

アイデアエコ料理の
出品者を募集

環境フェア実行委員会では、11月28日(土)開催の環境フェアに、アイデアいっぱいエコ料理を出品していただく方を募集しています。エコ料理とは、地元産の食材を使うことでフードマイレージを低く抑えた料理や、食材をすべて使い切るこみぜ口料理など、環境にやさしい料理のことです。

食糧自給率の低い日本は、フードマイレージが世界一高いと言われていました。地元産の食材を地域内で消費する「地産地消」を進めることは、フードマイレージを低く抑え、安心・安全な食物を手に入れることができます。

また余熱を利用するなど短時間で料理すれば、エネルギー消費を低く抑えることができます。材料を使い切る料理は廃棄量を抑制し、ごみ処理に使われるエネルギーを節約することができます。

次のような、皆さん自慢のアイデアエコ料理をお寄せください。

地元の野菜を使ったフードマイレージの低い料理
省エネクッキング、余熱を使った料理
何も捨てない、究極のこみぜ口料理
無農薬で栽培した家庭菜園料理

応募資格 環境フェアの趣旨に賛同していただければ、個人・団体、プロ・アマは問いません。ただし11月28日(土)の環境フェアに、30人分の試食を用意していただきます。

応募方法 レシピと料理の写真にエコ料理のアピールを添えて9月30日(水)までに環境課へ提出してください。
謝礼 1万円(試食の材料費を含む)

問 環境課(内線183)
フードマイレージは食べ物と運ばれてきた距離のこと。エネルギーをたくさん使って運ばれてくる輸入食品より国産食品を使う方が二酸化炭素を減らすことができます。

医療トピックス

市立恵那病院

市立恵那病院へ、9月から医師が赴任しましたので紹介します。



内科医師 石田英樹

9月からお世話になっております。これまでは愛知県内の病院を中心に勤務しており、急性期疾患を中心として、集中治療や周術期管理を含めた診療に従事しておりました。

このたび、市立恵那病院で勤務させていただくことになりました。今までの経験を生かして、皆さんのお役に立てるように努めていきますのでよろしくお願いたします。

マルチスライス
CT装置を導入

市立恵那病院に9月末日から、東濃地区では県立多治見病院に次いで2台目となる1



稼動するマルチスライスCT装置

28スライスCT装置が稼働します。
このCT装置は、へき地域療拠点病院設備整備補助金を受け導入しました。現在の8スライスから上位機種のもので、心筋梗塞など、心臓疾患の診断が心臓カテーター検査を行わずに可能となります。
検査方法は、ひじの静脈に点滴と同様の針を刺し、息止めを10秒程度の短時間で撮影が出来るため、心臓カテーター検査と比較し、身体的負担が格段に少なくなります。当然入院の必要もありません。また、小さな病変の検出も精度が上がるため、がんなどの早期発見にも役立ちます。

10月の不燃・資源ごみ収集日【10月は廃蛍光管も収集】

町名	地区	収集日	町名	地区	収集日	
大井町	1・14区 (正家後田含む)	1日(木)	岩村町	本町、柳町、新道、江戸町	1日(木)	
	2・4区	2日(金)		新市場、日の出、日の出三、殿町	2日(金)	
	3・13区	5日(月)		西町、新町、朝日町	5日(月)	
	5・6区	6日(火)		石畑、大根洞、一色、緑ヶ丘	6日(火)	
	7・8区	7日(水)		領家、山上、大通寺、1~3区、上平、さつきヶ丘、八本木住宅、菅沼	7日(水)	
	9・10区	8日(木)		4~8区、旭ヶ丘、百合ヶ丘、下本郷	8日(木)	
	長島町	11・12区	9日(金)	山岡町	山田	9日(金)
		中野(永田川東)	13日(火)		田沢、久保原	13日(火)
		中野(永田川西)	14日(水)		原、田代	14日(水)
		正家(後田を除く)	15日(木)		上手向、下手向、釜屋	15日(木)
		大洞地区	16日(金)		市場町、宮町、本町、常盤町	16日(金)
東野	永田	19日(月)	明智町	東山町、雇用促進住宅、友愛	19日(月)	
	久須見	20日(火)		新井町、駅前町、滝坂住宅	20日(火)	
三郷町	全域	23日(金)		新町、徳間町、向町、東町	21日(水)	
	野井	26日(月)		的場町、片平町	22日(木)	
武並町	佐々良木・椋実	27日(火)		串原	門野、杉平、杉平2区、野志、大舟、小泉、吉良見	23日(金)
	藤	21日(水)			上・下柏尾、岩竹、安主、土助、才坂、上・下田良子、大栗、上田、阿妻、峰山、中切、高波、馬木、小杉、落倉	26日(月)
笠置町	竹折	22日(木)		上矢作町	藤内、風、馬坂	27日(火)
	全域	28日(水)			中沢	26日(月)
中野方町	全域	29日(木)		上矢作町	全域(中沢を除く)	27日(火)
	飯地町	全域			大馬渡	26日(月)
飯地町	全域	30日(金)	小笹原、島、達原、横道、飯田洞	28日(水)		
			本郷、木の実	29日(木)		
			漆原(大馬渡を除く)、下、小田子	30日(金)		

【10月の集団資源回収】

とき	実施団体・問い合わせ
17日(土)	明智町連合PTA 明智中学校 ☎54-2222
24日(土)	恵那西中学校PTA 恵那西中学校 ☎25-5245

【10月の食用廃油(使用済みてんぷら油)の回収】

とき 10月10日(土)~12日(月)
注意 収集するものは食用廃油に限ります

【10月の日曜リサイクル広場】

とき 10月18日(日)午前9時~11時(雨天中止)
ところ 恵那総合庁舎駐車場
回収品目 紙類、古着、飲料缶、瓶類、ペットボトル、プラスチック類、発泡トレー、食用廃油

地域包括です

地域包括支援センター
TEL26-2711 (内線126)

おいしく食べて楽しく話しましょう

お口の健康を守るために、ちよつとした生活習慣の心掛けで、口の機能を高めることができます。

よくかんで食べましょう
一口で30回ほどかみまじょう。唾液がよく出るようになります。唾液がよくなるようになり、消化を助けたり、口の中がきれいになったりします。かむことは、脳を刺激してほけ防止にもなります。

日々お手入れしましょう
毎食後の歯磨きをしましょう。入れ歯は必ず外して磨きましょう。舌にも汚れがつきます。口臭の原因にもなるので、舌も優しく磨きまじょう。また、定期的に検診に行きまじょう。

健口体操をしてみまじょう
歌を歌うことも口のよい運動



動になります。お口が健康になると、味が分かる!食欲が出る!口臭が減る!唾液が出る!笑顔になる!表情が豊かになる!という効果があります。普段からお口の手入れをして、生き生きとした毎日を過ごまじょう。

介護者交流会に参加しませんか

自宅で介護をしている家族の皆さんに、ささやかですがリフレッシュしていただけるよう、家族介護者交流会を企画しました。皆さんの参加をお待ちしています。

とき 10月26日(月)午前10時
午後3時
ところ ささゆりの湯(串原)
参加費 1500円(昼食代含む)
申し込み 各福祉あしんサポーターセンター、地域包括支援センター(内線128)

成年後見巡回相談
成年後見制度の利用にあたり、無料で相談を行います。
とき 10月8日(木)午後1時半~3時半(要申し込み)
ところ 山岡保健センター
相談員 東濃成年後見センター
中津川・恵那事務所相談員
地域包括支援センター(内線125)



昨年の交流会の様子



あなたの不安を安心に変える『地域包括支援センター』です。

