

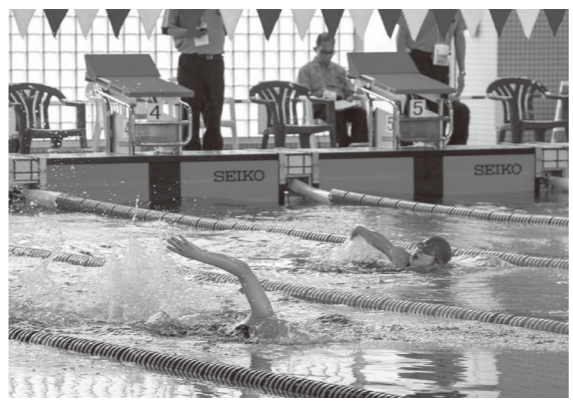
第18回全国障害者スポーツ大会 福井しあわせ元気大会が開催されます

県内各地で熱戦が繰り広げられた福井しあわせ元気国体（第73回国民体育大会）に引き続き、福井しあわせ元気大会（第18回全国障害者スポーツ大会）が行われます。福井県では初開催となり、敦賀市では水泳競技とフットベースボール競技の2競技が実施されます。ぜひ競技会場で観戦し、一緒に盛り上げましょう！



水泳

身体障がいのある選手と知的障がいのある選手が出場する競技です。自由形、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの各25mおよび50mと4×50mリレー、4×50mメドレーリレーが実施されます。



競技日程	会場	駐車場
10/13(土) ▶ 10/15(月)	総合運動公園プール	会場内駐車場



フットベースボール

知的障がいのある選手が出場する競技です。1チーム9人（指名選手を採用した場合は10人）で競技します。男女の区分はありません。ルールは一般のソフトボールを基本としていますが、バットやグローブは使わずに、ピッチャーがサッカーボールを転がし、キッカーがそれを蹴ってプレーします。



競技日程	会場	駐車場
10/13(土) ▶ 10/15(月)	きらめきスタジアム	※臨時駐車場 (松栄岸壁駐車場)

※臨時駐車場(松栄岸壁駐車場)より無料シャトルバスを運行します(20分間隔)

障スポに関する
お問い合わせ先

「福井しあわせ元気」国体・障害者スポーツ大会実行委員会
(福井県障害者スポーツ大会課) TEL/0776-20-0747



みんなで今日から始めよう！

おいしく楽しく食べきり運動

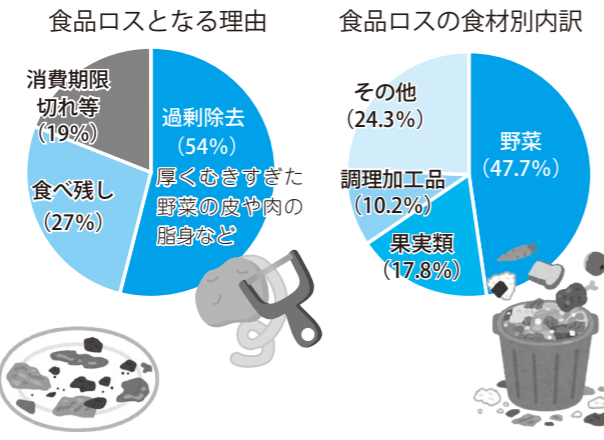
本来食べられるのに捨てられてしまう食べ物、いわゆる「食品ロス」を減らす取り組みとして、福井県全体で「おいしいふくいきり運動」を実施しています。この運動は、ふくいのおいしい食材を料理して、残さず食べきることによって食べ物のムダをなくしようという取り組みです。

毎日常茶碗1杯分の食べ物を捨てている？

日本では年間約646万トンの食べ物、食べられるにもかかわらず捨てられていると推計されています（農林水産省推計）。これを1人当たりで換算すると、毎日常茶碗1杯分（約139グラム）の食べ物を捨てていることとなります。

食品ロスの半分は家庭から発生

家庭から発生する食品ロスの量は約289万トンで、全体の約半数を占めます。この食品ロスを食材別で見ると野菜が半数近くを占め、次に果実類、調理加工品となっています。また、食品ロスとなる理由としては、厚くむきすぎた野菜の皮や肉の脂身など調理せずに取り除いた部分などの過剰除去が一番多く、続いて食べ残された料理、期限切れ等の食品となっています。



食べきりアクションで食品ロスを減らそう

家庭や外出時・宴会時などに「食べきりアクション」を実践して、もったいない食品ロスを減らしましょう。家庭での食品ロスを減らすことはごみの減量化にもつながります。

今日から実践！ 食べきりアクション

家庭での取り組み

- 自分が食べきれない量を見つければ野菜や果物の皮は厚くむかない
- 買い物に出かける前に冷蔵庫を確認し、必要な分だけ購入する

ポイント 冷蔵庫の中身をメモ書きしたり、携帯電話で撮影しておくこと！
買い物の際、当日に使う予定の食材は手前に陳列されている食品を選ぶ消費期限または賞味期限が早いものが手前にありますが、期限内に食べれば品質は変わりません。

消費期限 「安全に食べられる期限」のことです。表示をよく確認して、期限内に食べきりましょう。
賞味期限 「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」のことです。この期限を過ぎてしまうと食べられなくなるわけではありません。色やにおい、味などをチェックして異常がなければ、まだ食べるすることができます。

外食・宴会での取り組み

- 「食べきれないと思ったときは、小盛にできますか？」と聞いてみる
- 酒宴の席では、開始30分、終了10分など席を立たずに食べる時間を作る

情報支援 ボランティア



開・閉会式会場や障スポの競技会場などにおいて、聴覚障がいがある選手や来場者に対して、手話・要約筆記（パソコン・手書き）・筆談で場内アナウンスや試合状況などの情報を伝えるとともに、コミュニケーションの支援を行うボランティアです。

国体・障スポあわせて635名のみなさんにご協力いただけます。各競技の専門用語はもちろん、各地域の観光情報なども学び、全国から福井県に来られる聴覚障がい者へのおもてなしを行います。

10月は3R推進月間！

Reduce (リデュース…ごみを減らす)、**Reuse** (リユース…繰り返し使う)、**Recycle** (リサイクル…資源として再利用する) の3つの英語の頭文字を表したものです。3R活動はこの3つのRに取り組むことごみを減らし、限りある地球の資源を有効に繰り返し使う社会（循環型社会）をつくることとするものです。

マイバックを持参しよう！



市では、買い物時のレジ袋削減のため、マイバック持参運動を推進しています。その取り組みの一環として、市内のスーパー等の協力によりレジ袋の有料化を実施しています。また、これらの店舗では、その収益で環境保全などの社会貢献活動に取り組んでおり、その一部は市に寄附され、市では環境保全に関する事業に活用しています。

【活用例】

▼ダンボールコンポスト（生ごみを堆肥化する取り組み）の講習会の開催や、緑化活動を推進する団体へのリサイクルたい肥の配布 など

次回は最終回。国体・障スポ特集号！！

国体推進課（福井しあわせ元気国体・福井しあわせ元気大会敦賀市実行委員会事務局）