

アクアパル千曲 NEWS

2008.8.10 Vol.24

林間コース開設!

～緑のトンネル、爽快プレー～

アクアパル千曲では、地域の皆様に愛される下水処理場を目指し、場内整備事業の一環として、マレットゴルフ場の整備を進めています。

このほど、新たに「林間コース」を開設しました。ほとんどのホールがクヌギなど雑木林の中に設置され、文字どおり「緑のトンネル」となっています。一見むずかしそうですが、意外と良いスコアが期待できます。木立が、強い日差しや風を和らげ、爽やかにプレーが楽しめます。

また、敷地内には、小川が流れ、水鳥も飛来し、季節の花々が咲き乱れます。スタート地点には、あずまやも設置され、憩いの場として利用できます。



マレットゴルフ場「林間コース」

★2年前に開設した「芝生コース」(18ホール、パー72)も引き続き利用できます。

- ・18ホール、パー72、砂敷きコース
- ・用具の貸し出しは、午前8時30分から午後5時
- ・使用料は、コース・用具とも無料
- ・団体利用は、予約が必要です
- ・利用者は、『利用カード』に記入し、設置ポストに投函してください

お問い合わせ先 アクアパル千曲 TEL 026-283-4170

今年はアクアパル千曲で '08アクアパル千曲ふれあいデーがあるよ



◆いつ:平成20年9月6日(土) 午前10時～午後3時 ◆どこで:上流処理区終末処理場(愛称:アクアパル千曲)

この催しは、「下水道の日」(9月10日)にちなんで、下流終末処理場(クリーンピア千曲)と交互に毎年行っています。

広い場内で、家族や隣の人たちと親睦を深めつつ、下水処理の仕組みを学んでください。お子様やお年寄りまでみんなが楽しめます。

今年は、下水処理の過程がわかる処理場見学や微生物を顕微鏡で観察するコーナー、そのほかステージでの楽しい出し物も!!



～身体も 下水道も 健康に～

ダイエットレシピ

ダイエットレシピ

あなたが流す、ほんの少しの油でも、やがて冷えて固まって下水道を詰まらせます。

ダイエットレシピは、使用する油を減らしたレシピです。大切な人の健康を守る愛情料理が地球環境も守ります。



食べたあとは お皿についた油を拭き取ってから 洗いましょう。

●東京都では、このダイエットレシピを全国から募集しています。

応募用紙は、ダイエットレシピコンテスト専用ホームページからダウンロードできます。
http://www.diet-recipe08.com (応募もできます。)
(郵送の場合)
〒102-8787 東京都千代田区麹町郵便局留
「東京都下水道局ダイエットレシピコンテスト事務局」
(9月21日消印有効)

電子レンジで本格中華!
麻婆豆腐

調理時間 20分 塩分 1.3g 1人分のエネルギー (Kcal) 420 → 310



【レシピ監修】香川栄養専門学校

材料 2人分

- もめん豆腐……………1丁 (300g)
- 熱湯……………100ml
- 豚挽肉……………100g

- A
- 長ねぎ……………1/3本
 - おろし生姜……………小さじ1
 - おろしにんにく……………小さじ1/6
 - しょうゆ……………大さじ1と1/3
 - 甜麺醬……………大さじ1/2
 - ごま油……………大さじ1
 - 豆板醬……………小さじ1
 - 片栗粉……………小さじ

●ワンポイントアドバイス

香り付け用のごま油以外は、油を使用しないため、油の使用量を1/3に減らせます。
(東京都下水道局提供)

●作り方

- ①豆腐は2cm角に切り、ペーパータオルを敷いた耐熱皿にのせ、ラップをしないで電子レンジ(500W)で3～4分加熱して水切りをする。
- ②耐熱ボウルにAを加え、熱湯を注ぎとろみがつくまで混ぜ、挽肉を加え更に混ぜる。
- ③②に①の豆腐を加え、ラップをして電子レンジ(500W)で6～7分加熱し、取り出して混ぜ合わせ器に盛る。
※材料の状態や調理器具によって、調理時間が変わる場合があります。

下水道への接続はお早めに!!!

