

1. 关于家庭防震措施

如果发生大地震，您知道您现在居住的地方最大可能会发生多大的摇晃吗？预计如果栃木市发生直下型地震，市内的许多地区会有6弱至6强级别的摇晃，有些地区可能到达7级的强度。

您有采取防止衣柜和碗柜倒下、柜子里的物品掉出来的措施吗？可能会发生被压在倒塌的家具下、倒塌的家具堵住了出入口、餐具等物品散落一地等危险情况。请在平日里就采取使用防倾倒用品的防震措施吧。

像地震这样的大范围灾害中，受害人数会很多，而且生活基础设施如供水、电力、通讯以及交通网络可能会受到严重破坏。因此在灾害发生到混乱结束期间准备好「应急备用物品」是很重要的。至少准备3天的物资，最好储备1周的物资。

地震时，必须特别注意的是水。在地震灾害中，可能会发生长时间断水。请准备好饮用水，可让人安心。饮用水的参考值是每人每天3升。

此外，除了断水外，下水道破裂也可能导致无法使用厕所。有了排便袋和凝固剂成一套的「便携式厕所」就会非常方便。请大家也备好吧。参考值是每人每日6次的计量。

关于食物储备，只需多储备点平时吃的食物，就已经是很好的储备了。让我们再次对家庭防震措施进行确认吧。

2. 关于垃圾的正确分类

1月在大平町和岩舟町发生了垃圾回收车火灾事故。事故是因不燃垃圾里混入了小型充电式电池和没有开孔的喷雾罐而引发的。

近几年，在栃木垃圾处置中心每年发生100多起起火事件。主要原因被认为是混入了不燃垃圾、小型充电式电池和喷雾罐。

如果发生这样的火灾，会造成垃圾收集车和垃圾处理设施的损害，使之无法处理垃圾。另外，工作人员等也有被卷入大事故的危險。

小型充电式电池请投放在市内的各合作店、或市政府总部、各综合支所、栃木垃圾处置中心的回收箱里。

要把喷雾罐和卡式气罐用完用干净，然后很清楚的开2个孔，并在孔的周围画上圈做记号，并且喷雾罐要跟其他的不燃垃圾分开，单独放入透明可见的塑料袋丢弃。

请大家遵守规则，正确的投放垃圾。

3. 请不要把油脂和垃圾倒入厨房的水槽中冲走！

油脂和垃圾从厨房的水槽进入下水道后，油脂冷却后会凝固，凝固物会粘在下水道管壁上。这凝固物会导致排水不畅、管道堵塞。

同样生活垃圾等从厨房的水槽中冲走也会导致管道堵塞。

为了防止这类事情发生，请注意以下事项。请大家务必配合不要把油脂和垃圾冲入下水道。

- 残留的油脂不要直接冲走，要用市场上出售的凝固剂等把它凝固后再作为可燃垃圾处理。
- 使用后粘在平底锅和餐具上的油脂，要先用厨房用纸等擦拭后再洗。
- 杯面的剩汤等不能直接冲走，要先用厨房用纸等纸张吸取后再做垃圾处理。
- 不要把蔬菜叶等冲走。

除厨房外，洗手间内也请不要将除卫生纸以外的不能被水溶解的纸张或尿片等冲入马桶。

4. 关于栃木の草莓

栃木县的草莓产量已经连续 50 年以上日本第一，被誉为草莓王国。栃木县冬季日照时间长，可以充分利用冬季阳光，在大棚中种植培育出甜美可口的草莓。此外，夜间和白天的温度差很大，这也非常适合种植草莓。

在草莓王国栃木县中，栃木市是仅次于真冈市的第二大产地。市内的大塚町有日本唯一的草莓专业研究机构，栃木县农业试验场「草莓研究所」。这里培育出的具有代表性的草莓品种「栃木乙女」目前已占据了全国草莓种植面积的 30%。

此外，大颗粒的「天空莓」以及近年来越来越多见的「栃木爱果」和白色草莓「牛奶莓」也是「草莓研究所」培育出的品种。从某种意义上来说栃木市是「草莓的故乡」。

草莓含有有抗氧化作用的花青素和维生素 C。据说每日吃 5 颗大颗粒的草莓，就可以获得一天所需的维生素 C 摄入量。

市内也有「岩舟水果园」和「农业之乡」等一些观光农园，游客可以享受采摘草莓的乐趣。

在草莓的季节，让我们尽情享受只有产地才能品味到的新鲜的草莓吧，让我们健健康康，变得更加美丽吧！