

こごみ日和

99号

【コーヒーかすの幸せな循環
mame-ecoプロジェクト】

【学生たちがごみに意識を向けるきっかけを
学校法人 大和学園】

【未来につなぐ京都の竹
おとくに竹あそび・竹遊会】

【なごみ日和「布おむつデビュー」】

【もっぺん物語「宮川時計店」】

【地域の力で魅力あるまちづくりを
トートまちづくり隊】

Upcycle!

生産や流通過程において、まだ食べられるのに廃棄されてしまう食材「レスキュー食材」をアップサイクルしたミックスジュース

CORNER MIX
抹茶ミックス(左)・SHUKA MIX(右)



表紙デザイン
嵯峨美術大学デザイン学科
竹内デザインゼミ
石川涼雅 / 上野日向 / 松本愛純

コーヒーの「かす」は資源 mame-ecoプロジェクトの 幸せな循環

mame-ecoプロジェクト



ゲリー・ブルームさん、順子さん

コーヒー好きのゲリー・ブルームさんはずっとモヤモヤしていた。大好きなコーヒーの「かす」を燃やすごみとして捨てることに。循環していない現代の暮らしについて。それに対して自分が何もできていないことに。パートナーの順子さんと話し、たくさん考えた。そしてある時動き始めることにした。それから約4年。累積50トンものコーヒーかすを京都のあちこちから回収して農家に手渡した。遠い熱帯の大地で育てられたコーヒー豆のかすは、京都で堆肥化されて野菜の養分となり、ふたたび大地に還されている。一体どんなふうにもmame-ecoプロジェクトは始まり、育ったの？ブルーム夫妻&仲間たちからお話をおききします。

小さな一歩から、たくさんの人を巻き込んで

「コーヒーかす、いりませんか？」インターネットの掲示板ジモティーに出品すること。それが最初のアクションだった。が、反応はない。3ヶ月後、ついに亀岡の農家から連絡があった。20kgとのリクエストに応えようと近くのカフェに声をかけてなんとか集めた。これがmame-eco(豆エコ)プロジェクトの始まり。この循環の輪は、人を巻き込みながら、少しずつ大きくなっていく。提供の申し出が増え、夫婦だけでは回りきれなくなり、回収ボランティアを募った。新聞やテレビ・ラジオでも紹介され、上京区の小さなエリアでスタートした回収は北区、左京区、中京区へと広がっていった。今では50ヶ所以上のカフェやホテル、8カ所の一般収集拠点[※]から、夫婦二人と5人のボランティアで回収している。

回収したコーヒーかすには、紙のフィルターやポリ袋も一部含まれている。それを分別するのはゲリーさんの日課。根気のいる作業だけど、自宅の京町家の土間で瞑想をするように黙々と選り分ける。



北大路橋のコーヒースタンド、資(たすく)珈琲のコーヒーかす。mame-ecoプロジェクトのパートナー



真冬の土間でも半袖！

大地に還す人たち

一方、mame-ecoのコーヒーかすを利用するのは、4軒の農家。そのひとつ、伏見区で野菜と米を育てる船越さんは以前からコーヒーかすの堆肥化を試みていた。ところが供給元のカフェがなくなり困っていたところ、mame-ecoの存在を知り、譲り受けることに。十七代続く農家ながら、近隣の宅地化が進み、匂いの問題で牛ふんなどの動物性の堆肥を使うのが難しい。コーヒーかすは香りがよく、むしろ消臭効果がある。また、砂地で保水力の弱い宇治川沿いの土壌とコーヒーかすは相性抜群。保水力を補ってくれるのだという。

コーヒーかすを入れるようになり、土の状態だけでなく水質も良くなっているそう。「田んぼや水路にゲンゴロウやドジョウが戻ってきました。昨年はタガメがいたんですよ——絶滅危惧種に指定されている水中昆虫の王者タガメ。そのタガメが戻ってきたのだ。すごい！」

コーヒーの効果ですかと尋ねると「水質が良くなったのは、微生物、菌の力かな。誤解のないように伝えたいのですが、コーヒーかすが飛び抜けて優れているということではないと思っています」と船越さん。コーヒーかすは酸性の



