



リサイクルQ&A

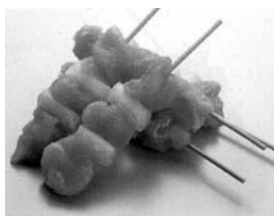
今回は夏場によく出るもののごく一部をご紹介します

②4 割りばし・串 (竹製・木製)

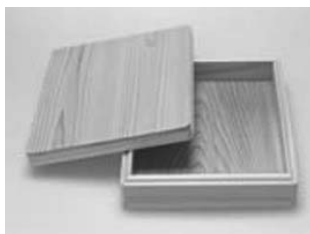
→ 昨年の6月に新たに資源ごみとして追加されました
(分別の手引きP 24を参照)



割りばし



焼き鳥の串



ソウメンなどの木箱



かまぼこの底板



ざる



アイスクリームの棒



アイスクリームのスプーン

間違いやすい物

☆塗りばし…一般ごみ

☆金属製のはし…②3雑金属

☆プラスチック製のスプーン…

②1プラスチック類

②4割りばし・串(竹製・木製)の分別はコンテナに入る大きさの物で、純粋な竹製及び木製の物が対象になります。

《問い合わせ先》大崎町役場 福祉保健課 環境係 TEL76-1111 (内線145)



保健師だより

水分補給を心がけよう

まだまだきびしい残暑が続きそうですが、夏は汗を多くかきますね。脱水状態にならないように、水分補給に気をつけましょう。

高齢になると、のどの渇きに気づきにくくなり、慢性的な脱水傾向になりがちです。のどが渇いていなくても、ときどきはコップ1杯の水を飲むか、お茶を飲む習慣を身につけましょう。

からだの水分が不足すると、からだの各機能に変調をきたし、転倒しやすくなったり脳梗塞の原因になったりします。



動脈硬化症と脱水症状が重なると非常に転倒しやすくなり、心筋梗塞や狭心症・脳梗塞などの危険性が高くなります。

外出するときは、水筒にお茶をいれて持っていくなど、水分補給に気をつけましょう。また晩酌のビールなどは、利尿作用が強いためかえって脱水傾向をきたすことがありますので、アルコールを摂取した後は、いつもより多めに水を飲むようにしましょう。

健康に関する相談は、保健センターへお気軽にどうぞ!! TEL76-1111 (内線146・147)