

330

LOVE
and
PEACE

2008 カムカムフェスタ開催



ECO 想い出編



ワクワク楽しい
ヨリタ歯科クリニック





はじめに

今回のフェスタのテーマは、“ECO”

そして、“Love&Peace”

今回のフェスタも、参加者の皆様に絶対喜んで頂くため



まずはメンバー一人一人、“ECO”についての

思いを書いて頂きました

みんな、いっぱい書いてくれました

ご興味のあるあなたは、是非お読み下さい

願いは必ず叶う。思いが先、行動は後！！

“みんなの夢が叶う カムカムフェスタになりますように”





ということで、今回はサマーフェスタ
診療は、一日お休み

午前中、メンバー全員で医院全体を飾り付け
今回は、今まで一番デコラティブかも



忙しい診療の合い間をぬって、たくさんの飾り付けを
作ってくれました
よくここまで作ったと、思うほど

お陰であっという間に、医院全体がフェスタモードになりました
メンバーの思いがいっぱい詰まった、サマーフェスタ
いよいよ、開幕です



今回のワクワク楽しい出し物は、4つ

まずは、ECOボーリング

そして、ECO射的



さらに、ワクワク楽しいECOクイズ

さらに前回のフェスタの写真や、メンバーが作った
夏休みの自由作品も、たくさん飾りました



そして、ECOクイズ
子供たちみんなに、ワクワク楽しい
ECOクイズに答えて頂きました

みんな一生懸命瞳を輝かせながら、答えてくれました
そして最後はECO芝居
仮想国、カイワレ王国で起った、カイワレ大根をめぐる
ある事件をもとに、ECOを学んで頂きました