船越農園の船越修さん、一恵さん



元気いっぱいの野菜は、「サラダの店サンチョ」で食べられるほか、伏見区の「じねんと市場」などで販売

ためpHを調整する必要があり、成長を阻む物質が含まれるため十分に発酵させる必要もある。それらをクリアすると、土壌を良くし、緩効性の肥料として有効。だんだんとコツがわかってきた。「とくに茄子は相性がいよね。ツヤのあるおいしい茄子が長い期間とれました」。船越さんはコーヒーかすに米ぬかを混ぜて堆肥化している。成分を計測しながら、ベストな配合率を研究中だ。

無償の働き、それがいい

そんな船越さんの報告に、嬉しそうに耳を傾けるブルーム夫妻。多くの時間をmame-ecoの活動に充て、自転車用トレーラーや大量の蓋つきバケツなど、プロジェクトのために購入したのも少なくない。けれど一切の報酬、経費への助成すら得ていないのはどういうわけだろう。

「オーストラリア、メルボルンにREGROUNDというコーヒーかす回収のソーシャルビジネスがある。彼らの仕

事は素晴らしいと思うし、考えてはみたよ。でも、僕らが見たいのは、大掛かりなことではなくて、小さなエコなんだ。すごくシンプルなんだよ。コーヒーかすを集める。使う人に渡す。それだけ！」とゲリーさんは笑って言う。このプロジェクトを通して、たくさんの出会いがあった。さまざまな繋がりが生まれていくことが楽しくてたまらない。多くのものを貰っているから、お金を介在させたくないのだという。「でも、この先、誰かがソーシャルビジネスにしてくれたら、応援するし、リスペクトするよ」と、どこまでも清々しいのだった。

そんな二人だから、人の相談には喜んで乗る。これまで数十人に自分たちの経験を伝え、他の町でもmame-eco的な活動がスタートしている。また、mame-ecoプロジェクトは人と人をつなぐ。農家の野菜をレストランに繋げ、他の有機資源の循環をも橋渡し。幸せな循環があちこちで起こっている。

さて、私たち一人ひとりができる「小さな、まめなエコ」はどんなことだろう。大きく優れた循環の輪があることは素晴らしい。でも小さな循環の輪が身近にたくさん出来たら、私たちの暮らしは、より豊かなものになりそうだ。mame-ecoの活動を心底楽しんでいるブルーム夫妻を思うと、自分も何か、小さなことを始めたい。



さあ、今日からコーヒーかすを循環させよう

家庭のコーヒーかすを持ち込める収集スポット。受付時間などはスポットにより異なるため、マップで確認を。



※コーヒーかすの一般収集拠点



mame-eco HP : <https://mame-eco.org/>
Instagram : mame_eco



資珈琲 Instagram : coffee_tasuku_coffee
船越農園 Instagram : funa.osamu



食材ロスの軽減と共に 学生たちがごみに意識を 向けるきっかけを

左から、藤井拓也氏、畑中康寛氏、田中博之氏、高岡良明氏、森脇政彦氏



学校法人 大和学園

令和5年度「2R及び分別・リサイクル活動優良事業所」に認定された京都調理師専門学校、京都製菓製パン技術専門学校、京都ホテル観光ブライダル専門学校などを運営する大和学園。その具体的な取組内容と、教職員だけではなく大勢の学生たちを巻き込み、ごみを削減するための工夫について伺いました。

職業を通して社会に貢献する姿勢を学ぶ学校

訪れたのは太秦にある学校法人大和学園太秦キャンパス（京都調理師専門学校・京都製菓製パン技術専門学校）。校舎は、その建物内、そして、中庭も美しく整然としている。「『人の和の広がり』を大きくし、もって人類の福祉増進に寄与する」という建学の精神やホスピタリティ（おもてなしの）精神、高潔な職業倫理に基づき、調理師や製菓衛生師をはじめ栄養、医療・福祉、ホテル、観光、ブライダルなど、自らの職業を通して人に奉仕し地域・社会に貢献する姿勢を身につけた学生の養成に努めています。社会で即戦力として活躍できるホスピタリティ分野のスペシャリストを育て、教育事業そのもので社会的責任を果たしていくことが、私たちの使命と考えています」と教務部部长（京都ホテル観光ブライダル専門学校）の高岡氏。知識や技術を教えるだけではなく、その人自身の在り方や心持ちまで育む学校であることが伺える。2R及び分別・リサイクル活動の推進のみならず、さまざまな部署や企業と連携を取りつつ、環境保全、地域貢献に取り組んできたきっかけについて伺った。

