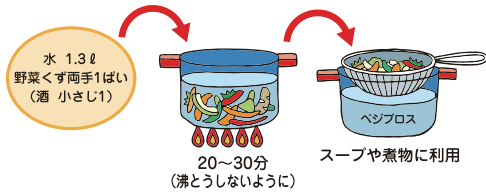


生ゴミを減らす生活

エコピュアあびこ

1 ごみにする前に再利用

- ベジブロス(野菜だし)を作しましょう
野菜の捨てる部分(皮・芯・種子など)を水で煮出す



効用

- おいしくて、健康にいい ○ 調味料が少なくてすむ
- 保育園で給食にとり入れたところ園児が病気をしなくなり欠席者が激減した

- 種子や皮も利用しましょう

・ユズの種子の化粧水

ユズの種子:日本酒(又はホワイトリカー)=1:3ビンに入れて2~3ヶ月置く。風呂上がりや顔に毎日顔と手に少量ぬるとツヤツヤになる。



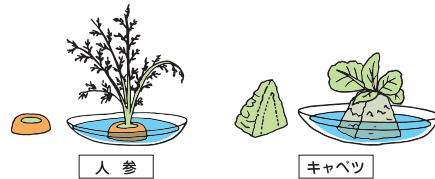
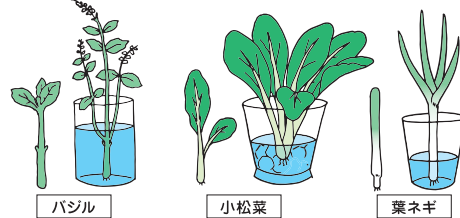
・タマネギの皮茶

タマネギの皮を天日干しにして、刻み、ティーバッグに詰める。熱湯で2~3分煮出す。血圧が下がる。コレステロール値が改善。花粉症やひざの痛みがなくなるなど



2 楽しみながら減らす

再生野菜を作しましょう



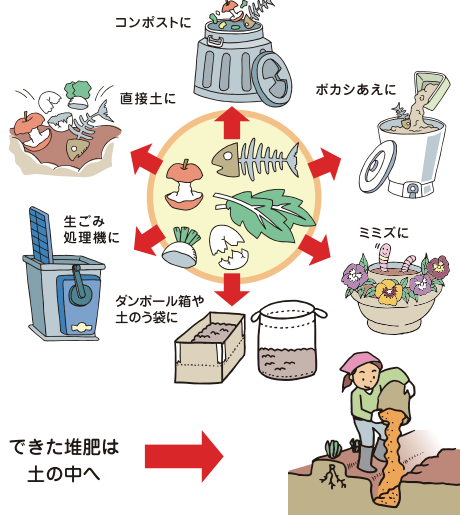
元気に再生させるために

- ・新芽が出てくる部分は残してカットする。
- ・水は新芽にかからないようにする。
- ・1日に1回以上、水を替える。
- ・葉が黄色くなってきたら日光不足、日当たりのいい場所へ移動する。
- ・水に浸っている部分が黒くなってきたら腐っているので、その部分を切り落とす。

3 出たごみは推肥に

いろいろ工夫しても、どうしても出てしまった生ごみは、リサイクルし、堆肥にして、畑や花壇に利用しましょう。

《生ごみリサイクルの方法》



4 生ごみ堆肥は一石五鳥



エコピュアあびこ

代表 渡辺 康子

電話 04-7182-4123

住所 我孫子市我孫子
2-5-1237

我孫子市のごみ減量を目的とした会で、生ごみリサイクルの推進と啓発につとめています。

ボカシを利用して、家庭から出る生ごみを発酵堆肥にして家庭菜園や花壇に有効利用しています。今年もパネル展示と、科学あそびのコーナーを担当しました。子ども達に科学の楽しさを知ってほしいと思っています。