

子どもたちに
美しいふるさとを!

雲仙市

瑞穂町用

環境カレンダー

2021年度

私たちは、未来に生きる子どもたちのために何を残せるでしょう。ごみのだし方、家庭からの排水など、身近な環境から美しい私たちの雲仙市をつくりましょう!

1人1日
50グラム
ゴミ減量を!

雲仙市の木
ヤマボウシ (山法師)



雲仙市の花
ミヤマキリシマ
(雲仙つつじ)



2021年4月から2022年3月分



雲仙市環境都市宣言

人と自然が共存する

潤うるおいのまち雲仙

四季を肌はだで感じる雲仙岳と夕陽の映えるまち

温泉の湯けむりが立ちのぼる癒いやすしのまち

有明海・橘湾の幸と恵み豊かな大地のまち

雲仙市は、日本で最初に指定された雲仙・天草国立公園を有する自然豊かなまちです。わたしたちの先人は、この恵まれた自然を守りその恩恵を受けながら、自然とともに生きてきました。

わたしたちは、これからもずっと自然を守り育て、みんなで協力してかけがえのない雲仙市を未来の子どもたちに伝えることを宣言します。

一、わたしたちは環境の大切さを考え学びともに行動します

一、わたしたちは豊かな自然と歴史・文化に触れ守り未来の子どもたちに伝えます

一、わたしたちはみんなの知恵と工夫で物やエネルギーを大切にし心豊かで幸せな生活をめざします

一、わたしたちは訪れる人たちに感動とくつろぎを与えるあたたかいまちをつくります

4

2021年
APRIL

未来の地球と子供たちの ためにいまできることを!

2021年
MAY

5

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2 ペット ボトル	3 可燃
4 Re資源	5	6 空かん 空びん	7 可燃	8	9	10 可燃
11	12	13 不燃	14 可燃	15	16 ペット ボトル	17 可燃
18 Re資源	19	20 空かん 空びん	21 可燃	22	23	24 可燃
25	26 有害	27 不燃	28 可燃	29 昭和の日	30	1

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	1 可燃
2 Re資源	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 可燃	7 空かん 空びん	8 可燃
9	10 ペット ボトル	11 不燃	12 可燃	13	14	15 可燃
16 Re資源	17	18 空かん 空びん	19 可燃	20	21 ペット ボトル	22 可燃
23	24 有害	25 不燃	26 可燃	27	28	29 可燃
30	31					

可燃
 不燃
 空かん空びん
 ペットボトル
 有害
 ごみステーション

Re資源
 …ストックハウスへ

※ごみの分け方・出し方等については、8ページ以降を参照ください。

お問い合わせは環境政策課(0957-38-3111)まで

6

2021年
JUNEリサイクルで限りある
資源を大切に!2021年
JULY

7

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1 空かん 空びん 可燃	2 可燃	3	4 ペット ボトル 可燃	5 可燃
6 Re資源	7	8 不燃	9 可燃	10	11	12 可燃
13	14	15 空かん 空びん 可燃	16 可燃	17	18 ペット ボトル 可燃	19 可燃
20 Re資源	21	22 不燃	23 可燃	24	25	26 可燃
27	28 有害	29	30 可燃	1	2	3

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2 ペット ボトル 可燃	3 可燃
4 Re資源	5	6 空かん 空びん 可燃	7 可燃	8	9	10 可燃
11	12	13 不燃	14 可燃	15	16 ペット ボトル 可燃	17 可燃
18 Re資源	19	20 空かん 空びん 可燃	21 可燃	22 海の日	23 スポーツの日	24 可燃
25	26 有害	27 不燃	28 可燃	29	30	31 可燃

- ごみは自分が住んでいる地区のごみステーションに、**収集時間に関係なく必ず午前8時までに出してください。**
- ごみステーションは地区の協力で成り立っています。清潔にし、ごみ出し日は守ってください。

8

2021年
AUGUST

かんきょうのために エコバックを活用しよう!

