

# 環境

ECO MAGAZINE

No. 339



(財) 岡山県環境保全事業団 環境学習センター アスエコ

## 特集1

環境学習センター「アスエコ」  
3年間のあゆみ  
そして、これから。



## 特集2 春から始める自転車生活 自転車で地球も体もダイエット!

見たい知りたい 自然探検隊  
生物多様性

実践! エコライフ  
エコドライブ

古き良きエコのはなし  
「炭(すみ)」

財団法人  
岡山県環境保全事業団

# INFORMATION

## Event


アスエコ 春のスペシャルイベントのご案内




お申し込みはアスエコまで!  
TEL.086-224-7272

※スペシャルイベントへのお申し込みは、お1人2イベントまでとします。


**4/10** みんなで育てよう! 緑のカーテン  
(土) 10:30~12:00  
参加費 無料  
対象 親子(小学生以上)、一般  
定員 20名




**5/22** お魚調査隊 in 西川緑道公園  
(土) 10:00~12:00  
参加費 無料  
対象 親子(小学生以上)、一般  
定員 30名 協力:岡山淡水魚研究会




**4/17** 世界にひとつ! 小鳥のブローチ作り  
(土) ①11:00~13:00 ②14:30~16:30  
参加費 500円 (材料代)  
対象 親子(小学生以上)、一般  
定員 各15名 協力:岡山バードカービングクラブ




**5/29** 街で見つけよう! OX(まるぼつ)探検隊 in 岡山  
(土) 10:00~12:30  
参加費 無料  
対象 親子(小学生以上)、一般  
定員 20名




**4/24** お天気実験教室  
(土) 10:00~12:00  
参加費 100円 (材料代)  
対象 親子(小学生以上)、一般  
定員 20名 協力:日本気象予報士会 岡山支部




**6/5** 布ぞうり作り  
(土) 10:00~13:00  
参加費 100円 (材料代)  
対象 親子(小学4年生以上)、一般  
定員 20名




**5/8** きて、みて、ビックリ!!「おかやま いきものレポート」  
(土) 10:00~12:00  
参加費 100円 (材料代)  
対象 親子(小学生以上)、一般  
定員 20名 協力:自然体験リーダーズクラブ



**6/12** みんなで楽しく学ぼう! 3R講座  
(土) 10:00~12:00  
参加費 無料  
対象 親子(小学生以上)、一般  
定員 20名



**5/15** エコ路地探検隊 in 倉敷  
(土) 10:00~12:30  
参加費 300円 (資料代)  
対象 親子(小学生以上)、一般  
定員 30名 協力:倉敷町屋トラスト



**6/26** 紙すき教室  
(土) 10:00~12:00  
参加費 100円 (材料代)  
対象 親子(小学生以上)、一般  
定員 15名



## Event

自然保護センターから自然観察会・特別企画のご案内

**初心者のための自然観察会** 参加費 ¥0  
日曜日開催 10:00~12:00  
申込 不要 場所 岡山県自然保護センター

**自然に親しむ体験教室**  
**5/16 春のネイチャーゲーム**  
(日) 13:00~16:00  
参加費 ¥0 申込 4/1~5/8  
往復はがき(返信用はがきに宛先を記入)に行事名・開催月日・希望者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入し応募して下さい。FAXでの申込みは、返信可能な場合に限りです。

**4/29 人と緑と野鳥のつどい**  
(木・祝) 10:00~12:30 (小雨決行)  
参加費 ¥0  
申込 不要(小学生までは保護者同伴のこと)  
持ち物 筆記用具・双眼鏡・水筒・弁当・雨具など  
場所 岡山県自然保護センター

**4/25 とんぼの羽化を観察しよう!**

**5/9 知ってビックリ! たんぼの花**

**5/23 春の陽のたんぼたち**

**6/13 ササユリが咲く場所**

**6/27 日本一小さなとんぼ**

**5/5 岡山県自然保護センター写真展**  
(水) 9:00~19:30 (最終日は16:00まで)  
場所 天満屋岡山店天満屋地下タウン アートスペース (岡山市北区表町2-1-1)  
5/10 (月) 入場料 ¥0

【お問い合わせ・お申し込み】岡山県自然保護センター 和気郡和気町田賀730 TEL.0869-88-1190 FAX.0869-88-1195 休所日:毎週火曜日、祝日の翌日

環境 ECO MAGAZINE No. 339

発行日 平成22年3月18日  
発行所 財団法人岡山県環境保全事業団 環境学習センター「アスエコ」アスエコ 〒700-0907 岡山市北区下石井2丁目2-10 TEL.086-224-7272 FAX.086-224-7273 開館時間:午前10時~午後6時(午後1~2時はお休み) 休館日:日曜、祝日、年末年始

「環境」へのご意見・ご感想、  
定期配送のお申し込みは  
アスエコまで!



