



「エコ名人を探せ！」塾





塾長 佐藤 恵

■塾長コメント■

今年度からスタートした「エコ名人を探せ！」塾ですが振り返ると「塾活動は生モノ」という感じがします。

環境問題という広すぎるテーマでの活動で最初の2か月くらいはおおまかにスケジュールを決めていましたがその後どうなるかは塾生の意見や要望を聞きつつ進めていこうと思っていました。

正直どうなることかと不安もありましたが「緑のカーテンコンテスト」を開催しよう！との声があがり、日程的には相当無理がありました。が、何事もまずはやってみようということになりました。ありがたいことに1か月間という短い募集期間にもかかわらず20点ほどの応募があり3回のパネル展示、一般投票も行うことができました。反省点も多々ありますが、私の力不足の中、無理な日程で動いてくれた塾生の皆さんには本当に感謝です。

今年度はなにしろすべてが初めてなもので行き当たりばったりな感が否めませんが、最初からきっちり計画を立てなかったおかげで思いがけず面白い活動ができたような気がします。

またこういう機会があったら反省を踏まえつつ、塾生一人一人の個性や特技を生かした活動ができればと思います。

■塾の目的■

地球温暖化、大量生産・大量消費社会の破たんなど環境問題にはわかには大きな社会問題となり今を生きる私達にとって避けて通れない問題となっています。一人一人の生活習慣の見直し、ちょっとした生活の工夫など環境負荷のできるだけ少ない暮らし方を選択することが求められています。

とはいえ「面倒くさい」とか「やってみたら長続きしない」などの理由で、わかっているでも取り組みにくいのも現状です。

すでに環境活動をされている個人や団体など「続けている」「楽しんでいる」コツや工夫を学び、できれば塾生自ら実践し、市民の皆さんにもお伝えすることを目的として活動してきました。

■塾の研究・活動内容■

まずは塾生自ら実践していること、また関心をもって取り組んでいることなどを最初の2～3か月で発表してもらいました。

具体的には建築家の塾生のご自宅の設計段階から環境に配慮して建てられたエコ住宅について、画像を見ながら説明していただき実際に暮らし試みての感想などを聞きました。

また「フードマイレージ」についての発表や、生ゴミ堆肥化に使う「ぼかし」の作り方の講習会のもようなど報告してもらい、その都度、質疑応答など行いました。

7月の定例会で「緑のカーテンコンテスト」の実施が決まり、その月のうちにチラシの作製、印刷、配布を済ませて（実際には8月に少しかかってしまいましたが）8月いっぱい応募期間とし、集まった20点ほどの応募作をパネル化して環境関係のイベントや市役所ロビーで合計3回の展示・一般投票を

行い129票が集まりました。結果を集計し各賞を決め、伝習所まつりで表彰式を行いました。このコンテストの反省点としては、なんとといっても募集を広報ながさきや新聞各社などで広報できなかった点、一般投票の時期が秋から真冬になってしまった点です。

夏には横尾西部自治会の農園見学、秋には大村のとりかぶと自然学校の見学（及びエコクッキング実習）を行いました。

横尾の農園は町民の皆さんが石を一つ一つ取り除いて力を合わせて作り、それぞれ工夫して野菜作りを楽しんでおられる様子が畑を見ただけで伝わりました。安全でおいしい有機野菜が収穫できるだけでなく住民の方のコミュニケーションの場となっているのも素晴らしいと感じました。

とりかぶと自然学校では天候にも恵まれ、きれいな小川の流れる気持ちのいい緑の中、至るところ環境に配慮した施設を見学しました。敷地内の有機菜園で新鮮な野菜を収穫し、できるだけごみを出さないエコクッキングを行いました。どうしても出てしまった生ゴミは園内のニワトリたちが食べてくれ、朝はその卵をごちそうになり、身をもって「循環」を体感しました。

