



# もっと減らそう！可燃ごみ

生ごみの8割は水分  
「水切り」を徹底すれば、ごみはもっと減らせます！



## 生ごみを減量するための3つのポイント

### ①濡らない！

調理中に出る生ごみを「三角コーナー」や「排水溝内」に入れると、水分をたくさん吸って重くなってしまいます。野菜の皮などは、新聞紙を広げてその上で乾かしてから出しましょう。おいもなくなり、「かさ」も減りますよ！



### ②絞る！

ごみ出しの前に「ひとしぼり」。たまつた水分を、ぎゅっと絞つて出しましょう。



手でぎゅっと絞ったり、ペットボトルの上部を切り取って水切りを利用してOK。弱い力でも比較的簡単に水切りできます

### ③乾かす！

お茶がらやティーパックなどは水気を絞り、乾かしてから出しましょう。乾いたお茶がらやコーヒーからは消臭効果もあるそうです。



お茶がらやティーパックなどは乾くとかなり重量がかわります。  
三角コーナーを傾けておくのも有効な水切り手段の一つです

その他にもファーストフード店などで購入した飲み物の氷は必ず捨ててからごみ袋に入れてください。また、引き続きティッシュペーパーやお菓子の箱など「雑がみ」の分別徹底にもご協力をお願いします。

平成24年度の家庭から出る可燃ごみの量は、1万1918トンでした。前年度は1万2134トンで、比較すると1・7%の減量となっていますが、可燃ごみの有料化以降2年が経過しています。しかし、まだまだごみは減量することができます。

今回は、生ごみの減量方法についてご紹介します。

生ごみの80%は水分です。生ごみの水切りを行うことで、ごみの減量や腐敗、悪臭を防ぐことができます。また、焼却する施設で効率よく焼却できます。市は「ごみの重量で焼却施設に処理費用」を支払っています。水分にお金を払っているなんてもつたないと思いませんか？

窓口 環境課（市役所2階21番）

問合せ

生ごみの重量が可能ですが、「ごみの重量に比例して、市が支払うごみの処理費用が変わりますので、市民の皆さんの「水切り」は、ごみ減量の方法として非常に重要です。そこで、「生ごみの減量に有効な「水切り」に焦点を当て、簡単に取り組める方法を写真とともにご紹介します。

**6月は環境月間** プレゼントあります!  
**「環境展」を実施します！**

ごみの減量や環境問題に関するパネルなどを展示する「環境展」を次とおり実施します。お越しいただいた人には水切りネットをプレゼントします。

日時 6月10日(月)～14日(金) 午前8時

45分～午後5時15分

場所 市役所1階市民ロビー

# フィリピン セブ島で英語を学びました！

We had studied ENGLISH in Cebu, Philippines.

向上心をもって応募した高校生・大学生の男女13人の研修参加者は、平成25年3月17日から25日の9日間にわたり、フィリピンのセブ島にある全寮制の語学学校に滞在し、英語力を磨きました。



## 参加者一覧 Students

桶谷 昌宏 (16) (西港町) Masahiro OKETANI	加藤 瑛美 (18) (東助松町) Emi KATO
北野 美咲 (18) (池浦町) Misaki KITANO	小谷 侑美 (18) (田中町) Yumi KOTANI
坂本 英里佳 (16) (なぎさ町) Erika SAKAMOTO	辻本 佳菜 (18) (戎町) Kana TSUJIMOTO
中川 裕香子 (19) (池浦町) Yukako NAKAGAWA	中村 光華 (17) (西港町) Mika NAKAMURA
中村 若葉 (17) (東雲町) Wakaba NAKAMURA	二井 優花 (16) (虫取町) Yuuka FUTAI
森 美月 (16) (東雲町) Mizuki MORI	山本 雄太郎 (18) (松之浜町) Tutarou YAMAMOTO
横田 早耶 (19) (東雲町) Saya YOKOTA	



研修校であるMDL(写真右)。研修最終日にはセブ島観光も楽しみました

する機会になった」「他の国の方と交流し、異文化に触れることで視野が広がった」などの感想をもらいました。

研修生による研修報告は、市ホームページで公開中です。

市では、国際化時代にふさわしい広い視野と感覚を持った人材を育成するため、「深喜人材育成基金」を活用し、青少年の海外派遣研修を行っています。

24年度の研修校であるMDLは、日本や韓国、台湾などのアジア圏の学生に、第一の言語として英語を教える語学センターです。全寮制で、先生や各国の生徒たちとのコミュニケーションは24時間、すべて英語です。

