

ダンボールコンポスト通信

19号

2019年12月29日 発行
四日市ダンボールコンポストの会
発行責任者 平出 恒志
☎090-4186-8600

生ごみは資源です。生ごみのコンポスト化で地球を助けよう！

ダンボールコンポストの寒さ対策

寒くなるとダンボールコンポストのバクテリアたちの活動が鈍くなります。投入生ごみの発酵、分解作業が鈍くなり、投入生ごみの分解に時間がかかるようになります。今までは3～5日で分解していたものが7～10日かかるようになります。

発酵分解を助けるためにコンポストを出来るだけ暖かくしたい。陽の当たる場所に置く、風があたらないようにダンボールなどでカバーをする、物置へ入れる、夜だけ不要になった毛布やバスタオルでカバーするなどです。

また、基材に生ごみ投入時に米ぬかを一握り混ぜ込む、基材面に新聞紙をかける、油ものの残りがあれば積極的に入れる、果物の皮など甘いものを入れる、魚などの煮汁を入れる等、発酵を促進させることで、コンポストの中から温めるようにしてください。

冬は蒸発しにくく、水分が多いと基材が重くなりかき混ぜがしにくくなります。

天気の良い日に蓋を開けて太陽に当てると、水分が蒸発してかき混ぜやすくなります。

冬には虫は来ません。



米ぬかの投入

白カビ



有機農法講座より

NPO法人 大地といのちの会理事長吉田俊道先生

元気な旬の露地野菜をいただく

旬の野菜の方が栄養価も高いし、露地の方が紫外線に打ち勝つために、ビタミンその他抗酸化成分が増えるからです。

冬に元気な野菜は根もの野菜、そして葉っぱが地面から直接出ていて背の低い野菜ホウレンソウやダイコン、サンチェ等です。

ホウレンソウは霜が降りた朝、葉は凍り、地面に倒れてしまいます、ところが霜が溶けた10時ごろになると、ホウレンソウの葉は起き上がります。冬の野菜は強いから、美味しく頂きましょう。



「長生きの秘訣」

魚パワーで認知症を防いで
脳をイキイキと保つ

魚のDHAパワーは、アルツハイマー病や認知症においてとても有効なことが証明されています。出来るだけ食べましょう！

DHAが豊富に含まれている魚は、マグロやブリ、サバ、ウナギ、サケ、サンマ、マイワシなど。DHAは干物でも接種出来ます。

○新規講座は初めての方

○A F 講座は新規から 2 週間目の方

○継続講座は続けている方

1 月	楠地区市民センター	1 月 9 日	10:00	新規・継続講座
	塩浜地区市民センター	1 月 16 日	10:00	新規・継続講座
	西松本集会所	1 月 16 日	14:00	継続講座
	四日市公害と環境未来館	1 月 19 日	10:00	継続講座
	水沢地区市民センター	1 月 22 日	10:00	継続講座
	小山田地区市民センター	1 月 24 日	14:00	継続講座
2 月	みえ医療センター	2 月 6 日	13:30	継続講座
	羽津地区市民センター	2 月 6 日	14:00	新規・継続講座
	三重地区市民センター	2 月 17 日	13:30	継続講座
	中部地区市民センター	2 月 27 日	10:00	継続講座
	日永地区市民センター	2 月 27 日	10:00	継続講座
3 月	大矢知地区市民センター	3 月 2 日	13:30	継続講座
	富洲原地区市民センター	3 月 3 日	10:00	継続講座
	県地区市民センター	3 月 4 日	10:00	継続講座
	下野地区市民センター	3 月 4 日	13:30	継続講座
	富田地区市民センター	3 月 5 日	10:00	継続講座
	四郷地区市民センター	3 月 9 日	10:00	継続講座
	桜地区市民センター	3 月 9 日	10:00	継続講座
	内部地区市民センター	3 月 10 日	13:30	継続講座
	橋北地区市民センター	3 月 10 日	10:00	継続講座
	保々地区市民センター	3 月 11 日	10:00	継続講座
	川島地区市民センター	3 月 12 日	13:30	継続講座
	神前地区市民センター	3 月 13 日	10:00	継続講座
	八郷地区市民センター	3 月 17 日	10:00	継続講座

1 月 2 日（木）は、温室休み（農業センター内）にさせていただきます。