私は、今回もフェスタを通じ、
チームワークの大切さを学ぶことが出来ました

私もカイワレ大根(?)のように、参加者やメンバーから
たくさんの愛情を頂き、
スクスク成長していけたらと思いました

今回のサマーフェスタも、無事終了しました
そして、多くの子供たちの笑顔に
出会えたこと、本当に嬉しかったです

また私たちにとっても、今回ECOについて自分なりに考え
環境に優しい生活を心がける、いい機会になりました



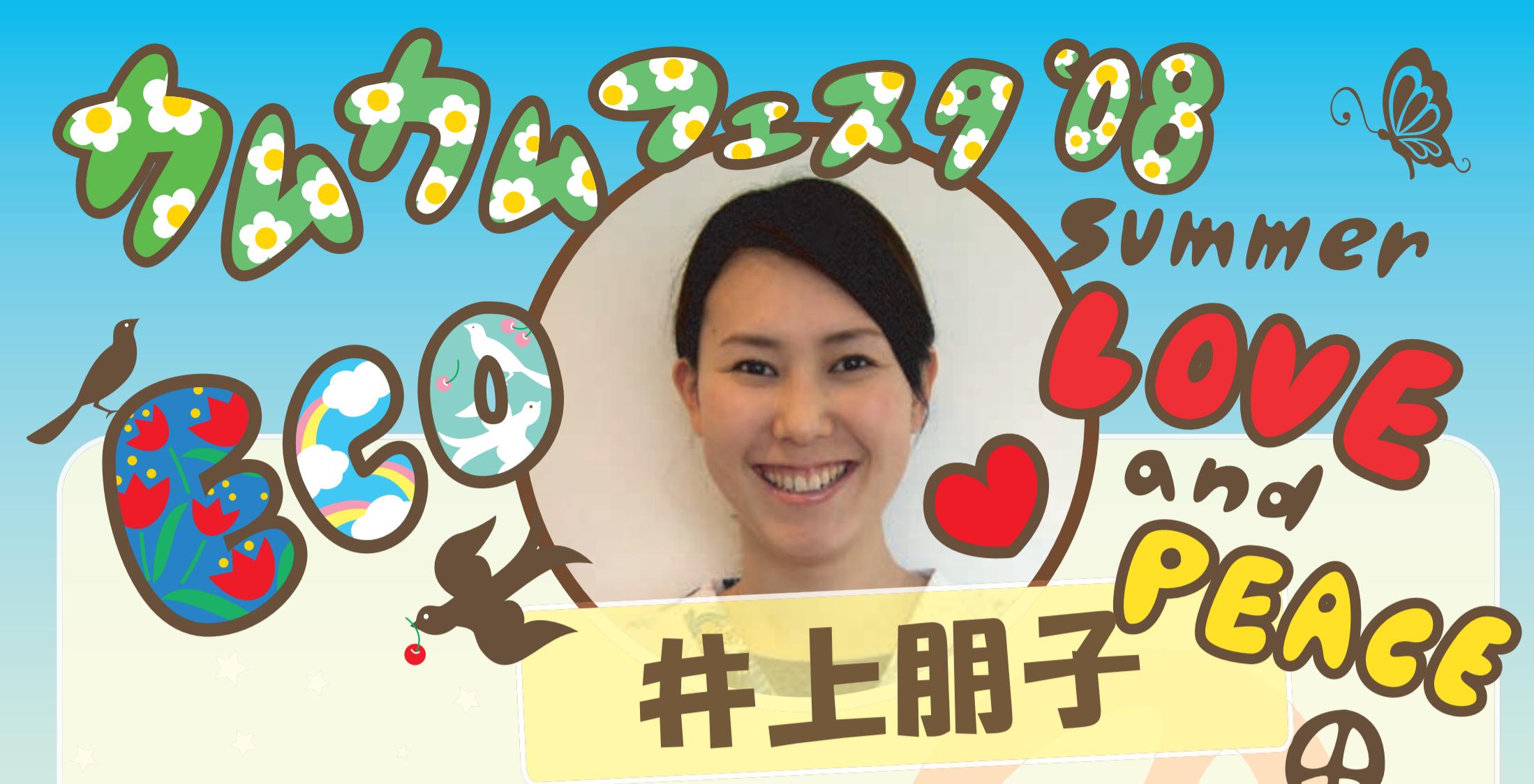
そのため今後も、ペットボトルキャップを集めていきます
回収ボックスを、待合室に置いています

今年中に回収ボックスが、いっぱいになればと思っています
ヨリタ歯科クリニックに通うあなたにも
ご協力頂ければ、嬉しいです



ECOと言っていいのか
分かりませんが、
面倒くさいということもあり、
「無洗米」を使っています。
米の研ぎ汁が水質汚染にもなるし、
楽だし、一石二鳥です。
お風呂の残り湯も、
洗濯に使っています。
本当は電動のポンプが
欲しいのですが、今は洗面器で
ちょうど20杯の湯が
うちの洗濯機の1回分の量なので、
せっせこ汲んで頑張っています。
あまり難しくて、大きなことは
持続することが出来ないので、
確実に出来ることから頑張ります。
もうすぐお誕生日なので、ポンプを
プレゼントにおねだりしてみます。





7月の初め、我が家の中の車が事故に…。
不幸中の幸いで家族3人に
ケガはなかったのですが、
車が大変なことに！！
その後一週間、車のない生活を
送ることになりました。
住んでいるところが田舎で、
起伏が激しく駅からも遠いので、
バスを利用したり、
自転車を買って近くへ買い物へ
行ったり…。
娘は車移動より徒歩の方が
お散歩気分で喜ぶし、
悪いことより良いことの方が
多かったのかもしれません。
地球にもお財布にもとっても優しい、
エコな時間を過ごしました。





エアコンをつけると
エコの為にならないので、
川に遊びに行って、電気代の
節約にしました。
一日だけだったけど、
地球に優しくなれた気がしたし、
ゴミはきちんと持って帰りました。

クーラーを使わなくても、
すごく涼しくて、
何より楽しかったです。
エコについて、沢山考えた1日でした。
それに、流れていた缶やビール袋など、
持って帰って捨てました。
お掃除も出来て、エコにもなって、
素敵な一日になりました。





歯医者さんで治療をすると、
たくさんの材料を使います。

例えば、お口の形をとるゴム。
虫歯の穴をつめる金属やプラスチック。治療の回数が増えれば、
紙コップ、紙トレー、紙エプロン…
たくさんの物が必要になります。
これらは全て、皆が住んでいる
地球の限りある資源(木や土)から
出来ています。

