

月刊

リサイクル デザイン



No.169 ● 2008.10

特集 分別の 勘違い? ギモンに迫る!



れきし
よもやまばなし 5

おしえてきかせて 6

リサイクルデザインも
出展する秋のイベント 7

テルちゃんの
明日天気になあれ 8

挑戦! eco検定 9

尚美のマクロビオティック 10

リサイクルデザイナー活動報告 11



Mr.Rの3Rバンザイ 12

ハイムーンのちょっとひとこと 13



合言葉は
「もったいない」♪

RECYCLE
Design

<http://www.recycledesign.or.jp>

分別の勘違い？ギモンに迫る！



本誌読者モニターに「資源物とごみの分け方・出し方について分からないことはありませんか？」とたずねたところ、たくさんのギモンや勘違いが寄せられました。分かりにくいことって、けっこうあるものですね。さあ、ここで一気に解決しましょう。

古紙について



廃油を固めて捨てる薬品がない時に、新聞紙を牛乳パックの中に入れて廃油を吸わせ、牛乳パックごと燃やすごみとして捨ててもいい？



はい、燃やすごみにできます。紙パックをまな板代わりに使う場合も、使用後は燃やすごみとしてください。また紙パックに限らず、食べ物や液体などの異物がしみ付いてしまった古紙はすべて燃やすごみとします。



ファーストフードのジュース類の紙コップは、ごみ？ 古紙？



店内で飲食する場合は、その店のルールに従って分別します。^{*}事業系ごみ扱いなので、その店ごとに分別方法が異なります。店から持ち帰った場合、紙コップは燃やすごみです。紙皿や包装紙も同様です。

コラム

^{*}事業系ごみって？



ファーストフード店やレストラン、店舗、オフィスなどの「事業所」から出る廃棄物を事業系一般廃棄物（以下：事業系ごみ）と呼んでいます。

横浜市の場合、事業系ごみの取り扱いについては「事業所」と「民間の廃棄物処理業者」の間で、分別の方法、処理やリサイクルの方法が決められるので、「家庭ごみ」とは異なる分別方法になったりします。

一方、「家庭ごみ」は市町村がごみ処理やリサイクルの方法を決めなければならないことになっています。全国の市町村それぞれが異なるルールを策定しても構わないのです。そこで、「横浜市に引っ越してきたら、以前暮らしていた市町村の分別と違う」と戸惑う場合があるのです。

武松事業デザイン工房（株）

武松昭男

紙マークについて説明します

紙マーク



これは資源有効利用促進

法に基づき紙製容器包装に表示する識別マークで、紙が総重量の50%以上を占める紙製容器包装に付けられます。従って、プラスチックやアルミとの「複合材」も含まれます。複合材は再生紙の原料としてはあまり適さないので、横浜では燃やすごみとして回収しています。複合材を古紙ボードや固形燃料などにリサイクルする自治体もあります。

招きます。「紙マーク」について説明しましょう。



これは確かに混乱を

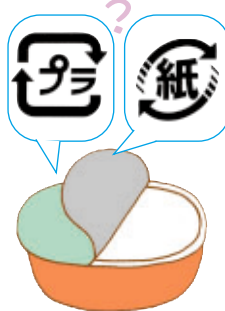
アルミ貼りの紙パック



内側がアルミ貼りの紙パック（ジュースや焼酎などが入っていることが多い）や、カップ麺のふたなどは燃やすごみです。古紙として出してはいけませんが、「紙マーク」があるの？



「紙」マークのついたカップ麺のふたやプリンの容器は燃やすごみ、「プラ」マークの場合はプラスチック製容器包装に分別してください。同じように見えて材質は違うことがあるので、手間はかかりますが、こまめに識別マークを確認しましょう。



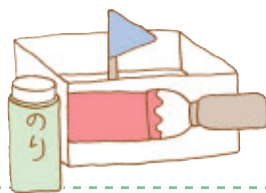
カップ麺のふたやプリンの容器はメーカーによって「紙」マークがついていたり「プラ」マークがついていたり、分かります。



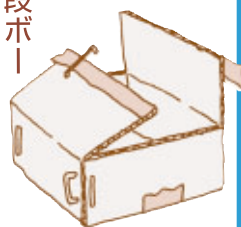
古紙として回収できない『汚れた紙』とは食物の油脂などが付着したものを指します。で、水性絵の具や水性のりが付いた牛乳パックなどは古紙として出していただく構いません。なお、油性のもの（油性絵の具やボンド、セメダインなど）であった場合にはリサイクルに支障をきたしますので、燃やすごみとしてお出しく下さい。



子どもが工作で色を塗ったり、のりをつけた牛乳パックや紙を古紙に出していい？



段ボールに付着しているガムテープやホチキスはきれいに取らないとダメ？



段ボールは、付着したガムテープやホチキスをきれいに取ったのち、ひも（できれば紙ひもが望ましいですが、ない場合にはビニールひもでもかまいません）で縛ってお出しく下さい。ガムテープやホチキスなど、紙以外の異物が混入しておりますと、リサイクルの工程で支障をきたす可能性があります。



買い物をしたら必ずもらうレシート（感熱紙）はその他の紙？それとも燃やすごみ？感熱紙が混ざった古紙をリサイクルすると再生紙の質が低下するといいますが、どうですか？



感熱紙のレシートも「その他の紙」としてお出しく下さい。「その他の紙」全体の量に対する感熱紙の割合は非常に低いため、横浜市では「その他の紙」として一緒に回収しています。

プラスチック製容器包装について

「ポテトチップなどの内側がアルミでキラキラした袋は、プラでなく燃やすごみなんですよ」……という都市伝説に注意！



内側がアルミ貼りのプラスチックは燃やすごみに分別しますが、これと混同して内側がアルミ箔のようにキラキラ光る袋を燃やすごみだと勘違いする人が多いようです。「プラ」マークのある容器包装は、色は問わずすべてプラスチック製容器包装です。

