

私が環境に興味を持つようになったきっかけは、小学校のPTA活動で牛乳パック回収の責任者になった事でした。当時は牛乳パックを集めリサイクルする習慣がまだ根付いておらず、「パックを洗って乾かす」といったルールも十分には浸透していませんでした。

なぜ牛乳パックを回収するのか、回収されたパックがどのようにリサイクルされるのかを全校に伝えるため「牛乳パック回収のお知らせ」を作成しました。お知らせを何度か作るうちに、リサイクルや環境に関する本を

「楽しい」が未来をつくる



NPO「e-plus生涯学習研究所」
代表理事

小林由紀子

読み、図書館で資料を探し環境問題に強く関心を持つようになりました。

その後は、「長森ケナフの会」の有志の方々とともに、ケナフを使った紙すきや料理、工作、草木染など、さまざまな活動を楽しんで行ってきました。「ケナフは本当に環境に良いのか」といった問いをきっかけに、環境問題を多角的に考える機会も増え、次第に環境を多面的に捉えられるようになりました。

以来、私は環境問題を専門的に掘り下げるよりも、市民目線で身近な視点から考えることを大切にしています。現在はNPO活動や個人として環境教育に取り組み、環境カウンセラーや岐阜県環境教育推進員として、県内の小中学校に派遣されて授業を行っています。

子どもたちには楽しく・面白く・わかりやすい授業を心がけています。「興味を持てば自分から学び始めることができる」。それが環境の学びです。そして、自分の住む地域を知り、愛着を持つことでこそ、地球環境を守る気持ちも育まれます。環境カウンセラーとなった今でも、その感性を大切にしています。

私の環境学習の場は、当初、地域の公民館と学校でした。

私自身、牛乳パックのリサイクルをきっかけに環境問題を知り、「地球の危機は目前に迫っており、私たちの生活と深くつながっている」ことに驚きました。そして、そのことを周囲の人たちにも伝えたいと思うようになりしました。

「今の地球や自然を子どもたちに残したい。そのために自分にできることは何か」を考えるようになり、私が感じた驚きと同じプロセスで環境問題を知らせてもらう方法を

私の環境学習の歩み

NPO「e-plus生涯学習研究所」代表理事 小林由紀子



模索し始めました。

そんなとき、「岐阜新聞」に掲載されていた「いつでも、どこでも、だれでも、生涯にわたり学習する」という通信教育の広告が目にとまり、環境学習にぴったりだと感じて生涯学習を学ぶことにしました。通信教育で段階的に資格を取得し、現在は生涯学習上級コースネーターとしても活動しています。

この手法を活かして計画表を作成し、学校や公民館でのプログラムづくりに取り組んできました。限られた時間の中で、どの順番で環境問題を伝えるか、参加者の様子を見ながら工夫しています。

学校や行政の講座、社会教育施設での活動が継続しているのも生涯学習の知識と実践の積み重ねがあったからこそです。

平成19年度には温暖化防止部門で環境大臣賞を受賞。公民館や学校で行った、ゲームを取り入れた楽しく学ぶ授業が評価されました。

近年ではSDGsの広まりにより、日々の身近な取り組みが地球環境と深くつながっていることを、以前より伝えやすくなってきました。

SDGsは、環境だけでなく、社会や経済も含めて、未来もずっと安心して暮らせるようにするための世界の目標です。

地球の問題を考える時に「バックキャストイング」という考え方が使われます。これは「将来どうなりたいか」の目標を考え、実現のために「今、何をすればいいか」の道筋をさかのぼって考える手法です。日本では2020年に菅義偉総理が「50年までにカーボンニュートラルを目指す」と発表しました。これもバックキャストイングの考えに沿ったものです。

SDGsはむずかしくない！

NPO「e-plus生涯学習研究所」
代表理事

小林由紀子

例えば、日本は35年までにガソリン車の新車の販売をやめる予定です。また、市民向けに太陽光発電やエネルギーをあまり使わない家（ZEH）や企業への省エネ補助金など、50年の目標に向けていろいろな取り組みが行われています。

私たちにできるのは地球の現状を知り生活を見直すこと。「もったいない」と物を大切にしていた昔の知恵もSDGsの考え方にぴったり。「環境を守るのは次世代の未来を守ること」との意識を持つことが大切です。SDGsや脱炭素は新

しい考えのように思えますが、実は「昔の知恵」と「今の技術」を組み合わせることでよりおトクで楽しく、健康的な暮らしが実現できます。食品ロスを減らすには、旬の食材を使い、食べきる昔からの工夫も必要です。

またLED照明や省エネタイプ家電に買い換えれば同じ使い方でもエネルギー消費を抑えられます。これからも昔のよさと今の技術をうまく組み合わせ、よりよい暮らしを目指していきましょう。地球の未来は、私たち一人一人の行動にもつながっています。

