

「うただちまおす」「ちちんごま」の食事のあいさつは、食に対する感謝の気持ちを表します。生産者や多くの関係者により「食」が支えられていることを知り、感謝の気持ちを持って食事をすることが大切です。

日本では売れ残りや期限切れの食品、食べ残しなど、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品、いわゆる「食品ロス」は年間約632万t。これを1人あたりに換算すると、毎日お茶碗1杯分(約136g)に相当します。

食品ロスを減らすためには、一人ひとりが、「もったいない」を意識して、日ごろの食生活を見直すことが重要です。食への感謝の気持ちを忘れず、食品ロスを防ぐため、できることから始めてみましょう。

## 食品ロスを防ぐために

### 買いすぎない

買い物の前に冷蔵庫の中身をチェック! 必要な量を買きましょう。節約にもつながります。

### 使い切る

新鮮なうちに、無駄なく使い切りましょう。適切に保管し、賞味期限や消費期限の短いものから食べましょう。

賞味期限…おいしく食べられる期限のこと。

消費期限…安全に食べられる期限のこと。

### 食べ切る

適正量を作り、残さず食べましょう。食べ切れなかった場合は、他の料理に作り替えるなど、調理方法を工夫しましょう。

#### 残りがちなきのこは冷凍保存がおすすめです

きのこ類は、そのまま冷凍しても、味や食感がほとんど変わりません。洗わずに、石づき(地面に接している根の部分)を落として冷凍すれば、約2週間保存できます!

冷凍したきのこの使い方…汁物や煮物の具にプラス▶ご

飯を炊くときに一緒に入れて、きのこご飯

## 休日・夜間診療

内科・小児科=川越市医師会夜間休日診療所(小仙波町2丁目53-1 ☎222-3330)

日曜日、祝・休日、年末年始の受付時間…午前9時~11時▶午後1時~3時▶午後8時~10時  
月~土曜日の受付時間…午後8時~10時

歯科(急患のみ)=予防歯科センター(三久保町18-3 ☎224-3891)

日曜日、祝・休日、年末年始の受付時間…午前9時~11時30分

## 8月の休日当番医

受付時間は、午前9時~午後4時です。受診前に当番医に確認してください。

6日(日)	川越整形外科内科医院(整外、内、リハ、皮、消、リウ、アレ、形外)	三光町2-4	☎229-0121
11日(祝)	片岡耳鼻咽喉科医院(耳)	的場北1丁目3-9	☎231-3941
13日(日)	林原皮膚科医院(皮)	鯨井新田6-1第3今泉ビル2階	☎234-6321
20日(日)	喜多町整形外科クリニック(整外、リハ)	喜多町1-22	☎229-3177
27日(日)	さい眼科医院(眼)	天沼新田340-6	☎239-6525



開催会場

- 8月の土曜開庁日 市民課 ☎224-5739 収税課 ☎224-5837  
12日(土)・26日(土)午前8時30分~正午。市民課(本庁舎1階)・収税課(本庁舎2階)・南連絡所。一部の業務は、取り扱いできません。
- 10月14日(土)は川越まつりのため土曜開庁を実施しません 市民課 ☎224-5739
- ごみの祝日収集のお知らせ 収集管理課 ☎239-5058  
8月11日(祝)=可燃ごみ(火・金コース)、その他プラスチック製容器包装(金コース)。

川越市ツイッター  
総合アカウント



人口と世帯数 平成29年7月1日現在

人口352,193人(男=176,482人、女=175,711人) 前月比+16人 世帯数155,398世帯 前月比+81世帯

## 広報川越1395

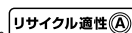
- 発行日/平成29年7月25日(毎月10日・25日発行)
- 発行/川越市 〒350-8601埼玉県川越市元町1丁目3-1 <http://www.city.kawagoe.saitama.jp/>  
市役所代表 ☎049-224-8811 ☎049-225-2171
- 編集/広報室

「声の広報川越(CD)」 「点字広報川越」を作成しています。ご希望の方は、広報室までご相談ください。

☎224-5495 ☎225-2171

私的利用の範囲を除き、記事や写真の無断転載を禁じます。

この印刷物は、グリーン購入法に適合する紙を使用し、印刷用の紙へ、リサイクルできます。



Fontworks  
UD Font