研修のスタートは、文法やス

ピーリングなどのレベルテスト。このレベルテストによって自分に合ったクラスに振り分けられ、マンツーマンやグループレッスンなど、授業は一日約8時間に及びました。授業終了後は、校内で他国からの研修生らと英語でコミュニケーションを楽しむなど、それぞれ充実した研修期間を過ごしました。

「英語で他の国の人々と会話をしたい」という気持ちが強くなつた「進路について考え、決意

する機会になった」「他の国の方と交流し、異文化に触れることで視野が広がった」などの感想をもらいました。

# 住民基本台帳の閲覧状況を公表します。

住民基本台帳法第11条第3項および第11条の2第12項、住民基本台帳の一部の写しの閲覧及び住民票の写し等の交付に関する省令第3条の規定に基づき、下記のとおり公表します。

平成24年度の住民基本台帳の閲覧は6件でした。内容については、下表のとおりです。

問合 市民課（市役所1階4番窓口）

## ■住民基本台帳の閲覧状況（平成24年度分）

閲覧者氏名 (法人の場合は名称及び 代表者または管理者名)	閲覧事由（利用目的）の概要	閲覧年月日	閲覧に係る住民の範囲
（株）インテージリサーチ 代表取締役社長 井上孝志	2012年度「旅行・観光消費動向調査」（一般統計調査）の対象者抽出（委託者：国土交通省観光庁参事官・観光経済担当）	平成24年6月12日 平成24年6月13日	○東豊中町1丁目、2丁目 ○男女 85件
一般社団法人 中央調査社 会長 中田正博	「テレビ視聴に関する調査」の実施のための対象者抽出（委託者：株式会社 野村総合研究所）	平成24年6月6日	○神明町 ○満16歳以上（平成8年6月末日まで生まれ）の男女 14件
社団法人 新情報センター 事務局長 平谷伸次	生涯学習に関する世論調査（附帯：時事問題）の対象者名簿作成のため（委託者：内閣府大臣官房政府広報室）	平成24年7月3日	○虫取町1丁目 ○満20歳以上の男女 15件
（株）日本リサーチセンター 代表取締役社長 鈴木稻博	「生活意識に関するアンケート調査」（第52回）の対象者抽出のため（委託者：日本銀行 情報サービス局）	平成24年9月19日	○曾根町3丁目、高津町 ○満20歳以上（平成4年10月31日まで生まれ）の男女 15件
（株）ビデオリサーチ 代表取締役社長 秋山創一	日本たばこ産業株式会社が実施する2013年「全国たばこ喫煙者率調査」の対象者抽出のため（委託者：日本たばこ産業株式会社 たばこ事業本部）	平成25年1月10日	○助松団地 ○大正12年5月1日～平成5年4月30日生まれの男女 20件
一般社団法人 中央調査社 会長 西澤豊	「現代の生活意識に関する世論調査」実施のための対象者抽出（放送法第20条、81条に定められた調査研究・世論調査のため）（委託者：NHK 放送文化研究所 世論調査部）	平成25年1月23日	○我孫子 ○満16歳以上（平成8年12月末日まで生まれ）の男女 12件

# 春日墓地の使用者を募集します。

泉大津市、和泉市墓地組合では、次のとおり春日墓地の使用者を募集します。

募集区画は、返還のあった墓地を整備したもので、募集看板を設置した7区画です。整備の各区画などについては、大小さまざま立地も違いますので、現地を十分ご確認のうえ、お申し込みください。