今、脱炭素社会を目指すため「デコ活」という国民運動が進められています。

電気やガスを上手に使い、家計にも環境にもやさしい暮らしや昔ながらの知恵を生かしたエコな生活など身近な取り組みが中心です。こうした積み重ねによって「バタフライ・エフェクト」を狙っています。これは「非常に小さな出来事が最終的に予想もできない大きな変化につながる」という意味です。この活動のロゴマークもシンプルなチョウのデザインでその考えを表現しています。

小さな工夫で大きな変化

NPO「e-plus生涯学習研究所」代表理事 小林由紀子



さて、夏の講座ではすぐにできる取り組みとしてエアコンの使い方を説明しています。私は省エネが大好きです。脱炭素

・省エネエキスパートとして学ぶ中で、家電製品アドバイザーやスマートマスターなど企業側の資格も取得し、省エネに取り組んでいます。

省エネの基本は、買い替えの際に高性能な製品を選び、そして機能を理解し工夫して使うことです。特に使用時間の長い部屋のエアコンから優先しましょう。部屋の広さに合った機種を選び、必要な機能を重視します。

買い替えの目安は使用開始からおよそ7年とされています。

ポイントは、部屋に熱を入れず、冷気を逃がさないこと。太陽熱は、よしずや緑のカーテンなどで屋外から遮ります。断熱カーテンを使い、ドアや窓の隙間にも注意しましょう。障子や襖の「召し合わせ部分」には、起毛がついたモヘアタイプの隙間テープを貼ると冷気漏れを防げます。最近ではさまざまな隙間テープがホームセンターや100円ショップで手に入ります。気になるところから試してみてください。

さて、身近な取り組みの二つ目は「冷蔵庫」です。冷蔵庫の省エネ性能はこの10年で大きく向上し、ファミリー向けの500リットル以上の最新モデルであれば、年間の電気料金を大幅に抑えることができます。まさに「買い替えることが最大の省エネ」といえる家電の代表です。

買い替えるなら「大きな冷蔵庫の方が省エネ」です。大型冷蔵庫は高性能で多機能、省エネ性能にも優れています。高齢者向けの講座では、1人暮らしでも400リットル以上、2人暮らしであれば

大きい冷蔵庫がおトク！



NPO「e-plus生涯学習研究所」
代表理事

小林由紀子

500リットルクラスをお薦めしています。気候変動の影響で夏が長引く中、お米や調味料なども冷蔵保存が必要になってきました。大きな冷蔵庫は価格が高く見えますが、10年間の電気代を含めて考えると、省エネ製品を選んだ方が結果的にお得です。使い勝手も良く、暮らしが快適になります。冷凍機能も進化しており、野菜をまとめ買いして冷凍保存すれば腐らせることなく使えて、家計にも優しいです。物価高が続く今、冷蔵庫を賢く使うことは生活防衛の力ぎとなります。

省エネの工夫としては、庫内を整理して詰め込みすぎない、扉の開閉を手早くする、といったことも大切です。冷蔵室はファンの風で冷やされるため、容量の約70%が適量とされています。大きな冷蔵庫なら、ゆとりをもって収納できます。買い替え時には「大きな省エネタイプ」を選ぶことで、食品ロスを減らし、調理の効率も上がり美味しさも長持ち。さらに電気代も抑えられます。岐阜市では省エネ家電の購入支援を実施しており、国や自治体の独自の支援制度もあります。

海洋プラスチックが海を汚していることを知っていますか？ この影響を受け、世界では海の生き物が年間10万頭の海洋哺乳類と100万羽の海鳥が命を落としていると報告されています。これから私たち一人一人がごみの分別やリサイクルのルールを守り、プラスチックを資源として循環させる「サーキュラーエコノミー（循環型経済）」の技術が進めば、川や海へのプラスチック流出を減らすことができます。今回は、見落とされがちな問題として、衣類の洗濯でも小さなプラスチック

海にもやさしい洗濯の知恵 or 見えないごみの話



NPO「e-plus 生涯学習研究所」
代表理事

小林由紀子

プラスチックが流れていることをご存じでしょうか？ 私たちが着ている服の多くは、アクリルやポリエステル、ナイロンなど石油由来のプラスチックでできています。これらの衣類を洗濯機で洗うと、摩擦で繊維がはがれ、5μm未満のマイクロプラスチックとなって排水とともに流れて、さらに細かい「ナノプラスチック」となり、生態系や人間の健康への影響が心配されています。現在も研究が進んでいます。まだ分かっていない部分も多く、慎重な対応が必要です。今、私たちができる対

策としては、天然繊維の衣類を選ぶ、洗濯回数を減らす、専用の洗濯ネットやマイクロプラスチック対策フィルターを使うといった工夫があります。一方で、プラスチックは私たちの生活を支える大切な存在でもあります。コロナ禍ではマスクや医療機器として人々を守り、食品の保存性を高めて食品ロスの削減にも貢献してきました。プラスチックは正しく使えば、私たちの暮らしと地球環境を支える「資源」になります。だから日々のちょっとした気遣いや工夫が大切です。