3) は、明らかにプラスチック製と分かった容器包装だという場合に限りプラスチック製容器包装として出すことが可能です。判断しがたい場合は燃やすごみとしましょう。外国製の容器包装もこれに準じます。ほか、3) 以外はすべて燃やすごみです。

- 1) 雨の日にはスーパーや公共施設などの入り口で使うビニールの傘袋
- 2) プラスチック製のおもちゃ
- 3) プラスチック製なのに、古いせいか表示が無い容器包装
- 4) クリーニング屋さんでかぶせてくれるビニールの袋
- 5) プラスチック製の植木鉢、コップなど
- 6) DVDやビデオテープのケース



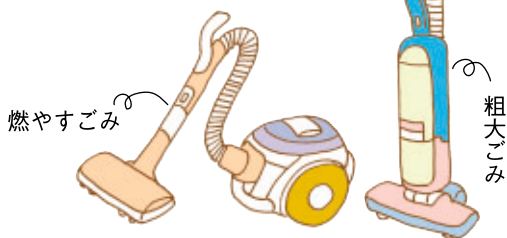
分別がどうしても難しい。次のものは「プラ」ですか？

粗大ごみについて

掃除機は、本体の長さによって2通りの扱いに分かれます。本体に蛇腹のホースを差し込む一般的な家庭用掃除機の場合、ホースを折りたたむなどして本体の長さがおおむね50センチ未満であれば燃やすごみになります。本体に直接吸い込み口がついているスタンド型掃除機など、本体の長さがおおむね50センチ以上ある掃除機の場合は、粗大ごみになります。



掃除機などは粗大ごみでなく、燃やすごみて本当？



法律上、プラスチック製品は対象外で、プラスチック製容器包装のみが対象だからです

納得いかない！
同じ素材なのに
どうして出し方が
違うの？



こんな声がありました。
「市販のラップを買って家で使った場合は燃やすごみで、スーパーなどの肉や魚をのせたトレーのラップはプラスチック製容器包装なんて、最近まで知りませんでした。同じ素材なのになぜでしょう？」
同じように疑問に思う方は多いでしょう。しかし、「市販のラップはそれ自体が商品であり、容器包装ではないから燃やすごみ。スーパーで商品を包むために使ったラップは容器包装」というのが理由です。現在の法律で「リサイクルすべきプラスチック」と定められているのは容器包装だけ。全国を見渡せば、東京都港区のようにプラスチック製品も含めてリサイクルする自治体もありますが、現状ではごくまれなことです。法律の見直しも視野に入れ、検討が進められています。

缶・びん・ペットボトルについて



びんについて
たはがれない
紙類がストレスです。
どうしてもきれいに
はがさなくてはダメ？



簡単にはがれる
場合ははがし、そ
うでない場合ははがさず
そのまま出しても大丈夫
です。



缶のプルトップ（プルタブ）や、
ドリンク剤のびんについている
アルミのキャップはどう出せばいいの？



最近の缶のふたは本体から離れない
スティオンタイプが多く、その場合は
本体の缶につけたまま出します。プルトップ
を本体から切り離した場合は透明のビニール
袋にまとめ、「小さな金属類」として缶・び
ん・ペットボトルと同じ回収日に出します。
ドリンク剤のアルミのキャップなどの小さな
金属類もまとめて同じように出せます。



缶・びん・ペッ
トボトルの回収は
3種類を同じ袋に入れて
いますが、分別するの
に業者の方は面倒では
ないですか？



ふたつの質問にま
とめてお答えします。
横浜市内で集められた缶・
びん・ペットボトルは市内
4力所（緑区、戸塚区、鶴
見区、金沢区）にある資源
選別センターに運ばれ、そ
こで、機械や手作業を通じ
て3つに選別されます。3
種類が混在する袋に対応す
る機械なので、家庭から出
すときに同じ袋に入れて出
していい、というわけです。
缶の選別は機械で行います
つぶれた状態だと正しく選
別されないことがあります
ので、つぶさず出すよう
にしましょう。



缶はつぶして出
してはダメ？ 横
浜市発行の『ごみと資源
物の分け方・出し方』の
表には「つぶさず出して」
とあるが、つぶしたほう
がかさばらないのいい
のですか？

缶をつぶして出しても良いのは資源集団回収と 学校等アルミ缶もったいないプロジェクトです！

*資源集団回収と当組合が行っている「学校等アルミ缶もった
ないプロジェクト」では、次のふたつの理由から缶をつぶしても
いいことにしています。

- 1) 資源集団回収ではスチール缶とアルミ缶が分別して出される
ため、資源選別センターを通さず、直接金属問屋に運ぶから。
(学校等アルミ缶もったいないプロジェクトの場合はアルミ缶だけが対象です)
- *資源集団回収で集めるものは、とりまとめている団体と回収業
者の話し合いで決めるため、缶を集めない場合もあります。
- 2) 学校等アルミ缶もったいないプロジェクトでは、100Kg（約
6000個）以上集まってから回収するから、できるだけ場所を
取らないようにするため。

古布について



古布に
出す衣類
はどんな
素材でも
いいの？



古布はシャツ・
スラックスなどの
衣類、シート、毛布、カ
ーテンなどを対象として
おります。これらは、古
着として再使用されたり、
ウエス（工業用のぞうきん）、
フェルト、自動車のシートの中身
などにリサイクルされており、素
材は天然繊維でも化学繊維でも問
題ありません。ただし、革製のも
のは対象外となります。革のコート、
ジャンパーなどは燃やすごみとし
てお出してください。



冬物は絶対に
出しては
いけませんか？



古布は冬物でも問題あ
りません。ただし、繊維
でできていないもの（革製のもの
や羽毛を使ったものなど）は対象
外です。革やダウンのコート、ジ
ャンパーなどは燃やすごみとして
お出ください。

