

55歳からの片付けのポイント

実家の片付けできていますか？昨年度、ご講演いただき、大好評だったおのあけみさんに片付けのポイントについて教えてもらう全5回の連載です。

第4回 捨てるじゃなくて、手放す。

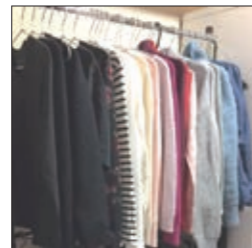
片付けで難しいのは「もったいない」という感情と「捨てる」ことへの罪悪感が生まれてしまうことです。物は使われるために存在しています。使わない物をしまっておくスペースがもったいない、必要な時に探す時間がもったいない、探せなくて再度購入するお金がもったいないのでは？物を処分する時は「捨てる」のではなく「手放す」と考えてみましょう。物を活かすために手放すのです。必要な人に譲る、売る、寄付する、供養する、分別して資源にすれば、罪悪感もなくなるような気がしませんか。

手放せない物のトップは女性が洋服、男性は本です。例えば洋服の整理では、悩みがちなのようなダンスや押し入れに眠っている物を手放すことを考えてみましょう。

問い合わせ 建築課 (☎内線 1324)



実家片づけのイロハ
整理収納アドバイザー
おのあけみ



- ①シミや毛玉など傷みが目立つ服
- ②サイズが合わない服
- ③同じ色やデザインの服
- ④「いつか着る」と保管している服
- ⑤「高かったから」としまえばなしの服
- ⑥デザインが流行おくれの服
- ⑦1年以上着ていない服
- ⑧自分で似合わないと思った、人から似合わないと言われた服
- ⑨パーティー用ドレスなど着る機会が少ない服
- ⑩自宅で洗濯しづらい、取り扱いが難しい服

手放すには勇気と思い切りが必要です！



SDGsを知って、できることから始めよう⑫

SDGs（持続可能な開発目標）について、連載でお伝えしています。今回は17のゴール（目標）のうち「12 つくる責任 つかう責任」「13 気候変動に具体的な対策を」についてご紹介します。

問い合わせ 企画課 (☎内線 1222)

12 つくる責任 つかう責任



環 境負荷削減を進める上で持続可能な生産と消費は非常に重要なテーマです。これを推進するためには市民一人一人の意識や行動を見直す必要があります。省エネや3Rの徹底など、環境教育によりこの流れを加速することが求められています。

私たちにできること
使い捨てより長く使える物を選ぶ。

本市の主な取り組み
ごみ減量化ワークショップの実施など



ぼかし作り講習会の様子

総合計画中期基本計画との対応
ごみの減量化・循環利用の推進、農産物販路の多様化促進など

目標 12 持続可能な生産消費形態を確保する

13 気候変動に具体的な対策を



気 候変動問題は年々深刻化し、既に多くの形でその影響が顕在化しています。従来の温室効果ガス削減といった緩和策だけでなく、気候変動に備えた適応策の検討と策定を各自自治体で行うことが求められています。

私たちにできること
買い物にはエコバックを持参しよう。

本市の主な取り組み
EV車充電インフラ整備など



電気自動車用充電設備（上町駐車場）

総合計画中期基本計画との対応
低炭素のまちづくりの促進など

目標 13 気候変動およびその影響を軽減するための緊急対策を講じる

本で知ろう SDGs

図書館の本の中から、目標に関連する図書を紹介いたします。

問い合わせ 図書館 (☎ 62-1737)

世界でいちばん貧しい大統領のスピーチ

編：くさばよしみ 絵：中川学
発行所：汐文社

2012年、ブラジルのリオデジャネイロで開かれた国際会議。南米のウルグアイのムヒカ大統領はのちに世界の人々から大絶賛されるスピーチを残します。その全容を絵本で紹介。



フランス発祥「マドレーヌ」の由来をご存じですか。「マドレーヌ」は、私の地元ロレーヌ地方にあるコメルシーという街で生まれたと言われている洋菓子です。

1755年、ロレーヌ地方、ロレーヌ公スタニスラスはお城で晩さん会を開きました。お客さんが料理やゲームなどを楽しんでる内に、お城のパティシエが料理人とけんかをし、デザートを完成させずに出て行ってしまいました。しかし、晩さん会にはデザートが必要です。そこで、スタニスラスの名声を損なわぬよう、執事が一生懸命、すてきなデザートを作れる者を探し出し、お菓子を作らせました。デザート作りの時間になると、貝の形をしたこんがり焼けたかわいらしいお菓子が出されました。感嘆したスタニスラス公はその

フランス人ヴェロニクの連載！ 国際交流員コラム 〜国際交流員の視点から〜

Vol. 10



新しいお菓子を作った手伝いの娘を呼び出し、次のような会話をしました。



「このお菓子は何と
いうお菓子ですか」
「名前はありません。
コメルシー市で祝日
に作る物なのです」
「あなたの名は？」
「マドレーヌと申します」
「じゃあ、あなたの名前を取って、
マドレーヌ・ド・コメルシー*と
名付けましょうー」
こうして「マドレーヌ」は誕生
しました。「マドレーヌ」を食べ
る時には、このエピソードを思い
出してみてください。

*フランス語で「マドレーヌ・ド・コメルシー」は「コメルシーのマドレーヌ」を意味します。