

暮らし疑問
一問一答！

昨年度、市内の各家庭から資源物として出された蛍光管と電池類は合わせて48トンになりました。

蛍光管と電池類はまず市内の事業者が収集を行い、穂高クリーンセンターに一時保管された後、小諸市にある再資源化工場に運ばれます。蛍光管は細かく破碎した後、50%を占めるガラスは、神奈川の成型工場に運ばれ、ガラスワールなどの断熱材となります。そのほかの口金や蛍光体などは薬品で処理された後、コンクリートで固形化して、中野市の処分場に埋め立てられます。電池類も同様に破碎をして、取り出される汚泥からインターロッキングが製造されます。15%を占める鉄くずも、群馬県の製鉄工場場で建築用鉄筋などに生まれ変わっています。

乾電池からインターロッキング

インターロッキング
側面にギザギザをつけて、かみ合わせをよくしたレンガほどの大きさの舗装用のブロック。コンクリート製が主だが、汚泥や焼却灰からも作られる。歩道や公園、駐車場、住宅のアプローチ等の路盤に使用される。

お知らせ

4月から、「もえるごみ専用指定袋」と「もえないごみ資源物指定袋」の小売価格が値上がりします。



原油価格の高騰により、ポリエチレン製ごみ袋の製造コストが増大しています。

4月から、もえるごみ袋10枚入りで14円、もえないごみ袋10枚入りで21円それぞれ小売価格が値上げとなります。

証紙代(1枚30円)は変わりません。ご負担をおかけしますが、ご理解をお願いします。



間違えやすい 電球形蛍光灯
交換した電球や使用済み電池の処分方法でよくある問い合わせをまとめました。
Q 電球などを処分するときの分け方を教えてください。
A 市では長管形蛍光管・丸形蛍光管や電球形蛍光灯を「蛍光管」として収集しています。ハロゲン球、ビーム球、クリプトン球などの白熱灯は、「ガラス・陶器類」の日に提出してください。電球形の蛍光灯は間違えやすいので、特に注意してください。

Q 割れてしまった蛍光管はどうすればいいですか。
A 割れた蛍光管は「ガラス・陶器類」となります。
Q ケースに入れて出してもよいですか。
A 輸送中に破損することを防ぐため、交換のときに入っていた紙ケースに入れて出すことができます。
Q 回収できる電池の種類にはどんなものがありますか。
A アルカリ・マンガンなどの

乾電池やボタン電池をはじめ、ニカド・リチウム・ニッケルなどの充電式の電池も出せます。バッテリーは回収できませんので「粗大ごみ」で出してください。
Q 電池の水銀が心配ですが。
A マンガン電池は平成3年4月から、アルカリ電池は平成4年4月から水銀を使用していません。▼詳しい出し方のご相談は、左記までご連絡ください。
☎0120-793-530
または市民環境部環境課
(TEL)82-3131 (FAX)82-6622
各総合支所生活環境係まで。

数字で探る
私たちの健康

市の調査では、節度ある飲酒量を知っている人は42.3%で、全体の半数以下という結果になりました。節度ある飲酒量は、日本酒で1日1合程度。目安をいくつか示します。

- ・日本酒なら…160ml (アルコール度数15%)
- ・ビールなら…500ml (アルコール度数5%)
- ・ワインなら…200ml (アルコール度数12%)

飲める量と「適量」は違います

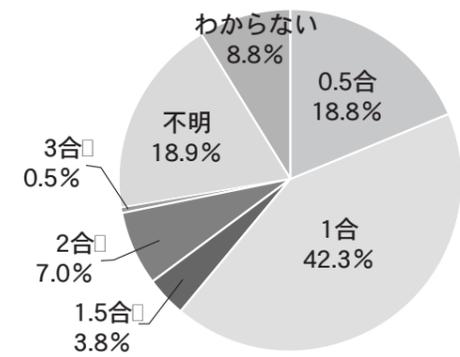
市では、節度ある飲酒量を知っている人は42.3%で、全体の半数以下という結果になりました。節度ある飲酒量は、日本酒で1日1合程度。目安をいくつか示します。

- ・焼酎なら…70ml (アルコール度数35%)
- ・節度を越えた飲酒は、アルコール性肝炎や肝硬変、アルコール依存症などの病気を引き起こします。もし、アルコールの飲みすぎで病気になるれば、場合によっては失職し、自分だけではなく家族の生活にも影響を及ぼしかねません。
- ・自分自身のため、家族のために、節度ある飲酒を心掛けましょう。



「節度ある飲酒」とは
どのくらいの量だと思いますか？

日本酒にしてどのくらいかを聞きました。
(H18 安曇野市健康づくりに関する調査より)



2月1日～29日
休日当番医

3日・日	古川整形外科医院	[穂高]	82-8880
	神谷小児科医院	[豊科]	72-5162
	この内科循環器科	[豊科]	71-5881
10日・日	高橋喜博歯科医院	[堀金]	73-3771
	古川医院	[穂高]	82-4385
	長瀬内科医院	[豊科]	72-7286
11日・祝	土屋クリニック	[豊科]	71-1811
	中島歯科医院	[豊科]	73-5701
	追分クリニック	[穂高]	82-2129
17日・日	柏原クリニック	[穂高]	82-7222
	山田医院	[豊科]	72-3207
	アルプス歯科クリニック	[三郷]	77-8901
24日・日	平林医院	[明科]	62-2227
	高橋医院	[穂高]	82-2561
	木暮医院	[三郷]	77-2119
24日・日	土居歯科医院	[豊科]	72-2462
	清沢医院	[穂高]	82-7600
	百瀬医院	[穂高]	82-2205
24日・日	中野医院	[三郷]	77-2130
	小山歯科医院	[明科]	62-3080

※変更になることがあります。ご利用前に医療情報案内(☎0120-890-423)を確認してください。
※受付は午前9時から午後5時まで、歯科医院の受付は午前9時から正午までです。

覚えておきたい
安曇野の味



五目おこわ

安曇野で採れたもち米を使った具だくさんの五目おこわです。手軽にでき、家族のお祝い・行事などにもおすすめです。

材料
もち米1升、油揚げ1枚、ニンジン(中)1本、しいたけ8～10枚、しょうゆ1カップ、砂糖1カップ、しいたけ戻し汁1カップ、だしの素少々、サラダ油大さじ3、ササの葉50枚程度

- 作り方**
- ①：もち米はよく洗って5～12時間水に浸す。
 - ②：①をざるにあげ、水を切り、強火で40分ふかす。
 - ③：具を細かく切り(ニンジンは千切り)ニンジン、油揚げ、しいたけの順にサラダ油でいためる。
 - ④：③に調味料を一度に加え、中火で約20分煮る。
 - ⑤：②が程よく蒸し上がったたら、大きなボールにあげ、④を全部入れて熱いうちによく混ぜ合わせる。
 - ⑥：⑤を俵型にして、ササの葉で巻く、ササがない場合は焼きのりでも可。
- ※冷蔵庫で3日間ほど日持ちする。食べるときは葉ごと蒸すとおいしい。

今月の料理人

古幡 菊子さん

豊科

