

次世代に
伝えたいことシニアーズの
知恵袋
「節約」編

衣

良質の衣料洗剤が売られているので、絹、ウール、おしゃれ着等、自分で手洗いしている。

河田ヤスエさん（中原区・60歳）

シーズンオフでの衣料のまとめ買い。

阿部尚三さん（宮前区・71歳）

フォームして衣料費を節約している。

木下緑さん（麻生区・72歳）

なるべく自然体で過ごす。夏は窓を開け涼風を入れる。衣服は必要最少限度とする（あるものですませる）。？さん（麻生区・61歳女性）

食

菜園で取れすぎた野菜（大根、茄子、人参等）を天日で乾燥させておいて、冬など野菜が必要なときに水で戻して利用。

山道迷吾さん（麻生区・61歳）

まとめ買い（週1回）で工夫の料理。

M. Hさん（宮前区・69歳）

野菜は地域で生産されるものを使う。地産地消は新鮮で安い。ご飯は2日分炊いて、翌日の分は1杯分ずつラップに包んで冷凍。

山本和代さん（麻生区・75歳）

生ゴミは全てコンポスターに入れ自家菜園の肥料に。食料品を買い過ぎないように注意。

美濃部三郎さん（宮前区・64歳）

リサイクル

使い古した木綿の衣類は小さく（10センチ四方くらい）に切り、ティッシュの空き箱に入れておき、洗い場で油のふき取りに使う。

山本和代さん（麻生区・75歳）

生ゴミは捨てないで、細かく切って土づくり、その土で草花を育てる。

阿宗杏子さん（幸区・61歳）

仲間でのリサイクル、交換（衣料、日用品）。

平川香代さん（宮前区・65歳）

光熱水費

夏はシャワーを浴びる回数が増えるので、シャワーは湯船の中でやり、水を溜める。溜めた湯船の水は洗濯水や植木の散水に利用。

岡部芳明さん（高津区・61歳）

縦雨樋に「パツコン」なる器材を接続、雨水を利用し水道料を軽減。

石井幸次郎さん（麻生区・77歳）

食器洗いのときに下洗いをした水を草木にまく。食器洗いで洗剤を使ったときは、全食器を下洗いし、できるだけ水道水を使わないようにする。

T. Sさん（宮前区・60歳）

居間を常時整頓。食卓の上は使用外の時は物を片付けて、来客用に。1部屋をフルに使って冷暖房は1台のエアコンで済ませる。

山本和代さん（麻生区・75歳）

簾（すだれ）の効用を再確認。風通しを損なわないで日照りをさえぎり、その風合いからくる清涼感は、カーテンやブラインドでは得られないもの。

K. Aさん（宮前区・69歳）

太陽熱の利用。雨水を溜め庭木へ。生ゴミを肥料へ。節電に努力。

森川一郎さん（宮前区・72歳）

生活費全般

月々の生活費は収入に応じ対応する。家計の数字を分類し、先を見通す。

I. Mさん（幸区・75歳）

すべての消費行為をリサイクルに結びつけて考えると資源を節約できる。

TEDさん（宮前区・65歳）

生活費の配分は、世間体や見栄とは無関係で、わが夫婦の価値観でメリハリをつける。

[例] 海外旅行を楽しむため、国内の観光地や温泉地めぐりはほとんどしない。原則として新刊書や雑誌は買わずに図書館を利用する。

H. Kさん（宮前区・70歳）

必要経費はどう節約したところで差異は少ない。世間の風潮に流されず、身分相応に生きること。

兵頭壽美子さん（中原区・67歳）

どうでもいいものは買わない。少ないものを使いまわす。シンプルに！

？さん（麻生区・61歳女性）