



リサイクルQ&A

大崎町の河川水質検査の結果を発表します！



Q: 大崎町の河川の水質を教えてください。



A: 大崎町の河川の水質は下表のとおりです。

平成17年度は大崎町内を流れる3つの川を夏と冬に分けて調査しました。

次の表でBOD*1およびSS*2、大腸菌群数が基準値を超えていることが分かります。

基準値類型 A	平成17年8月採水			平成18年2月採水			
	項目	BOD	SS	大腸菌群数	BOD	SS	大腸菌群数
	単位	mg/ℓ	mg/ℓ	MPN/100ml	mg/ℓ	mg/ℓ	MPN/100ml
	基準値	2.0	25.0	1,000	2.0	25.0	1,000
菱田橋(菱田川)		5.1	26.0	110,000	3.4	8.4	2,700

基準値類型 C	平成17年8月採水			平成18年2月採水			
	項目	BOD	SS	大腸菌群数	BOD	SS	大腸菌群数
	単位	mg/ℓ	mg/ℓ	MPN/100ml	mg/ℓ	mg/ℓ	MPN/100ml
	基準値	5.0	50.0		5.0	50.0	
横瀬橋(持留川)		11.0	26.0	1,100,000	7.9	11.0	1,100,000
天子橋(田原川)		4.2	5.6	94,000	2.3	4.4	2

*1 BOD…水中の有機物を微生物が分解するために使われる酸素量の指数

*2 SS…浮遊物質

河川の水質汚濁の原因は家庭から排出される生活排水と畜産排出物が原因と思われます。また、空き缶や粗大ごみ等の不法投棄も河川を汚す原因と思われます。

川や海の生態系保全のためにも生活排水等は適切に処理しましょう。

【問い合わせ先】 大崎町役場 福祉課 環境係 TEL 476-1111 (内線133)



保健師だより

『ストレス』あなたは大丈夫？

4月になり新しい学校や職場など慣れない環境の中で、不安や緊張が長く続くとストレスがたまり、心や体の不調を起こします。それを『気の持ちよ』とばかりに自分にムチ打って無理を重ねると、気分が沈み、不眠などが加わればストレスの初期症状と言えます。

- ① 毎日常しい生活をしていると、自分のストレス状態になかなか気づきにくいものです。さっそくチェックしてみましょう。
- ストレス度の自己チェック法 (最近1か月のうちに思い当たるものに○をつけましょう。)
- ② 家庭内でいろいろ問題があった
- ③ 仕事で多くの変化があった
- ④ 日ごろから楽しみにしている趣味などが無い
- ⑤ いつも実践している運動がない
- ⑥ 気分が沈みがちでゆううつだ
- ⑦ ささいなことに腹が立ち、イライラする
- ⑧ 仕事をやる気がなくなり、疲れやすい
- ⑨ 人に会うのがおっくうで、何で

- ⑩ 4月になり新しい学校や職場など慣れない環境の中で、不安や緊張が長く続くとストレスがたまり、心や体の不調を起こします。それを『気の持ちよ』とばかりに自分にムチ打って無理を重ねると、気分が沈み、不眠などが加わればストレスの初期症状と言えます。
 - ⑪ も面倒くさい
 - ⑫ 前日の疲れが取れず、朝方から身体がだるい
 - ⑬ 寝つきが悪く、よく夢をみる
 - ⑭ 朝、気持ち良く起きられずに、気分が悪い
 - ⑮ 頭がすつきりせず、頭重感がある
 - ⑯ 肩こりや背中、腰などが痛くなる
 - ⑰ 食欲がなくなり、しだいに体重が減ってきた
 - ⑱ 腹が張り、下痢や便秘を交互に繰り返す
 - ⑲ 目が疲れたり、めまいや立ちくらみがある
 - ⑳ 急に苦しくなったり、胸が痛くなる
 - ㉑ 手足が冷たく感じたり、汗をかきやすい
 - ㉒ よくかぜをひき、治りにくい
 - ㉓ 医者の診察を受けたら、気のせいだといわれた
- ※関谷クリニクス式判定(○の数が増えればストレスがたまっていきます。休養しましょう。)
- ・ 5個以下…特に問題なし。
 - ・ 6〜10個…ストレスの蓄積が心配されます。上手にストレス解消を。
 - ・ 11〜15個…ストレスがたまっています。休養しましょう。
 - ・ 16個以上…少し危険な状態です。精神科などの医師に相談しましょう。

健康に関する相談は、保健センターへお気軽にどうぞ!! TEL 476-1111 (内線146・147)