各藤可づいづいます

第十五話



言葉について

日本では古来より、縁起の良い言葉を話せば吉事が生じ、不吉な言葉を述べれば凶事が起こるとされています。また、一度出した言葉は取り消すことができず、そのため、軽い気持ちで言葉を発してはいけないともいわれています。これは、我々が話す言葉には言葉霊という、一種、霊的なものが宿っており、それが現実の事柄に影響を与えるのだという考え方です。

もっとも正確に言えば、人の身体に宿っている魂（たましい・タマ）のありようが、その人の行う身振りや手振り、あるいは言葉や視線といった行為や動きによって発現するのであって、言葉それ自体に何かしらの霊的なものが想定されている訳ではないようです。いいかえれば、人の魂が、口から発せられることにより、言葉に乗り移るということなのでしょう。

また、何かを祈願したり、呪文を唱える時には、通常使用している言葉や言い回しではなく、お経や祝詞の^{のりこと}ように、普通に聞いていると意味が理解しづらい、独特の表現や言い回しを用います。これは、聖的なものと交感するため、日常とは異なる厳粛さや敬虔^{けいけん}さをあらわしているためと考えられます。



れきし
よもやし
ばなやし
し

1960年
神奈川県
横須賀市生まれ。
横浜市歴史博物館
学芸員

「この量だと注文しやすい」と

再生品の詰合せタイプ

2,800円

(送料・消費税込み)

大好評!

値段すえ置きで
頑張ります。

りくみのティッシュ

(200組・400枚)

…1パック 5箱入り

×3

小結くん おためし巻

…1巻 (30m)

りくみのトレペ

(130mシングル)

…1パック 6ロール入り

×4

詰合せの箱サイズ 横460mm×縦460mm×高さ355mm

お問い合わせ／ご注文は 巻末をご参照下さい

おしえて
まかせ

初めての稲刈り間近が 公園で生きものの田んぼ

まち



▲ さあ、じゃ、初めての田植え開始



▲ 湿地ビオトープ

「穂がでたよ！ 早いねえ。カカシを立てなく
っちゃ」と、三ツ池公園の管理員、中川さんか
ら電話がかかってきました。8月上旬の猛暑のさ
なかのことです。とりあえずあり合わせの材料で
カカシを一体作って公園へ行ってみると、田んぼの
一部に稲穂が出ていました。中川さんは「ちゃんと実
が入ってるよ」と見せてくれました。薄緑の透き通る
ような実でした。県立三ツ池公園にこの春、正門からの
園路に沿い、湧き水池、水田、湿地ができました。今か
ら10年ほど前、県民の声を集めるワークシヨップが開か
れたときに、出た案の一つが里山光景の復元でした。

池の上方には、
谷戸に降った雨水を
集め湧き水があふれ出
ています。湧き水は小
さな川となり、『湧き水

池』で温められ、『生きものの田んぼ』に入り、

『湿地ビオトープ』をうろおし、水路から池
へと流れます。地下水を汲み上げる手押しポ
ンプは、子どもたちが楽しそうに水を汲みだ
しています。ポンプの水は水路に流されるの
で無駄にはなりません。飲むことはできませ
んが電気が止まるような災害時にはきつと役
立つことでしょう。

『生きものの田んぼ』はまず縁の畦を泥で塗り
直し、落ち葉堆肥をまいてならす代掻きをし
たあと、5月下旬に田植えをしました。子ど
もたちはたっぷりどろんこ遊びをしてから苗
の植え方を教えてもらい、初めての田植えを
しました。田んぼの縁には大豆をまきました。
田植え後は手入れをしつつどんな生きものが
発生するか観察をしていくことにしました。

7月上旬は湧き水池、生きものの田ん
ぼ、湿地ビオトープをめぐり、アメン
ボウやハイイロゲンゴロウを見つけまし
た。松下先生（獅子ヶ谷小）は、「こう
いう浅いところがメダカは好きなんだよね」
と、子どもたちにわかりやすく説明してく
ださいました。昼はキジバトが水を飲み、
夕方になるとカルガモのペアが餌探しにやっ
てきます。ハキダメギク、カヤツリグサ、スズメ

ノテツボウなど、湿
地ビオトープには草
がまばらに生え始
ていました。稲が良
く育つよう何を肥料
にするか話し合い、
農業と化学肥料は水路
や池の生物に影響を与
えるため避けたいので、
水が流れ込む下の池のチツソヤリンをた
っぷり含んだ泥を入れることにしました。
8月上旬は暑いので夕方から観察会
を開きました。シオカラトンボがやっ
てきて、おしりを何度も水面に付け
産卵していたり、オスが他のオスを
追いだしたりしています。湧き水
池にはヨシノボリ（ハゼ科）が池
から上ってきています。名前の
とおり流れを遡る性質の小魚
です。小さな水辺ですがいろ
んな生きものがいつの間
か増えていました。このぶ
んど10月には稲刈りに
こぎつけそうです。なる
べく年間を通して参加
できる方、三ツ池の生
きものの田んぼに来ま
せんか？

ササキミチコ



▲ 手押しポンプが人気



まいたエコサロン秋まつり

～不思議発見・びっくり体験の一日～

10月5日(日) 午前10時～午後3時

会場：蒔田公園

(最寄り駅は市営地下鉄ブルーライン吉野町駅、京急南太田駅)

今年4月、蒔田公園の中にオープンした「まいたエコサロン」。ここに集う市民団体と横浜市環境創造局が、遊びながら楽しく環境について学べるイベントを開催します。エコクッキング、なんでも実験、カヌー体験、大岡川再発見、地場野菜の即売、間伐材のアイデア工作など盛りだくさんです。

* 雨天の場合は催しの内容を変更し屋内で実施予定



COME ON!

