

2030年度までに可燃ごみ30%削減



ごみさんまる

運動

第十五回

関係廃棄物対策課

ごみ減量推進係

TEL 84-6057

生ごみ処理機の貸出開始！

モニター事業にご協力ください

温風や熱で生ごみを乾燥させて、その量を減らすことができる「生ごみ処理機」。ごみの減量化はもちろん、おひの軽減なども期待できる便利な製品ですが、本体と脱臭フィルターで1万円以上するものがほとんどで、「気軽に試せない…」という方も多いのではないのでしょうか。

そこで、「モニター事業」として希望者に「生ごみ処理機」の貸出を行います。

この機会に、あなたも「生ごみ処理機」を体験してみませんか？



●生ごみ処理機貸出の概要

対象者 市内在住の方

貸出方法 申込時に市役所でお渡しします(ご自分で持ち帰りください)。市では配送や運搬はできません。

貸出期間 4週間

申請方法 事前に電話で貸出状況等を確認の上、窓口にある申込書を市役所2階・廃棄物対策課窓口へ。申込書は市ホームページからダウンロードもできます(申込

受付：6月15日(木)。

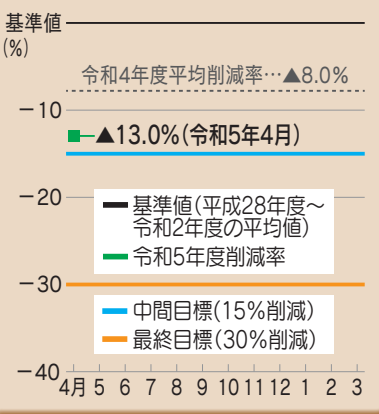
※応募は年度内に1世帯1台までとし、使用後、モニターとしてアンケートにご協力いただきます。

持ち物 運転免許証や健康保険証などの本人確認書類(市内在住の確認のため)

貸出機 ①パリパリキューPPC-11(島産業製)×2台 ②パリパリキューブライトアルファPCL-33(島産業製)×4台 ③生ごみ処理機リサイクラーMS-53XD-S(パナソニック製)×2台



令和5年度のごみ削減率の推移※



※袋井市の家庭可燃ごみの集計

聖隷袋井市民病院

問 袋井市立聖隷袋井市民病院 TEL 41-2777



ちょっと
気になる!?

病気のはなし ②

貯筋(ちよきん)のススメ

100歳まで歩こう、

100歳まで食べよう

聖隷袋井市民病院
リハビリテーション科

望月 亮



「貯筋」とは、老後にできるだけ長く自立した生活ができるよう、あらかじめ筋肉を蓄えておくことです。筋肉は歩く時はもちろん、食べる時にも必要です。老後のために貯金をしている方は多いと思いますが、貯筋を意識している方は少ないのではないのでしょうか。

貯筋は、夢や目標を叶えるための手段でもあります。自由に旅行し、旅先で大好きなビール片手に肉料理を楽しむ...そんな100歳を目指し、私は貯筋を始めました。貯筋は将来の生活への投資です。皆さんも夢や目標のために、貯筋を始めませんか？

※持病がある方は、かかりつけ医に相談していただください。

激できるためおすすめです。また、貯筋には筋肉の素になる栄養、特にたんぱく質が必要です。高齢になるほど、筋肉量の維持に多くのたんぱく質が必要となります。たんぱく質を多く含む肉や魚、卵などを意識して摂取しましょう。そして、十分に栄養を摂取