大切にしていきたいですね。

だから虫歯を作らない、治療
をしない事は、全て地球を守ること。
カムカムクラブの皆の大
切な歯を守ることはエコの始まり。
さあ今日からエコ生活始めよう！！





垣内万智子

私は車が大好きで、
どこへ行くのにも、車を使用しています。
自分の恋人や子供のように、
どこへ行くにも一緒です。
本当は公共機関を使用した方が、
環境に優しいと理解していても、
実際出かけるとなると、
私の住んでいるところは、
電車に乗ろうとしたら、
バスを利用しないといけないとい
うのもあり、ついつい車で
出かけてしまっていました。

この機会に、自分の健康や
地球のことを想い、優しい活動を
したいと思います。

また、スーパーへ行く時も、
エコバッグを持参してお買い物に行きます。





角野幸子 PEACE

私の実家では、10年以上前から生ゴミ処理機を活用しています。

生ゴミを肥料に変えてくれる、とっても便利な機械です。

生ゴミがたまらないから、台所も清潔に保てるし、肥料となった生ゴミは、家庭菜園の土の中へ。

そのおかげで、野菜やお花はスクスク育っています。

私も、これから環境にいいこと、もっともっとやっていきたいです。





ECOなこと…何かあるかなあー
と考えましたが、
個人的には何もしてないかも…
と思いました。

なので、これをきっかけに
今、流行の「マイ箸」を
購入することになりました！！
ロフトをウロウロすると、
意外と売っていました。
最近は外食に行くと、
割り箸ではなく、普通の箸が
出てくることが多くなりました。
なんとなく、割り箸でないと
抵抗があるので、自分の「マイ箸」が
あると便利だと思いました。
ぜひ皆さんも、
「マイ箸」デビューをして下さい！！





小さい頃から気をつけるように親に言われていたのは、歯みがきの時に、水道の水を出しっぱなしにしないことです。また最近は東京に勉強しによく行くのですが、その時は飛行機に乗らず、新幹線でECO出張しています。またガソリンも高いので、車を控えています。これからは涼しくなってくるので、冷房の温度を少し上げたいと思います。あと、一人暮らしをしているので、弁当などを買って帰ることが多いのですが、マイおはしを購入して、割り箸を使わないようにしたいと思います。





ECOについてあまり真剣に
考えたことはありませんでした。
今回、フェスタをすることにあたって身近で
自分に出来る事に！に挑戦。
その一つに、エコバッグを持つようになりました。

紙袋が家にたくさんあることに気づき、
これも全てゴミに…と思うと、
すごく無駄に思い、いつも
お買い物に行く時はもって行くように
しています。

後、なるべく車を使わないので、
自転車生活に変えました。
初めは、なかなかしんどかったけど、
慣れると楽しいです。暑がりな私ですが、
自転車生活を始めてから暑さにも強くなり、
冷房も去年よりは使わなくなりました。！！





高木幹夫

先日、海水浴へ行きました。
子供の頃から夏になると、
海水浴へ行くのが恒例行事。
(父が海好きなのです)
楽しい思い出ばかりです。

さあ、浮き輪を持って海へ。
「今年も海にゴミ(ビニール)
が浮いている」
一体どこから…。

とりあえず拾って、ゴミ箱へ。
父も私も、みんなも大好きな海。
大切にしなくてはいけません。
10年、20年経っても、
今と変わらないで欲しい。
みんなできれいにして、
海で素敵な思い出を作りましょう。





頭では分かっているけれど、
なかなか実践出来ていないのが現状です。
あまり大きなことは出来ていませんが、
お買い物へ行くときは、
出来るだけ「エコバッグ」を
使うようにしています。

エアコンの設定温度を
「27~28℃」にしています。
私たちに出来ることって
なんだろう、と考える
いい機会だと思っています。
一人ひとりの小さな取り組みが、
大きな力になることを信じ、
みんなのエコ活動を参考に、
今後も続けていきたいです。





