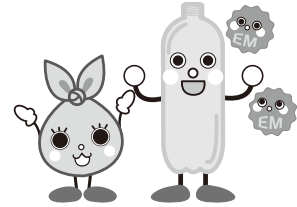


ごみ袋に入れる前に  
ギューツとひと絞り!  
ご協力をお願いします



可燃ごみの中で、かさの割に重いのが生ごみです。生ごみは約80%が水分です。生ごみの水分を減らすことで、ごみの減量、生ごみの悪臭防止、CO<sub>2</sub>削減に役立ちます。ごみの水分が減ることによって、重量が軽くなり、嫌な臭いも少なくなります。それに、ごみが軽くなれば、収集車の燃費が良くなり、CO<sub>2</sub>が削減されます。ごみを燃やす際にも、燃料の使用量が減り、CO<sub>2</sub>が削減できるのです。

## 飛騨市の エコだより 第49回 可燃ごみについて

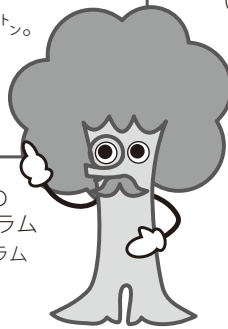
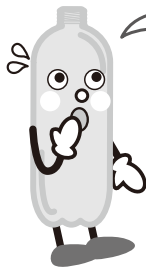
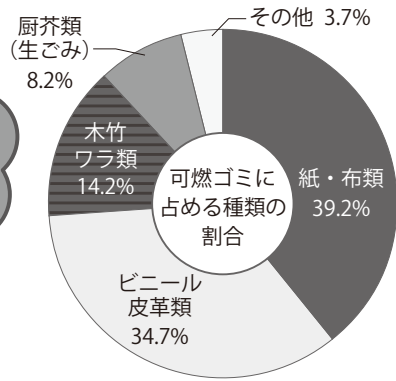


生ごみの水きりで可燃ごみの減量にご協力ください

### クリーンセンターの可燃ごみ処理状況

平成24年度の飛騨市の可燃物量は6,063トンを、飛騨市の人口で計算すると、1人1日あたり、およそ620gの可燃ごみを出していることとなります。

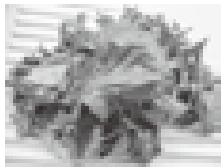
■ダイオキシン類の測定結果については、国の排出基準値10ナノグラムに対し、0.2ナノグラムとなっています。\*ナノグラム 10億分の1グラム



問 環境課 ☎ 0577-73-7482

### ☆シソジュースの作り方

- ①青シソ200g、赤シソ20gを水2リットルで煮出します
- ②砂糖250gを溶かしたあと、クエン酸を20g入れます
- ③クエン酸を入れて溶かすと、なんと、色が鮮やかなワイン色に変わります
- ④茶こしなどでこして容器に入れ、冷蔵庫で冷やして完成!



問 企画課 ☎ 0577-73-6558

## みんなで活かして 楽しい毎日! 飛騨の薬草を学ぶ 教養講座

寒かったかと思うと、次の日には一転して真夏日になるなど、最近はずかな期間でも気温差がとても大きくなっていると感じられます。

気温差が大きいと体内ではそれに対応しようと多くのミネラルを使用するため、ミネラルが不足し、体調を崩しやすくなると言われています。

夏に向かって、朝夕の温度差が大きくなっていくことに加え、最近ではエアコンなど空調設備があるので、室内と屋外での温度差も体調管理の大敵です。

今回は夏を元気に過ごすために、おいしくミネラルがとれる方法をお伝えします。

刺身のツマにもなっているお馴染みのシソ。シソは(紫蘇)と書くように、紫色の人を蘇生する植物といったところがその名前の由来です。気の巡りをよくする順気効果(疲労しても前向きになれる)があるときれい夏バテにはピッタリです。

このシソでジュースをつくってみましょう。疲れた日の就寝前や、外出時の休憩のとき、ゴクツと一杯でもいいですね。なんだか疲れが和らぐ感じがします。砂糖の代わりにハチミツをつかうと、また違った味わいになります。これからの季節に、是非試してみてください。