スカート等の残り布を利用してよい)。裏布：50cm×50cm位(スカート等の裏布を利用してよい)。裁縫道具一式、型紙用紙(大きめのカレンダーなど)、メジャー、ものさし、紙用・布用はさみ、筆記用具。



帯でファスナー付 キューブバッグ作り【全3回】

日時／令和元年6月7日(金)、
21日(金)、28日(金)

13:00～16:00

定員／15名(抽選)

参加費／500円

場所／2階研修室

応募締切／5月23日(木)必着

持ってくる物／表布：帯1本(ほどいておく)。裏布：約100cm×100cm(着物地でも可・ほどいておく)。型紙用紙、定規、裁縫道具一式、紙用・布用はさみ、筆記用具。



【応募方法】 はがき、FAX、または西部3Rステーションの2階受付で①希望講座②住所③氏名④年齢⑤電話番号を必ず明記し、ご応募ください。抽選の上、**当選者のみ**はがきで詳細をご案内いたします。

5月の 体験講座！

すべて無料です!!

つまみ細工の花飾り

毎日 10:30～15:00
所要時間30分程度
【申込】随時



牛乳パックで紙すき体験

毎日 10:30～15:00
所要時間30分程度
【申込】随時



木の枝フォトスタンド

毎日 10:30～15:00
所要時間30分程度
【申込】随時



身近なもので万華鏡

毎日 10:30～15:00
所要時間30分程度
【申込】随時



牛乳パックで風車

毎日 10:30～15:00
所要時間30分程度
【申込】随時



食品トレイで マグネットインテリア

毎日 10:30～15:00
所要時間30分程度
【申込】随時



ハーブ入り“リサイクル” せっけん作り

水曜日 10:30～11:30
【定員】10名/日(先着順)
【申込】希望日の3日前まで



★体験講座の申込方法★

電話、または西部3Rステーションの2階受付で直接お申込みいただくか、

①体験内容②住所③氏名④年齢⑤電話番号を明記のうえ、FAXにて下記あてにお申込みください。

生ごみ堆肥相談会

生ごみの堆肥化でお困りの方は何でも相談ください。

場所／2階啓発コーナー 参加費／無料 事前申込／不要

●ふくおか環境倶楽部主催

日時／毎週土曜日 13:00～16:00

●NPO法人循環生活研究所主催

日時／毎月第2金曜日 10:30～14:00



ダンボールコンポスト講習会

ダンボールコンポストを始めてみたいという方、ご参加ください。ご家庭で使いみちの無い堆肥は引き取り、新しいコンポスト基材と無料で交換いたします。まずはご相談ください。

●ふくおか環境倶楽部主催

日時／毎月第4土曜日 10:30～12:00

場所／2階啓発コーナー 参加費／無料

事前申込／不要 ※基材・テキスト購入可



西部3Rステーション ご利用案内



開館時間：10:00～17:00(衣類等の持ち込みは16:00まで)

休館日：月曜日(休日の場合は開館し、次の平日休館)

年末年始(12月28日～1月3日)

住所：福岡市西区今宿青木1043-2(クリーンパーク西部内)

TEL：092-882-3190 FAX：092-882-4580

【ウェブサイト】 <http://www.fukuoka-seibuplaza.com> 福岡市西部3Rステーション 検索

西部3Rステーションのイベント情報や暮らしに役立つごみ減量3R情報が満載です!



西部3Rステーション

●西鉄バス「三陽高校前」より徒歩約2分