この冊子の印刷にかかる電力は、グリーン電力で100%まかなわれています。

知名度も徐々に高まり、参加者もどんどん増えてきたアスエコの取り組み。3年間で、こんなにたくさんの活動を実施してきました！

**実績2 出前講座**

3年間で学校や一般などに約400件もの講師派遣を実施してきました。地球温暖化、生き物や水質のこと、ゴミ問題などについて分かりやすく伝えています。年を追うごとに依頼数は増加中！

延べ約2万人受講

地球にはどんな色があるかな？



**地球のキャッチボール**  
海の青、森の緑、雲の白…。守りたい地球の「色」の話から地球温暖化の勉強が始まります。

**ソーラークッキング**  
卵をゆでたり芋をふかしたり、太陽の力を実感。



太陽のチカラってすごいね！

学校教師の声…「児童の発達段階に沿った内容、進め方でとても分かりやすかったです。これからも是非、継続して下さい。」

満足度90点以上！



**省エネ探検隊**  
グループで測定器を持って学校中の電気製品を測ってまわります！自分たちに出来る省エネのコツを学びます。

どれくらい電気を使っているのかな？

**実績4 見学の受け入れ**

小学生から大人まで、3年間で約50団体が見学。専門スタッフが工夫を凝らしたオリジナルのメニューで、中身の濃い時間をお届けしています。

延べ約1,000人受け入れ

リピーター多数！



	件数	人数
1年目(2007年度)	11件	181名
2年目(2008年度)	17件	458名
3年目(2009年度)	20件	322名

**実績5 貸し出し**

貸し出し件数は、毎年平均200件前後。これは、ほぼ毎日、誰かがアスエコの図書やビデオ、機材を利用しているという計算になります。

年間約200件貸し出し



図書・DVD



**実績1 スペシャルイベント**

エコを考えるきっかけとなっている、毎回大好評のイベント。これまでに約115もの企画を実施しました。そのうちのごく一部を紹介します。

延べ約3,000人参加



お魚調査隊

お天気教室

キャンドル作り



セミ調査隊

布ぞうり

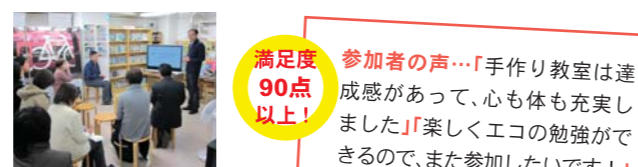
旭川川流れ隊



小鳥のブローチ

新聞紙エコバッグ

竹細工パック



大人のためのエコセミナー

参加者の声…「手作り教室は達成感があって、心も体も充実しました！楽しくエコの勉強ができるので、また参加したいです！」

満足度90点以上！

**実績3 企画展示**

写真展や生きもの展、体感型展示など、ほぼ毎月リニューアルする企画展示。世界や国内の環境情報を分かりやすく伝えています。

年間12~13回開催



アスエコ水族館～西川のお魚大集合～



買い物で世界を変える～フェアトレード&エコロジー雑貨展～



野生動物の写真から見る地球の「今」



環境フォトコンテスト「わたしのまちの〇と×」作品展

受賞作品から約30点を展示

特集1

(財)岡山県環境保全事業団 環境学習センター アスエコ

**3年間のあゆみ**

そして

**これから**

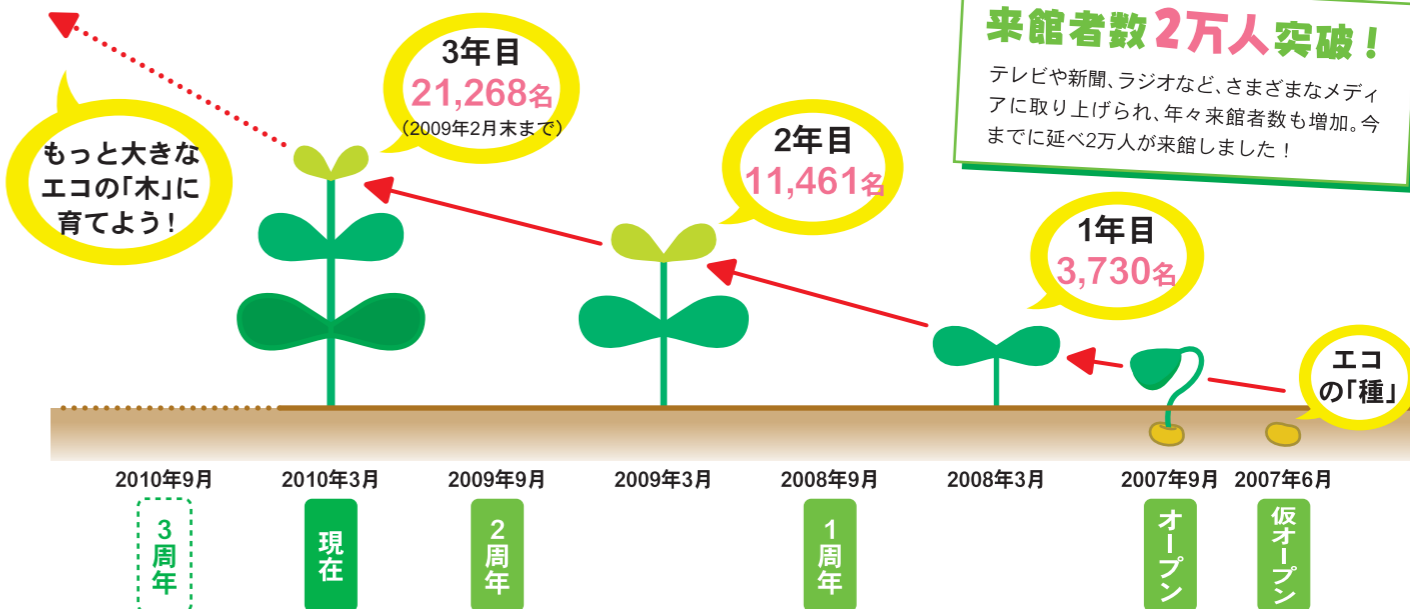
アスエコがまいたエコの「種」。どんどん成長しています！  