**申込資格** 平成24年7月26日までに住民登録をしている人で、直系2親等以内の親族または配偶者の遺骨があつて、墓地のない人

**申込用紙交付期間** 7月2日㈫～5日㈮ 午前8時45分～午後5時15分（区画の位置図は申込用紙交付時にお渡しします）

**申込期間** 7月23日㈫～26日㈮ 午前8時45分～午後5時15分

**受付場所** 市民課

**募集区画** 全7区画（右上表参照。いずれか1つの区画に申し込みできます）

## ■春日墓地の募集区画と内訳

区画数	区画面積（巻石含む）	使用料
4区画	1.5m <sup>2</sup> (1.5m×1.0m)	47万7,000円
1区画	0.9m <sup>2</sup> (1.0m×0.9m)	28万6,000円
1区画	1.3m <sup>2</sup> (1.0m×1.3m)	41万3,000円
1区画	1.17m <sup>2</sup> (1.3m×0.9m)	37万2,000円

**使用料** 1m<sup>2</sup>あたり 31万8,000円（区画によって使用料が異なります）

**抽選** 申し込みが複数あった区画の使用者は、抽選で決定（8月8日㈭に市役所で公開抽選予定）

**永代使用料の納付期限** 8月26日㈪～9月3日㈫

**使用開始日** 9月18日㈬（使用許可証の交付日）から

**問合** 市民課（泉大津市、和泉市墓地組合事務局・市役所1階4番窓口）

# 外国人住民の皆さんにも「住民基本台帳ネットワーク」が運用されます！

市役所などの手続きがもっと便利に！



7月8日㈪から、外国人住民の住民基本台帳ネットワーク（※1）の運用が開始され、住民基本台帳カード（※2）の交付を受けることができるようになります。住基ネットの運用開始に伴い、住民票に住民票コード（※3）が記載され、7月8日以降に市役所から外国人住民の人宛てに住民票コードを通知します。これにより、住民票コードを通じて、住民票の交付が可能になります。（住基カードまでに在留カードなどの提示が必要）

△本市以外の市区町村でも本人の住民票の写しの交付を受けられることが可能（住基カードまでに在留カードなどの提示が必要）

△年金などの現況証明、各種資格の申請時に住民票の添付の省略が可能

▽住基カードに電子証明書を納することで電子証明書による本人確認を必要とする行政手続きのインターネット申請が可能

Tax（国税電子申告）など、行政手続きのインターネット申請が可能

窓口 問合 市民課（市役所1階4番窓口）

## リサイクルに取り組んでいるお店 エコショップのご紹介



←エコショップ登録店はこのステッカーが目印です

### 資源化物の店頭回収

ペットボトル・食品トレイ・牛乳パックを店頭で回収してリサイクルしています。



近商ストア泉大津店外観



近商ストア泉大津店正面入口にある「資源回収BOX」

お買い物にはぜひエコショップをご利用ください。また、エコな取り組みをされている小売店は、市役所環境課にてエコショップ登録してください。

問合 環境課（市役所2階21番窓口）

ひと

## 共に生活できる社会へ

# コラムのページ columns stand

昔前ですが、私は助産師として、就労していました。生まれてくる子どもにとっては、人生の第一歩（門出）であるとともに、両親にとっては健康で元気な赤ちゃんが授かることと思っているでしょう？

私は、5年の助産師経験の中で、低酸素脳症や手足が短く軟骨異形成で出生した子どもと当時の母親の姿から障がいの受容について学ぶことができました。

ある母親は、出生後数時間で子どもの異常について告知され、保育器に入っているわが子と面会し、泣き悲しむ姿を見ました。数日後には涙を浮かべわが子をずっとながめ数か月後には、「頑張ろうね」と語りかけていました。そして、わが子と共に退院しましたが

スタッフは、母子ともに社会生活に一日でも早く適応されることを願っていました。

子どもに、先天性障がいがあると告知されながら、子どもたちがいを受容し、積極的に生活していくまでの間の経過をI・ショック、II・否認、III・悲しみ・怒り・不安、IV・適応、V・再起。とされています。ショックで行動が停止し、心を閉ざしてしまった状態から生活をする中で障がいを認めたくないという思いを抱き、「これは夢の中のことであり、現実ではない」と否認。しかし現実は障がいがあることを怒り、「なぜ私の子どもが…？」という情的になど思ひを経て事実を受け入れ、障がいのある子と共に生活していくこうという再起の状態になります。

しかし、これらの感情の変化は、子どもの障がいの種類・程度、母親の性格、家族関係、母子を取り巻く社会環境により変わってきます。また、一度受容したとしても、子どもが成長の節々で、現実を目の当たりにして、感情が揺れ動くことがあります。

