



▲よりよい環境をもとめて……

生活のゴミを考える

6月5日～11日 環境週間

洗濯排水

無リン洗剤や洗濯石けんを使う

洗濯をした後の排水に含まれている「リン」をご存じですか。このリンは、服の汚れについているのではなく、その汚れを落ちやすくするために、合成洗剤の中に含まれているものです。汚れを落とすためのものが、水を汚すという大変な話ですが、リンは、窒素と並んで動植物の成長に欠かせない栄養素の一つです。

うになりました。わたしたちの生活の糧とも言える水を守るためにも、洗濯には無リン洗剤や洗濯石けんを使うようにしましょう。

廃食用油

油も水の汚れのもと

食生活の洋風化が進むとともに、食用油は、台所に欠かせないものとなってきました。と同時に、使い終えた食用油―廃食用油―の処理の仕方が、環境保全の面から大きくクローズアップされてきました。

廃食用油や食べ物の残りかすなどを流しにそのまま捨てるなど、知らず知らずのうちに排水パイプや下水管を詰まらせる原因になります。さらには、川や海を汚すものにもなります。食用油を使うときや捨てるときには次のような点に気をつけましょう。

▼何回か使った食用油は、最後

水を汚さないために生活排水への配慮を

水は、わたしたちの生活に1日たりとも欠かすことはできません。身の周りを見ても、飲み水、洗濯用の水、フコの水など、水はいろいろな面でわたしたちの暮らしを支えています。ところで、水の大切さは理解していても、1度使った水の行方はどうと意外と関心がないものです。炊事や洗濯に使われた水は、排水路を通して川や海へと流れ込みます。この生活排水が川や海の水質を悪くし、水中の生物の生息状態を悪化させたり、悪息の原因になったりしているのです。生活排水と川や海の水質保全について考えてみましょう。



ご協力を―農薬の航空散布

稲の病害虫を防ぎ、広域にわたりいっせいに実施することにより、その効果を高め、おいしい米をつくるため、今年も農薬の航空散布を次の日程で行います。―ご協力をお願いします。散布の回数は4回、朝4時30分から9時ころまでです。

- しばらくの間、エンジン音などご辛抱ください。
- 〈注意していただきたいこと〉
- 散布薬剤をあげないようにしてください。
- 家の中に薬剤が入らないように戸締まりはしっかりしてください。
- 薬剤のかかった野菜や果物はよく水洗いしてから調理してください。
- 自動車や農機具に薬剤がかかるとサビの原因になりますので注意してください。
- 洗たく物にもご注意ください。

回数	期日	時間
1回目	6月19日(日)、20日(月)	午前4時30分 ～9時ころまで
2回目	7月8日(金)、9日(土)	
3回目	7月23日(土)、24日(日)	
4回目	8月5日(金)、6日(土)	

- 雨天の場合は順延となります。
- ヘリコプターの夜間けい留基地は和納川原(不燃物処理場)です。

近隣騒音

隣近所への思いやりを

夜中に聞こえる音というのは意外に気になるものです。ある住宅街でこんな話がありました。

夜中に目を覚ますと窓越しにモーターのうなり音が聞こえてくる。翌日原因を調べてみると、隣の家の人が使っているク

ラーの音でした。昼間は気にならない音も、夜になると大きく聞こえる―他人の安眠を妨げることがあるのです。もし、これがステレオや楽器の音だったら……。

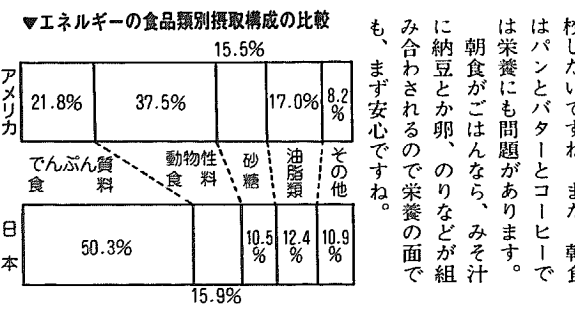
冬の間は窓を閉めることが多いためあまり気にならなかった音も、これから夏に向けて窓を開け放つようになると、隣近所によく聞こえるようになります。しかし、音を完全に「遮断」するのは不可能です。隣近所の人々とトラブルを起こさないために、夜間はテレビやステレオのボリュームを絞ったり、クローラーなどは取り付ける位置をよく考えて、隣近所に迷惑のかか

らない場所を選びましょう。また、近所の人たちとは、気軽に「ちょっとうるさいわよ」と言えるような付き合い方を考えた方がいいです。わたしたち人間が健康で快適な生活を送るためには、きれいな空気や水などの自然をはじめとする豊かな環境が不可欠です。そのためには、わたしたちを取り巻く環境を、ふだんから守り育てて



▲ゴミもきちんと…

いく努力が必要です。六月五日から一週間は「環境週間」です。そこで、この機会にわたしたちの一番身近で起こっている「生活公害」について考えてみましょう。



巧妙な車の盗難に 気をつけて!!

先ごろ、橋本区内で、自宅近くの車庫に駐車してあった車が夜中、なに者かに乗り回され交通取り締まりの警察からの照会により「暴走族グループ」の仕事とわかった事件がありました。夜、車庫に忍び車を借用して乗り回し、朝方もどおりに戻しておいたため家人は気がつかず、車庫から出てみると盗まれてしまいました。車のキーは必ずぬいて、ドアにはガキを。

日本の主食・米―(3)ごはん

朝は、ごはんでエネルギー充電。

パンを食べた時とごはんを食べた時、どちらが早くお腹がすきますか。パンの方ですね。これは血液中の糖の上がり方に差があるからです。パンの場合、血液中の糖がすみやかに上昇し、下降も早くなります。糖が上昇すると血糖値を下げるためインシュリンと呼ばれるホルモンが分泌され、この時に空腹感をおぼえます。この点、ごはんは除々に徐々に吸収されますから腹もちがいいということになります。

一日の始まりの朝はエネルギーを十分に貯えて出社、登