海洋プラスチックの約80%は川を通じて海へ流れ込むと言われています。海のない岐阜県でもこの問題に無関係ではありません。私たちに何ができるのかを問いつける県独自の水環境の学習プログラムが「海なし県からの伝言」です。

SDGsと海洋プラスチック問題を組み合わせ、水生生物調査や川遊びを通じて自然への感性を育み、米国発の環境教育「Project WET」のゲームやワークショップなど活動を通して楽しく学びます。このプログラムは科学

海なし県からの伝言



NPO「e-plus生涯学習研究所」代表理事 小林由紀子

的根拠に基づいた内容とし、コミュニケーション体験を取り入れ、自然と環境への理解を深めます。「楽しい・おもしろい」という興味が環境問題への関心を高めます。子どもたちが自身が「もっと知りたい」と思う気持ちがあり、主体的な学びを促します。

環境学習でSDGsの課題として海洋プラスチック問題を扱うのは、国境を越えた協力が求められる地球規模の課題だからです。子どもたちはプラスチック被害を受けたウミガメやアザラシの写真を示すと「動物たちの未来のために、今自分に

できることは何だろう」と「自分事」と受け止めます。その瞬間、子どもたちは心を動かされ、自ら行動を考え始めます。こうした「気づき」を引き出すからこそ、私たちの大切な役割です。

この学習は継続を希望する学校が多く、これまでに県内20校以上で実施され、コロナ禍でも校外活動の代替として活用されました。現在は、河川基金と県森林環境税を活用し、県、岐阜市、美濃加茂市、長良川流域環境ネットワーク協議会、本年度からは関市の協力を得て展開しています。

環境とは自分の身の回りのこと。環境学習には「体験×知識」が不可欠です。体験は感性を、座学は知性を育み、両輪がそろって初めて環境問題を深く理解できます。その実践の場として、学校外での科学工作講座を行っています。

10年前、岐阜大と科学技術振興機構による事業「清流の国ぎふ エネルギー環境科学ネットワーク」に参加し、県内各地で親子工作教室を開催しました。ソーラーカーや紫外線感知ビーズのストラップ、光の干渉の原理を使った「光の箱」や万

体験と学びがつなぐ未来



NPO「e-plus生涯学習研究所」代表理事 小林由紀子

華鏡など、身近な材料で作る工作を通じて、子どもたちは五感を使いながらエネルギーや技術などへの科学的な興味を深めました。「学びは、手を動かすほど記憶に残る」。それを実感できる取り組みでした。

最近では、美濃和紙を題材とし地域の産業・歴史・文化・自然をつなぐテーマを重視しています。座学で長良川について学び、岐阜提灯ちやうとうに使用される和紙をマープリングで染めて明かりを作ります。こうした学びを通してSDGsや川と海のプラスチック問題について

でも考えます。岐阜の環境と歴史をものづくりと結びつけ地域への誇り（プライド）を育てます。

今年は、笠松中央交流センターで7月25日、羽島市図書館で8月6日に「美濃和紙マープリング工作教室」を（放送大学主催）で開催予定です。

川と森に育まれた美濃和紙は岐阜の宝。SDGsや気候変動は遠い存在かもしれませんが、暮らしや文化とつながることで身近になります。「学びの楽しさが好奇心を育て観察力や想像力へとつながる」。そんな気づきを次世代に伝えます。

家電上手に使って節電

「エアコンフィルター掃除で4%削減」



夏に向けてクーラーや冷蔵庫の省エネルギーのこつを学ぶ講座が、岐阜市金竜町の梅林公民館で開かれ、NPO法人e-plus生涯学習研究所代表理事の小林由紀子さんが「電気代節約にもなる地球温暖化対策」をテーマに講演した。

(佐倉千子)

NPOの小林さん、岐阜市で講演

市地球温暖化対策推進委員会が運営する夏の講座で市内8カ所で開催。家電製品アドバイザーの資格を持つ小林さんはエアコンフィルターの掃除で冷房時で約4%電力量を削減できるとし、掃除の仕方、物価高や食品ロス対策としての食品の冷凍庫での保存法などを伝授した。

また「エアコンと冷蔵庫は省エネの優等生」とし、電気代節約のためエアコンは約15〜20年での買い替えを推奨。市の省エネ性能が高い家電製品の購入費補助キャンペーンを紹介した。

同市の可児聖子さん(66)は「孫やその次の世代のため、今自分ができることをやりたい」と言い、省エネ家電買い替えに向け「家族会議を開催する」と笑顔で話した。

省エネのこつを説明するNPO法人e-plus生涯学習研究所の小林由紀子さん。岐阜市金竜町、梅林公民館