2021年
SEPTEMBER

9

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
Re資源		空かん 空びん	可燃		ペット ボトル	可燃
8 山の日	9 振替休日	10	11	12	13	14
		不燃	可燃			可燃
15	16	17	18	19	20	21
Re資源		空かん 空びん	可燃		ペット ボトル	可燃
22	23	24	25	26	27	28
	有害	不燃	可燃			可燃
29	30	31	1	2	3	4

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4
			可燃		ペット ボトル	可燃
5	6	7	8	9	10	11
Re資源		空かん 空びん	可燃			可燃
12	13	14	15	16	17	18
		不燃	可燃		ペット ボトル	可燃
19	20 敬老の日	21	22	23 秋分の日	24	25
Re資源		空かん 空びん	可燃			可燃
26	27	28	29	30	1	2
	有害	不燃	可燃			

可燃
 不燃
 空かん空びん
 ペットボトル
 有害
 ごみステーション

Re資源
 …ストックハウスへ

※ごみの分け方・出し方等については、8ページ以降を参照ください。

お問い合わせは環境政策課(0957-38-3111)まで

10

2021年
OCTOBER

かんきょうのために ポイ捨ては絶対にNO!

2021年
NOVEMBER

11

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1 ペット ボトル	2 可燃
3 Re資源	4	5 空かん 空びん	6 可燃	7	8	9 可燃
10	11	12 不燃	13 可燃	14	15 ペット ボトル	16 可燃
17 Re資源	18	19 空かん 空びん	20 可燃	21	22	23 可燃
24	25 有害	26 不燃	27 可燃	28	29	30 可燃
31						

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3 文化の日	4 可燃	5 ペット ボトル	6 可燃
7 Re資源	8	9 不燃	10 可燃	11	12	13 可燃
14	15	16 空かん 空びん	17 可燃	18	19 ペット ボトル	20 可燃
21 Re資源	22 有害	23 勤労感謝の日	24 可燃	25 不燃	26	27 可燃
28	29	30	1	2	3	4

- ごみは自分が住んでいる地区のごみステーションに、**収集時間に関係なく必ず午前8時までに出してください。**
- ごみステーションは地区の協力で成り立っています。清潔にし、ごみ出し日は守ってください。

12

2021年
DECEMBER



捨てる前にもう一度 分別の確認を!



2022年
JANUARY

1

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3	4
			可燃		ペットボトル	可燃
5	6	7	8	9	10	11
Re資源		空かん 空びん	可燃			可燃
12	13	14	15	16	17	18
		不燃	可燃		ペットボトル	可燃
19	20	21	22	23	24	25
Re資源		空かん 空びん	可燃			可燃
26	27	28	29	30	31	1
	有害	不燃	可燃			

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1 元旦
※ストックハウスは第1日曜日が三ヶ日中のため、 代わりに第5日曜日に開設します。						
2	3	4	5	6	7	8
		空かん 空びん	可燃		ペットボトル	可燃
9	10 成人の日	11	12	13	14	15
		不燃	可燃			可燃
16	17	18	19	20	21	22
Re資源		空かん 空びん	可燃		ペットボトル	可燃
23	24	25	26	27	28	29
30	有害	不燃	可燃			可燃
Re資源	31					

可燃
 不燃
 空かん空びん
 ペットボトル
 有害
 ゴミステーション

Re資源
 …ストックハウスへ

※ごみの分け方・出し方等については、8ページ以降を参照ください。

お問い合わせは環境政策課(0957-38-3111)まで

2022年
FEBRUARY

かんきょうを守るも汚すも
一人一人の意識です!

2022年
MARCH

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1 空かん 空びん 可燃	2 可燃	3	4 ペット ボトル 可燃	5 可燃
6 Re資源	7	8 不燃	9 可燃	10	11 建国記念の日	12 可燃
13	14	15 空かん 空びん 可燃	16 可燃	17	18 ペット ボトル 可燃	19 可燃
20 Re資源	21	22 不燃	23 天皇誕生日	24 可燃	25	26 可燃
27	28 有害	1	2	3	4	5

日	月	火	水	木	金	土
27	28	1 空かん 空びん 可燃	2 可燃	3	4 ペット ボトル 可燃	5 可燃
6 Re資源	7	8 不燃	9 可燃	10	11	12 可燃
13	14	15 空かん 空びん 可燃	16 可燃	17	18 ペット ボトル 可燃	19 可燃
20 Re資源	21 春分の日	22 不燃	23 可燃	24	25	26 可燃
27	28 有害	29	30 可燃	31	1	2