リサイクルデザインも
出展する
秋のイベント



ヨコハマポートサイド アート縁日17

つくる人、表現する人のギャラリーがひしめく秋の祭典

10月11、12日(土・日) 午前10時～午後5時

会場：ポートサイド公園 (横浜駅東口より徒歩7分)



▶ 昨年の様子

* 雨天決行／荒天中止

ひとつひとつが縁日の露店のような狭い空間に、アート(芸術)の心意気があふれています。1.8m×1.8mのブースが今年は180組、全国から集まる作家500名以上の規模で開催されます。

★会場の「リサイクルデザイン」のブースに本誌(月刊リサイクルデザイン10月号)をお持ちいただいた方に、りくみちゃんステッカーを差し上げます。



町内会の
祭りの景品に!

プレゼントに!

りくみちゃんグッズ

子ども達の
イベントのグッズに!

ノート 50円

クリアファイル(2枚) 50円



ステッカー 50円



えんぴつ(3本1組) 200円



シャープペンシル 100円



スケール 100円



1種類を
何個でもOK!

好きなグッズを
組み合わせてもOK!

合計金額 3000円以上は

送料は無料

例えば 全グッズ(6種類)各6セットの場合

お問い合わせ/ご注文は

巻末をご参照下さい

☆3,300円+送料0円=3,300円

おなかの胎児のために

「食欲の秋」

がやって来ましたね。

秋の味覚の代表であるサンマに

は、水銀とダイオキシン類はあまり含まれていないようで安心です。しかし、水銀が高い濃度で含まれている一部の魚（キンメダイ、メカジキ、インドマグロ、クロマグロ、メバチマグロ等）については、妊婦さんと妊娠を希望する女性は、食べないで下さい。なぜなら、おなかの胎児における神経系の発達に対して危険をおよぼす可能性があるからです。厚生労働省は、やっと2005年から上記のマグロも追加して、注意事項を発表しました。

この大きめの魚にみられる高い水銀レベルの理由ですが、地球温暖化の原因にもなっている「電気をつくること」が大きな一因です。つまり、石炭に含まれる微量の水銀が、おも



フェリス女学院大学・准教授、
1971年生まれ、東京農工大学環境・
資源学科卒業、農学博士

テルちゃんの
明日天気になあれは
隔月で掲載しています。

に火力発電所で燃やされることによ
って空気中に放出され、これが雨で
海へ流され、プランクトン→小魚→
大きな魚へと食物連鎖を通して濃縮
されています。

国際的な^{注1}FAOと^{注2}WHOの
専門委員会、メチル水銀の摂取
量の基準をより厳しく変更しており
(2003年)、日本人の妊娠可能
な15〜49歳の女性の4人に1人は、
この基準を越えてしまっているとい
定する^{注3}。研究報告もあります。私
が担当する講義でも、この点にふれ
て、お母さんのおなかの中は胎児に
とって唯一の「環境」なのだから、
特に女性は魚に含まれる環境汚染物
質に気をつけるよう訴えています。
水銀が原因で起きた悲惨な公害とし

て水俣
病を忘れては
いけません。また、特
に日本の近海魚のダイオ
キシン類による汚染の問
題も無視できません。

現在、日本環境学会と
日本科学者会議の合同の
検討委員会において、私
も微力ながらメンバーに
加わり、これらの問題に
関して国際的な規制の動
向や日本人の「魚食」を
守るための提言をまとめ
ているところです。魚を
よく食べることは、日本
の重要な文化であり、動
脈硬化や癌の防止にも効
果があります。今後、魚
の汚染に対する監視の強
化が必要と考えられます。

注1 国連食糧農業機関

注2 世界保健機関

注3 A. Yasutake, M. Matsumono, M. Yamaguti & N. Hachiya (2004) Current hair mercury levels in Japanese for estimation of methylmercury exposure, Journal of Health Science, Vol.50, pp. 120-125.

読者アンケートに
ご協力を！
メールを
お待ちしております

Eメール
mail@recycledesign.or.jp

HP

リサイクルデザイン

検索

今月号いかがでしたか？ これまでの号も含め感想をお寄せください。
Eメールのみでの受付となりますが、たくさんの感想をお待ちしています。

アンケート内容

1. 月刊リサイクルデザインで取り扱ってほしい事
2. 今月号の感想

メールの件名を『リサイクルデザイン読者アンケート』とし、アンケートの
質問番号の後に回答をお書きください。お名前(フリガナ)・郵便番号・ご住所・
年齢・性別・職業をお忘れなく。(HPからの方が簡単です) 抽選で10名様に
りくみちゃんシャープペンとノートのセットをプレゼントいたします。

第5回環境社会検定試験

申込登録期間10月7日～11月7日

詳しくは下記ホームページをご覧ください。

http://

www.kentei.org/eco/index.html

(問1は第1回試験問題より、
問2、問3は第3回試験問題より転載)

挑戦！eco検定

●eco検定とは
環境に対する幅広い知識をもち、社会の中で率先して環境問題に取り組み“人づくり”、そして環境と経済を両立させた「持続可能な社会」を目指すのが「環境社会検定試験（eco検定）」です。
過去の試験問題から毎月数題をご紹介します。きたこのコーナー、「も」といろいろの問題をのせて」との声に、今月号では1ページの拡大版に。環境に関する知識の力だめしをどうぞ。答えは左のページの最下段にあります。

問1 次の文章の（ ）の部分にあてはまる最も適切な語句を、下記の語群から1つ選びなさい。

食の知識やそれを選択する力を獲得し、(ア) 的で安全な食生活を送るための教育のことを(イ) という。この(イ)を含め、「自然への回帰をめざした食のスタイル」を提唱するのが(ウ) 運動であるといえる。この運動は、(エ) などの土地の味、あるいは優良な生産者から生まれる味、そして画一的でない個性のある味覚を育てる意識を大切にしている。

食をめぐる現状のさまざまな問題をふまえ、食に関する基本理念を定めるとともに、国をはじめとするそれぞれの役割・責務を明らかにし、施策の基本となる条項を定めている(オ) が、2005年6月に成立、同年7月15日に施行された。