食材のロス軽減策として京都市動物園に寄付

その取組の中でもユニークなのが、これまで調理実習で破棄せざるを得なかった食材を京都市動物園に寄付するというもの。そもそも食材の発注を厳密にする取組もおこなってきたものの、どうしても廃棄食材が出てしまう状況がある。日本料理講師の藤井氏によれば「入学当初は包丁の扱いもおぼつかなく、魚を初めて触る学生もいるので、魚を下ろすだけ、大根のカツラ剥きの練習だけで終わり、料理に至らないという授業がある。学

「身近な取組としては、昔から教職員全員で朝8時半から10分間、毎日掃除をしています。対外的な取組としては、2010年にISO26000*がリリースされ、翌年の2011年から『ホスピタリティレポート』という冊子を作り、学園各校で取り組む食育活動、社会貢献活動、環境保全活動などを発信し始めたのがきっかけです。近年になって、SDGsという言葉が社会に浸透してきた流れから、SDGsに関する学園の取組内容を集約できるWEBページを作成し、ステークホルダーの皆様にもわかりやすいようにしました。現在は大阪・関西万博に向けて、taiwa 1000 SDGsプロジェクト～Road to EXPO2025～に取り組んでいます」と高岡氏。長年の積み重ねによって、現在約1,500人も学生がいる大規模な専門学校で、校内の美しさを保ちつつ、さまざまな取組の仕組みができあがってきたのだろう。

*組織の社会的責任に関する世界初のガイダンス文書。持続可能な発展への貢献を最大化することを目的としている。

生が持ち帰ることを推奨するなど、試行錯誤してきましたが、自宅で料理する時間が取れず、学校での処分を希望する学生も一定数います。そこで、京都市動物園に寄付するという形で活用することを、この数年おこなっています」とのこと。具体的には、人参のヘタ、大根の芯、セロリの葉、キャベツ、白葱の葉などの野菜。また、骨付き肉などの調理しにくい部分や、魚のあらなど、冷凍保存しておいて提供するのだそう。飼育員さん

が扱いやすいように小分けに冷凍するといった工夫もあり、京都市動物園にとっても喜ばれているようだ。「学生たちにとっても、野菜くずをごみ箱へ捨てる前に『これ、動物が食べられるかな?』と活用法を考えるきっかけになっているのではないのでしょうか」と管理部部长の畑中氏。どの食材なら食べるかは動物に実際に与えてみないとわからないということだが、食べる様子が京都市動物園のWebサイトにアップされている。

更には、学生たちが挑む「食品ロス削減レシピコンテスト」もおこなっている。野菜の皮やヘタなどを捨てずにおいしく食べられないかとレシピを考えるというもの。こちらは、将来、料理人としてコンテストに応募するときの練習にもなっているようだ。

教職員による試行錯誤の積み重ねと工夫が結実

ペーパーレス化については、教職員の連絡はGoogleチャットに、アンケートやテストなどはGoogleフォームに移行し、食材や資材の受発注時のファックスは、メールに変更してもらうよう先方に伝えて推進してきた。教職員の会議資料はもちろん、ほとんどの授業がペーパーレスとなっているが、授業の資料については、紙のほうが伝わりやすい、教えやすいという内容のものもあり、まだ課題は残る。それでも、枚数が88%削減できた教職員もいるそうだ。コロナ禍が後押ししたとはいえ、桁違いに削減できているのは、教職員の努力の賜物だろう。

取組の発想が柔軟に感じるので、そのことについても伺って見た。「原則として、学生や学校にとってプラスになるかどうかという視点で教職員は考えます。“教育を通じて”ということからブレないようにしています。また、いきなり大きなことをしようとしないで、まずは小さなことから始める。たとえば、まずは教職員だけでやってみる、次に学校内でやってみるなど。いいことなら続きますし広がりますので。そうした小さなことからの積み重ねでしょうね」と前出の畑中氏。取り組みは始めた当初は、環境ポスターを学生に描いてもらったり、違う取組を新たに考えたりするなど、これまで試行錯誤して一歩ずつ積み重ねてきた。

