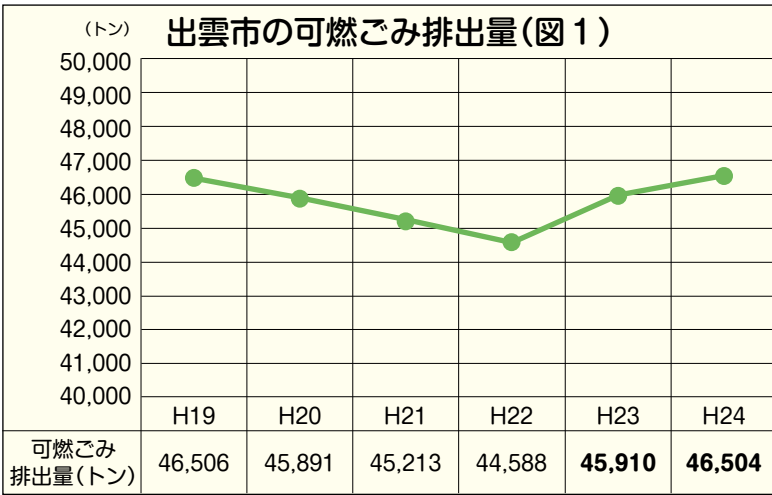
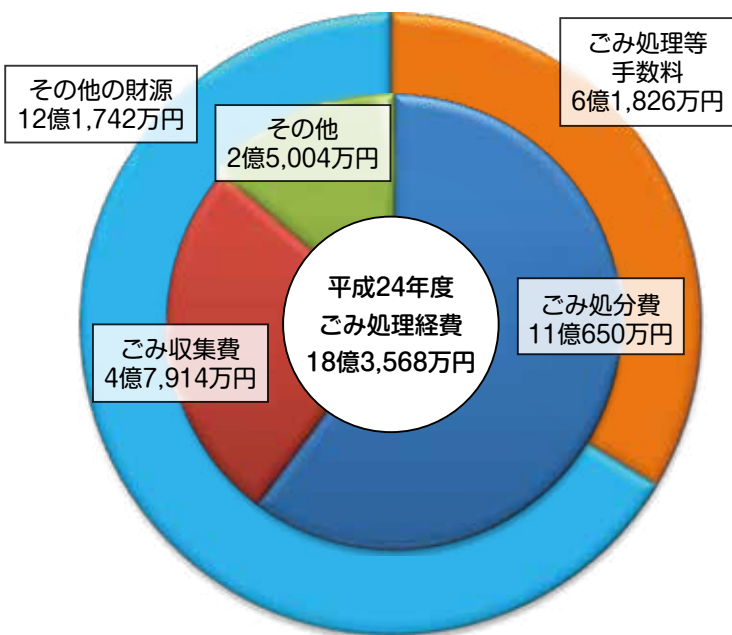


# みんなでごみのごみのダイエットを ごみの処分にはこんなにお金がかかっています！

市内から排出されるごみを処理するため、平成24年度は18億円を越す多額の費用がかかりました。これらのごみの処理経費について考えてみましょう！



市のごみ全体の排出量は、平成23年度の62,632tから平成24年度は61,764tに減少しました。しかし、可燃ごみは上のグラフ(図1)のように45,910tから46,504tへと増加しています。事業所から排出される可燃ごみが増えたことが主な原因だと推測されますが、一般家庭も含めごみの減量は喫緊の課題とされています。それは、ごみ処理経費が市の財政に大きな負担となっているからです。平成24年度は市全体のごみ処理に、18億3,568万円もの経費がかかりました。これに対し、皆さんからいただいたごみ袋代等のごみ処理手数料は6億1,826万円、全体経費の約34%でした(図2)。



平成24年度ごみ処理経費の内訳(図2)

円の内側：支出 円の外側：収入

普段の生活の中から、意識的にごみの減量に取り組んでいかなければ、ごみが増えることはありません。そこで、ごみ減量の取組として「1人1日100グラムのごみダイエット」に挑戦してみたいかがでしょうか。

この取組を行うことで、年間約6,400tのごみを削減することが可能です。また、市内の事業所から排出される可燃ごみが増加しています。市内の事業所で働いていらつしゃる皆さんも、リサイクルを推進していくなど事業系一般廃棄物の減量に積極的に取り組んでいただきますようお願いいたします。