11月には武雄市の循環たてももの研究塾と福岡県大木町の循環センターくるるんの視察・見学バス旅行を行いました。

循環たてももの塾は地元の材料で伝統的な工法で家づくりをしていて他県（福岡や長崎）からも毎週通って家創りをしている人がいるとのこと、やはり和気あいあいと楽しみながらの活動というのが持続や吸引力のコツだと痛感しました。

循環センターくるるんは下水の海洋投棄が禁止となったため下水をまるごとバイオの力

で液肥にし、液肥化の過程で生じる熱で発電をしている施設です。

下水が完備していないという負の条件を逆転させたことで最先端の設備を作ることができたわけでこれは他の環境問題でもあてはまる象徴的な例のように思えました。

どちらも見ごたえのある見学で参加した塾生にも大変好評でした。

また、電動のコンポストの機械を使わずに気軽にできる生ゴミ堆肥化の方法として「段ボールコンポスト」や「土のうコンポスト」のやり方の紹介、実践なども行いました。生ゴミは完全に堆肥化するには数カ月かかることもあり、やり方の工夫や問題点の解決方法など成果を発表するには長期にわたる観察が必要となります。今後も暮らしの中で実践することでよりよい方法を紹介していければと思います。

■ 塾活動の成果 ■

緑のカーテンコンテストを主催することにより「緑のカーテン」の概念、効果などを広く市民に広め、また実践している方々を評価することで、継続・普及していただけることも期待できます。（来年度は市との共催も打診されています）

成果品に関しては、生ゴミ堆肥化→堆肥で可食つる植物を育て緑のカーテンを作る→実を収穫、調理→出た生ゴミは堆肥化 という「家庭内の緑の循環」を提唱することに焦点を絞り、ゴーヤやへちまの種と共に「緑の循環」に関するリーフレットを市民の皆さんに無料で配布することで、生活を見直し実際に行動していただくきっかけづくりになればと思います。

横尾西部自治会家庭菜園班

～ECOの達人を探して～

平成20年9月19日

横尾西部自治会の家庭菜園班（24名）では、年3000円の会費で一人4㎡の畑に様々な野菜や花を栽培されています。

野菜等を育てる水は、ポリタンクに貯めた雨水利用、木酢・竹酢を混ぜたとき汁発酵液にEM菌20cc+糖蜜液20ccをペットボトル（大）に入れて造った栄養剤や、生ゴミで造った肥料などを使って体にいい有機野菜を作っていました。

10月26日の収穫祭や、11月3日の横尾祭りにはそんな野菜達がお披露目をされます。



雨水を貯める2トンのタンク



入口はごみステーションの横



オクラやトウガラシ等作っているものは様々でそれぞれの方の心のこもった野菜達はみているだけでも楽しく作業している風景が思い浮かぶよう！食育にも絶大な効果あり！



穏やかな斜面には野菜がいっぱい



この夏とれた冬瓜はなんと46個！



街が見渡せる小高い丘を利用した菜園



今年で4年目の畑にはきれいな花が咲いていました



生ゴミで作る堆肥が手前のかわいい人参を育てますとの説明に納得。
見事な食のサイクル



残暑厳しい畑のあぜ道を進む塾生



緑のトンネルはウリ科の野菜達がお出迎え



南仏プロヴァンス地方にでも来たいみたい？



水気が多いとウジがわく。雨に打たれ過ぎないように、犬・猫・カラスに注意して造る堆肥の説明にも脱帽。

案内してくださった出田さん、山田さんありがとうございました。

(塾生 石山 義郎)

大村「とりかぶと自然学校」にて
エコ・キャンプ AND エコ・クッキング

秋の活動の1つとして、9月27日(土)、
28日(日)大村の「とりかぶと自然学校」
にてエコ・キャンプを行い、生活の中で循環
させてゆく為のエコの仕組みを楽しみながら
学びました。



