

— 普段のごみ捨てを簡単に —  
— 一石二鳥のエコ活動 —  
環境にやさしく時短にも

ごみを焼却すると多くの二酸化炭素が排出されます。特に生ごみは水分が多いので、減らすことができれば焼却時にごみが燃えやすくなります。結果、地球温暖化の原因とされる二酸化炭素の排出量削減につながります。私が実践しているのは「段ボールコンポスト」。段ボールに入れた生ごみに腐葉土



高平地区  
奥野 光久さん

などを加えることで、微生物が生ごみを分解——焼却せずに生ごみが簡単に処理できる優れたものです。生ごみは多くの水分を含んでおり、重さもあります。しかし、コンポスト処理でごみの量が減り、普段のごみ出しも楽になりました。ごみ袋代の節約にもつながっています。中には、分解された生ごみを堆肥として利用している人もいます。簡単な仕組みでエコを日常に。エコに取り組みながら暮らしを楽にしませんか。

One Day エコ Trip

1日エコ体験

SDGsや環境について楽しく学べる!



★今回のテーマは…  
＼ゼロカーボン／

★ここがエコ!!  
海洋プラスチックを使ったキーホルダー作りや二酸化炭素の排出削減方法をゲームで学べる!

さんだゼロカーボンシティフォーラム!  
楽しく学べるワークショップ大集合

日時= 1月21日(土)  
12時~15時30分  
場所= 郷の音ホール2階  
(詳細は右記2次元コード)



— 学生×地域 —  
子どもに喜びを、地域に活気を  
みんなの記憶に残るイベントに



▲ イベント当日の様子  
スマカモス・プロジェクト(市HP)▶



横尾 飛鳥さん  
関西学院大学1年生

「地元三田で僕にできることは何か」——学生が地域や市内事業者とつながり、さまざまな課題の解決に取り組む「スマカモス・プロジェクト」に参加。今回、自動車販売店「ネットテラス新三田」の支援を得て、イベント「KIDS STAND A 体験」を開催しました。「大人になっても、記憶に残っているイベントを」子ども時代の楽しい思い出は郷土愛につながるかと考え、企画しました。いざ取り組むと、市内企業・団体への

参加依頼や市内小学校に約3千枚のチラシ配布など、初めてすることばかり。当日は、フリーズドライのスイーパー作りや木工教室、エンジン体験など、色々な人たちの協力で全7つのブースを準備しました。多くの子どもたちが賑やかに参加してくれて、大成功! 三田には、学生がチャレンジする場所や機会を与え、支えてくれる人たちがいます。本当におもしろいかもしれません。これからも、たくさんの方に伝えていきたいです。



学生の活動を手助けする大人  
坊 亮貴さん  
(ネットテラス新三田)

学生とともに地域を盛り上げる

若者目線でのブース内容や、今まで発想になかった小学生へのチラシ配布などの結果、多くの人に参加いただきました。今回、横尾くんには初めからできないと決めず、とりあえず1回やってみることを学んでほしい。彼らを支えられる環境が三田にはあると思います。これからも学生と協力し、三田を盛り上げていきたいです。

— 体も心もストレッチ —  
最初の一歩は小さくても大丈夫  
踏み出したら毎日が広がった

ストレッチ体操の会「笑み」の世話役。「笑み」の意味を聞けば「そのまま。みんなが笑顔になれるイメージだよ」と爽やかに笑う。明るい色のスポーツウェアや道具で気分を上げて、できる範囲で体を動かすのが継続のコツ。週1回のリラクスタイムを満喫中。



ストレッチ体操  
笑み  
横山 順子さん

「何か始めないかなあ」60代後半、気付けば家で過ごす日々。誰かとつながりたいし運動もしたいけれど、外出するのは億劫。抜け出すきっかけになったのは、「ストレッチしに来ない?」友人の一言でした。体験すると、思ったより体が動く! 気持ちいい! すぐに入会を決めました。会はずも和やか。みんなで会話しながら簡単な動作をマイペースで。全身をゆつくりと伸ばせば「体」が、お喋りがあるから「心」も

ほぐれます。家で一人でもできるけど「ここで一緒にやるから、心も体も元気になるねん」仲間の声に全員がうなずきます。みんなと笑い合える時間、自信がついて始めた散歩や友だちとの遠出——最初の一歩は勇気がいるもの。でも、やってみたらなんてことはない。毎日生き生きし始めたのは、誰でもいつでもできるストレッチと出会ったから。「笑み」へ向かう足取りは軽く、いつだって心が躍ります。

自分の体に合わせてのびのび♪

毎週金曜10時からウッディタウン市民センターで。体験・見学も歓迎♪横山さん(079-565-0419)へ事前に問い合わせを。(初回無料)



とっておきの1枚をシェアしよう!



4番目の末っ子、11歳の姉や兄に可愛がられてスクスク成長中! その笑顔で元気いっぱい育ってね♡  
みね いさき  
峯 衣咲ちゃん 4歳 / ウッディタウン



お魚釣れたよ! 今度はじいちゃん、ばあちゃんも一緒に釣ろうね。  
いしばし いつき  
石橋 樹 3歳 / 三輪



生まれてきてくれて、ありがとう♡パパとママを選んでくれてありがとう。毎日、幸せをくれて。  
たかお えな  
鷹尾 咲采ちゃん 9カ月 / ウッディタウン

対象：市内在住の未就学児(小学生以上の兄弟・姉妹も同時掲載可)。応募は、右記2次元コードの申し込みフォームから>>>>>>>