ワードは「3R」です。「リデュース(発生抑制)」「リユース(再利用)」「リサイクル(再生利用)」をあらゆる場面で実践することが大切です。本堂に必要なものだけを購入し、まだ使えるものは繰り返し使うなど、ちょっとした心がけでごみは随分減っていきます。

市では、ごみ減量のための啓発誌「出雲ごみダイエット通信」を定期的に発行し、市のホームページに掲載しています。ぜひご覧いただき、ごみの減量化の参考にしてください。皆さんの積極的な取組をよろしくお願ひします。

おたすね 環境政策課



## えがおになあれ

(43)

子どもたちが明るく元気に育つのを  
見ると、未来に希望を感じます。  
毎日を心豊かに過ごし、子どもも大人  
も、「えがおになあれ」…そんな願いを  
込めて、このコーパーを設けました。  
(出雲市要保護児童対策地域協議会)

佐田地域の主任児童委員活動  
関係機関と連携した  
子育て支援活動をしています

佐田地域は、山間部で民家が点在し、三世代同居の家庭が比較的多くあります。都市部と比べて核家族化は深刻ではありませんが、ひとり親世帯が少なくないのが地域の現状です。

私たち主任児童委員は、実際に赤ちゃんやそのお母さんと接する機会は少ないですが、「あかちゃん声かけ訪問」をしている子育てサポーターや保健師とともに、地域の支援者として子どもたちの様子を情報交換しています。

また、「佐田地域見守りネットワーク」という見守りの組織があり、毎月一回、登園や登校時の子どもたちへ声かけを行い、安全を見守ると同時に、子どもたちの元気な様子を見ています。

要保護児童対策地域協議会は、子どもが健やかに育つよう社会のさまざまな機関が子育て中の家庭を見守り、必要に応じて支援し、児童虐待等のない社会を目指すために組織したものです。

地域学校  
運営理事会  
は、小学校  
では各種行  
事へ参加す  
ることや学  
校との関係  
づくりを力  
を入れ、中  
学校では各  
地区の民生委員と学校と一緒に、必要な情報交換を行って協力する体制をとっています。



地域全体で子どもたちの健やかな成長を願い、見守る活動をしています。

このように、私たち主任児童委員は、家庭や地域、学校など関係機関とのパイプ役となり、連携・協力によって地域の子どもたちが元気に安心して暮らせるように、今後も子どもたちを見守り支援していきたいと思えます。子どもたちの支援に関してご相談等あれば、どうぞ私たちに声をかけてください。

(執筆：佐田地域民生委員  
児童委員協議会)

おたずね／子育て支援課

☎216604

出雲の食材をおいしく食べよう！

今月の食材は

## 「めかぶ」です！

春の訪れとともに店頭には並ぶのが「めかぶ」。わかめの根元の分厚い部分、ひらひら状のものが「めかぶ」です。新わかめ、茎わかめとともに、この時期ならではの柔らかい食感、磯の香りを楽しむことができます。

「めかぶ」のヌルヌル・ネバネバはフコイダンという成分によるものです。これは血糖値やコレステロールの上昇を抑える効果があり、生活習慣病予防になります。また、食物繊維が豊富で便秘に効果があり、低カロリーのためダイエット食品としてもおすすめです。

さっとゆでて、わさび醤油やマヨネーズをつけていただくほか、ゆでたものを刻んで汁物や和え物に入れてもおいしくいただけます。冷凍保存も可能です。

出雲産の「めかぶ」で春の味と香りを味わってください。

おたずね／健康増進課 ☎21-6979

## めかぶの ふわふわスープ

Vol.25

### 【材 料】(4人分)

- ・めかぶ……………50g
- ・卵……………1個
- ・水……………3カップ
- ・固形コンソメ…1個
- ・塩……………少々
- ・酒……………大さじ1
- ・しょうゆ…小さじ1~2
- ・ごま油…小さじ1
- ・白ごま……………小さじ1
- ・ねぎ……………少々

### 【作り方】

- ① 鍋に水とコンソメを入れ火にかける。  
沸騰したら酒、塩、しょうゆで味付けをする。
- ② ①に刻んだめかぶと溶き卵を入れ、かき混ぜる。  
卵がふわっと浮いてきたら火をとめる。
- ③ ごま油をたらして、白ごま、ねぎを散らす。



### 【1人分の栄養価】

- ◆ エネルギー…45kcal
- ◆ たんぱく質…2.3g
- ◆ 脂 質…3.1g
- ◆ 塩 分…1.0g