

びんの分別...ビン感に



私たちの使っているガラスびんは、石灰石などの大切な天然資源から作られています。きちんと分別することで限りある資源を有効に使いましょう。

びん類は毎月1回収集します。

色別に回収するのは、びんを新しく作る時に同じ色のびんを原料として使うことにより、製造段階で使うエネルギーを節約するためです。

守ってほしいルール

透明の資源袋で出してください。分別は、透明のびん・茶色のびん・その他の色のびんに！(ラベルははがさなくても良い)

割れたびんは、紙などに包み3種類に分け、「割れもの入り」と表示して出してください。

金属製のキャップは金属類(その他金属)、プラスチック製のキャップはプラスチック製包装へ分類して出してください。



ブランデーなど
その他の色のびん

びんは何度でも
使うことができます
リサイクルの
優等生!



飲み終わったら
しっかりと洗って
リサイクルに
役立てよう!

こんなものに 生まれ変わります!

回収される「無色」「茶色」のびんは、ほとんどが、飲料・食品・医薬品の密封容器として再利用されています。「その他の色のびん」は約20%がびん、残りは土木資材に再利用されています。

資源の有効利用いろいろ!

ガラス原料(ガラスビン・住宅用断熱材) 建築材料(タイル・ブロック・軽量発泡骨材) 土木材料(道路舗装材・コンクリート2次製品 園芸材料(床砂)など

繰り返し使えるびんを 販売店に戻すと...

一升びん、ビールびん、牛乳びんなどは、飲み終わったら販売店に戻るのが基本です。回収されたびんは、洗浄・殺菌を経て再び中身が詰められ、繰り返し使われます。

再生品は薄くて軽くて丈夫です。

びんとして再生(リターナルびん)する宅配専用の牛乳びんは、従来より40%以上も軽く、また、ビールびんも、従来より約20%軽量化したものが登場しています。薄くて軽く、丈夫なガラスびんができるようになり、牛乳びんとビールびん、両方合わせて年間約70万トンの資源節約効果が生まれています。

注意 リサイクルできないもの

ほ乳ビンなど耐熱性ガラス製品・ガラス製の食器・陶器・化粧品用のビン・汚れたのびん・窓ガラスなどは粗大ごみです。



農薬や劇薬が入ったびんは、加工の過程において有毒なガスが発生する危険性があります。販売店や専門の処理業者に処分を依頼してください。

春の結核・肺がん検診が始まります!

結核 とは結核菌によって主に、肺に炎症を起こす病気で、初期症状は風邪とよく似ています。結核患者がせきやくしゃみをした時に、飛び散るしぶきの中の結核菌を吸い込むことによって感染します。

結核にかからないための対策
年に1回のレントゲン検診で早期発見
乳児は早い時期にBCG接種で発病予防
結核をはねのける体づくり

高齢者がねらわれています

70歳以上の方が結核にかかりやすくなっています。高齢者の患者数、感染率が共に高いのは、結核の流行期に菌に感染しながら発病しないで、年をとって免疫力が衰え発病するケースが増えてきているからです。

肺がん には、気管支の末端にできるもの(肺野型肺がん)と太い気管支にできるもの(肺門型肺がん)があります。前者の発見にはレントゲンが主で、後者は「たん」に含まれる細胞の検査によって発見します。症状はせきや血たん、胸痛ですが、「早期がん」はほとんど無症状です。

肺がんになりやすい人
40歳以上の人
喫煙指数が400以上の人(喫煙指数=1日平均タバコ本数×喫煙年数)
血たんやせき・胸痛が続いている人
大気・環境汚染地区に住む人
石綿などを取り扱う業務に従事している人

肺がん予防は禁煙から

禁煙には「ニコチンガム」「ニコチンパッチ(禁煙外来のある医療機関で医師の診断が必要)」「禁煙教室」など...自分にあった方法で挑戦してみてください。

たばこをやめれば、肺がんばかりではなく、さまざまな病気の危険性が少なくなります。

健診へ 行こう!



4月結核・肺がん検診日程

【結核】
対象:65歳以上(S19年3月31日以前生)
料金:無料
【肺がん】
対象:40~64歳
(S19年4月1日~S44年3月31日)
料金:200円

14日(月)・15日(火)	香我美
16日(水)	赤岡
16日(水)	吉川
17日(木)・18日(金)	夜須
21日(月)~25日(金)	野市

禁煙教室参加者の一言コメント

19年度に市が開催した禁煙教室参加者の感想です。

タバコをやめて家の嫌なにおいもなくなり家族も喜んでます Nさん(男性)

半信半疑の参加でしたが禁煙できました!タバコをやめてから、生活を前向きに考えていく内容だったので良かったです Yさん(女性)

禁煙を始めると職場の同僚も影響されてか?タバコの本数を減らしているみたいです Kさん(男性)

5月31日は世界禁煙デーです!

一度失敗してもあきらめないで禁煙に再チャレンジしましょう。繰り返しチャレンジすることで、禁煙は必ずできます。

新玉ネギのサラダ



1人分の栄養価
エネルギー 53kcal 脂質 2.2g
たんぱく質 2.0g 塩分 0.7g

材料(4人分)

- 新玉ネギ 小1コ
- キュウリ 1本
- 大葉 6枚
- カニカマ 2本
- 砂糖 小さじ2
- 塩 小さじ1/6
- A 酢 大さじ2
- しょうゆ 小さじ1
- ごま油 小さじ2

How to cook

- 1 玉ネギは薄切りにして、水にさらし、水気をきる。キュウリは板ずりをして、塩を洗い流して、薄く輪切りにする。
- 2 大葉は千切りにして、水にさらし、水気を絞る。カニカマは縦半分に切って手で裂く。
- 3 ボールにAの調味料を入れ、よく混ぜる。食べる直前にドレッシングをあえる。

玉ネギに含まれる硫化アリルは血行をよくして血液をサラサラにし、冷え性を改善してくれるといわれています。また、硫化アリルは熱に弱いので、生で食べるとより効果があります。

新玉ネギは柔らかくて辛みが少ないので、生のまま食べるのが一番おいしく、サラダや酢の物にするとか持味を生かします