下水道が整備された地域は、法律によって下水道へ接続することとされています。まだ未接続のご家庭は、快適な環境を確保するため、お早めに接続されるようお願いします。

下水道いろいろコンクール

作品募集してるよ! さあ、チャレンジしよう。

- 新聞部門
- 絵画ポスター部門
- 作品部門
- 書道部門
- 標語部門

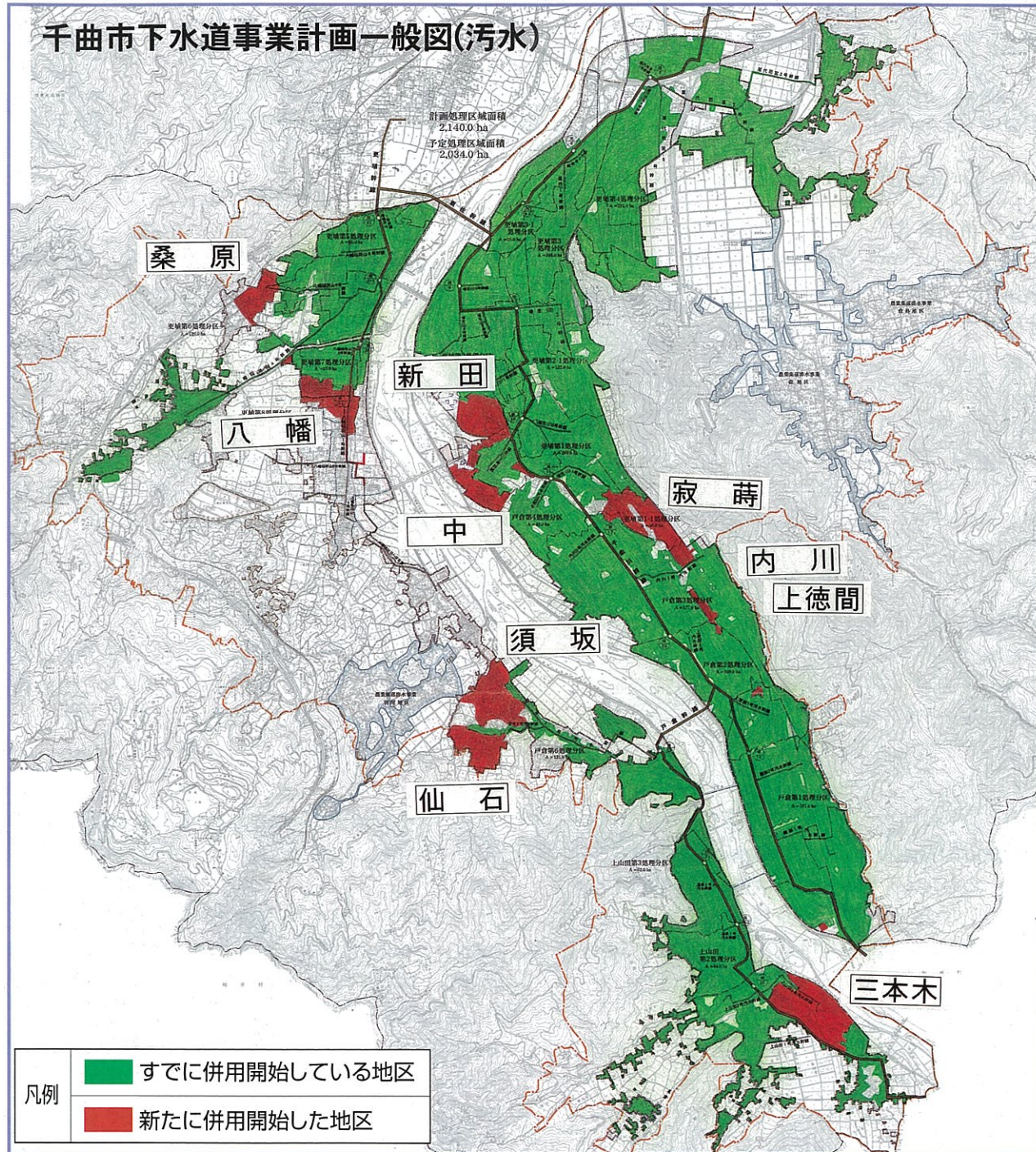
- ・小・中学生のみ(標語部門はだれでも)です。
- ・締め切りは、平成20年11月10日(月)
- ・発表は、平成21年3月中旬

■作品の送り先・問合せ先

(株)日本水道新聞社 下水道いろいろコンクール係
〒102-0074 東京都千代田区九段南4-8-9 電話03-3264-6724



● 公共下水道の整備状況(千曲市) ●



千曲市の公共下水道工事は、平成19年度も順調に進み、平成20年4月以降、新たに約164haの区域が下水道を使用できるようになりました。平成19年度末の整備面積は、約1726haとなり、全体計画の約80%が整備済みとなりました。