自然の生態系が創る多様な空間が「教室」と
いうコンセプトで環境学習の場を提供してい
るこの施設では様々なエコが実際に活用され
ていました。菜園、ピオトープ、太陽光発電、
溪流沿いの手作り露天風呂、鶏小屋の緑のカ
ーテン等を見学しました。



太陽光発電



宿泊施設



手作り露天風呂



多目的ホール



ホール内部天井

木をふんだんに使ったドームハウスはイベントなども催せる楽しい空間！



鶏小屋の上が緑のカーテンに

「エコ名人を探せ！」塾の課題のひとつ「緑のカーテン」もこんなに素敵なデザインで使われていました。参考になりますね。

今回のメインテーマ、施設内で栽培された採れたての無農薬野菜を使ったエコクッキングの実習・試食（地産地消の実践、エコレシピ参照）を行いました。新たに購入するものを極力減らし、地元で採れた物を使い、ゴミも出さない等、工夫いっぱいのクッキングです。ヘチマをつかった汁物は美味しいと大好評！バーベキューで焼き芋、焼き栗、焼きりんご等も楽しみ、参加者は笑みで溢れていました。



施設内の収穫物



空き時間には、参加者それぞれ溪流沿いを散策したり、栗ひろいしたりと秋の自然を満喫しました。



聞えませんか？ せせらぎ



手作りの川床？ 風流です



自然とたわむれています。

古民家風の宿泊施設は囲炉裏が設えてあり、昔ながらの日本のコミュニケーションの場を体験できます。冬はそのまま暖房にもなり、素晴らしい熱効率です。バーベキューの後、ここでエコについて語り合いました。



不思議な木組みの天井構造。海外の雑誌でも紹介されたそうです。

囲炉裏で熱燗もエコ

今回のエコキャンプに参加してみて、日本の昔ながらの生活は自然ととけ込んだ工夫溢れるなんて素晴らしい暮らし方だったのだろう。見事に無駄がなく、環境にも優しく人の心にも優しいとあらためて実感しました。また工夫する事が楽しいと感じました。自然の中で過ごしてみると、毎日の私達の生活の中にもまだまだ楽しいエコが見つかりそうだと思います。

(塾生 木下 志のぶ)

(参考エコレシピ) ヘチマのスープ



～美味しいヘチマのポイント～

キュウリくらいの大きさの時が食べごろです。あまり大きくなりすぎると種が気になっておいしくありません。

種部分を除いても良いです。大きく育ってしまったら、タワシにしましょうね。

～作り方～

①ヘチマの皮をむき、一口大に切る。



- ②鍋で油を熱し、ねぎとしょうがを炒める。
- ③ヘチマを加え、しんなりするまで炒めたら、水、固形スープ、酒を加え、鍋にフタをして3分ほど煮る。
- ④塩で味を調え、最後に水溶き片栗粉を流し入れてとろみをつけて出来上がり。

※ 固形スープで和風、中華味と工夫できる。また、はまぐり、アサリ、イカ、エビなどの海産物を合わせることでとても美味しいスープが出来上がる。

材料

ヘチマ : 2～3本
ねぎ : 5本～(5cm切)
しょうが : ひとかけ(せん切)
油・・・大さじ3
水・・・カップ2
固形スープ 2個
酒・・・大さじ2くらい
片栗粉・・・適宜
塩・・・少々

(塾生 深堀 信子)