- ごみは自分が住んでいる地区のごみステーションに、収集時間に関係なく必ず午前8時までに出してください。
- ごみステーションは地区の協力で成り立っています。清潔にし、ごみ出し日は守ってください。



時間厳守 ごみの分け方・出し方

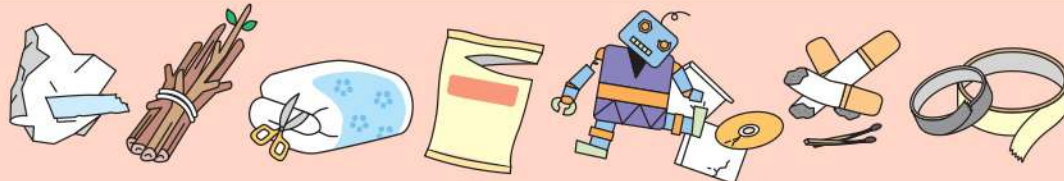


●指定袋に入れて、**収集日の午前8時まで**に出しましょう。●ごみステーションは地区の協力で成り立っています。ルールを守りましょう。



可燃ごみ

環境カレンダーで収集日を確認し、「**可燃ごみ用袋**」に入れて出してください。



紙くず 剪定類 ふとん レトルトパック プラスチック類 たばこ類 テープ類

- 燃やして処分でき、袋に入る大きさが基本になります。燃えない部分はできるだけ取り除いてください。
- 木の枝や丸めたふとんに袋をつけただけのものは収集できません。切って袋に入れてください。
- 生ごみは水分をしぼってから出してください。 ●ホースやロープは短く切ってください。
- ごみ袋に入りきらないものは直接処理施設に搬入してください。(11ページへ)



資源ごみ 空かん



環境カレンダーで収集日を確認し、「**空きかん用袋**」に入れて出してください。

- 飲食物用の**缶**が対象です。
- 缶の中はよくすすぎ、タバコなどの異物はいれなくてください。
- 缶はつぶさないで入れてください。



資源ごみ 空びん



環境カレンダーで収集日を確認し、「**空きびん用袋**」に入れて出してください。

- 飲食物用の**びん**が対象です。
- びんの中はよくすすぎ、タバコなどの異物はいれなくてください。
- ふたは外して、プラスチック製なら**その他のプラスチック製容器包装**としてストックハウス(分け兵衛ハウス)へ、金属製なら不燃ごみで出してください。



不燃ごみ

環境カレンダーで収集日を確認し、「**不燃ごみ用袋**」に入れて出してください。



電化製品 スプレー・ガス缶 やかん・なべ 割れた蛍光灯 食器(陶器・金属製) びん以外のガラス

- 金属や燃えない材質の製品で、自転車くらいまでの大きさのものが基本になります。
- スプレー缶は中身を完全に使い切ってから出してください。
- 割れたガラスや食器等は厚手の紙で包み、袋が破れないように出してください。
- 袋に入らないものは、テープで貼りつけたり巻きつけてください。
- 大人用自転車より大きいものは、直接搬入してください。(11ページへ)



ペットボトル



環境カレンダーで収集日を確認し、「**ペットボトル用袋**」に入れて出してください。

- ペットボトルの中はよくすすぎ、タバコなどの異物はいれなくてください。
- キャップとラベルは外し、その他のプラスチック製容器包装**としてストックハウス(分け兵衛ハウス)へ出してください。
- ボトルをつぶす場合は横につぶしてください。



有害ごみ



環境カレンダーで収集日を確認し、「**不燃ごみ用袋**」に入れて出してください。

- 割れていない**蛍光灯**、**乾電池**のみを入れてください。
- 不燃ごみと一緒に出さないでください。** 市役所、総合支所でも回収しています。



詳しいごみの分別は「雲仙市ごみの分け方・出し方ルールブック」をご覧ください。その他、ごみに関することは環境政策課(0957-38-3111)までお問い合わせください。