語群

- 1) グリーンマーク 2) スローフード 3) 食品衛生法
4) 食育 5) 栄養指導教育 6) 食育基本法 7) 経済 8) 中食 9) 郷土食 10) 健康

問3 「都市」に関する次の1)～4)の記述の中で、その内容が最も不適切なものを1つだけ選びなさい。

- 1) ヒートアイランド現象は、都市部の熱汚染現象であり、都市の中心部の気温を等温線で表すと郊外に比べて島のように高くなることから、そう呼ばれている。
2) ヒートアイランド現象の対策としては、人工排熱量を減らすことと、地表面からの輻射熱を減らすことなどが重要である。
3) 最近ひん発している、いわゆる「都市型洪水」とは、湾岸や河口付近にある高層ビル街特有の洪水のことであり、海上に降った雨が逆流して堤防を壊し、ビルの地下街などに流れ込んでしまった状態のことを指す。
4) 江戸の街は、18世紀の初めに100万人以上が暮らす世界有数の大都市であったが、同じ時代のロンドン、パリに比べると、きわめて衛生状態もよく、清潔な街であったといわれる。

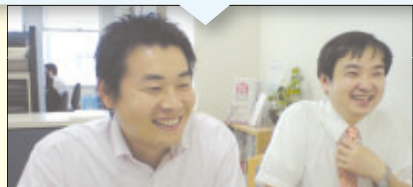
問2 次のア～オの文章のうち、内容が正しいものには○を、誤っているものには×をつけなさい。

ア「京都議定書」における日本を含む先進各国の温室効果ガス削減目標は、1990年比で6%とされている。

イ ノーベル平和賞を受賞した、ケニアのワンガリ・マータイ氏は、2005年2月に来日した際に「もったいない」という日本独自のことばを聞き、感銘を受け、同年3月の国連の会議で、日本の「もったいない」を世界に向けて紹介した。

ウ 企業などの事業活動にともなって生じた廃棄物のうち、「廃棄物処理法（廃棄物の処理及び清掃に関する法律）」で定められた20種類のことを一般廃棄物という。

エコ検定を試験として始めたのは、受験することが皆さんの意識改革に繋がればいいと考えたからです。受験者はおかげさまで増えています。先日、上智大学の先生から「ある学生が、満点取るまで受験し続けると言っていたよ」なんていう話も聞きました。(談)



東京商工会議所検定センター／近藤さん、竹野さん

抽選で3名様に『eco検定公式テキスト』（税込 2,625円）をプレゼント！

応募方法：はがきに住所、氏名、電話番号を明記のうえ、下記までお送りください。10月15日の消印まで有効です。当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

〒221-0054 横浜市神奈川区山内町13番地
リサイクルデザイン編集室 eco検定問題集プレゼント係

津村尚美

プロフィール
1955年生まれ
(有) ナチュレ企画代表
フェアトレードショップ
「まあじょうむ」を経営
中に料理に目覚める。
つぶつぶクッキング研究
生を経て現在マクロビオ
ティック師範科。著書「エ
スニック料理」

うだるような夏が終わり、これから食べ物のおいしい季節がやってきます。いくら身体にいいからといっても、玄米と旬の野菜だけでは、今までこんなに豊富な食べ物を食べてきた私達には、もの足りないし、我慢、我慢で厳しい気がしますよね。

そこで、今回から紹介したいのが、アワやヒエ、キビといった雑穀を食材として使う「つぶつぶクッキング」です。

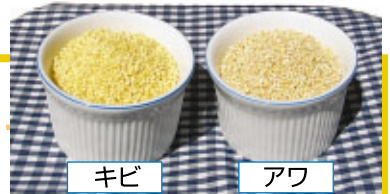
雑穀は、かなりポピュラーになってきて、ご飯に混ぜて炊く人達は増えてきましたが、つぶつぶクッキングでは、それぞれ穀物の旨みを塩で引き出して、揚げたり、焼いたり、炒めたりすること、肉や魚、卵やチーズにみたてて様々な料理を作ります。大地の生命力がいつぱいまった穀物料理を身につけてしまえば、大地のエネルギーは私達の味方。

ちなみに穀物料理の研究をしているアトリエ風では、つぶつぶ料理を「未来食」と名付けています。

うるちアワの炊き方 (1カップ分)

さて、穀物料理の第1回目は、炊き方を覚えましょう。

- 1) ボールにうるちアワを入れ、静かに水を注いでかき回して、浮いてくるゴミを流しながら洗う。
- 2) 洗ったうるちアワを目の細かいザル(裏ごし器が便利)にあけ、水気を切っておく。
- 3) 鍋に水1.8カップを入れて煮立て、塩小さじ1/4と、うるちアワを入れ、木べらでよくかき混ぜながら煮る。
- 4) 水分を含みドロツとしてくるまで混ぜていると、鍋底が見えるようになる。そのまま水分が無くなったら、ふたをして極弱火にし、15~20分炊いて火からおろし、10分むらす。
- 5) 木べらで返して空気を入れ、ほぐしておく。



キビ、ヒエも同じように炊けます。もちアワ、もちキビの場合は水を1.5カップにして同じように炊きます



注) もちアワ、もちキビの場合は水を1.5カップにして同じように炊きます。



♪ 作ってみました ♪
お団子にしてみたり
まぶしたらおやつに
なりますね。

雑穀といっても穀物です。ご飯を鍋で炊くことはできますよね。気軽に炊いてみて下さい。次回は、その炊いた雑穀を使ったレシピをご紹介します。

写真はもちアワです。



マスコー製紙 株式会社
MASUKOHI

〒418-0032 静岡県富士宮市浅間町14-12
tel.0544-27-0251 / fax.0544-23-4557



月刊リサイクルデザインに広告を出しませんか?