「武雄市・大木町バス研修旅行」

2008年11月29日（土）参加者19名
午前8:30 市民会館前出発



車内での自己紹介



全国第5位・川古の大楠の前で記念撮影



NPO 法人 循環型たてもの研究塾の見学

- お話の内容：【地産地建】を目指して地元で採れる材料・素材を活用した家づくり、まちづくりの推進



- 感想：フードマイレージならぬウッドマイレージも大事なこと。安い外材が高い県産木が選択に迷うところです。



空き瓶の明かり取り



わらと土壁の家



旬菜料理【くう】にて昼食



福岡県大木循環センター“くるるん”見学



生物資源をメタン発酵させガスを抽出してエネルギーとして利用、発酵後に発生する消化液を有機肥料として農業利用する循環型社会を目指している。



講師の話を熱心に聞いて学習しました



バイオシステム



することが進化した文明だと思っていたのに、21世紀はそうではない！と目からウロコが落ちたような衝撃を受けました。これからは全て循環型だ！

（塾生 三好 智子）

「ちゃんぽんミーティング ～わたしたちのエコ活動～に参加して」

11月19日、田上市長と昼食をとりながら、長崎市のまちづくりについて語りあう「ちゃんぽんミーティング」に塾長の佐藤、塾生の木下、私の3名が参加した。

各エコ団体と名刺交換後、会場の市役所本館3階の第2応接室前に入る。

参加費の500円を払い着席すると、何と市長の真正面席！・・・緊張。

定刻の12時半に会議が始まり、まず、本日の説明を受ける。さっそく「ちゃんぽん」と炒飯、記念品の「長崎さるく箸」が配られた。“さるくちゃん”のキャラクターとロゴがデザイン(レーザー彫)された天然木の箸は、とても使いやすく、マイ箸用に持ち帰った。



しばし昼食をとりながら談笑。周りの人にさりげなく気配りをされる市長のおかげもあって、場が和やかになってきた。あちこちでマイ箸談義に花が咲く。食べ残さないのも「エコ」と慌しく昼食を終える。

食後、各団体の代表から5分程度、活動内容の発表があった。

長崎ラビッシュネット

地域の商店街、子供達、企業等のコミュニケーションの中からみんなで取り組むエコ活

動を推進。商店街に花を植えたり、4年前から「長崎打ち水大作戦」を実施。

えことびい長崎

環境と平和の市民団体。学習会や機関紙の発行、HPやメールで情報発信・意見交換を行い、グリーンコンシューマ(環境にやさしい人)を増やす活動を行っている。

NPOグリーンバード長崎チーム

原宿表参道発信のプロジェクト。毎木曜の20時からアーケード周辺を40人程度で清掃。手ぶらで誰でも参加可能。回収後のゴミの分別処理の手間と場所がもっかの課題。

NPO環境カウンセリング協会

県内の温暖化防止活動推進員のサポート、普及啓発活動。長崎の環境ネットワーク構築、持続可能な地域づくりを目指し活動。

徳島勝憲(個人)

子どもや孫に、大人として良き社会を残してあげたい。「政治と生活」「行政と生活」等々を語り合える、議論する場を立ち上げ、改革していくことを希望。

正味1時間弱の会議であったが、エコをいろんな視点から捉えている人との出会いは、刺激的で有意義であった。

エコ活動のきっかけが、おしゃれやカッコ良さ、人との出会いでも良い。気負いなく楽しくハマる人が1人でも多く増えることができれば良いと思う。学生、20代の若い人の参加は、次世代に長崎のエコ活動が引き継がれる希望が持てた。

(塾生 太田 恭子)

電動 V S 土のう コンポスト比較

電動コンポスト



使用した生ゴミ処理機

設置場所：屋外専用

外形寸法：

- ・幅 410×奥行 360×高さ 535mm

本体重量：10Kg

平均消費電力量：約 16Wh、約 250 円/月

特徴：

- ・分解された処理物がバイオチップの役目するので、新たなチップの補給が不要
ハイブリッド式（送風乾燥+バイオ処理）
- ・微生物が働きやすい水分量を維持するので、嫌なニオイ（異常発酵臭）が少ない
- ・標準試験生ゴミ約 700g/日
外気温 20℃の場合