(財)岡山県環境保全事業団が運営する、環境学習センター「アスエコ」。県民の皆さんに、環境の大切さを「知ってもらおう」、環境を守るために「行動に移してもらおう」、そして「仲間を増やしてもらおう」ことを目的にスタートし、今年9月には、はや3周年を迎えます。

オープン以来、さまざまなイベントや展示、講座を開催し、地球の今を伝え、役立つエコ情報を発信してきました。たくさんの方がアスエコを訪れ、その結果、家庭や学校、企業や地域の中に、環境について考えるきっかけ・エコの「種」がまかれ、育ち始めています。また、岡山でエコ活動に取り組む人の新しい活動や企画のヒントが生まれる場所、県内のエコ事情が集まるホットスポットとしても、存在感はますます大きくなっています。そして、さらにこれから、エコの「種」が大きな「木」になるように、アスエコは皆さんと一緒にどんどん成長していきたいと思っています。

今回は、そんなアスエコの3年間の実績と、知られざる便利な活用法についてご紹介！ 家族やお友だちを誘って、ぜひアスエコへ遊びに来て下さいね！

**来館者数2万人突破！**

テレビや新聞、ラジオなど、さまざまなメディアに取り上げられ、年々来館者数も増加。今までに延べ2万人が来館しました！



## 活用2 見て、ふれて、学ぶ! 体験プログラム

アスエコ内に常設展示されている、さまざまな環境学習プログラム。専門スタッフの説明を聞きながら、環境学習の楽しさを体感できます。

### 持てるかなエネルギーのカバン



バッグの中身は、3つの国の国民1人あたりが1日に消費するエネルギー量。どの国がどのバッグか、想像しながら持ち上げます。重かったり軽かったり、エネルギーの具体的な重さを知ることで、エネルギーを身近に体感します。

### 食をめぐる物語

スーパーの食品チラシから、「旬」や「外国産」の食べ物を探し、何月のチラシかを当てるプログラム。私たちが毎日食べているものの現状を知り、さらに、自分たちにもできる「食べ物を通した温暖化防止対策」について考えることができます。



グループでの話し合いでは、討論が白熱!



重くて持ち上げられないよ~

### 発電体験や電球の比較実験

蛍光灯と白熱電球の電力量の違いに、数値を見てビックリ! 発電体験では、電気を作ることや安定して維持することの大変さが実感できます。



蛍光灯と電球の電力量比較



手回し発電



自転車発電

いっぱい漕いで疲れたなあ

### かくかくしかじか温暖化



地球温暖化のメカニズムを、スタッフが大きなボードで説明します。温暖化に関わる要素のマグネットを動かしながら、大勢で楽しく視覚的に学べます。



## 活用4 お答えします! 環境のギモン

### 専門スタッフがアドバイス!

「親子参加できるイベントを知りたい」「イベントにエコ要素を取り入れるには?」「珍しい生き物を発見! 名前は?」「講師派遣してほしい」...など、環境カウンセラーをはじめ、専門スタッフがきめ細かく相談対応しています。



### ほしい環境情報がそろっています!

アスエコ発行の情報誌「環境」をはじめ、雑誌を多数常備。エコライフ実践のヒントが載ったパンフレットや、イベントのチラシなど、相談内容に応じて、ほしい資料が入手できますよ!