広告募集

月刊リサイクルデザインは1994年の創刊以来、リサイクルをはじめ環境全般に関わる様々な情報や話題を発信してきました。横浜市内ではフリーペーパーとしてすでに定着しています。発行部数は2008年7月現在で7万2000部。心豊かな暮らしに関心のある読者への声を届けるために、ぜひ月刊リサイクルデザインをご活用下さい。

お問い合わせ 横浜市資源リサイクル事業協同組合
TEL 045-444-2531 / FAX 045-444-2532

グループ企業会

ただいま7社!

ISO14001グループ認証に取り組んでいます!



横浜市資源リサイクル事業協同組合2005年度の事業研究委員会の計画から始まった、ISO14001グループ認証の取り組みが、今年で3年目に入りました。以前本誌で紹介した4社（RD140、141号参照）に加え06年に1社と組合、そして今年も1社と徐々に仲間が増えてきました。

ISO14001グループ認証とは

ISO14001は事業活動が環境に与える影響を継続して低減する仕組み（環境マネジメントシステム）を定めた国際規格。「PDCAサイクル」と呼ばれる手順（環境保全の取り組みの計画「Plan」を立て、実施「Do」、適切に運用されているか点検「Check」、改善が必要な点について見直し「Action」）を繰り返して環境への負荷を減らしていく。

このISO14001の認証をグループで協働して取得を目指すことにより、取得のための作業量、コストの負担が軽くなる。

「私たちは、主に古紙、一般廃棄物などを取り扱っている業者ですが、取引先でISOの認証を取ったという話を聞くようになり、うちでも考えなければいけないと思っているときに誘われました。1社で取得するより、同じ業種の仲間とできるのが心強く、また、コスト面でも負担が少ないのが魅力です。本格的に始動するのは10月からですが、昨年からのグループの会合にも参加して勉強しています」

(有)ビッグサービス
今年取り組み藤本さん

「ISOのマネジメントシステムを業務の改善に使いたいと思って参加を決めました。自分のところだけで取り組むとやらなければならないことがあまりにも多くて、どこから手をつければいいのかわからなくなるんです。その点、先輩方がいるのでいつまでに何をすればいいというペース配分ができるのがよかったと思います。今は社員にもPDCAなどの環境用語も浸透してきて見過ごしてきた問題にも気づくようになり、ルールにのっとって業務が行えるようになりました」

ナカノ(株)
2年目の窪田さん

続いているからこそその問題があるように、役割分担がしつかりでき、目標もクリアできているけれど、次の課題が見えにくくなっているといいます。

「小さい会社なので、環境負荷の削減を一気に進めることができたが、そのあとの削減幅が小さくなるのが悩みです。そこでつい小手先のISOのための膨大な書類作りなどに目が向きがちになったり、今のまま進めれば認証を受けなくても十分やっていける...と考えたりもしますが、初心を忘れないようにしたいと思っています。みんなでスキルアップしていけることや、環境以外のことで知識の吸収ができることがグループで取り組むメリットじゃないでしょうか」

(有)マル二商店
3年目の栗原さん

リサイクルの事業自体が環境の負荷を減らすことにつながっています。外部からのコンサルタントを使わず、グループ共通の環境整備のマニュアル作りや、今まで蓄積してきた法規制に関する知識を共有してお互いを高めあっている。このグループ認証を取得すること、その輪がさらに広がっていくことがリサイクルに携わっている人たちの基礎力アップになっていくようです。

本が1冊出てくるのに
30分かかる
国立国会図書館。



No.28

Mr.Rの3Rバンザイ

勘違いじゃ済まされないことが 起きるかもしれません

今日、回収された古紙の山の中から使っていない花火の袋が出てきた。「お子様花火セット」と書いてある。きつとこの夏に家族で花火をしようと思って買ったのだが、やりそびれてしまつて捨てたのだろう。

ところで、皆さんは家庭から出された古紙がどこに行くのか知っていますか？

家庭から出された古紙はトラックに積み込まれ、まずは古紙問屋と呼ばれる施設に運び込まれます。

そこでは古紙が、新聞、雑誌・その他の紙、段ボール、紙パックの種類毎に梱包されます。古紙の固まりはそれぞれ約1000kgの重さとなり、製紙工場へ運ばれるまでの間保管されます。

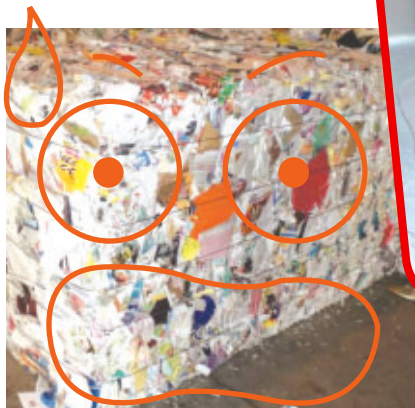
施設の中はもちろん火気厳禁。

要所要所に消火器が設置されているほです。なにしろ倉庫の中には紙が何百トンも保管されているからです。ご存じのとおり、紙は大変よく燃えます。パーベキューの時には炭に火をつけるために新聞紙を使うぐら

いですから、考えてみなくても誰もがわかることでしょう。

ところが今回はその紙の山の中から「お子様花火セット」が出てきたのです。施設の中には緊張が走ります。なぜなら、ひとつあるということとは他にもあるかもしれないのです。もし見逃してしまつてそれが自然発火なんてことが起きたら想像したくない災害となるでしょう。

そうなたら、もう勘違いじゃ済まされないのです。どうして使っていない花火が紙の



回収日に紙と一緒に出されたのかは、わたしにはわかりません。ただ心無い人の「まあいいか」から取り返しつかないことが起きないのを祈るばかりです。

それ行け!