助成金：

生ゴミ処理機や堆肥化容器を購入される長崎市民の方に、購入費の一部を助成する制度

- ・購入費の半額、上限 2 万円
- ・商品購入前に長崎市への申込が必要
環境整備課 TEL 829-1239

使用した感想：

- ・生ゴミを入れるだけなので、手間がかからず簡単。半年に一度ほど排出された肥料を取り出して、畑にまいている。

土のうコンポスト

「堆肥のタネ」



使用材料：

- ・市販の土のう袋(10 枚入り 400 円程度)
- ・腐葉土 5.0 リットル
(剪定かす、雑草、細かく切った落葉など)
- ・米ぬか 0.5 リットル
- ・土(自宅、近所の土) 1.0 リットル
- ・水 0.5 リットル

使用方法：

材料をよく混ぜ合わせ全部を土のう袋に入れ、口をねじって(結ばない)ねじったところがゆるまないようにして、生ゴミを入れる(1 回に 500g 程度)



土のう袋の中身が半分ほどになったら、ゴミの投入をやめ完熟させ肥料として使用。

使用した感想：

- ・米ぬかが手に入りやすく、生ゴミ投入後にかき混ぜる作業に少し手間がかかる。
- ・臭いや小蠅の発生もわずかに気になった。
- ・初期費用がかからなくてベランダ等で気軽に始められるが、畑のある家では直接畑に埋めた方が楽な気がする。

(塾生 三好 智子)

「エコ名人を探せ！」塾主催
「緑のカーテンコンテスト」について

さる7月の定例会で今後のテーマを話し合っているときに突如「緑のカーテンコンテスト」を主催するというアイディアは出されました。

※緑のカーテンとは

夏の暑い時期に日当たりのいい窓の外につる植物（ゴーヤ、朝顔、へちまなど）を育てて作る自然のカーテンです。

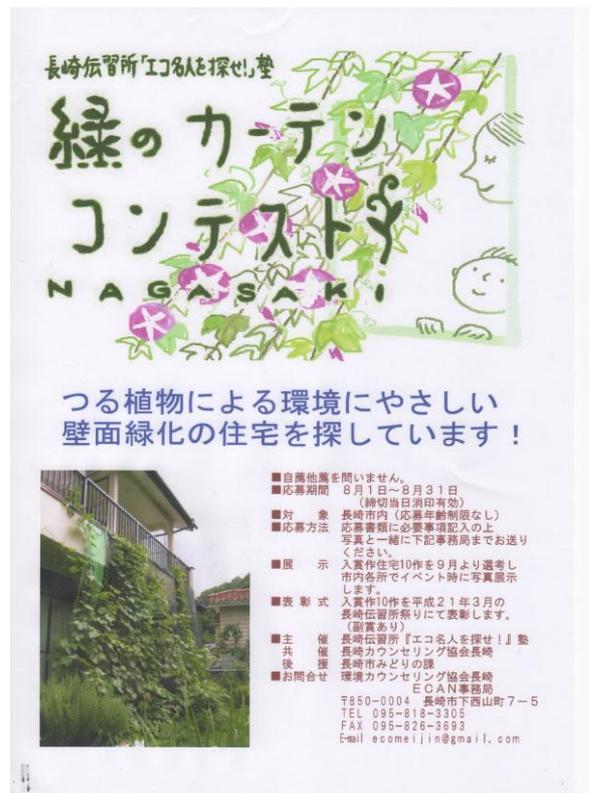
強い日差しをさえぎるだけでなく葉の裏から出る水分により風が涼しくなり室内温度をおさえられます。クーラーの使用が減ることによる省エネも期待できます。

塾の趣旨に合うしとにかくやってみようとその場で開催が採択され、いまずぐにでも募集をかけなければ写真や画像が集まらないということでポスター写真用の撮影（塾生Tさんのご自宅で実践）の担当を決め、当月中にポスター（チラシ）を完成させること、8月いっぱいを募集期間とすることなどが慌ただしく決められました。