こちらのQRコードをスマートフォン等で読み込むと雲仙市ホームページに掲載している「雲仙市ごみの分け方・出し方ルールブック」がご覧になれます。





ストックハウス

(分け兵衛ハウス)

家庭で発生するリサイクル可能なごみは「ストックハウス(分け兵衛ハウス)」で回収します。
種類ごとにきちんと分けて出してください。



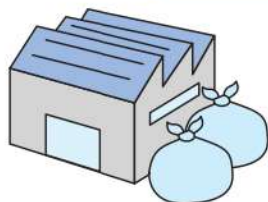
市内ストックハウス位置図 (回収ボックスあり)

[油]=廃食油
[電]=小型家電



※南申山の分け兵衛ハウスは、各自治会ごとに管理されていますので、設置場所や利用日時などについては、お住まいの地区の自治会長、または、南申山総合支所へお尋ねください。

事業所のごみについて

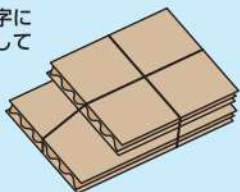


- ◆市では、家庭から排出されるごみのみを対象に収集を行っていますので、**事業系のごみはごみステーション・ストックハウスには出せません。**ご理解とご協力をお願いします。
- ◆事業系の一般廃棄物の処理については、自らの責任において処理してください。《収集運搬許可業者一覧がありますので、詳しくは環境政策課までお尋ねください》
- ◆産業廃棄物の処理については、専門の処理業者へ依頼してください。

貴重な資源です。
大切にリサイクル
しましょう。

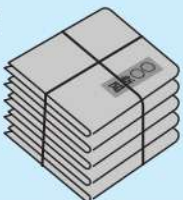
●ダンボール

開いて重ね、十文字に
ひもでしばって出して
ください。



●新聞(折込広告)

十文字にひもでしばって
出してください。



●雑誌・本

十文字にひもでしばって
出してください。



●白色トレイ

ラベルやラップを取り
除いて洗って乾かして
ください。



●牛乳パック

すすいで、乾燥させ、開
いて出してください。



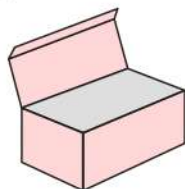
●発泡スチロール

汚れたものは出さないで
ください。砕かず、そのま
ま出してください。



●その他紙製容器包装

開いて出してください。



●古着

透明のナイロン袋に入
れるか十文字にひもで
しばって出してくださ
い。



●その他プラスチック製容器包装

汚れたものは、すすい
で乾燥させて出して
ください。



※新型コロナウイルス感染症拡大等の影響により、リサイクルができなくなった場合、回収を中止する事がございます。

市で収集しないもの



会社・商店などのごみ

会社・商店・病院などの事業所から出るごみは、許可業者に依頼するなど、すべて事業者の責任で処理しなければなりません。新聞・ダンボール等は、古紙回収業者に依頼するなど、ごみの減量と資源化に努めましょう。



犬・猫など動物の死体

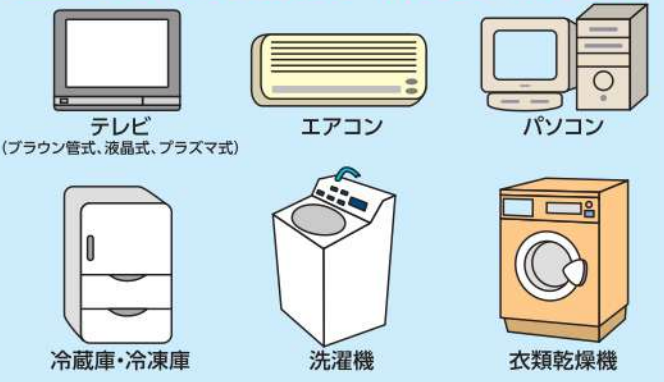
飼い主が責任をもって処理してください。(右の西部リレーセンターへ搬送したり、専門業者に依頼するなど)