今年フリーマーケットをしました。
今まで、いらなくなつたものは
捨ててしまつたのですが、
自分がいらないものでも、
他の人が必要としてくれると、
それはゴミではなくなるのだと
分かりました。
こんなことがあちこちで
行われれば、
きっと本当に必要なものは、
もっと少ないはず。
フリーマーケットを通じて、
ものを大切に扱うこと、
ひとつのものを長く使い続けること、
本当にいるものを買うこと、
いろいろなことを考えさせられました。
身の回りの小さなECOから始めてみよう
と思います。





最近、割り箸を使わず、
My箸を持ち歩いています。
今まで割り箸の使い捨てが
当たり前に思っていましたが、
よく考えてみると使い捨てるのは
もったいないし、
今では自分の好きなキャラクターの
おはしで、おいしくご飯を
食べるのが楽しめます！

そのほかにも、
エコバッグを持ち歩いて、
レジ袋をもらわないように
するとか、地球に優しい活動を、
これからも続けていきたいと
思っています。





宮本さんと一緒に、
エコバックを作りました。
いつも買い物に行く時に、
ビニール袋をもらうのが
どこか地球に良くないということは
分かっていたつもりですが、
面倒だと感じてしまったり、
荷物になるからと思い、
つい忘れがちです。

しかし、このカムカムボーイの
エコバックは、可愛くて、
自分たちで絵のスタンプを作って、
一枚一枚作った愛着のあるものなので、
とても重宝しています。
これからもエコと仲良く
付き合っていって、地球に優しい
楽しい生活にしたいです。