専門雑誌が取り揃う閲覧コーナー



常時50種類以上

パンフレット各種

## 活用3 あなたに合わせた見学メニュー

地球温暖化をはじめとした、さまざまな環境問題について学ぶための学習メニューが満載。機材や体験プログラムを使い、人数や大人・子どもに合わせたオリジナルのメニューで、楽しく分かりやすく学べます。

見学無料

定員40名

- ・ものづくり体験
- ・温暖化特別講座
- ・DVD上映会 など



興味深い内容が満載!



## 遊びに行ってみよう! アスエコ 大解剖

活動目的によって、さまざまな形で利用できるアスエコ。3年目を迎え、ますます多彩な企画やサービスを提案しています。スタッフのおすすめや、活用法をご紹介します!

## 活用1 貸し出しOK! 本やグッズで楽しく学ぼう

アスエコでは、本やDVDをはじめ、エコグッズも借りられるって知ってましたか? 家庭や学校、企業、団体など、各自で環境学習に取り組みるので、ぜひ利用してみてください。

### おすすめ図書・DVD・VHS

DVD

**地球温暖化 今、私たちにできること**  
温暖化について誰かに分かりやすく伝えたいと思ったらこのDVD。環境省作成。



VHS

**この母なる川の詩 旭川**  
旭川の upstream から downstream までをその暮らしや変遷まで分かりやすく追った名作。



DVD

**もったいないばあさんと考えよう 世界のこと**  
地球が抱える問題と厳しい環境下で暮らす世界の子どもたちの現状を捉えた作品。



エッセイ

**地球のために わたしができること**  
枝廣 淳子 著  
私たちが身近に出来ることを、分かりやすく楽しく綴ったエコ・エッセイ。



絵本

**あなたが世界を変える日**  
セヴァン・カリス=スズキ 著  
当時、12歳だった女の子が、語った伝説のスピーチ。環境問題を解決する勇気をくれる。



ビジュアル・ブック

**たべものがたり 食と環境 7の話**  
山本 良一 企画監修  
「食」を見つめ、地球環境の大切さを豊富な写真やイラストとともに解説。

### ワットアワーメーター

コンセントとプラグをつなぎ、家電製品の電気使用量を測定。CO<sub>2</sub>量や金額に換算し、エコ度の「見える」化ができます。



シートに記録しよう

33台

### エコかるた

温暖化防止活動推進員による手作りや、岡山にまつわるエコ事情などのかるたで、遊びながら楽しく学べます。



皆で遊ぶと盛り上がる!

### もっと使えるエコグッズ

#### クイズパネル

地球温暖化問題について、分かりやすくQ&A形式でまとめています。10枚セットで借りられ、ポイント学習に最適です。



何問正解できるかな?

#### 自転車発電

ペダルを漕ぐと電気が発生し、パネルの蛍光灯や液晶画面、扇風機、CDプレーヤーなどが稼働したり、長いチューブの中でピンポン球が上昇します。



一番多く電力を必要とするのは何かな?

漕ぐスピードが速いほど、ピンポン球が上昇するよ!

#### ソーラークッカー

天気次第では、20分程度で約200℃まで温度上昇! お芋をふかしたり、簡単にお湯も湧かせるので、イベントで調理に使い、「おひさまカフェ」としての利用もできます。



5台

焼肉もできるくらい高温に!

# 自転車はメリットいっぱい！

自転車は、地球にも私たちにもいいことづくめ！ 魅力いっぱいの乗り物です。

## 地球にやさしい

車から自転車への乗り替えて、CO<sub>2</sub>を含む排気ガスの排出がゼロになり、温暖化防止に貢献できます。燃料いらずで、限られた資源エネルギーにも頼りません。

例えば、1kmの移動を車から自転車に乗り替えると…

CO<sub>2</sub> 2ℓのペットボトル × 44本分の削減につながります！

1人を1km運ぶのに排出されるCO<sub>2</sub>



## 交通死亡事故の減少

交通事故による死者は、年間約5000人。そのほとんどは自動車事故によるものです。事故で死に至る危険性が車より自転車のほうが低いのは歴然とした事実！

## 街が身近に

自分の足で自転車を漕いで走る。すると、点と点だった家と目的地が線で結ばれ、地面がつながっていることに気づきます。新しいお店を見つけたり抜け道を開拓したり…、街がとってもし近くなりますよ！

## 季節を感じられる

車に乗っていると実はなかなか感じられない季節感。自転車の夏は確かに暑く、冬は寒い。だからこそ、春や秋の訪れに気づくのです。

## メタボ解消に！

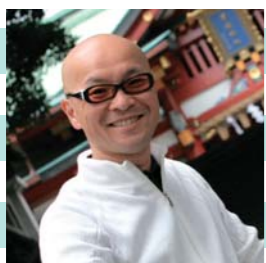
- 有酸素運動で体脂肪燃焼
  - 基礎代謝と筋力アップ
  - 中性脂肪・悪玉コレステロール減少
- など、生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防・改善に効果的。肩こりや腰痛の解消、脳の活性化なども期待でき、体にいいこと盛り沢山！