※ 飼い主不明の動物の死体は敷地所有者の方で処理をお願いします。

次のものは、専用の処理設備が必要であったり、処理の際に有害物質が発生したりするもの及びリサイクル対象機器ですので、

!! 購入店や販売店へ相談するか 専門の処理業者へ相談してください。



ごみを直接搬入する場合

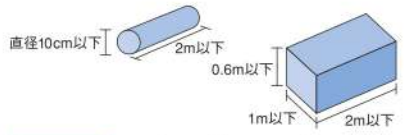
- ごみを自分で直接搬入(有料)される場合は、下記施設へお願いします。
- 施設によりごみの種類・時間・料金等が異なりますので、必ず各処理施設へ確認ください。

処理施設一覧 (直接搬入先)

西部リレーセンター
 県央県南広域環境組合《可燃ごみ》

施設場所 雲仙市千々石町丙694
 電話番号 0957-27-5600

《持込サイズ》



搬入時間 8時30分～16時まで
 土曜日は12時まで
休業日 日曜日、祝日、年末年始



料 金		
種 別	基本料金 (税抜価格)	増分料金 (税抜価格)
家庭系 可燃ごみ	50kgまで 190円	50kgを超える 10kgごとに38円
事業系 可燃ごみ	100kgまで 571円	100kgを超える 50kgごとに286円

※別途消費税(10%)が掛かります(10円未満切捨て)

県央不燃物再生センター
 県央地域広域市町村圏組合《不燃ごみ》

施設場所 諫早市小豆崎町89番地4
 事前予約が必要です
 県央地域広域市町村圏組合
 電話番号 0957-23-3600

搬入時間 8時30分～16時30分まで
 土曜日は11時30分まで
休業日 第1・第3土曜日、日曜日、祝日、年末年始



種 別	料金(税込価格)
家庭系 不燃ごみ	100kgごとに420円
事業系 不燃ごみ	100kgごとに790円

ごみステーション (ごみを出す場所について)

ごみステーションは誰のもの？

ごみステーションは、自治会で製作したものと市で製作し自治会へ貸し出しているものがあります。いずれの場合も地元自治会の管理・運営のもと、利用者がはっきりしていて、市が収集する際に支障がない場所に設置されています。

ごみ出しのルールを守り 清潔に使いましょう！

ごみステーションは、多くの人が共同で使うものです。清潔に大事に使用しましょう。利用者一人ひとりがルールを守り、ステーションが清潔に保たれるよう心がけましょう。また、通りがかりの人が、他の自治会のステーションに勝手にごみを出すことはしないで下さい。必ず決められた場所に出すか、管理者(自治会長)へ相談しましょう。

自治会へ加入していない人は どうするの？

ごみステーションの利用(ステーションへのごみ出し)については、必ず管理者(自治会長)へ事前に相談してください。

また、ステーションの清掃活動に参加するなど、管理・運営に協力しましょう。



生ごみ減量化の生ごみ処理機器等購入費補助金制度

雲仙市では、生ごみ減量化を進めるために、コンポスト容器や生ごみ処理機器等購入費補助金があります。

※ただし、雲仙市内に1年以上居住し、住民登録されている世帯

補助金交付申請→交付決定→処理機器等購入となるため、
補助金申請前に処理機器等を購入しないようご注意ください。

コンポスト容器 1世帯2個まで、購入金額の半額以内。
(1個につき5,000円限度)

生ごみ処理機 1世帯1台まで、購入金額の半額以内。
(1台につき20,000円限度)

●お尋ね、申請手続きは、

環境政策課(市役所千々石庁舎) または 各総合支所 へ



台所からの排水などが海や川汚しています!!

生活排水とは台所、トイレ、風呂、洗濯などの日常生活で出る排水のことで、このうちトイレの排水を除いたものを生活雑排水といいます。

汲み取りトイレや単独処理浄化槽を使用している場合、生活雑排水は処理されないまま川や海に流れ込んでしまいます。

例えば、しょう油大さじ1杯を流した場合、魚が住める水に戻すためには、お風呂1.7杯分の水で薄める必要があります。

川や海に生活雑排水を流さないためには、各家庭で汚れを出さない工夫をしたり、合併処理ができる浄化槽のような装置をつける必要があります。



BODとCOD

BODは生物化学的酸素要求量といい、微生物が水中の有機物を食べる時に必要な酸素の量です。数字が大きいほど汚れていることを示します。魚が住めるBOD濃度は5mg/L以下、悪臭が発生し始めるのは10mg/Lといわれています。

CODは化学的酸素要求量といい、水中の有機物が科学的に酸化される時に消費される酸素の量です。数字が大きいほど汚れていることを示します。湖沼の非常に澄んだ水は1mg/L以下、水道水源として使われる水は3mg/L以下、不快を感じない程度は8mg/L以下といわれています。

EMを活用しよう!!