森永睦

最近、本当にリサイクルやエコという言葉が多く、テレビやラジオを通じて耳にしますよね。

頭では分かっているんですけど、なかなか自分で実行するというのは難しいものです。

でも、最初の一歩を踏み出さない限り、何も始めないので、

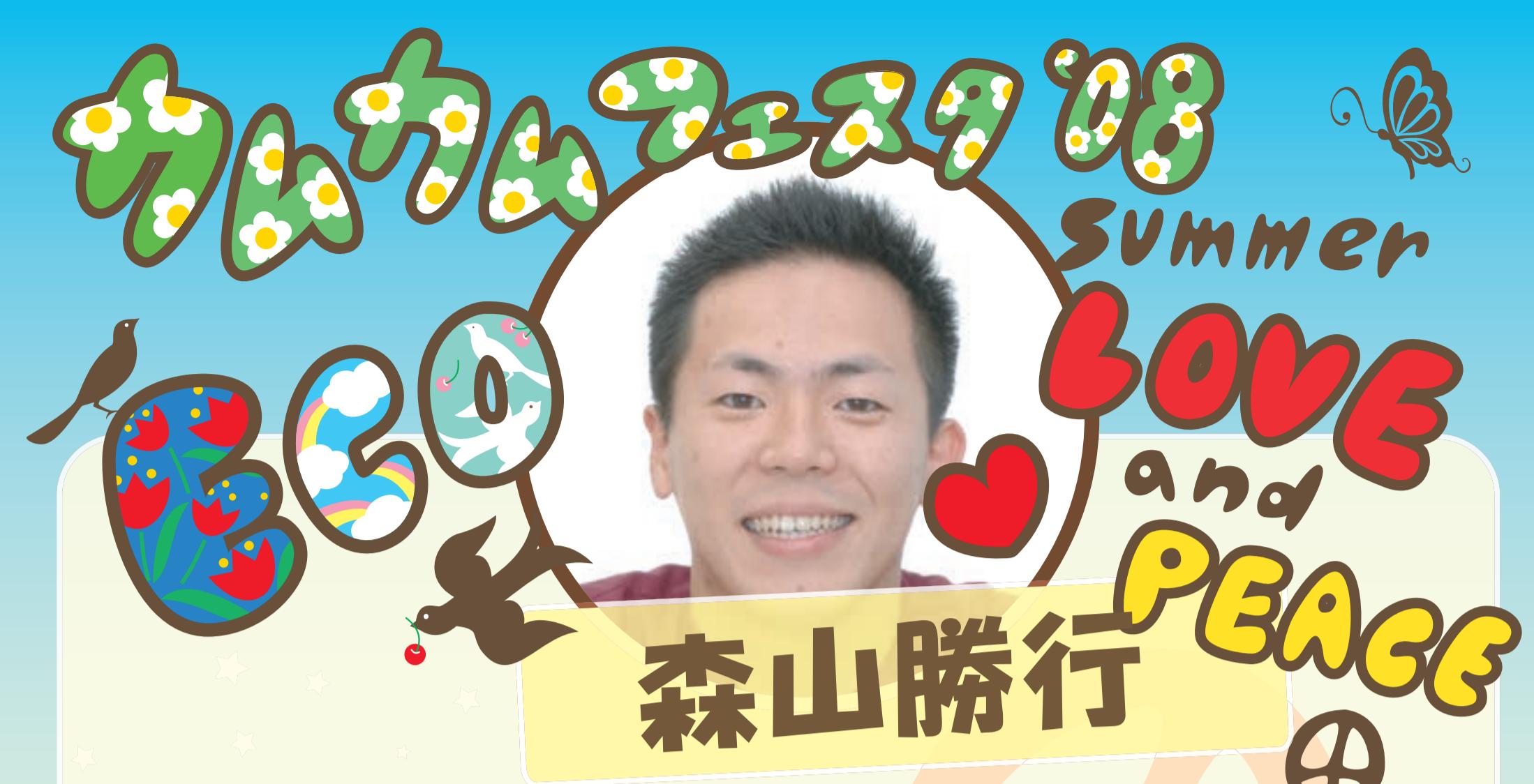
この夏、私も私に出来ることを、やっと始めてみました。

それはペットボトルのリサイクル！

集めていくとなかなか楽しく、それを持って行くのがなかなかワクワクするものです。

このペットボトルが何に変身して、またみんなの役に立つと思うと、すごく嬉しくなります。





僕が普段行っているエコは、ズバリ！この短髪です。シャンプーは1プッシュでいいし、使う水の量も少なくてすむ！しかもドライヤーいらず！なんてエコな頭なんでしょう！とどのつまりエコとはそういうことでいいのです。

地球環境のこととか、地球規模に考えてしまうから続かない気がします。

まず自分の身の回りでできること！それが僕のように本当に些細なことでもかまわないと思います。そうすることによって、自分のなかで少しでもエコを意識し、小さいことからより大きなものにしていければよいと考えています。





今年の夏もすごく暑くて、ほとんど1日中クーラーをつければいいられない毎日ですが、私はクーラーの設定温度を、28℃にするようにしています。外の気温と室内の気温の差が5℃以上あると、自律神経の調節がうまくいかず、体調も崩しやすいそうです。もちろんエコにもなるので、一石二鳥なのですが、昼間だと28℃設定では、やはり暑さを感じことがあるので、そんな時はクーラーの設定温度はそのまままで、扇風機を合わせて使います。意外とこれで十分涼しくなります。みなさん、ぜひ試してみて下さい。





星加裕美

私が行っているエコは、エコバックを持つことと、ペットボトルを集めて、スーパーなどのリサイクルBOXへ入れに行っています。エコバックは、お店で気に入って買ったものや、何か買った時の景品でもらったものなど、全部で5つもあります。仕事に行くときも、いつも鞄にしのばせています。私が行っていることは、ほんの些細なことですが、一人ひとりの小さな積み重ねが、明るい未来へ繋がっていくと思います。LOVE and PEACEな地球が、いつまでも続くように、私に出来るエコ、これからも行っていきたいです。