## 渋滞知らず

自転車は渋滞のイライラ知らず。時間を有効利用できるので、ビジネス効率UPにつながります！ 車から自転車に乗り替える人が増えれば、渋滞の緩和も予想できます。

## お財布にうれしい！

例えば、会社まで片道7kmのAさんが、車から自転車に乗り替えると…



**足田 智 (ひきたさとし) さん**  
1966年宮崎県生まれ。東京大学文学部卒。毎日往復24kmの自転車通勤歴は13年になる。NPO法人自転車活用推進研究会理事、学習院大学生涯学習センター非常勤講師。「自転車生活の愉しみ」(朝日新聞社)など著書多数。TBSテレビ情報制作局プロデューサー。

「岡山・自転車生活のススメ」  
自転車ツーキニスト・足田智さんに聞く  
今、世間は「自転車ブーム」。不景気ダイエット・エコ…、要因はいくつかあるでしょう。かく言う私は、満員電車が苦痛で自転車通勤を始めたのですが、最初の1年間で17kg減量！しかもリバウンドなし。定期代も浮き、ついには車も手放したので、諸々合わせて年に約70万円もセーブできることに。これはすごい経済効果でした。通勤時間もドアウトドアで電車より短くなり、夜はぐっすり寝られ、朝はスッキリ目覚められるなど、自転車通勤で得た効果はたくさんあります。しかし、一番の収穫は、季節が感じられ、街が身近になったということ。毎日ふとした発見があり、人生がちょっとびり楽しくなりました。しかも地球にやさしい。こんなに魅力的な乗り物他にありません！  
岡山は政令指定都市。地方とは言っても十分都会です。中心市街地に車が入ると、渋滞や駐車場不足などの問題は生じているはず。「地方では車が必需品」という現状がありますが、「どこへ行くのも何の疑いもなく車に乗る」のはどうかと思うのです。今までのライフスタイルにふんざりをつけて、ある日突然、自転車に乗ってみる。その楽しさ・気持ちよさを体感するのには時間がかからないでしょう。ちょっとした興味があれば、今すぐ乗るのが一番！「気づけば、どこへ行くにも自転車」になっているかもしれませんよ。



「岡山・自転車生活のススメ」  
自転車ツーキニスト・足田智さんに聞く

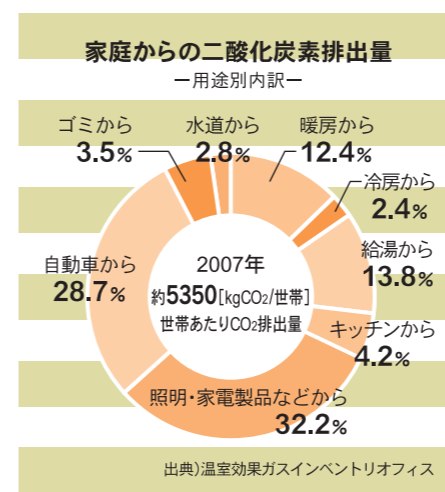
## 特集2 春から始める自転車生活

# 自転車で地球も体もダイエット！



おしゃれでスマートなエコ、自転車ライフを始めよう  
最近街中で、ママチャリとはひと味違う、ちょっとかっこいい自転車で乗っている人をよく見かけませんか？ メッセンジャーバッグやリュックを背負い、颯爽と走り抜ける姿に、一度は目を惹かれたことがあるはず。通勤に自転車を使う人も増えているようです。  
燃料いらずの自転車は、限られた資源エネルギー・石油に頼ることなく、CO<sub>2</sub>排出ゼロで環境にやさしい乗り物。もちろんガンソリン代もかからないし、おまけに運動不足を解消できるといった、私たちの生活に身近でうれしい魅力も満載です。エコで健康的、ファッションを楽しめる…、そんな自転車は、今やおしゃれな乗り物の代名詞になってきているのです。  
あなたは普段の生活で、どれくらい自転車で乗っているでしょうか？ 坂も少なく、比較的平坦な岡山の街。そのうえ雨も少なく、自転車乗りにはうれしい「晴れの国」です。陽射しや風も暖かくなり、絶好のこの季節。地球にやさしい、おしゃれでスマートな自転車ライフを始めてみませんか？

## 「脱・マイカー」な暮らしへチェンジ！



- 問題 その1** 家庭から出るCO<sub>2</sub>の約3割を車が占めている  
1日中車に乗って過ごすという人は少ないはず。しかし、家庭からのCO<sub>2</sub>排出量の約3割は車が要因！(左図参照) 車がいかに大量のCO<sub>2</sub>を出しているかが分かります。
- 問題 その2** エコカーへの乗り替えだけでは、CO<sub>2</sub>削減目標には不十分  
たとえ日本中の車をすべてエコカーに乗り替えても、2050年にCO<sub>2</sub>排出を80%削減した低炭素社会を実現するのは不可能とされています。

