

## 飛騨市の ゴミ処理

### 第1回 「クリーンセンター リサイクルセンター について」



今月号から市のごみ処理全般について、シリーズで皆さんにお知らせやお願いをしたいと思います。

第1回は今年4月1日から新しく開所した「飛騨市リサイクルセンター」への搬入可能な時間など、「飛騨市クリーンセンター」とともに紹介します。

3月末まで行っていた「分別回収所」「紙資源回収所」は左記の時間でリサイクルセンター内に変更となっております。お間違えのないようお願いいたします。

#### ■飛騨市クリーンセンター

平日 8:30～15:30

第3日曜日 8:30～15:30

ごみの種類

・可燃ごみ(生ごみ、衣類、木くず等)

※自己搬入の場合は、計量し手数料を納付してください

※木くず等は長さ50センチ未満、太さ7センチ未満に切断してください。

#### ■飛騨市リサイクルセンター

平日 8:30～16:00

第1・3日曜日 8:30～15:30

ごみの種類

・資源ごみ(段ボール、新聞、雑誌等)

・特殊ごみ(廃食用油(家庭用))

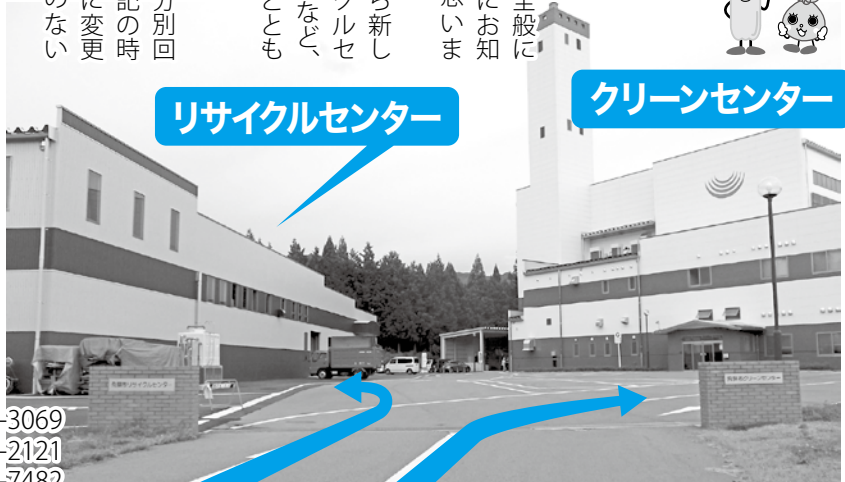
・乾電池、蛍光管

・金物、家電小物類、粗大ごみ、

パソコン関連機器

詳しくは、保健衛生カレンダーをご覧ください。

- 問
- ・クリーンセンター ☎ 0577-75-3069
  - ・リサイクルセンター ☎ 0577-75-2121
  - ・環境課 ☎ 0577-73-7482



リサイクルセンター

クリーンセンター

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

イノコヅチ

この時期ぜひ葉っぱを採っていただきたいのがイノコヅチ。

最近膝が痛くて階段の上り下りがおつくうで…という方におすすめで、含まれるホルモン成分の働きで膝の痛みが和らぎます。

生薬としてはイノコヅチの根の部分を生牛膝(ゴシツ)といい、晩秋から春にかけて採取し、乾燥させたもので、牛の膝のように見えるためこう名づけられたと言われています。

利尿、強壮、膝痛、腎臓病、神経痛などに効果があるとされますが、妊婦は多量に摂取すると流産の危険性があるので食べてはいけません。

それに対して葉や新芽なら心配も無く痛みを取り、血流を改善してくれますし、おいしく長く続けていくことができます。特に強い匂いなどのクセがなく、加工して色々なものに使いやすいのが特徴です。

葉は乾燥して粉末にし、色んなものに入れてもいいですし、若葉と若葉でご飯を炊いたり、おひたしやゴマあえにしてもおいしいです。粉末にする際はフライパンで少し炒ると青臭さが抜けます。

若葉はハチミツと一緒にミキサーでペーストにしてもクセがないので、牛乳で溶いて飲むとまるで抹茶オーレのようで、気軽にのどに体に取り入れることができます。朝の元気の素にいかがでしょうか。

もし伸びて育ちすぎてしまった場合は、それを煎じたものを風呂に入れて入浴するが、たらいなどに入れて部分浴をすると腰痛、膝痛、神経痛、関節痛などに効果があります。

膝などの痛みをとって血流を良くし、元気にしてくれるイノコヅチ、ぜひ採取してストックしておきましょう。



(村上光太郎「薬草を食べる」より)

問 企画課 ☎ 0577-73-6558