

洗濯物

龍ヶ崎市 PNチャイちゃん
洗濯物は白物と汚れ物に分けませんが、1日に2度は洗いません。今日の洗濯は昨日と今日の白物、明日の洗濯は今日と今日の汚れ物というように2日分を合わせて交互に洗っています。水道料金がぐっと減りました。

リボンベジタブル

つくば市 石橋絢子
リボンベジタブル（再生野菜）を子どもと一緒に楽しんでいます。買ってきた小松菜などは、調理に使わない根の部分を1〜3cm残して再利用します。毎日を水を変えながら観察すると、ぐんぐん成長する姿が面白いです。その野菜を収穫し、調

理すると、野菜嫌いなわが子がおいしいと言って食べてくれました。

フリマアプリの活用

取手市 PNTrooms
子ども用品は必要だけど、あつという間に使わなくなるものばかり。使わなくなったらちょうどいい、逆にあげるねと言える知り合いもない中、フリマアプリには欲しいものがたくさんあるので助かります。私もまだまだ使えそうなものを出品して、誰かが使ってくれています。

新聞紙

常陸太田市 PNちびこ
新聞紙は靴箱の靴の下に敷いたり、濡れた靴に丸めて入れたり、窓を拭く際にも使っています。また、新聞紙で袋を作ったり、生ゴミを捨てる時に使ったり、ダイニングテーブルの細かいゴミをまとめるのにも使います。

コーヒークラス

潮来市 PNNO姿
毎日飲んでいる大好きなコー

ヒーのカスをためておいて、ミニ菜園にはらまいて虫よけ対策に利用しています。また、台所で出る卵の殻や野菜の切れ端・皮は細かく切り、畑に埋め戻し肥料の手助けにしています。おかげでおいしい野菜ができます。

麺類の茹で汁

つくば市 PNとあら
パスタやうどんの茹で汁は洗いや食器を洗うときの予洗いに使っています。茹で汁のデンプンで油汚れがよく落ちます。油汚れがひどい時は、古い衣類を切ったぼろ布で拭き取ってから茹で汁につけ置きするときれいになります。

フードバンク活用

大洗町 PNナカ
いただいたものなどで食べないものがある時は、フードバンクに寄付しています。捨てるのはもったいないと思っていたので、フードロスの削減につながり、わが家ではよく利用しています。

野菜は皮をむかない

常陸大宮市 PNハナミズキ
大根、人参、かぶなどの野菜は皮をむかずにいただきます。栄養もあるしゴミも出ません。なんといっても手間が省けて料理が断然ラクになりました。

掃除

牛久市 PNあすなろ
掃除はホウキとチリ取り、雑巾を使っています。古布を小さく切り、汚れ取りに使います。雨水タンクを2台設置しているので、その水を利用しています。

カレンダー

桜川市 広沢洋子
月末にカレンダーをはがして処分していましたが、10数年前から10cm位の大きさに切ってメモ用紙に利用しています。

野菜を冷凍

坂東市 菅谷せい子
野菜がたくさん収穫できた時やたくさんいただいた時は、細かく刻んで冷凍しています。早

く料理に取りかかることができるので、とっても便利です。

マイバッグ



常総市 PN光ちゃん

ノウゼンカズラ



ひたちなか市 PNのんちゃん

楽しい投稿をお待ちしています

10月号テーマ
私のおすすめの1冊！

エピソードをお寄せください。
写真やイラストを募集中！

●投稿の締め切りは8月10日(水)です。