### 「自転車に乗る」ことがカギをにぎる！

生活に欠かせない「自由な移動」。しかし、その手段は車だけではありません。本気でCO<sub>2</sub>を減らそうとするならば、むしろこれからは「車をどう使わない暮らしと社会にしていけるか」を考え、行動することが必要です。そこで、CO<sub>2</sub>排出ゼロの自転車こそが、解決のカギに！ 自転車ライフで、持続可能な低炭素社会を実現しましょう！

## 安全・楽しい自転車ライフのために 自転車の交通ルール＆マナー

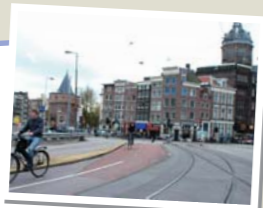
歩道・車道を問わず、左側通行を守れば、事故の危険性、歩道のお年寄りや視覚障害者などにとっての自転車の脅威が減らせます。楽しく安全な自転車社会をつくるために、基本ルールとマナーを意識して自転車に乗りましょう。

### 自転車安全利用5則

- 1 自転車は車道が原則、歩道は例外**  
自転車は「車両」の一種。歩道と車道の区別があるところでは、車道を通行するのが原則です。
- 2 車道は左側を通行**  
車道では、原則として左側端を通行するようにしましょう。
- 3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行**  
歩行者の通行を妨げるような場合は、一時停止しましょう。
- 4 安全ルールを守る(飲酒運転・二人乗り・並走の禁止、夜間はライト点灯、交差点での信号遵守と一時停止・安全確認)**  
道路や交通状況に合わせて、他人に危険を及ぼさないような速度と方法で運転するようにしましょう。
- 5 子どもはヘルメット着用**  
児童や幼児が自転車に乗る時は、乗車用ヘルメットをかぶせるように努めましょう。

### 日本にも必要です！ 自転車専用レーン

環境最先進国ドイツ、オランダなどでは、都市部で自転車専用レーンが整備されています。道路には車道、自転車レーン、歩道が独立しているため、それぞれの移動が安全で快適。交通事故も劇的に減少しています。ドイツの都心部では、自転車レーンがない道路はないと言うほど、国を挙げて自転車社会が推進されています。



## おかやまを 自転車先進県に！

自転車をもっと暮らしの中心に！ 快適に活用できる街にするために、自転車の交通ルールや利用情報を知っておこう。

### 自転車は道路のどこを走るの？

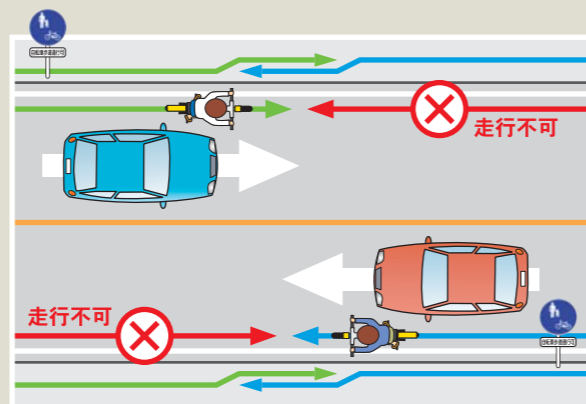
- 基本は車道の左側に寄って通行。
- 歩道の通行は例外※。

#### 歩道を通行する時には…

- 歩道は車道の左右どちら側でもよい。
- 歩行者優先で歩道の車道寄りを徐行。
- 歩道で自転車とすれ違う場合は、互いに左側に避ける。



**自転車歩道通行可**  
※「自転車歩道通行可」の標識。自転車が通ることを許されている歩道は、この標識が目印。



### マイカーは家でお留守番。 レンタサイクルを利用しよう！

「岡山や倉敷の会社へ車で通っている」、「岡山や倉敷へは車で遊びに行く」という皆さん、駅前や駅前から自転車を借りれることは知ってましたか？ たまには街中を自転車でブラブラしたり、1カ月利用で自転車通勤を体験してみても？

#### 《レンタサイクルのココが便利！》

- ・駐輪場を確保しなくてもOK。
- ・自転車を買わなくてもOK。
- ・パンクをはじめ、各種メンテナンスはお店にお任せ。

#### レンタサイクル駅リンクん JR岡山駅東口店

料 金 / 300円(1回)、  
2,000円(1カ月、保証金8,000円 ※退会時返却)  
営業時間 / 7:00~23:00  
岡山市北区駅元町1-1 TEL.086-223-7081

