



## 10月はポイ捨て禁止月間です。 きれいなまちづくりを進めます。



「出雲市ポイ捨て禁止推進協議会」では、10月をポイ捨て禁止月間と定め「出雲市18万人ポイ捨て一掃大作戦」を展開します。

この作戦は、住民1人あたり、家庭で不要になったビニール袋1袋分のポイ捨てごみを拾うことを目標にしています。拾ったごみは、分別して、家庭の指定袋に入れて収集日に出してください。

「ごみは、捨てない、持ち帰る」を心がけ、1人ひとりがマナーを守り、きれいな出雲市にしましょう。

## ごみの野焼きは禁止されています。

「近所で野焼きをされていて、煙や臭いに困っている」と苦情が多く寄せられています。廃棄物を焼却することは、一部の例外を除いて廃棄物処理及び清掃に関する法律(廃棄物処理法)により禁止されています。例外的に認められていても、周辺住民の生活環境に影響を与えている場合は、焼却行為をしてはいけません。

また近年、野焼きによる火災も発生しています。「これくらいは大丈夫」と思って燃やした草木の炎が燃え広がり、大きな火災につながります。家庭から出るごみは、ルールを守り正しく処理しましょう。



9月20日～26日は「動物愛護週間」です



## マナーを守り正しい飼い方ができていますか？

ペットや身近な動物に愛情を持って接していますか？人も動物も一緒に暮らす仲間です。ルールやマナーを守って、誰もが快適に生活できるようにしましょう。



**放し飼いはやめましょう。**  
近所迷惑、交通事故などの原因になります。



**道路・公園や他人の土地を汚さないようにしましょう。**  
散歩のときは、リードを付け、ふんを片付けるための用具を携帯し、必ず持ち帰って処分しましょう。



**飼い犬の登録と狂犬病予防注射を受けましょう。**  
飼い犬の登録(生涯1回)と狂犬病予防注射(毎年1回)を必ず行いましょう。また、飼い主変更や住所の変更、犬が死亡したときは市役所への届け出が必要です。



**ペットは最後まで責任を持って飼いましょう。**  
一生涯世話を続けることができるかをよく考えて、責任を持って飼いましょう。



# ミコトツキ

## 佐渡の放鳥トキの 現況について

佐渡島のトキ保護センター野生復帰ステーションで、第14回目の放鳥が、6月10日の早朝から開始され、18羽のトキが放鳥されました。その中で出雲生まれのトキは、平成26年に生まれた雄の2羽で、放鳥ナンバー251、252として自然界に復帰しました。

今回の放鳥の結果、放鳥されたトキの総数は233羽となりました。この中には、外敵に襲われ死亡したり、行方不明となったものもあるため、8月16日時点で生存が確認されているトキは118羽です。野生下で誕生した81羽を加えると、合計199羽が自然界で生息しています。(佐渡島197羽・本州2羽)

最新の放鳥トキの情報は、佐渡トキ保護センター野生復帰ステーションのホームページで、「放鳥トキ

### 第27回



情報」を選択すると、ご覧いただけます。個体の情報は、放鳥ナンバーで確認できます。今回は、トキが餌としている「どじょう」について紹介します。



7月4日、金井地区(佐渡島)にて飛翔するトキ  
(提供：環境省)

おたずね / 出雲市

トキ分散飼育センター  
☎2013550

OH!

## 地産地消コーナー まいがな出雲!

### Vol.6 食欲の秋!新米の秋!

新米がおいしい季節になりました。もちもち、つやつやとした新米の美味しさは格別です。

近年、主食にパンや麺類を食べる日本人が増え、米の消費は減少傾向にあります。実際、米の1人当たりの年間消費量は、昭和37年度の118kgをピークに減少傾向にあり、平成25年度には57kgと、昭和37年度の半分程度にまで減少しています。(農林水産省食料需給表から)

米には炭水化物が豊富に含まれているため、エネルギー源となります。また、たんぱく質や、ビタミン、ミネラル、食物繊維など、たくさんの栄養をバランスよく含んでいます。さらに、玄米には、ミネラルや食物繊維などの栄養がより豊富に含まれるため、生活習慣病予防に注目されています。ただし、食べ過ぎには注意が必要です。

和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたことにより、日本型食生活が見直されていますが、これを機会に、米食への関心が高まるといいですね。

出雲市は、県内でも有数の米どころです。地元産の米は、おいしく、安心して食べることができます。出雲産の新米で、秋の味を堪能してみませんか。

地元でとれる食材の美味しさを再発見してもらい、積極的に消費してもらいたい! 地元食材や生産者に親しみをもってもらい、地域への愛着を深めてもらいたい! との思いで、毎月いろいろなお情報をお届けします。

今月の担当 健康増進課 ☎21-6976

### 注目 さつまいもごはん ~旬の新米と西浜いもを使って~

【材料】6人分  
米……………3合  
西浜いも……300g  
昆布茶……小さじ2



【作り方】  
①米はとぎ、普通の水加減をしておく。  
②さつまいもは1cm角に切り、水にさらしておく。  
③①にさつまいもと昆布茶を入れて炊く。

(レシピ提供：食のボランティア 食育こりょう)

1人分の栄養価  
エネルギー 333kcal たんぱく質 5.2g  
脂質 0.8g 塩分 1.9g