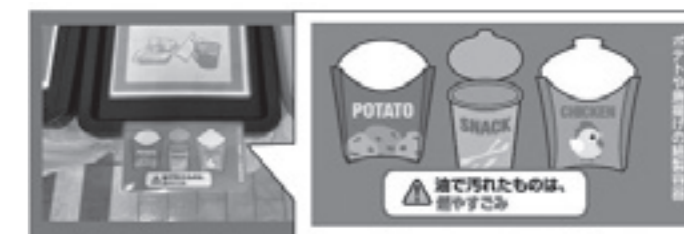
「ごみの分別の工夫についていえば、京都市が作成している『雑がみ図鑑』*もきっかけになりました。たとえば、うちの学校ならば、どんなごみが出やすいのか。まずは、それを取り上げてPOPにして、きちんと分別するようにとアピールしたことが効果に繋がったのではないかと話す教務部の森脇氏は『雑がみ



ゴリラのゲンタロウが白葱を食べる様子。白葱の葉は風邪予防にもなるのだそう。QRコードから動画視聴可



図鑑』をコピーして切り抜いたPOPはもちろん、よくある間違いについてはオリジナルのPOPを作成して、捨てるときに考えさせるような工夫をしている。それでも改善が見られない時はPOPだけではなく、ごみ箱に直接貼り付けて、必ず見るであろう場所に掲示するという工夫も。その素材も余ったパネルを再利用しているのだそう。学生の反応をよく見ながら柔軟な発想と工夫、小さなことから着実に積み上げる姿勢を保つ教職員の方々によって「優良事業所」となったことが伺えた取材だった。



間違いやすいごみの分別を、POPで分かりやすく伝えている

※京都ここみネット「雑がみ図鑑」はこちら



学校法人 大和学園

○京都調理師専門学校、京都製菓製パン技術専門学校
〒616-8083 京都市右京区太秦安井西沢町4番5
TEL：(075) 802-0191 (代)
○京都ホテル観光ブライダル専門学校
〒604-8006 京都市中京区河原町三条上ル
TEL：(075) 241-0191 (代)

○法人事務局
TEL：(075) 241-0891 (代)
URL：https://www.taiwa.ac.jp/



未来につなぐ京都の竹

京の暮らしと竹

京都のまちなかを歩いていると、町家の足元に綺麗なアーチを描く竹の垣根を見ることがあります。これは犬矢来と呼び、もとは犬が近寄らないように作られた竹加工品です。京都の伝統的な暮らしの中では、建材や垣根等のほか、ザルや籠、箸などの生活道具や遊具にも竹が多く使われており、竹は京都の生活や街並みを彩る大切な資源であったといえます。

現代では、竹材の生活道具を使用する機会が減っています。例えば、これまで竹製であったザルや籠などの台所道具は、量産加工に適したプラスチック製品に代替されてきたからです。しかし近年、プラスチック製品の製造と廃棄による自然環境への悪影響の懸念から、脱プラスチックの傾向が強まっています。そこで、かつて生活の身近にあった竹材の有効活用に、再び注目が集まっています。

世代を超えて竹の魅力伝える

京都に多く生育する孟宗竹は、タケノコが1日に1m以上も伸びるほど成長が早く、掘り取られず、竹材としても活用されずに放置された竹林は動物の生態系や地域住民の生活環境を乱すほどに広がり、自然災害の恐れが高まるという課題があります。

そこで今回、竹の魅力を活かした課題解決法に迫るべく、おとくに竹あそび・竹遊会を取材させていただきました。

「やってみなはれー」をモットーに活動する竹遊会は、15人のシニアボランティアメンバーが、週2～3回、長岡京市と京都市右京区大原野の竹林を拠点に放置竹林の整備をおこなっています。間伐した竹材は竹工作で活用し、靴べら、豆腐刺し、



竹遊会による竹製品の数々

竹おもちゃ、楽器などアイデアあふれる竹製品を制作しています。さらに、地域のイベントや学校の授業で竹工作のワークショップを実施し、



ひねり竹とんぼ作りの様子

竹製品に馴染みのない世代にも竹に触れる機会を作っています。今回見学した、中学校の総合学習授業「ひねり竹とんぼ作り」では、竹遊会メンバーのレクチャーにより、生徒らが夢中になって竹を削ったり、熱を加えてひねり加工しながら、竹材の特長や、地域の資源である竹の活用方法を学んでいました。竹遊会の活動から、世代を超えて魅力を伝え、誰もが竹材に親しみを持つことが、身近な環境を考える全ての始まりであることを教わりました。