#### レンタサイクル駅リンクん JR倉敷駅店

料 金 / 300円(1回)、  
3,000円(1カ月、保証金8,000円 ※退会時返却)  
営業時間 / 8:00~20:00  
倉敷市阿知1-1-1 TEL.086-422-0632

### まずはここから！ ママチャリ改善

一家に1台きつとあるはず。  
スピード上げて、らくらく長く走るには…



- サドルの位置を上げる**  
体重の負担が軽減され、長距離の走行が可能に。
- 空気圧はパンパンに**  
パンク予防になり、スピードも格段に向上！
- チェーンにオイルをさす**  
運転時の漕ぐ抵抗が軽くなる。摩耗軽減にも。

#### 小径車

3~5kmの通勤向き。小回りがきくので狭い道もすいすい走れる。折りたためるタイプは旅先まで運搬する「輪行」にも便利！



#### マウンテンバイク

山坂道向き。サスペンションが衝撃を緩和するため、凹凸の激しい道での安定した走行が可能。タイヤ替えて街乗りもできる。



#### キッズバイク

親子でお揃いのメーカーの自転車に乗れば、楽しさも倍増！



#### クロスバイク

10km前後の通勤に最適。深い前傾姿勢をとらないため、初心者でも安心。サイクリングとスポーツ要素を兼ね備えている。



#### ロードバイク

ドロップハンドルと細いタイヤが特徴。長距離向きで、初心者でも70~100km走行が可能。悪路に弱いので、街乗りにはタイヤ替えがおすすめ。



### 自転車の次に買うのは… 揃えたいアイテム



**オイル**  
オイルは空気圧の次に重要なポイント。さす回数は月1回が目安。チェーンが潤う程度にさそう。

**ポンプ**  
空気圧管理のためにメーター付きがおすすめ。月1~2回は必ず空気を入れよう。



**ライト・テールランプ**  
自発式のライトや、ハイパワーがより安全。テールランプや反射板などと併せて付けよう。



**鍵**  
自転車には盗難防止が必須。頑丈なロック型やワイヤー型などの、複数付けが理想的。

## さあ 乗ってみよう！

自転車の楽しさは体験してみないと分からない！ 興味がわいてきたら、さっそく乗ってみよう。

### 自転車を選ぼう

より本格的な自転車に挑戦してみよう。どんなふうに乗りたいか、どんな場所へ行きたいかをイメージしたら、専門ショップでプロに相談を。後々メンテナンスが必要になるので、気軽に相談対応してくれる、なじみのショップを見つけよう。

協力 /  
**cycle shop Freedom**  
岡山市北区駅前町1-10-28  
TEL&FAX 086-225-0512



vol. 12

# 炭 すみ

## 古き良きエコのはなし

暖房に、調理に、調湿に…。暮らしの中のさまざまな用途で使われてきた炭。今回は炭に関する知恵をひもときます。

# 自然探検隊

## 生物多様性 ~生きもののいのちをつなごう~

2010年は「国連国際生物多様性年」です。私たちも身近なところから、生物多様性について考えてみませんか？

田んぼで暮らすメダカやトノサマガエル、動物園の人気者ライオンやゴリラ、アフリカゾウ、我々が知っている身近な生きものに今、絶滅の危機が迫っています。生きものたちに何が起きているのか、そして絶滅を防ぐためにはどうしたらよいのでしょうか。それには、地球に生きる生きものたち、一種として、人間が他の生きものたちとどのように関わっているかを考えることが重要です。まずは、「身近な生きものについて知る」とです。身近な環境にどんな生き物が棲んでいるか、その生きものがどのようなつながっているかを知るために、「アスエコ」のイベントや、自然保護センターの観覧会に参加し、身近な自然と触れあうことから始めてみましょう。

### 生物多様性ってなに？

- 1 生態系の多様性**  
森林、里地里山、河川、湿原、干潟、サンゴ礁などいろいろなタイプの自然があること。
- 2 種の多様性**  
動植物から細菌などの微生物にいたるまで、いろいろな生きものがあること。
- 3 遺伝子の多様性**  
同じ種でも異なる遺伝子を持つことにより、形や模様、生態などに多様な個性があること。

守ろう！  
生きもの  
のつながり



### 生物多様性は今、以下の理由から危機にさらされています！

1. 開発や乱獲による種の減少・絶滅、生息・生育地の減少
2. 里地里山などの手入れ不足による自然の質の低下
3. 外来種の持ち込みや化学物質による汚染
4. 地球温暖化による急激な環境変化



### 地球のいのち、つないでいこう

生物多様性

2010年10月、「生物多様性条約締約国会議(COP10)」が名古屋で開催されます。世界から約190カ国が集まり、生物多様性を守るための政策を話し合う会議。日本は議長国として、いかに会議の舵取りを行うか、世界中から注目されています。  
<http://www.biodic.go.jp/biodiversity/>

