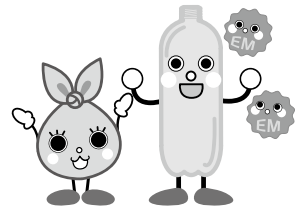


飛騨市の エコだより 第54回 紙類のリサイクル



紙類のリサイクル

市では紙類のリサイクルに力を入れて行きたいと考えています。紙類は燃やせば灰と二酸化炭素になります。リサイクルすれば再生紙などに生まれ変わります。

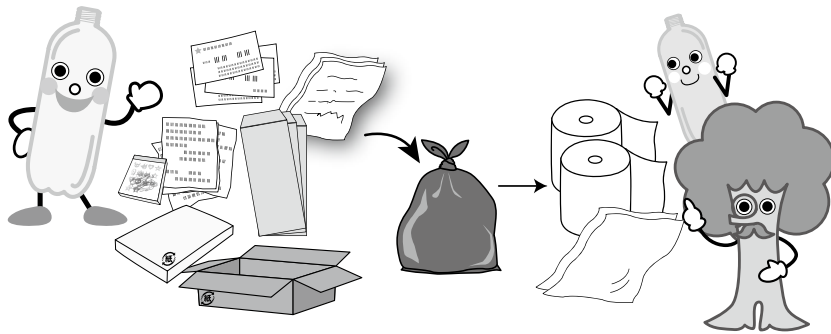
また、紙類はちよつとした心掛けで手軽に分別出来る素材でもあります。

紙類専用のオレンジの袋に、紙マークの付いた空き箱や包み紙などはもちろん、空封筒、ハガキ、カレンダーや、用紙、プリント類など、汚れていない紙類全般を入れて出してください。

黄色のごみ袋は1枚50円、オレンジの袋は1枚10円ですので、経費の面からも紙類専用の袋を活用する方がお得です。

ただし、写真用紙、使用後の紙おむつやティッシュなどの衛生用品、食品などで汚れた紙、シュレッターした紙はリサイクルできません。

せんで従来どおり可燃ごみに出してください。
また、名前や住所、その他個人情報記載された紙類など、そのまま出されることに抵抗を感じるものについては、可燃ごみ袋で出していただいても結構です。
できる限りでのご協力をよろしくお願いします。



問 環境課 ☎ 0577-73-7482

☆簡単ネギスープの作り方

- ①ネギをみじん切りにする。
- ②すりおろしたショウガと、大根おろしを加える。
- ③熱湯をそそぐ。
- ④しょうゆ、粉末だし少々と梅肉で味を調える。



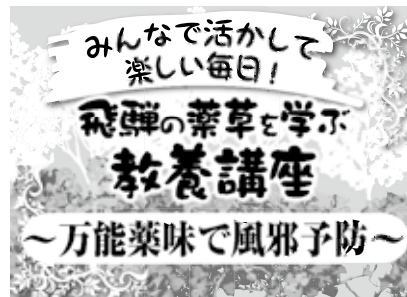
風邪かなと思ったとき寝る前に飲んでみてください。
体がぼかぼかしてよく眠れます。

今年10月に入っても暖かい日が続いていましたが、11月に入り一気に寒くなってきました。季節の変わり目は体調を崩しやすい時期です。風邪っぽいという方もいるのではないのでしょうか。今回はそんな風邪のひき始めにも効果的な薬草を紹介いたします。

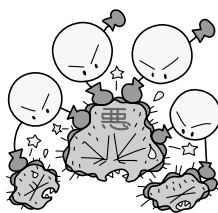
【ネギ】

ネギは薬味として使用されるだけあって、いろいろな薬効を持っています。

ネギにはアリシンが含まれており、強壯作用に優れ、疲労により、なかなか眠れないときにたくさん食べれば解



消してくれます。
腰、肩、背中、ひじ、ひざの痛みにもたくさん食べれば効果的ですが、そんなときはネギをたっぷりお風呂へ入れて入浴するとともに簡単に効果があります。ちよつと臭いかもしれませんが、ネギは血液をさらさらにし、血流を改善して体を温め、肉疲労を取り除いてくれるので、寒い冬にはぴったりで。



問 企画課 ☎ 0577-73-6558