竹とともにある未来

京都光華女子大学キャリア形成学部では、全学共通授業(科目名「産官学連携プロジェクト」担当 高野拓樹教授)の一環で、東洋竹工株式会社(向日市)の協力を得て竹工作を学び、冬には、地域の子供達を対象に竹の飾り物や竹笛などのワークショップを学生主体で実施しています。

SDGsの達成やカーボンニュートラルの実現等、環境への配慮が求められる現代ですが、竹のように、古くから日本人の生活の身近にあった材料(縄文時代の遺跡から発掘された事例もあるそうです)の活用から学ぶことは多くあります。ぜひ、みなさんも竹に関わる活動に参加して、竹の強さと優しさに触れていただきたいと思います。



竹工作ワークショップの様子

宮原佑貴子(京都光華女子大学キャリア形成学部 講師)
(2024年2月5日取材)

なごみ
日和



KBS 京都 アナウンサー
うみひら なごみ
海平 和

●● 第41回「布おむつデビュー」 ●●

新年の始まりに目標をたてる方も多いことでしょう。私はいつも新年のテーマを漢字1字で決めており、昨年は「耕」。成長できる居場所を耕していきたい、開拓していきたいと思つてのこと。大切なみなさんから水や光や栄養を頂き、一生懸命耕し迎えた今年のテーマは「芽」。

私事ですが昨年末、第一子を出産いたしました。始まったばかりの育児は慣れないことも多く、ほぼ授乳とおむつ替えを繰

り返しているだけなのに、あっという間に毎日が過ぎていきました。そうした中で、わが子は驚くようなスピードで成長しています。表情など日々の変化や、触れた時のあたたかさに、愛おしさや幸せを感じています。新しい命を通して、また生活が大きく変化した中で出会える新たな考え方、視点、ご縁といった小さな「芽」にしっかり気づいて、ゆっくりじっくり水をやって栄養を与えて、毎日の変化を楽しみながら育てていきたいと感じています。

子育てを始めて気付いたことは…おむつの量。正直こんなに必要だとは知りませんでしたし、驚きました。毎日10回以上変えていると1パックがすぐなくなります。ということで、布おむつデビューすることにしました。少し手間はかかりますが、ごみが減る、経済的といったメリット以外にも、肌へのやさしさやお互いのことに気付く力の変化などもあるとか。無理せず、私たちのペースで併用してみようと思つているところなのですが、これからどんな気づきが生まれるのか楽しみです。



海平 和：京都市出身、2010年KBS京都入社。テレビ「京都経済テラス キュンと!」、ラジオ「矢野勝也のま〜ふる!」などに出演。

人と物と。織りなす「もっぺん」物語



第 28 回

宮川時計店

宮川達也さんは、80年以上つづく宮川時計店の三代目店主。「『直って良かった』と言ってもらえるのが嬉しいんです」と言う優しい笑顔が印象的だ。

アナログ時計を使う人は減ってきている。とともに、修理のニーズが減っているのが現状だ。そんな中、ひとつひとつの時計にもっぺん命を吹き込むのが宮川さんだ。

時計の修理ではまず、全ての部品を分解して掃除をする。顕微鏡が必要なほど小さな部品もある。油を差し直し、念入りに調整をして、蘇らせる。古い時計で部品の替えがない場合や、完全に壊れてしまっている場合も宮川さんは諦めない。別の部品で代用したり、今までの知識経験や技術を活かして、修理を行う。

「直したい!」が宮川さんの原動力。Instagramでは、日々の修理の様子を楽しく、時に面白く投稿している。お話からも時計への愛が感じられた。

時計の電池が切れた状態で放置するのは危険。電池から液漏れして、時計を壊してしまうこともあるので、早めに電池交換が必要。宮川さんはもともとメガネが専門なので、メガネの修理や調整なども相談に乗ってくれる。

「『ずっと使ってきた』、『親から譲り受けた』など、物には思い出もついてきます。だからこそ、使い捨てにするのではなく、使い続けていただきたい。わたしは、その想いを叶えるお手伝いをしたい。そして、身近に修理できる人がもっと増えてほしいなと思います。」と最後に語ってくれた。



電池交換はその場ですぐしてくれる



時計を分解した後の細かい部品

▶ 宮川時計店
〒601-8453 京都市南区唐橋羅城門町16
TEL&FAX: 075-691-4413 URL: <https://www.instagram.com/miyagawatokeiten/>
営業時間: 9時-18時30分 定休日: 不定休