人類が火を使い始めた石器時代からあったとされる炭。現在では化石燃料にとって代わられ、生産量は減少している。しかし、そのさまざまな機能と優れた特性についてご存知だろうか。炭は主に、間伐材を材料に作られる。近年、多くの山や森林が、間伐されず手入れされていない状況にある。放置された山や森林は荒廃し、土壌の持つ保水力や、CO<sub>2</sub>の吸収能力の衰えは深刻だ。炭作りは、そんな現代の山や森を育て循環するシステムの一端を担っている。そして竹炭もまた、竹の過剰な繁殖問題の解決に貢献している。

これまで、日本独自の環境や文化に見合った炭が生まれ、使われてきた。まず思い浮かぶのは暖房や調理としての用途。炭火にかざした手が中からじんわり温まるのは、遠赤外線による輻射熱のためで、火鉢や囲炉裏は部屋全体を暖め、同時に湯も沸かせる。また、燃焼ガスと灰に含まれる成分で食材の旨味が増すとも言われ、調理では他の熱源にはない優れた機能を発揮する。

中でも備長炭は、火力が長持ちし火加減がしやすいため、現代にも重宝されている。さらに炭には調湿機能もあり、床下に敷くことでカビや腐朽、シロアリ被害を防ぐ効果がある。その知恵は、昔から特別な建物、たとえば天皇の住居や神社仏閣に見られたのは近年だが、このように昔の人々は、経験から炭の性質を知り、巧みに取り入れてきた。

炭は今、排水による河川の汚染、現代住宅特有の床下の結露・化学物質による室内の空気汚染などの改善に使われるなど、必要性が高まっている。燃料としての効率や利便性は現代の他のエネルギーに劣ったとしても、水や大気の浄化機能を持つ、製造・再生しやすい安全な木質系資源として見直されてきているのだ。

安土桃山時代には、茶の湯の美意識に適った焼成技術までも確立され、暮らしにも文化にも欠かせなかった炭。私たちが炭を知り、使うことは、自然を守り、豊かに生きることへ通じているのではないだろうか。

「食」に役立つ優れたもの、炭を活用しよう  
最も知られている炭の効果といえば、浄水や消臭効果ではないでしょうか？ これは、炭の表面には無数の穴があり、吸着性があるからです。穴は縦横に通っていて、水や空気をよく通します。水道水に炭を入れておくだけで、カルキ(塩素)を吸収し、代わりに豊富なミネラルが溶け出し、代わりには豊富なミネラルが溶け出すので、天然のミネラル水のように大変身！  
冷蔵庫に入れば、エチレンガスを吸収して鮮度を保ち、庫内の臭いも消臭してくれます。  
そのほか、炊飯器に入れて米を炊くと、長時間の高温によって遠赤外線が放射され、ふっくらと美味しく炊きあがるなど、食に関する効果は多岐にわたります。



## 実践！エコドライブ！エコドライブの基本

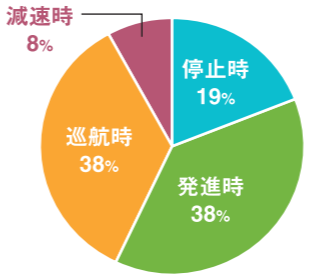
燃費のよい走行で、CO<sub>2</sub>排出削減、ガソリン消費抑制ができる運転術。家計にもやさしいエコドライブを、安全運転で実践しよう。

車は、発進、巡航、減速、停止のパターンを繰り返しながら走行しています。走行中の燃料消費(左図)は、発進時に消費する割合が非常に高くなっています。エコドライブのコツは、不必要な燃料を消費する運転操作をしないこと。また、月単位で燃料計測するなど、燃費に対する意識を高めたり、同乗者に意見をもらうのも改善策の1つですよ。

### エコドライブのポイント

- 発進時** ふんわりアクセルでやさしく発進  
5秒かけて時速20kmに達するように、ゆっくりとアクセルを踏み込む。
- 巡航時** 先の状況を確認し、アクセル一定で走行  
先の駐車車両や工事箇所などに早めに対処することで、無駄な加減速をなくす。
- 減速時** 停止位置を予測し、早めにアクセルオフ  
先の赤信号を見つけたら、アクセルオフで、燃料カットを活用。
- 停車時** アイドリングストップ  
長時間停車する時は、エンジンオフを習慣に。

### 走行パターン別の燃料消費比率



### さらに1つずつ実践していこう！

- エアコンの使用を控え目に。
- 暖機運転は適切に。
- 道路交通情報を活用し、渋滞を避ける。
- タイヤの空気圧をこまめにチェック。
- 不要な荷物は積まずに走行する。
- 通行の邪魔にならない駐車スペースに駐車する。