

6月は環境月間です

☎ 環境政策課
☎ 23・5120

その植物、特定外来生物かも？

近年爆発的に増加している黄色いコスモスのような花を咲かせる「オオキンケイギク」や、河川敷などでつる状に伸びている「アレチウリ」は**特定外来生物**に指定されています。これらは繁殖力が強く、いったん定着すると従来の野草の生息場所を奪い、周囲の環境を一変させてしまうため、生きたままの運搬や栽培、譲渡などが原則禁止されています。

環境月間とは

環境基本法で「環境の日（6月5日）」を含む6月の1か月間を環境月間として定めています。環境問題に関する理解と関心を深める月間であり、全国で環境保全活動が積極的に行われています。

オオキンケイギク

アレチウリ



これらの植物を見かけた場合は、駆除のご協力をお願いします

駆除方法

- 1 根元から株ごと引き抜いてください。
 - 2 袋に入れて枯らしてください。種子や根を落とさないように袋を密閉し、その場で数日間天日にさらしてください。
 - 3 「燃やせるごみ」として出してください（処分を目的とした運搬は可能）。
- ※ 掘らない・抑えるといった点では、刈り払いやその場での野積みも有効です。

駆除方法の詳細は、
二次元コードからご確認ください。



オオキンケイギク



アレチウリ

6月は「食育月間」です！

「食育」は、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てることです。
6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。この機会に日ごろの食事を振り返ってみましょう。

☎ 健康推進課
☎ 28・7124

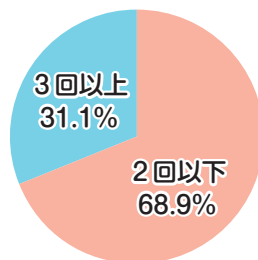
皆さんは1日に野菜を何回食べていますか？

市民を対象に実施した「第四次上田市民健康づくり計画策定のためのアンケート調査」（令和4年度）では、野菜を1日に3回食べる人は約30%で、残りの約70%は2回以下であり、多くの人が野菜の摂取不足が予測される結果となりました。

野菜は体にとって重要な働きをたくさんしています

野菜にはビタミンや食物繊維が豊富に含まれています。これらには、体を守る働きや腸内環境を整える働きなどがあります。

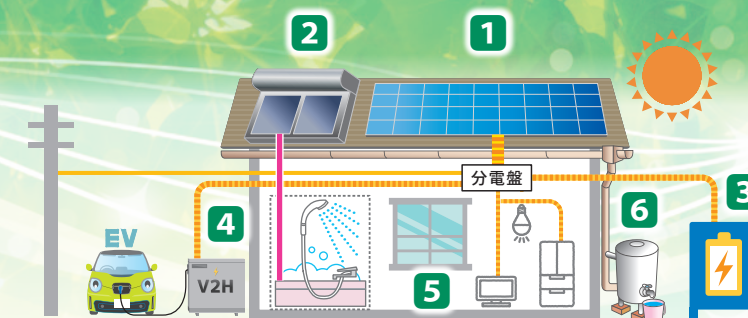
厚生労働省が発表している「健康日本21」では、成人が1日あたりに摂取したい野菜の目標量を350g以上と定めています。1回で食べきるのは難しいため、1日3回に分けて食べることが大切です。



野菜ノート
(市ホームページ)

上田市オリジナルの「野菜ノート」では、簡単な野菜レシピなどをお知らせしています。ぜひご覧ください。

地球温暖化対策 設備の設置を 補助します



1 太陽光発電システム

住宅 事業所

補助額
1 kWあたり 1万3千円
住宅 …… 限度額 7万8千円
事業所 …… 限度額 13万円

3 定置型蓄電システム

住宅 事業所

補助額
設置に要する経費の10分の1以内
(限度額 6万円)

5 開口部断熱設備

住宅

補助額
内窓の設置、外窓・ドア交換、ガラス交換の
それぞれの大きさにより、補助額が異なります。

2 太陽熱利用システム

住宅

補助額
● 自然循環型…設置費用の10分の1以内(限度額 1万5千円)
● 強制循環型…設置費用の10分の1以内(限度額 5万円)

4 電気自動車等充給電設備 (V2Hシステム)

住宅 事業所

補助額
設置に要する経費の10分の1以内
(限度額 6万円)

6 雨水貯留施設

住宅

補助額
● 100～500ℓ未満…購入経費の2分の1以内(限度額 3万円)
● 500ℓ以上…購入経費の2分の1以内(限度額 5万円)

交付対象者 住宅用と事業所用で対象者の要件が異なります。
詳細は市ホームページでご確認いただくか、お問い合わせください。

申請方法 対策設備の着工前に申請書(窓窓口または市ホームページにあり)を、窓窓口へ持参または郵送で提出してください。



冷蔵庫の買換えをお考えの方へ

上田市省エネ家電 買換え支援補助金 受付中

市内に本店を有する
事業所で購入する場合
最大 **3万円**
※ 補助対象経費の
5分の1以内

上記以外の市内の
事業所で購入する場合
最大 **1万円**
※ 補助対象経費の
10分の1以内

古い冷蔵庫から省エネ性能の高い冷蔵庫に買換えた市民の方を対象に、補助金を交付しています。

対象製品 電気冷蔵庫

補助条件
● 令和7年4月1日以降に**市内の事業所で購入した未使用品**であること。
● 平成26年(2014年)以前に製造された冷蔵庫を処分し、**新たに買換える**こと。
※ 新しい冷蔵庫の購入のみの場合は対象外
● 買換えを行う冷蔵庫は、最新(2021年度)の省エネ基準達成率が100%以上のものであること。

補助対象者
● 申請時点で市内に住所を有し、かつ自らが居住する市内の住宅に設置する方。
● 同一世帯内で、本補助金の交付を受けた方がいない方。
● 市税の滞納がない方。

受付期間 ● 令和8年3月2日(月)まで ※ 予算の上限に達し次第、終了
申請方法 ● 申請書(市ホームページにあり)を窓窓口へ持参または郵送で。
その他 ● 買換え前後の冷蔵庫の写真などが必要となります。
詳細は市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。



☎ 環境政策課 ☎ 71・6428 ☎ 386-8601 (住所不要)