EMってなんだろう? ———暮らしを助ける微生物

EM イーエム

昔から世界各地にある発酵食品、例えば、パンやヨーグルト、納豆、味噌、しょうゆ、酒などは微生物(こうじ菌・乳酸菌・酵母菌など)を利用して作っています。

このように自然界にたくさんいる微生物の中には、人間を助けるものも多く、とても身近な存在であると言えるでしょう。

有用微生物とは、人間の腸内に住むビフィズス菌等のように、環境を良くし、動植物の細胞を活性化する働きを持つ酵素や生成物を作り出す微生物のことで、人間にも自然環境にも役立つものを言います。

そして、もっとも重要なのは、条件を整えれば微生物同士はお互い有用な共同作業ができるということです。

こうした複数の役に立つ微生物を組み合わせたものが **EM = 有用微生物群**なのです。
Effective (有用) Microorganisms (微生物群)

私たち一人一人の心がけが、美しい地球を守ります。

私たちの周りには漂白剤や合成洗剤。確かにこれらを使用すれば、しつこい油污れやカビなどが簡単に落とせて便利。ところが、その洗浄力は人の皮脂まで奪い体内へ浸透して皮膚障害や肝障害、アレルギーの原因となるばかりでなく、川や海の汚染につながります。汚染物を浄化するパワーをもつ有用微生物群「EM」は、これらを解決する可能性を持っています。EMを多方面で活用することは、生活の場を安全でさわやかにし、川や海の浄化に役立ちます。

キッチン、トイレ、浴室が **清潔&キレイ!**

材料と作り方 ペットボトル(1.5L~2L)で作る場合。

- 準備するもの**
- ペットボトル…1.5~2L
 - ジョウゴ
 - 米のとぎ汁(水でもよい)
 - EM活性液…(市作成分) 30~40cc
 - 糖蜜…15~20cc、または砂糖(黒砂糖・三温糖が望ましい) 計量スプーン大さじ2~2.5杯



生ごみに



生ごみのいやな臭い消し対策に、また、捨てるまでの臭気対策として生ゴミを米のとぎ汁EM発酵液につけ置きします。畑に入れて土に戻したり、コンポストに入れて肥料化しても良いでしょう。

トイレで



トイレの便器は米のとぎ汁EM発酵液を使ってお掃除しましょう。便器に汚れがつきにくくなるばかりでなく、不快な悪臭も消し去ります。仮設トイレのニオイ対策にEMボカシを使用すると、悪臭が抑えられる等の効果があります。

お掃除に



米のとぎ汁EM発酵液を10倍~100倍くらいに薄めて床やガラスふきにつかうと汚れ落ちがよくなります。



EM活性液の配布場所

本庁及び各総合支所にタンクを設置していますのでご利用ください。

ご利用にあたっての注意

- EM活性液の配布は**1人4Lまで**とします。
- ※培養には1週間から2週間 程度かかります。
- 予算の都合により、配布を終了する場合があります。

EM活性液は家庭用に配布しておりますので、事業目的(販売・営農・畜産等)の方はご遠慮ください。

注意

ガスでふくらんだら、キャップをゆっくりゆるめてガスを抜きましょう。ガスを抜いた後は、キャップをしっかり閉めてください。



使用済み家庭用廃食油、小型家電製品の収集にご協力をお願いします。

雲仙市では、家庭用廃食油を回収、バイオディーゼル燃料化し、公用ダンプトラックの燃料などに再利用しています。また、平成25年10月1日より「小型家電リサイクル法」に基づき、家庭で不用となった小型家電製品を回収しています。本庁及び各総合支所、ストックハウス(9ページ)等に回収ボックスを設置していますので、ご協力をお願いします。