岸 さゆり (2024年1月24日取材)

地域活動レポート

～トートまちづくり隊～

『地域の力で魅力あるまちづくりを』

トート阪急洛西口は、地域交流の場として2018年にオープンした。TauTには、鉄道の高架を表すTとTの間で人々が出会う（au）場所という意味が込められている。洛西口駅付近から桂駅に向かう約1kmにわたる高架下に、飲食店などの商業施設をはじめ、多目的オープンスペースや公共施設が並ぶ。今回は、多目的オープンスペース「トートひろば」で開催される「トートdeピクニック」取材した。

憩いの場を目指して

取材に応じてくださったのは、トートdeピクニックを企画・運営している、トートまちづくり隊の野口さんと田中さん。トートdeピクニックは、毎月第2・4日曜日に開催され、今年の1月で60回目を迎えた。子どもたちが楽しめるトランポリンやハンモックが用意され、その横でマルシェやワークショップなど、様々なイベントが開かれる。

「トートdeピクニックを地域の方にとって利用しやすい、馴染みのある場所にすることが目標。週末、いつでも気軽に立ち寄れる場所にしたいですね」と田中さん。毎回、来場者は200人を超えるが、その3～4割は馴染みの顔ぶれという。近所に住む子どもたちの遊び場でもあり、自主的にイベントの片づけを手伝う未来のまちづくり隊の姿も。

「最近、大学生が企画する子ども向け工作教室が定着してきて、横の繋がりが徐々に広がっています。企業、市民団体、学校も巻き込んで、この地域を盛り上げていきたいですね」と野口さん。「最終的には自分達が関わらなくても、皆さんの手でこの「場」が発展していったら嬉しいです」と語ってくれた。



高架下には開放的な空間が広がる



学生企画の子ども向け工作教室

SDGsもテーマに、もっぺん出張所も初参加！

奇数月の第2日曜日は、SDGsをテーマにしたイベントが開かれる。取材当日は、衣類や本の物々交換会、フリーマーケットなどのリピーター企画に加え、当会議の「もっぺん出張所」が初参加。ものを大切に使う、お直しして“もっぺん”使う選択肢があることを知ってもらうため、京都市内の修理・リメイクに対応しているお店5店舗に出店いただいた。来場者からは「壊れて家で眠っているものがあるんですけど、直してもらえますか？」と、普段は後回しになりがちな修理相談が寄せられた。また、修理体験コーナーには子どもたちが集まり、修理のプロからものを再生する技術を学ぶ良い機会となった。



もっぺん出張所には「イトイ工房」、「上手楽器」、「BOOTS BELL」、「福田人形店 福田匠庵」、「京都お母さんの繕い物の会」が出店



修理相談の様子

楽しい体験がごみ減量への近道に

最後に、野口さんにSDGs企画について尋ねてみた。「まずは楽しく参加してもらうことが大切。結果的にSDGsに繋がっているのが理想です。例えば、イベントに参加した人が、気づきを得て、道に落ちているごみを拾うきっかけになるぐらい。そんな人が増えれば、世の中のごみが減ると思います」と野口さん。トートdeピクニックには、楽しいワクワク体験から始まる、ごみ減量のヒントが隠されていた。

トートdeピクニック



トートひろば



島藤真紀（2024年1月14日取材）

『わたしのごみ減らし術』 ▶ もっとリフィルを

容器包装の減量に有効な方法？まずRefill（リフィル）。リフィルとも呼ばれる詰め替え補充用の物品のこと。シャンプー類、洗剤類のほか、スパイス類にまでも拡大しています。化粧品では、スキンケアのほか、口紅やメイク用品も。そして手帳など文具類もリフィルが定着。近年は「水」のリフィルが話題になり、地域のあちこちに給水スポットが設けられ、ペットボトル減量を図る動きが活発になっています。ちなみに私はスキン・ヘアケア、ポリラップ、液体石けん、デンタルフロスなどに詰め替えを使用。

森田知都子

▶ Refill Japanのホームページから全国各地の給水スポットを検索可。MAPはこちらから→



ごみ減

検索 で検索できます

植物油インキで印刷しています。



この印刷物が不要になれば「雑がみ」として古紙回収等へ！