また、下水道接続率については、平成20年3月31日現在で69.0%となっています。未接続のご家庭につきましては、快適な生活と自然環境の保全のため、早期に下水道へ接続していただきますようお願いします。

なお、今後も下水道事業を行いますので、引き続き工事ならびに工事に伴う交通規制などにご理解とご協力をお願いします。



[善光寺イヤー]

テーマは“再游善光寺”(ふたたび善光寺に遊ぶ)何度も訪れていただきたいとの願いが込められている。

◆善光寺山門特別拝観

この春修理を終えた山門二階への登楼参拝が、約40年ぶりに再開。

四天王像に囲まれた本尊の文殊菩薩像などをご覧ください。

期間：11月30日まで(受付時間 9:30~15:00)
料金：大人500円、高校生200円、小中学生50円

◆十夜会(じゅうやえ)

普段は非公開の「十夜仏」を本尊前に遷座し開扉して供養が行われ、その後は法話を聞くことができる。

時間：午後7時から本堂にて(参加費無料)
期間：10月5日~14日(法話会場・大本願)

11月5日~14日(法話会場・大勧進)

(問合せ先) 善光寺事務局 026-234-3591



長野市観光キャンペーン2008

「善光寺界限」&「飯綱高原」

[飯綱高原イヤー]

市街地から車で30分弱の至近リゾート“オトナリ高原”で、秋のひとときを大自然や芸術で楽しもう。

◆「杜(森)の講座」

1. 秋の池めぐり自然観察ウォーク

日時：10月19日(日)
9:00~14:00

コース：環境保全研究所~大池~逆谷地~大池
午前：ウォーキング
午後：きのこ鑑定&講習会、ミニコンサート
定員：60名 参加料：500円

2. 晩秋の戸隠古道ウォーク

日時：11月2日(日) 9:00~13:00

コース：大座法師池~大久保~火之御子社~中社
お昼：神告げ温泉で昼食&交流会
定員：60名 参加料：1,000円

◆「アート&クラフト ギャラリー回遊展」秋の展
期間：10月9日(木)~13日(祝)

7つの会場で、木工・絵画・ガラス・陶磁・彫金・織・カッティングアート・トールペイントなどの作品展示。また、「大人の実技講座」も開催(材料費実費)。

(問合せ先) 飯綱高原イヤー実行委員会 026-239-3185



千曲川にすむ魚たち

アユ

千曲川のアユ釣りは6月下旬から7月中旬にかけて下流のほうから徐々に解禁となります。8月になると南佐久郡小海町から長野市まで、長い竿を操る友釣りが見られるようになります。姿が美しく釣って面白い、そして川魚の中で最もおいしい魚のひとつであるアユは夏の千曲川の主役です。

アユは海と川を行き来する魚です。春から夏にかけて、幼魚から成魚までの期間を川の中流域で過ごします。千曲にアユがいるのはこの時期です。秋になると成熟したアユは増水とともに川をくだり、瀬が波立たないようになる下流まで降りて卵を産みます。卵を産んだ親アユはそこで一生を終えます。卵から生まれた仔アユは日本海まで流下し、冬の間に沿岸域で過ごします。この時期には砂浜の波打ち際でシラスのような仔アユが見つかります。そし

て春、7~8cmまで成長したアユは川を上りはじめます。このようにアユが自然分布するためには、川と海の間を自由に往来できる状態になっている必要があります。しかし千曲川の場合は、発電用の取水などによる減水区間があるため、海からのそ上は期待できません。

アユは千曲川になくはならない魚ですが、実は全てを漁業協同組合が行う稚魚の放流に頼っています。もし放流しなければ、来年の夏、千曲川ではアユは全く獲れなくなるでしょう。

(水産試験場佐久支場)



アクアパル千曲 NEWS

発行/アクアパル千曲ニュース編集委員会

●長野県千曲川流域下水道建設事務所 〒380-0917 長野市大字稲葉2413-11 TEL026-224-3652 FAX026-224-1263

●(財)長野県下水道公社千曲川上流管理事務所 〒381-2203 長野市真島町川合1060-1 TEL026-283-4170 FAX026-283-4175

●長野市(上下水道局業務課) TEL026-226-4911 ●千曲市(下水道課) TEL026-273-1111 ●坂城町(建設課) TEL0268-82-3111