家庭における廃食油回収方法

- 空になった食用油の容器を予め保管しておいてください。
- 使用済みの食用油は、ロートや油こしを用いて食用油が入っていた容器に戻して集めてください。
- 大きなテンカスは、取り除いてください。ロートやオイルポットにティッシュペーパーを用いることで濾過することができます。
- ラードや炒め物調理後にでた肉や魚の脂は、混ぜないようにお願いします。
- 持ち運びに用いた容器は持ち帰り、繰り返し利用してください。
- 消費期限が過ぎた未使用食用油も回収できます。
- 産業廃棄物にあたる使用済み食用油は回収できません。
- エンジンオイルなどの機械系工業用オイルは回収できません。

〈使用済み家庭用廃食油収集のながれ〉



回収対象となる主な小型家電製品



〈小型家電回収の注意点〉

- 回収ボックスの投入口に入る大きさ(30cm×15cm)までが対象になります。無理やり入れないようにお願いします。
- 「市で回収しないもの(11ページ)」にも記載しているテレビなどは、小型であっても回収できません。
- 携帯電話などの個人情報情報は消去してからお出しください。
- 説明書や袋、箱、梱包材などは回収ボックスに入れないでください。
- 燃料や電池、バッテリーを使用するものは発火の危険性がありますので、取り除いてからお出しください。

ライフスタイルを工夫してみましよう

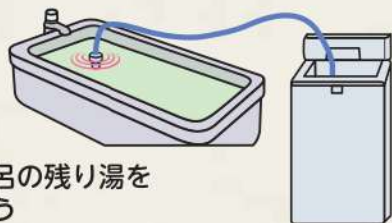
お風呂では…



- シャンプーは適量使用しましょう
- お風呂は、間隔をおかずに入るようにして、追い焚きをしないようにしましょう。
- シャワーはお湯を流しっぱなしにしないようにしましょう。



洗濯では…



- 洗濯には風呂の残り湯を使いましょう
風呂の残り湯を使うと洗濯の汚れ落ちがよくなり、洗剤の節約や節水になります。

- せっけんや無リン洗剤をはかって使いましょう
目分量で入れると2割も多くなってしまいます。必要以上に洗剤などを使っても汚れを落とす力はあまりあがりません。むしろ泡ぎれが悪くなりすすぎのときの水がムダになります。汚れがひどいときは、つけおきをするなど使用方法を守って洗剤等を効果的に使いましょう。



台所では…

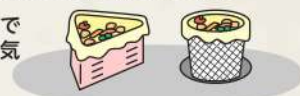
- 生ごみは土に戻しましょう



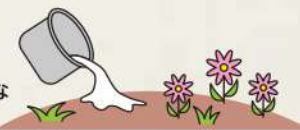
- 必要な分だけ作り、食事は全部食べましょう

- 生ごみは水切り袋に受けましょう
ストレーナーにも水切り袋をつけましょう

生ごみの60～70%は水分です。ごみの減量化のため、水気をよく切りましょう。



- 米のとぎ汁は植木、土にまきましよう
無洗米を使ってとぎ汁を出さないなど工夫しましょう。



外出先では…

- アイドリングはできる限りしないようにしましょう。

信号待ちでもアイドリングストップを心がけましょう。5秒以上のアイドリングストップは省エネ効果があります。



- 車の運転の際には、経済速度を心がけ、急発進、急加速をしないようにしましょう。

- タイヤの空気圧は適正に保つように心がけましょう。



こんなことにもひと工夫



- 電気、ガス、石油機器などを買うときは、省エネルギータイプのもを選びましょう。
- 部屋の照明を購入するときは、省エネ型の電球型蛍光灯を使用するようにしましょう。
- 冷蔵庫の庫内は季節にあわせて温度調整を行い、ものを詰め込み過ぎないように整理整頓しましょう。



さんまる いちまる

30・10運動を 実践しよう

宴会などの席では乾杯から30分間は席を立たず、料理を楽しみましょう。終了の10分前には自分の席に戻って、もう一度料理をいただきます。注文の際には適量を注文しましょう。