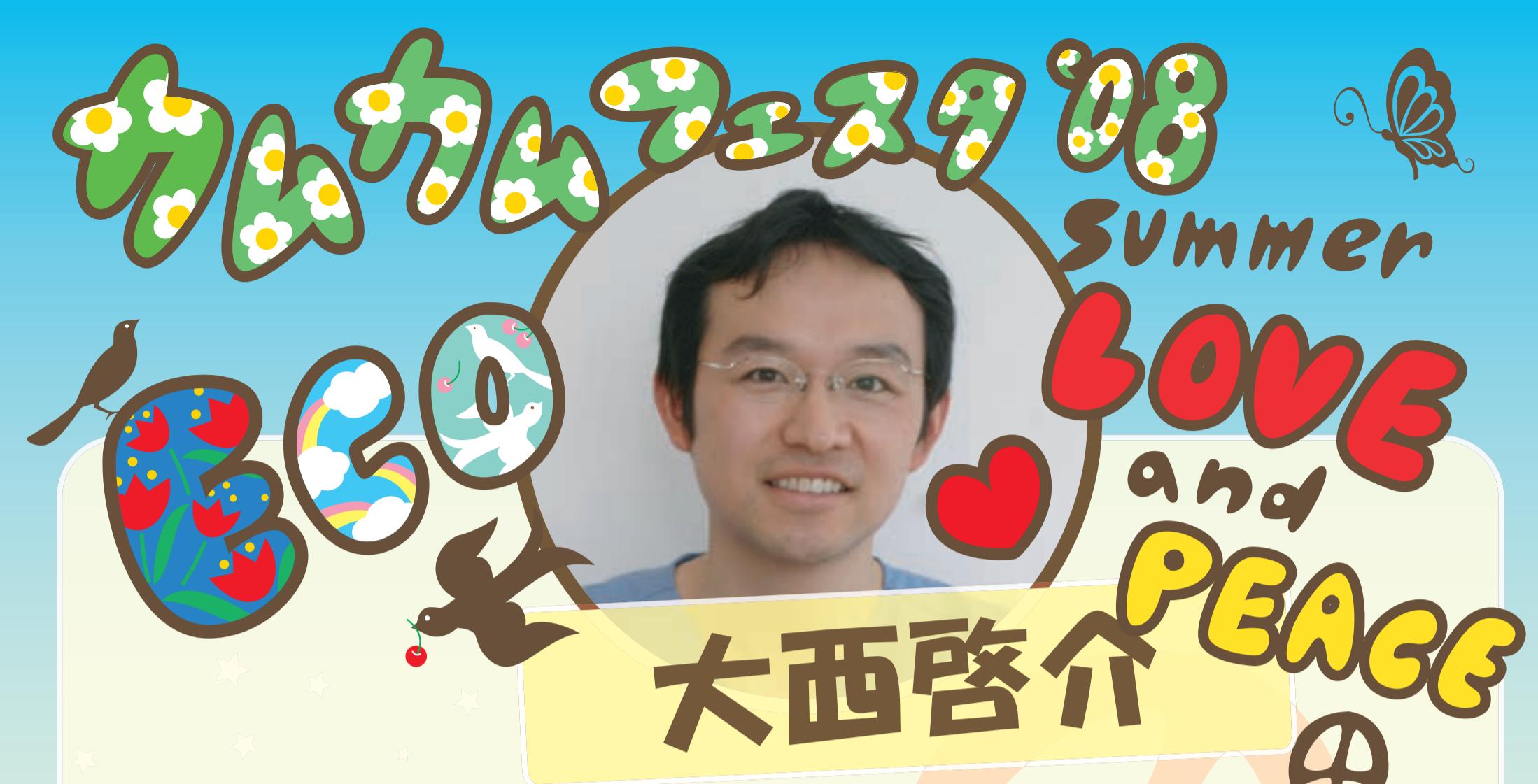


私のECOな事は、新聞の広告を箱状に折って御飯を作る時に出る生ゴミをその箱に捨てています。

あと、子供が絵の具を家で使う時とか牛乳パックを広げて、パレット代わりにしたりします。ゴミの分別もちゃんとして、環境の事も少しではありますが考えるようになりました。

