



△その他の色びんが機械に入れられます。



△砕かれたびんは、角もとれ、砂のようにさらさらしています。



△細かく砕かれたガラスが入っているアスファルト合材で舗装した道路。

平成20年度、皆さんに分別いただいた資源物の「びん類」は約470トになります。内訳を見ると無色（白色）びんが210ト、茶色びんが170ト、その他の色が90トでした。安曇野市の場合、分別されたびんのうち、無色（白色）びんと茶色びんは松川村にある中間処理業者で一時保管された後、県外の再資源化工場で主に食料調味料、清涼飲料水、酒などのびんに生まれ変わっています。

一方、色びんや、印刷がされているびんなど「その他の色びん」は、市内にある建設資材会社に運ばれ、「アスファルト」として再資源化されています。今回は、その建設資材会社を訪ねました。

工場に運び込まれた「その他の色びん」は、特殊な機械により1.2ミ以下に細かく砕かれます。これらは、道路工事に使われるその他のアスファルト合材に混ぜ合わせられ再利用されます。無色（白色）

茶色びんがリサイクルされる場合と違い、「その他の色びん」は中間処理などのコストがかららないという利点があります。この会社では、分別できずに埋め立てするしかなかった「その他の色びん」を資源として有効活用するため、早くから廃ガラスを砂の代わりにアスファルト原料とすることに取り組みました。試行錯誤を重ねた結果、平成7年から本格的な使用が始まっています。

正しい分別をお願いします

工場長の曾根原崇広^{たかひろ}さんは、「びんに混じって口金やプラスチックキャップなどが付いたまま出されることがあります。すべて再資源するためにもなるべく取り除いて出してほしいです」と話をしてくださいました。

☎環境課廃棄物処理対策担当係
82・3131 82・6622



びんの再生（その他の色びん）

環境ナビ

隔月連載③ ごみ・資源物のゆくえ

県外から嫁ぎ、地域のこともわからない中、子育てにストレスを感じる日もありました。そんな中、リフレッシュするために何かないかと広報紙を見たのがきっかけでした。楽しく子育てするためには、自分が元気で過ごすことが大切だと感じてはいるものの、なかなか自分の時間がもてないのが現状で

子育て中のお母さんを対象としたヘルスアップ教室「ヨーガ体験」が7月17日、穂高健康支援センターで開催されました。参加者のひとり井上真佐代さんにお話を聞きました。

「参加したきっかけは何ですか。」
「参加して良かったことは。」
「健康に気を付けていることは。」

「参加して良かったことは。」
教室で体力測定をする時間があり、自分の健康状態をチェックできたことです。忙しい毎日だと、つい自分の健康は後回しになりがちですが、健康状態を知る良い機会でした。

「健康に気を付けていることは。」
正直、今まで、特に健康づくりに気を付けてきませんでした。でも、もし病気がかかってしまったら、近くに協力者がいないと大変だと思います。

「家」は心も体も健康で、安心して過ごせる空間でありたいものです。そんな場所に集まる家族に、少しでも笑顔が増えるような応援ができれば幸いです。

「参加して良かったことは。」
会でした。家でも簡単にできるストレッチ体操を体験した後は体が軽くなりました。意識して動くだけで心もリフレッシュできて楽しかったです。また、同世代の子育て中のお母さんと情報交換ができて良かったです。今日、学んだことは、自分のため、家族のため、できることから生かしたいです。

保健師から一言

「家」は心も体も健康で、安心して過ごせる空間でありたいものです。そんな場所に集まる家族に、少しでも笑顔が増えるような応援ができれば幸いです。



ヨーガでリフレッシュ！



7/17 ママのためのヘルスアップ教室(ヨーガ体験)のようす



ママのためのヘルスアップ教室 2

●対象 市内在住で乳幼児のお子さんがある母親
●日時・内容(全5回)

10月6日(火)	9:30~11:00	楽しく体を動かそう
26日(月)		自分の健康状態をチェック
11月9日(月)		お口を知ろう
18日(水)		食事について考えてみよう
30日(月)		楽しくヨーガ体験

●場所 堀金保健センター ●定員 各15人
●参加料 無料
●申し込み 9月1日(火)~18日(金)までの間、堀金保健センター(☎73・5770)へ電話でお申し込みください。定員になり次第締め切ります。



和風ラタトゥイユ & 野菜スープ

南フランスの家庭料理、ラタトゥイユを和風に仕立てました。旬の夏野菜をたっぷり使った簡単メニューです。



- ～和風ラタトゥイユ～
- 材料(4人分)
完熟トマト中2個 玉ねぎ大3/4個 ナス1本(80g) かぼちゃ120g しめじ80g オクラ4本 かつお削り節小1袋 めんつゆ(濃縮)大さじ2~3
- 作り方
① トマトは皮をむき種を取りざく切り、玉ねぎはくし型、ナスは乱切り、かぼちゃは一口大に切る。
② 鍋にトマト、玉ねぎ、かぼちゃ、ナスの順にざっと混ぜ合わせ、蓋をして中火~弱火で10分くらい煮る。
③ オクラを斜め3つに切り、しめじは石づきを取ってほぐしておく。
④ かぼちゃがやわらかくなったら弱火のまま③を加えて、さらに1分ほど煮る。
⑤ 粉状にしたかつお削り節と、めんつゆを加え、再び沸騰したら火を止める。

- ～野菜スープ～
- 材料(4人分)
玉ねぎ大1/4個 モロヘイヤ100g 中華だし小さじ2 水660CC 酒大さじ1 しょうゆ小さじ1 食塩少々 しょう油少々
- 作り方
① 玉ねぎはうす切りにする。
② モロヘイヤは葉のみをつむ。
③ 鍋で分量の水を沸騰させたら中華だしを溶き、①を加える。透き通ってきたら②を加える。
④ ひと煮立ちしたら酒、しょうゆを加え、塩、しょう油で味を調える。
- 今月の料理人
降旗 さと子さん
三郷中堂