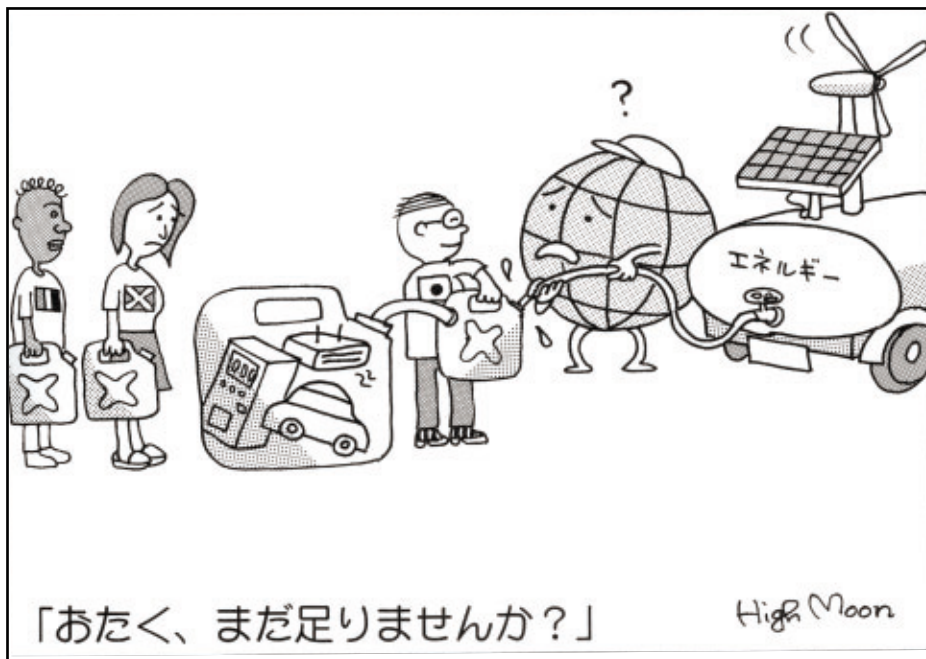
りくみちゃん 作・勝野真美 第46話



半生タイプのふりかけは、袋の内側に少し残って最後まで使い切れない。悔しいのでご飯を少し入れてよく振ってみたら、丸い団子状のおむすび完成。しめしめと気を良くしてもう一度やったら、袋の底が抜けて団子が飛び出して床に散り、もっと悔しくなりました。

もったいないコーナー

あなたが「もったいない」と感じることを120文字以内でお寄せください。宛先はINFORMATIONのページに。



出典／高月紘 著『絵コロジ』 合同出版（株）発行より転載



ハイ・ムーンの
ちょっとひとこと

高月 紘（たかつきひろし）さん

石川県立大学教授。日本漫画家協会会員。家庭ごみに関する問題を研究するかたわら、環境風刺漫画や講演を通じて環境教育の分野でも活躍。作品は『月刊廃棄物』に漫画ゴミック「廃貴物」として連載中。ペンネームは「ハイ・ムーン」。著書多数、左記ホームページでも作品を見ることができます。
<http://www.miyako-eco.jp/> / （京エコロジーセンター「ハイ・ムーンの漫画ギャラリー」）

牛乳パック配合でソフトな肌ざわり



＊ 現在価格改訂を検討中！
＊ 今のうちにご注文を！

1ケース(1袋6個入り8袋)

3000円 (送料込み)

使ったトイレットペーパーは
リサイクルできません
だから、再生紙100%！

**6個で13個分の長さ
・・・なのに375円！**

(シングル60mで換算)

＊ご注文は1ケースから

＊県外への発送は送料別途 ＊振り込み手数料別途

お問い合わせ／ご注文は 巻末をご参照下さい

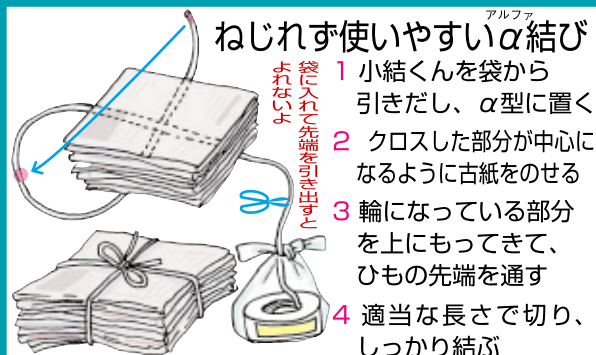


牛乳パックから生まれた紙ひも

こむすび



山結くん
1巻90m 230円



通販	価格(税込み)	送料
バラ売り	1巻230円	6巻まで400円 7巻以上450円
箱売り (1箱50巻入り)	10,500円	無料

＊10箱以上の場合、1箱8500円 ＊振り込み手数料別途

お問い合わせ／ご注文は 巻末をご参照下さい

INFORMATION

リサイクルデザインはこんなこともしています

■最近の活動報告■

■リサイクルポート山ノ内見学会 (山内埠頭にある当組合施設の見学会、無料)

- 8/2 山ノ内サタデー見学会 (1)
8/9 山ノ内サタデー見学会 (2)
8/16 山ノ内サタデー見学会 (3)
8/22 地域振興課 (3) (戸塚区)
8/23 山ノ内サタデー見学会 (4)
8/25 地域振興課親子施設見学会 (栄区)

ご質問やお申し込みは当組合までどうぞ。



小結くんはここで求めください

- 横浜市青葉区・鶴見区・神奈川区・保土ケ谷区の区役所売店●グリーンバザール(南区)●コミュニティストアすすきや(戸塚区)●御菓子処おきな堂(神奈川区)●武松商事(中区)●村松商店(鶴見区生麦)●おおぐち通商店街事務所(神奈川区)●ぷらむろーど杉田商店街事務所(磯子区)●バラエティたかはし屋(神奈川区)●どりーむ横浜二番館(西区)●ウッドハウス(保土ケ谷区上星川)