やっぱりいつまでも緑が多く空気のきれいな地球であってほしいものですね。





普段僕がしているエコなことは、
買い物にはエコバッグを持っていくこと。
もう一つは、牛乳パックのリサイクルです。

スーパーでは、出来るだけ余分な袋を
もらわず、ビニール袋も使わないので、
持って帰るようにしています。

ビニール袋って気にしなければ、
たくさん使い捨てになるから
もったいないですよね。

あと、牛乳パックは
飲み終わったら、水洗いしてから
近くのスーパーへ持つて行きます。
2つとも小さなことだけど、
身近なエコを大切にしたいと考えています。





普段、自分がしているエコは
買い物をするときはエコバックを使い、
洗剤などは詰め替え用のものを
使うようにしています。

一人暮らしをすると、生活費の工面も
かねて、洗濯機の水の再利用や
ゴミの削減なども積極的に
するようになりました、個人で出来る事の
多さに気付かされました。
そんな事もあり、大人になって
ようやく環境の尊さが分かる様
になりました。子供の頃は、

環境に対する認識が弱いのは当然だと思いますが、
フェスタを通じて一人でも多くの子供たちに、
エコが身边にあるということを知ってほしいです。





テラ・ルネッサンスの鬼丸さんの講演会に行ってきました。

戦争が起きる背景には、経済が関係していることや、子供が兵士として戦っている実状を知り、気付いたら目頭を何度も押さえていました。

ホームページを見て、インクジェットのカートリッジを集め、テラ・ルネッサンスに送ると、回収業者に引き取ってもらい、運営資金にしているボランティアの話を知り、私にも出来ると思い、出来ることから始めてみようと思います。



私が行っている「エコ」は、プラスチックの仕分けや、マイバックをなるべく持つようにしていることです。

あとは、なるべくマイ箸を使って、割り箸を使わないようにしています。これらもやり始めたきっかけは、すべて姉の影響です。

姉は昔から環境問題に興味があり、今では海外で環境問題に取り組んでいるほどです。

姉が、マイバックを持ってる姿を見て、いつの間にか私も使うようになりました。

普段の生活から新しいことを習慣付けるのは大変なことだけど、私にでも出来る小さなエコを、どんどんやっていきます。





私は普段、マイ箸を持ち歩いています。

それは、去年の友達の結婚式で

お祝いのお返しに頂いたもので、

和風なデザインですごくかわいいので、

それから使用するようになりました。

以前、中島美嘉のコンサートに

行った時、「みんながマイ箸を

使えば、たくさんの木を切らないで

するので、ぜひマイ箸を持って

欲しい」と訴えていて、

心に響いたこと也有ったので、

エコ活動に少しずつ興味を

持つようになりました。

私は普段買い物もたくさんするので、

今かわいいエコバッグを探しています。

これからも、もっと自分なりの

エコ活動をしていきたいと思います。



私はとても暑いのが苦手な体质
今までエコ工コにも程遠く、
冷房は夏になるとフル稼働！！

設定温度は必ず23℃…
といった感じでした。
しかし、今年の夏からは、
体にも良くないということ、
“地球温暖化”という言葉を、
夏になる度にひしひしと身に
感じてきたこともあり、
設定温度を28℃にしています

私だけでも、積み重ねていけば、きっとほんの少しほんの少しへ地球温暖化を止められると、信じています。夏が終わったら、冬も暖房に頼らずに、防寒着で寒さをしのごうと思います。





米田陽香

私はちょっとしたものを買う時、よくコンビニを利用しています。その時すぐに封を開けて食べたり使うものには、レジ袋を断っています。私たちが捨てているゴミのほとんどは、レジ袋だそうです。そのレジ袋を使う量を減らすと、今騒がれている地球温暖化の進行や、石油資源のムダ遣いを抑えることが出来るそうです。

一人では小さなことかも
しれませんが、
みんなでやれば、きっと地球のために
なる行動だと思います。





私がしているエコは、
一人暮らしなので、ゴミの仕分けを
きっちりしています。

極力ゴミを出さないように、
買い物へ行くときはエコバッグを
持って行ったりしています。

生ゴミも、野菜の皮などの
食べられる部分は、

スープやきんぴらなどの料理にして、
無駄に捨てる部分を少なくしたりして
工夫しています。

ゴミを出すときも、
汚れていれば洗ってから捨てる
ようにしています。

ゴミを燃やすと大気汚染の原因になるので、
小さな心がけが、大きな地球を守る結果に
つながればいいと思います。