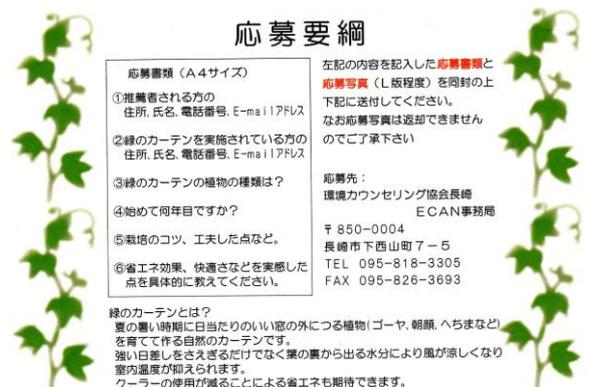
それから大急ぎで作成したのが右のチラシ（A4サイズ、両面印刷）です。

チラシは1000部印刷し、市内各行政施設に置いてもらったり、塾生が手配りするなどで配り終わりましたが、広報ながさきへの掲載が間に合わなかったこともあり一般の応募を期待するのは難しいだろうとのことで、塾生の知り合いなどにも積極的に声をかけた結果、8月1か月間の応募期間で20件ほどの応募作が集まりました。

※表面



※裏面



応募作を拝見して感じたことは
やはり想像以上に「涼しい」「冷房要らず」と
の声が多かったこと。

またそれぞれ「育てる楽しさ」が伝わってきた
ということです。

これは一人でも多くの市民の目に触れてほしいとA1サイズのパネル6枚にまとめこれまでに3回の展示・一般投票を行いました。



■ 10月18日（土）長崎県もったいない運動推進大会 於アリーナかぶとがに

■ 12月6日（土）環境フェスタ 於ベルナード観光通り

■ 1月5日（月）から16日（金）市役所本館ロビーにて

（以下の画像は市役所展示のもの）



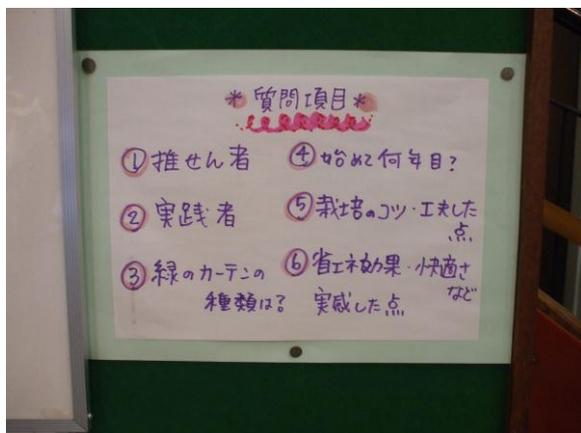
3回の一般投票で129票が集まり、集計して上位5名の方を入賞とし3月7日の伝習所まつりにて表彰させていただくことにしました。

応募作はどれもそれぞれすばらしかったので特長を表現した賞を全員につけさせていただきました。

また、より育てることを楽しんでいただくために参加賞は珍しい「白いゴーヤの種」と花の苗にしました。

伝習所まつりでも無料でつる植物（ゴーヤ、へちま）の種を配布します。これをきっかけに一人でも多くの市民が緑のカーテンを実践していただければと思います。

（塾長 佐藤 恵）



「エコ名人を探せ！」塾

塾長	佐藤 恵				
1	石山 義郎	21	矢野 博巳		
2	太田 恭子	22	山本 宗男		
3	小川 珠美				
4	木下 志のぶ				
5	塩川 麻保				
6	草原 陽香				
7	徳島 久子				
8	富永 則子				
9	中川 由美子				
10	長門 富美子				
11	平澤 昭則				
12	平野 克恵				
13	深堀 信子				
14	松尾 一二美				
15	丸本 和泉				
16	峰松 恵美子				
17	宮原 和明				
18	三好 定和				
19	三好 智子			事務局員	環境保全課 坂本 隆美
20	森田 教子				