

リデュース Reduce (発生抑制) リユース Reuse (再使用) リサイクル Recycle (再生利用)

ごみの減量 始めましょう



年々ごみの量が増えています。ごみはきちんと分別すれば資源として生まれ変わることができます。空きビン、空き缶、ペットボトル、容器包装等の資源ごみをきちんと分別排出することは、資源循環型社会形成の第一歩です。

ごみの減量・再資源化を常に心掛け、ごみの排出量が増えることがないように、ご理解・ご協力をお願いします。

ごみの量が過去最多を更新 大衡村のごみの現状

私たちの暮らしが豊かになればなるほど増えるごみ。ごみは私たち人間がつくり出すものです。人口や事業所数が増えればごみの排出量が増え、収集や処理に伴い発生する二酸化炭素の増加や、埋め立てる場所がなくなってしまうことが心配されるだけでなく、処理には多くの税金が使われることとなります。

年度	人口(人)	家庭ごみ(t)	事業ごみ(t)	合計(t)	1人1日当たりの家庭ごみ排出量
H27	5,832	1,207	1,272	2,479	567グラム
H28	5,848	1,193	1,187	2,380	557グラム
H29	5,846	1,206	1,119	2,325	565グラム
H30	5,992	1,246	1,121	2,367	570グラム
R1	5,933	1,289	1,256	2,545	595グラム

万葉割増商品券の取扱店を募集します

村内のお店で使用できる2割増商品券を販売するにあたり、商品券取扱店を募集します。

● 取扱店募集内容

参加資格	村内に店舗、又は事業所を有する事業者(村内の店舗等に限る)
参加料	無料
換金手数料	なし
募集期間	随時受付
申込方法	<p>【昨年度参加された取扱店】 申し込みの必要はありません。 今年度参加を希望しない場合は、くろかわ商工会大衡事務所にご連絡ください。</p> <p>【新規申し込みの方】 「商品券取扱店申込書」に必要事項を記入し、くろかわ商工会大衡事務所にてFAX、又は郵送等で申し込みください。 「商品券取扱店申込書」は、くろかわ商工会大衡事務所窓口、又はくろかわ商工会ホームページよりダウンロードし、入手してください。</p>

万葉割増商品券の概要

- ◆使用期間 7月1日(水)～12月31日(木)
- ◆発行総数 2,000セット
- ◆販売価格 1セット 10,000円(500円券24枚綴り12,000円分)
- ◆販売期間 ①村民優先販売 7月1日(水)～5日(日)
②一般販売 7月6日(月)～売り切れ次第終了
- ◆販売場所 万葉・おおひら館、中華料理北京、くろかわ商工会大衡事務所
- ◆問い合わせ先 くろかわ商工会大衡事務所(大衡字五反田4-70 ☎345-5173)

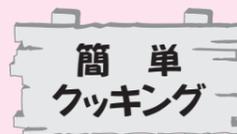


6月は「食育」月間 毎月19日は「食育の日」

食育とは、食べるという面からの食事や食材のことだけでなく、食物をバランスよく食べるための知識を身につけることで、健康な食生活を送ることの土台となります。

また、食材の選び方を学ぶこと、昔ながらの料理を伝えていくなど広い視野で食について学んだり、考えたりすることを言います。

食育月間や食育の日は、家庭で料理を手伝う日にするなど、食育の日を意識しましょう。



昼食におすすめです！
親子で作ってみましょう。



鶏むね肉と青菜のパスタ

材 料	4人分
パスタ	280g
鶏むね肉	160g(½枚)
料理酒 (鶏肉をつけておく)	大さじ1・½
小松菜	3株
たまねぎ	½個
赤ピーマン	½個
にんにく(みじん)	少々
赤唐辛子	少々
油	大さじ2・½
料理酒	大さじ1・½
塩	小さじ¾
こしょう	少々
粉チーズ	小さじ2

《作り方》

- 1 鶏むね肉はそぎ切りにし、料理酒につけておく。たまねぎは薄切り、赤ピーマンは細切りにする。にんにくはみじん切り、赤唐辛子は1～2mmの小口切りにする。
- 2 小松菜はさっとゆで、4cmの長さに切る。
- 3 パスタを少し硬めにゆでておく。
- 4 フライパンに油を熱し、にんにく、赤唐辛子を炒め、香りが出たら、鶏むね肉を炒める。
- 5 鶏むね肉に火が通ったら、小松菜、赤ピーマンを加えて炒め、料理酒を加える。
- 6 全体がしんなりしたら、パスタを加えて、手早く炒め合わせ、塩、こしょうで調味する。
- 7 器に盛り付け、粉チーズをふる。

栄養価(1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
413kcal	19.5g	10.6g	1.1g



※小松菜や赤ピーマンなど、色の濃い野菜は免疫力を高めてくれます。このメニューを参考に、色の濃い野菜を意識して食べましょう。また、油と一緒にとることで吸収も良くなります。野菜炒めもおすすめです。