



# 津山っ子はぐみQ&A

## 今月のポイント - 自転車の運転マナー -

**Q** 最近、子どもたちの自転車の運転マナーが悪いように感じます。人や車が多い街中では危ない場面も見掛けます。どうにかなりませんか？

**A** 学校では、雨の日のかっぱ着用など、自転車の運転マナーについて指導していますが、なかなか守られていないようです。しかし、これは青少年に限ったことではなく、大人でも自転車の交通ルールを守らない人が多いようです。最近では携帯電話を使いながらの運転も見られ、非常に危険です。青少年にも指導をしますが、大人も手本となるように気を付けたいですね。

道路交通法では次のような乗り方が禁止されています。

- 夜間の無灯火：5万円以下の罰金
- 傘差し運転・携帯電話の使用：5万円以下の罰金
- 2人乗り：2万円以下の罰金または料料  
※幼児などの例外あり
- 並列進行：2万円以下の罰金または料料



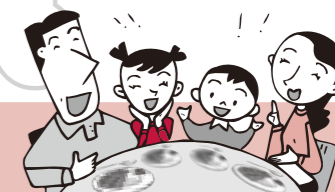
自転車の運転マナーについては、環境生活課☎32-2056へお問い合わせください。

**青少年育成センター**  
さあいざ、はろーこー  
市役所東庁舎3階☎31-8650

家族のこと、友だちのこと、  
青少年の悩みごと、ご相談ください

# 食育通信

Vol.11



## 心を込めて作られた 新鮮な津山の食材を 食卓に!

### ほくほく! だんご汁

【材料 (4人分)】

米粉…100g つぐね芋…45g 水…80cc程度  
だし汁…600cc

A (鶏肉…60g ニンジン…50g ダイコン…80g ゴボウ…80g)  
ネギ…20g みそ…大さじ2

【作り方】

- ① つぐね芋をすりおろし、米粉を入れて耳たぶ程度の硬さにこねる (水は様子を見ながら徐々に加えること)
- ② 鶏肉は一口大、ニンジンとダイコンはいちょう切り、ゴボウはささがき、ネギは小口切りにする
- ③ だし汁にAの材料を入れて柔らかくなるまで煮る
- ④ 鍋に湯を沸かし、①を丸めて入れ、浮かんできたらすぐ水に取る
- ⑤ ③に④を加え、みそで味付けして、ネギを加える

つぐね芋は山芋の一種で、津山の特産品。粘りが強く、とろろ汁にしてよく食べられます

農業は、わたしたちが毎日口にする食材を生産するとても大切な仕事です。津山市にもたくさん農家があり、農産物の生産に携わっています。そんな津山の農家の皆さんが心を込めて作った食材は、新鮮でおいしく、特別な気持ちを感じられますね。  
さて今回は、今注目されている米粉と津山産の新鮮食材を使った料理を紹介します。



1人分の栄養価  
エネルギー176cal、  
食物繊維2.8g、塩分1.3g

毎月19日は食育の日  
問い合わせ先  
農業振興課☎32-2079  
健康増進課☎32-2069

はじめまして!  
津山市食育推進  
キャラクターです!  
桜印のお茶わんを持って  
食べることの  
楽しさを表現した  
元気いっぱいのカッパです



(このレシピは平成16年度ミニミニ地産地消サミットで作成されたものです)

# エコロジ

問い合わせ先 環境事業所☎22-8255

## 家電リサイクルって?

家電リサイクル法の対象機器を廃棄するには、排出者がリサイクル料や収集・運搬費用を負担し、販売などに引き渡すことが義務付けられています。

☆対象品目・リサイクル料

○エアコン	2625円
○テレビ (ブラウン管式に限る)	2835円
16型以上	2835円
15型以下	1785円
○洗濯機	2520円
○冷蔵庫・冷凍庫	4830円
171ℓ以上	4830円
170ℓ以下	3780円

※11月からリサイクル料が一部改定。メーカーや機種によって料金が異なります。  
※家庭用のものが対象ですが、事業所で使用していたものも含まれます

☆排出方法

- ① 買い替えなら、新しく買う小売店に引き取りを依頼
  - ② 購入した小売店に引き取りを依頼
  - ③ 指定引取場所へ直接持ち込む
  - ④ どの方法もできない場合は、市へ収集を依頼
- ※③④の場合、事前に郵便局でのリサイクル券の購入が必要  
※④の場合、収集料金2415円が別途必要

【指定引取場所】

- ・(株)カシマ(Ⅲ)☎28-0621
  - ・日本通運(株)三次ペリカン・アロー支店津山ターミナル課(二宮)☎28-6723
- ※10月から、メーカーによる引取場所の指定がなくなりました



エアコンは部品の約87%がリサイクルされるそうじゃ

なるほど



## 進んでいますか? 地デジの準備

平成23年7月24日までに、今のテレビ放送(アナログ放送)が終了し、地上デジタル放送(地デジ)が始まるそうですが、今のままのテレビでは見ることができないと聞きました。どうしたらいいのですか?

今見ているテレビの画面の右上に、小さく「アナログ」と表示されていることがあります。これは、現在見ている放送がデジタルなのかアナログなのか、視聴者自身が確認できるように、今年の7月24日から表示されています。「アナログ」と表示されていれば、それはアナログ放送を見ているということになります。アナログ放送が終了する平成23年(2011年)7月24日までに、地上デジタル放送の準備をしてください。

◎地デジの準備

テレビを地上デジタル放送対応にする必要があります。地上デジタル放送を視聴するには、次の方法があります。

- ① 地上デジタル放送対応のテレビに買い換える
- ② 地上デジタルチューナーを買い足す
- ③ 地上デジタル放送対応済みのケーブルテレビで視聴する

※①、②はUHFアンテナが必要

12月1日(月)午後1時30分～3時、津山市総合福祉会館において、消費生活講座「地デジ放送早わかり教室」を行います。受講料は無料ですので、ぜひ受講してください。

困ったときの相談先 市民相談室☎32-2057  
土・日曜日は、県消費生活センター☎086-226-0999