リサイクルQ&A

今回は年末年始のごみの町回収について

自分の住んでいる収集場ごとに異なりますので
収集場の責任者か役場へおたずねください！

Q：年末年始のごみの町回収は？

A：ごみの町回収は次のとおりです！

☆☆ 一般ごみ ☆☆

☆年末の回収は12月30日㈫の回収地区まで。直接，清掃センターへ持ち込む場合は12月30日㈫の午前中までとなります。
☆年始の回収は1月5日㈪の回収地区から。

清掃センター　TEL75－2328

☆☆ 資源ごみ ☆☆

☆年末の回収は通常どおり。
☆年始の回収で第1木曜地区は『1月1日㈭を⇒1月3日㈯』に変更します。
その他の地区は通常どおり。

☆☆ 生ごみ ☆☆
（生ごみバケツ回収地区）

◎月・水・金の回収地区
☆年末は12月29日㈪の回収地区まで。
☆年始は1月5日㈪の回収地区から。
◎火・木・土の回収地区
☆年末は12月30日㈫の回収地区まで。
☆年始は1月6日㈫の回収地区から。

☆☆ 粗大ごみ ☆☆

☆1月3日㈯の第1土曜地区は回収しません。

☆☆ し尿・汲取り ☆☆

☆年末は12月26日㈮まで。
☆年始は1月5日㈪から。
なお，汲取りの依頼は
大隅衛生企業㈲　TEL74－0338

年末年始はごみ減量に努めましょう！

※草木剪定くずは，12月30日㈫までリサイクルセンターへ持ち込みが出来ますので，役場福祉保健課環境係へお申し込みください。
申込期限：12月26日㈮まで

※最近，一部の資源ごみ収集場から紙類が無断で持ち出されています。紙類の益金は各収集場へ還元される大切な有価資源です。収集場から持ち去る車を見かけたら注意し役場へご連絡ください。

《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　かぜの季節がやってきました！

朝晩、だいぶ冷え込んできましたが、かぜなどひいていませんか？かぜは正式には『かぜ症候群』といって、鼻からのど、気管支にかけての粘膜の炎症によって起きる病気の総称です。その大半がウイルスによって引き起こされます。しかし、誰もが発病するのではなく、体力が弱った人や抵抗力の弱い子ども、高齢者などがかかりやすいといわれています。かぜは『万病の元』といわれながらも軽く見られがちです。しかし、こじらすと不快な症状が続くだけでなく、二次的に気管支炎や肺炎などを起こしてしまうこともあります。かぜの原因となるウイルスの種類は、二百種類にも及ぶといわれていますが、その代表格のインフルエンザは主に冬に流行し、発熱、頭痛、関節の痛みなど症状も重いのが特徴です。
こじらすと怖いかぜ。次のことに気をつけて、かぜ予防に努めましょう。

① マスクをつける
咳（せき）一回で約十万個、くしゃみ一回で約二百万個のウイルスが、また、咳では二メートル、くしゃみでは三メートル先まで放出されます。マスクをすることで、咳やくしゃみでばらまかれるウイルスの範囲を狭くする効果があります。

② 保温
寒いところでは、鼻・のど・気管などの血管が収縮して繊毛（せんもう）の動きが鈍くなります。繊毛はウイルスや細菌の侵入をできるだけ少なくする働きをしますので、繊毛の働きが悪くなるとウイルスが侵入しやすくなります。保温に努めましょう。

③ 加湿
かぜのウイルスの中でも、冬に流行するインフルエンザウイルスなどは湿度にきわめて弱い性質がありますので、部屋の湿度をあげることはインフルエンザの予防に非常に効果的です。加湿や洗濯物を室内に干すなど湿度を上げるようにしてみましょう。

④ 手洗い・うがい
ウイルスは手や顔、気道の粘膜、衣服などにも付着します。帰宅後は石けんで手を洗い、うがいをしましょう。

⑤ 予防接種
インフルエンザを予防するには予防接種が大変有効といわれています。流行の時期が一月～三月であることを考えると、早めの接種をお勧めします。なお、効果の持続は約五か月間といわれています。

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）