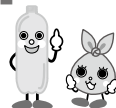


## 飛騨市の ゴミ処理

### 第10回 「分別が分かり にくいごみの出し 方について」



第10回は、「分別が分かりにくいごみの出し方」についてご紹介いたします。

今回は、市民の皆さんから多く寄せられる問い合わせについて紹介いたします。

【座椅子】外側が布で覆われていますが、可燃ごみではありません。内側は金属なので金物の粗大ごみになります。

【縫ぐるみ】電池で動いたり、鳴いたりするものがあります。中には基盤などが入っているので、電池を外して家電小物類です。

【電気毛布】電化製品なので、可燃ごみではありません。切断しないで家電小物類として処分してください。

【針金ハンガー】被覆はそのままの結構です。金物に分類してください。清掃用具などで外側をビニールや布で被覆してある物は、中の材質を確認ください。

【ランドセル】分解はとも困難です。そのまま金物としてください。

【安全靴】一見して中の材質が特定できないので埋立に分類してください。

【電気コード】家電小物類です。リモコンやテンキー・マウスなども同様です。

【掃除機のホース部分】本体と一体です。家電品として持込みください。

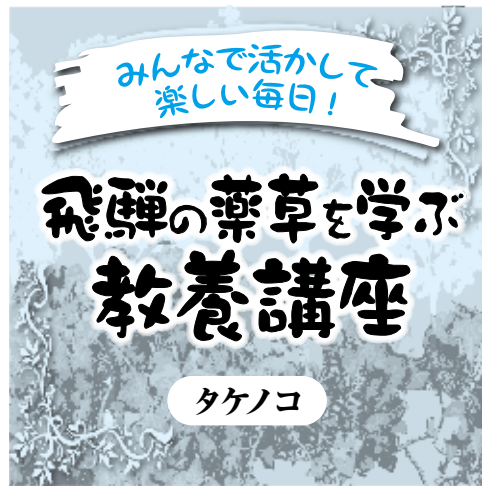
【スキー靴】プラスチックとして、リサイクルセンターへ持込みください。

【ストーブ・ファンヒーター】小型の物でもステーションには出せません。灯油を完全に抜いて（使い切って）リサイクルセンターへ持込みください。

※電化製品以外ではできるだけ材質（金属、プラスチック、紙など）で分け、各々で分別してください。分けることが困難なもので、金属がついているものは金物です。※電化製品は絶対に分解しないでください。



- 問
- ・クリーンセンター 033-753-3069
  - ・リサイクルセンター 033-752-2121
  - ・環境課 033-737-4822



これからは山菜の季節。タケノコもその一つですね。今回はそのタケノコの効果についてお伝えします。

タケノコの成長はとても早いですが、それはタケノコに含まれるジベレリンという成分が関係しています。

では質問。タケノコを採ってきたらどうしますか？はい。アクをとるために茹でますよね。それで茹でたものに味付けをして美味しくいただき：ちよつと待ってください。それはそれでもちろん美味しいのですが、せっかくなのでミネラルや有効成分が水の中に溶け出しています。

カリウムや食物繊維がとれて確かに体にいいかもしれませんが、それはタケノコの効果のおまけにすぎないのです。

タケノコの本当の効果はジベレリンによる強い鎮痛作用なのです。タケノコを食べて20〜30分もすると今まであった腰痛や関節の痛み、神経痛などが消えていきます。

ではどうしたらその効果を得られるのか。モウソウダケの新鮮なものを刺身で食べた

とがある人なら、今まで食べたものと味が全く違うことに気付かれたでしょう。そう、成分が水に溶けださないようにして食べるとよいのです。

常に新鮮なうちに食べられればよいのですが、時間が経つとアクが強くなってきます。そのため、できるだけ新鮮なものを手に入れたら皮付きのまま火の上に置きます。網や鉄板などの上で焼いてもいいです。皮が焦げてきたら焦げ具合を見ながら回転させ、全体の皮が真黒くなるまで焼き続けます。焼くことでアク抜きもできます。

よく焼いたら皮をとると、中から蒸し焼き状態になったタケノコが出てきます。これをわさび醤油やマヨネーズをつけて食べてみてください。今まで食べていたタケノコはタケノコの繊維に味付けをしたものだったと理解できるでしょう。

日持ちさせたい場合は、焼いたものを刻んで味噌の中に漬け込んで置くとういでしょう。これを、身体が辛いなど感じた朝にタケノコ味噌汁として飲めばシャキッとします。

この方法や効果は私たちに馴染みのヒメタケでも同様です。

今までと一風変わった調理法で美味しく痛みをとり、元気に過ごしましょう。



（村上光太郎「薬草を食べる」より）

問 企画課 ☎ 0577-73-6558