

たま川兄弟  
減右衛門と量右衛門のこれ知ってる？  
＜通知はどうやって捨てるの？の巻＞

減右衛門



量右衛門

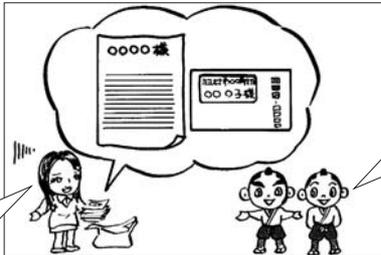


留守にしていたら、ポストがいっぱいになっちゃって…



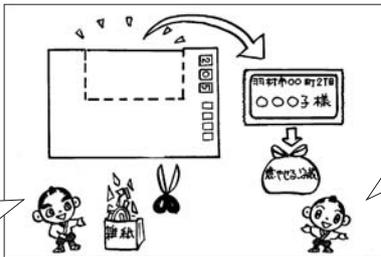
こんにちは。  
何してるの？

だけど、宛名など書いてあると、資源として捨てるのに少し不安があるのよ。



通知を捨てるなら「雑紙」として資源Aで出してね。

細かく切って、雑紙の袋に入れても安心だよ。



プライバシーが気になる部分だけ「燃やせるこみ」で出せば大丈夫！

そうよね、やってみるわ。



出し方の一工夫で燃やせるごみの減量や資源化につながるよ。

各部屋にごみ箱3つ！



雑紙・容器包装プラスチックを  
しっかり分別！

## 放射線量の測定結果

▼定点（富士見公園）の放射線量測定結果  
単位：μsv/h（マイクロシーベルト / 時間）

測定日 (各日午前9時)	天候	測定高さ		
		5 cm	50 cm	1 m
3月5日(水)	雨	0.061	0.060	0.064
2月26日(水)	晴れ	0.047	0.053	0.048
2月19日(水)	晴れ	0.041	0.040	0.038
2月12日(水)	曇り	0.048	0.047	0.045

国際放射線防護委員会の2007年勧告によると、一般の人（子ども含む）が1年間に浴びる放射線量の限度は、1,000マイクロシーベルトとされています。時間当たりに換算すると0.23マイクロシーベルト/時間となり、それ以下であれば、健康に影響を及ぼすレベルではないと言われています。※測定方法など詳しくは、問い合わせてください。

問合せ 環境保全課環境保全係☎ 226

## 水道水の放射能測定結果

▼羽村市水道水の放射性物質測定結果

採水日時	検査項目（単位：ベクレル/kg）	
	放射性セシウム 134	放射性セシウム 137
2月18日(火) 午前9時	不検出 検出限界値 (0.7)	不検出 検出限界値 (1.0)
目標値(※1)	10	

※1…国が定めた目標値（放射性セシウム 134 と放射性セシウム 137 の合計値）  
※不検出とは、( ) 内の検出限界値以下であることを表します。  
※検出限界値は、検査機関の周辺環境や測定器の性能、検査物質によって異なります。  
※測定方法など詳しくは、問い合わせてください。

問合せ 水道事務所☎ 554-2269

## 自然休暇村 飲食料金を改定

消費税および地方消費税の改正に伴い、4月1日(火)から自然休暇村の飲食料金が改定される予定です。

ご理解とご協力をお願いします。

※詳しくは、問い合わせてください。

問合せ 自然休暇村

☎ 0120-47-4017

☎ 0551-48-4017



▲自然休暇村

平成26年度

# スポーツセンタートレーニングルームプログラム

利用時間 午前9時～午後9時45分  
(入場は午後9時まで)

**利用料**

□市内在住・在勤の方：大人100円、中学生50円

□市外の方：大人150円、中学生70円

※中学生はプログラムの参加、スタジオ個人利用のみ可。午後7時以降は、16歳以上の方の付添いが必要です。

**注意事項**

□当日、個人使用券を購入後、運動のできる服装に着替えて直接トレーニングルームへお越しください。

□室内用運動靴を持参してください。忘れた場合は入室できません。

□各プログラムの参加、スタジオ個人利用、ジムを利用する自主トレーニングごとに個人使用券が必要です。

※そのほかの注意事項については、NPO法人羽村市体育協会ウェブサイトをご覧いただくか、トレーニングルームで配布する利用案内をご覧ください。

問合せ NPO法人羽村市体育協会事務局 ☎555-1698

■ トレーニングルームプログラム

	午前	午後	夜間
火曜日	ビギナーエアロビクス 午前9時45分～10時45分 定員：70人(先着順) ★★★★☆	エアロビクス2 午前11時～正午 定員：60人(先着順) ★★★★☆	ステップサーキット 午後7時～8時 定員：30人(先着順) ★★★★☆
水曜日	健康体操 午前10時～11時20分 定員：なし ★★★★☆	ステップ1 午後2時～3時 定員：30人(先着順) ★★★★☆	エアロビクス1 午後7時～8時 定員：60人(先着順) ★★★★☆
木曜日	ビギナーステップ&シェイプ 午前9時45分～10時45分 定員：30人(先着順) ★★★★☆	ステップ2 午前11時～正午 定員：25人(先着順) ★★★★☆	-
金曜日	健康体操 午前10時～11時20分 定員：なし ★★★★☆	-	-
土曜日	ビギナーエアロビクス 午前9時45分～10時45分 定員：70人(先着順) ★★★★☆	エアロビクス1 午前11時～正午 定員：60人(先着順) ★★★★☆	エアロビクス2 午後2時～3時 定員：60人(先着順) ★★★★☆
日曜日	健康体操 午前10時～11時20分 定員：なし ★★★★☆	エアロビクス3 午後2時～3時 定員：60人(先着順) ★★★★☆	-

★の数は、運動の強さを表しています。★の数が多いほど体力が必要です。  
※事故防止のため、プログラム開始5分以降の途中参加はできません。  
※火・木・土曜日の午前のプログラムは、2本続けて参加することはできません。

シリーズ 地球温暖化対策

いま、行動しよう！ 第6回 エコドライブ 地球も家計も笑顔に

問合せ 環境保全課環境保全係 ☎226

エコ 家族で出かけるときに車を使うんだけど、何かエコな取組みってありますか？

クール先生 運転方法に気を付けると、大気汚染の原因にもなる排出ガスを抑えられるし、二酸化炭素の削減にもつながるんだよ！



▲クール先生

❖ エコドライブ10のすすめ ❖

- エ... エンジンブレーキを使いましょう (早めのアクセルオフ)
- エ... エアコンの使用は控えめに (設定温度はこまめに調節)
- ふ... ふんわりアクセルeスタート (発進は徐々にアクセル)
- う... ウォームアップは適切に (エンジンをかけたら早めに出発)
- けい... 計画的なドライブを (渋滞情報などをチェック)
- に... 荷物は必要なモノだけを (不要な荷物は積まないように)
- あ... アイドリング・ストップ (無用なアイドリングはやめましょう)
- い... 違法駐車はやめましょう (違法駐車は渋滞のもと)
- たい... タイヤの空気圧チェック (点検・整備を適切に)
- ね... 燃費の良い運転を (急な加減速は控えましょう)

クール先生 エコドライブをすると燃費が良くなるから、経済的にもエコなんだ！

エコ 「エコふうけいに、あいたいね。」エコドライブで地球も家計も笑顔になるんですね！



▲エコちゃん