月刊リサイクルデザインはここにります

●グリーンバザール (南区六ツ川) ●地酒 篠原屋 (港北区篠原) ●神奈川銀行瀬谷支店 ●損保ジャパン横浜支店 ●東京ガス環境エネルギー館 ●マルエツ大倉山店 ●相鉄ローゼン三ツ境店 ●港南台店 ●大口店 ●二俣川店 ●緑園都市店 ●いずみ中央店 ●山手台店 ●白根店 ●モザイク港北店 ●六ツ川店 ●釜利谷店 ●左近山店 ●瀬谷店 ●いずみ野店 ●弥生台店 ●笹山店 ●東寺尾店 ●ひかりが丘店 ●希望が丘店 ●並木店 ●南まきが原店 ●南瀬谷店 ●ひなた山店 ●磯子店 ●オルト新子安店 ●十日市場店 ●上星川店 ●鶴ヶ峰店 ●マイカル天王町サティ店 ●ジャスコ駒岡店 ●金沢シーサイド店 ●カフェ杜 (港北区日吉) ●リサイクルショップおおきな木 (港北区綱島) ●うどんカフェ (青葉区こどもの国) ●リサイクルショップ「トロワの森」 ●横浜国立大学生活協同組合大学会館店 ●工学部店 ●神奈川県中小企業団体中央会 (中区尾上町) ●リセールショップ遊民 ●WEショップ旭 ●WEショップかながわ大口店 ●WEショップかながわ六角橋店 ●WEショップこうほく ●WEショップほどがや天王町店 ●WEショップちがさき店 ●WEショップちがさき十間坂店 ●WEショップにのみや ●リサイクルショップブランカスター (西区) ●WEショップ・あおばあざみ野南 ●トヨタカレリア本牧店 ●JA横浜みなみ総合センター (泉区中田西) ●東急ハンズ横浜店 (西区) ●サガン港南台 (港南区) ●きたじま牛乳店 (青葉区) ●豆工房コーヒーロースト (神奈川区白幡町)

編集室から

半年ほど前に、川崎市から横浜市鶴見区へ引っ越しをしました。今一番、苦勞しているのがごみ出しです。川崎市と横浜市で違うところは、川崎市ではプラスチック製容器包装の分別が無いところでした。さらに、ドライバーが川崎市では、小物金属なのに対し、横浜市では燃やすごみとなっています。隣り合う市町村で、これだけルールが違うと言うのはどうなのでしょう？リサイクルの仕事に携わっている私でも迷うぐらいですから…。もう少し分かりやすい分別基準にならないものでしょうかと一市民として思います。そうであれば、私達ももっと広報しやすいのですが…。(M・Y)

リサイクル標準価格表

2008年9月現在 日経9/4

品 名	買入価格	業者の売値
	1キロ当たり	1キロ当たり
新 聞	0円	15～16.5円
雑 誌	0円	10～12円
段ボール	0円	12～13.5円
衣類くず	設定不能	0～1円
アルミ缶	* 10～15円	

★集団回収には「買入価格」を適用。＊スチール缶と選別済みの価格★500キロ以上集団回収する団体の適用価格です。取引条件により多少変化します。
★事業所から発生したものは集団回収の対象になりません。事業所ごとに業者と直接ご相談ください。★段ボールは必ず束ねて出してください。

サポーター募集中!

対象：横浜市内在住の方

3R(リデュース、リユース、リサイクル)、環境問題などに関心のある市民(個人および団体)の登録をお待ちしています。登録無料、年会費など一切かかりません。自治会がサポーター登録し、会員に配付している地域もあります。サポーターになると……

- ・最新号を毎月お届けします
- ・本誌主催のイベントのご案内をお送りします

申し込み方法は当組合までお電話ください。
TEL 045-444-2531

お問い合わせ
広告商品のご注文

横浜市資源リサイクル事業協同組合(通称リサイクルデザイン)
TEL 045-444-2531/FAX 045-444-2532

●広告は随時募集しています
お問い合わせは左記へ

リサイクルデザインフォーラム2008

10月26日(日)

11時～16時 会場／横浜港大さん橋ホール
(みなとみらい線日本大通り駅下車徒歩5分)

地球にやさしいリサイクル

ストップ the 温暖化

テーマ

「ストップ the 温暖化生活」 体験ツアー (仮)

今、私たちにとって大きな問題である「地球温暖化」にスポットを当てます。「地球温暖化」は、どうやって止めることができるのでしょうか？ 私たちが毎日生活する中でできる身近な方法について、皆さんと一緒に考えたいと思います。

子ども環境会議 (14:00～15:00)

今年の「子ども環境会議」では、地球温暖化と温室効果ガス(二酸化炭素)をテーマに、実験を交えた会議が予定されています。さて、その実験とは！？……お楽しみに！

「環境絵日記」発表会・表彰式 (12:00～13:00)

今年の「環境絵日記」は、過去最高の9,500作品を超える応募がありました。この作品の中から厳正な審査の上、入賞者・特別賞受賞者を決めます。当日ステージ上では、特別賞受賞作品の発表会および受賞者の表彰式を行います。会場には、リサイクルデザイン賞に入賞した約500作品を展示します。横浜市内の子どもたちの力作をぜひご覧下さい。

▼ 昨年のフォーラムの様子

めりえコーナー・ 工作体験コーナー

昨年好評だった「めり絵コーナー」・「工作体験コーナー」を、今年は大幅にリニューアルします。

協賛団体ブース

リサイクルデザインフォーラムを支えてくれる協賛団体の展示ブースです。

リサイクルデザインブース

当組合で扱っている再生紙製品・オリジナルグッズ等の販売を行います。りくみグッズの新作や、お買い得なエコ製品も。

会場では
こんなことをやるよ、
みんな来てね！



リサイクルデザインフォーラムとは…

大人も子どもも一緒になってリサイクルや省エネ、環境保護の大切さについて考えようと始めた、当組合主催のイベント。今年で13回目を迎えます。昨年は「環境絵日記」応募総数7,466作品(過去最高)、来場者数4,866名と、たくさんの方々に参加して頂きました。

横浜市資源リサイクル事業協同組合