私たちはこの様に母親（保護者）は絶望と希望の感情を抱きつつわが子のために奔走していることを念頭に、障がい児（者）への偏見をなくし、できる社会が早く実現できることを願っています。

※参考文献 稲浪正光他3名  
1994障害児を育てる親のストレスについて、特殊教育学研究 32(2)、11・21

## コラム 知ってトクする元気になれる! 脱メタボで大作戦!

あなたの健診の結果通知に、「メタボリック症候群（以下メタボ）基準該当」もしくは「メタボ予備群該当」という言葉がありますか？ メタボから脱出しないままでいると、将来支払う医療費が多くなるかもしれませんよ？

### ■メタボじゃない人よりも高い！

メタボは正式には「内臓脂肪症候群」と言います。メタボの状態では、たまりすぎた内臓脂肪から高血糖や高血圧を引き起こす物質が出るため動脈硬化が進み、脳梗塞や心筋梗塞を発症する危険度を上げてしまいます。

ある研究では、肥満・高血糖・高血圧・脂質異常の4つのリスクが重なっているほど心疾患の発症率が高くなり、リスクが3~4つ（=メタボ）の人はリスクがない人と比べて、心疾患の発症率が35.8倍も高いという結果が出ています。また、厚生労働省の2010年度の調査では、

メタボの人はそうでない人よりも、年間で8~12万円多く医療費がかかっていたことが分かりました。

### ■メタボを脱出するため

健診でメタボやその他の生活習慣病のリスクがあった場合、医師や保健師、管理栄養士といった専門のスタッフによる生活習慣改善サポート（特定保健指導）を受けることができます。内臓脂肪がたまるのは、普段の生活のなかで栄養や運動のバランスが乱れ始めているため。特定保健指導は、状況に応じた具体的な改善方法や励ましなど、個別のアドバイスで脱メタボを目指す人を支援するものです。健診後に特定保健指導の案内が届いた人は、ぜひ利用して脱メタボを達成し、身も心も軽くなりましょう！



# 図書館だより

推薦図書や新着本を紹介します。 ☎ 32・0562

開館時間 → 午前9時30分~午後7時（土・日曜日、祝日は午後5時まで）



## 司書のおすすめブックス。



◆えんそくおにぎり  
宮野聰子



◆魔女のシュークリーム  
岡田淳



◆お金の話を13歳でもわかるよ  
うに一流のプロに聞いたら超力  
ツキ的な経済本ができちゃいま  
した！  
佐々木かおり

今日は遠足の日。お弁当を持って山登りにいきます。

きみちゃんは大好きなおにぎりをお母さんと一緒につくることになりました。うまくいけるかな？

ある日、魔女に「いのち」をにぎられた動物たちがダイスケのもとにあらわれた。魔法をとくカギはショークリームだという。動物たちに頼まれ、ダイスケは巨大なショークリームを食べることに…。

「お金」ができたワケ、マクドナルドのビジネスモデル、ネットビジネスのもうけ方…。

お金と経済の仕組みを、超一流のプロたちが子どもたちのために語りおろした本。

Jリーグのビジネス、東京証券取引所の仕事についても聞く。

◆赤アリ	◆シバ犬のチャイ	◆ゾウの家にやつてきた赤アリ	◆はだかのサイ	◆C・ヴァルクス
沢木耕太郎	近藤史恵	森村誠一	北夏輝	白石一文

◆深海の夜景	◆美都（みと）で恋めぐり	◆よだかの片想い	◆重神の血脉	◆月光蝶
近藤史恵	島本理生	島本理生	高田崇史	月原涉

### 01 新着一般書

### 02 新着児童書

日時	6月15日(土)	05 おはなし会
後3時	午	後3時~(約30分)

日時	7月6日(土)	04 映画会
後2時~2時54分	午	銀河がマロを呼んでい

日時	7月6日(土)	03 録音図書CD
瀬戸内寂聴	芥川龍之介	◆源氏物語の魅力

日時	7月4日(木)	02 特別整理期間に伴う休館のお知らせ
午	午	6月18日(火)~30日(日)

### 06 あかちゃんのためのおはなし会

合は、クッショングのあるものにぐるんで返してください。ポストに返却する場