状況により、施設が休館したり、事業などが変更・延期、または中止になる場合があります。最新情報は市公式サイト・各施設のウェブサイトなどで確認してください。

2月は「燃やせるごみ分別強化月間」

2・5・9月は羽村市の「燃やせるごみ分別強化月間」。資源化できるものは、燃やせるごみに入れずに、資源として分別しましょう。

分別のポイント

◆生ごみ…しっかり水切りを行う。
◆ダイレクトメールや学校などのプリント類…「雑紙」
◆プラマークがついているもの…汚れをとってから「容器包装プラスチック」
◆シーツや毛布、服…ひもで束ねて「古着・古繊維」
※濡れてしまうと資源になりません。雨の日や雨の降りそうな日は、次の収集日に出してください。
◆ペットボトル…キャップとラベルを取り外し、本体は「ペットボトル」、キャップとラベルは「容器包装プラスチック」

食品ロス※を減らそう！

冷蔵庫の中などで眠っている食材はありませんか。食品ロスを減らし、ごみの減量に取り組みましょう。

☆ポイント

買い物のレシートを冷蔵庫などに貼り、使用したら線を引いて消すと、残っている食材が把握できます。また、消費期限の近い食材を冷蔵庫の手前に入れるようにしましょう。

※食品ロス…本来食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。

生ごみの堆肥化に挑戦しよう

生ごみを堆肥化することで、燃やせるごみの減量につながります。できた堆肥は、野菜や花の栽培に使うことができます。

毎年「生ごみ堆肥化講習会」を開催しています。ぜひ参加してください。

問合せ　生活環境課㊥204

動物を飼うときはルールを守ろう

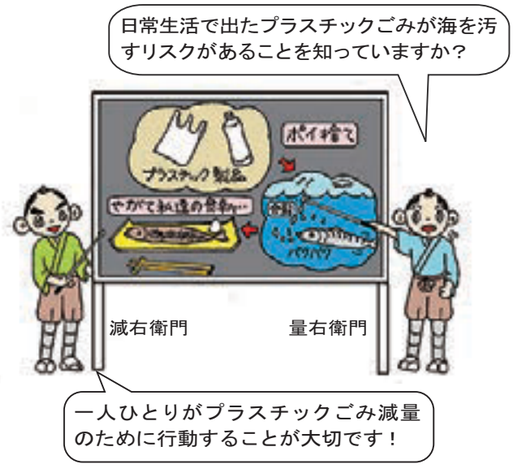
動物を飼うとき、飼い主には、動物が健康で快適に暮らせるようにするとともに、動物の命が終わるまで適切に飼うこと、また、社会や近隣に迷惑をかけないようにする責任があります。人と動物の共生する社会の実現には、飼い主のモラルとマナーが重要です。

こんなことに注意！

①動物の習性などを正しく理解して飼いましょう。
②排泄物による悪臭や毛の飛散などで近隣の環境を悪化させたり、公共の場所を汚さないようにしましょう。
③災害に備えて、動物用の水や餌などを備蓄しておきましょう。
④散歩や公園で遊ぶときも必ずリードでつなぎましょう。
⑤散歩のときは水を携帯し、外でふんやおしっこをしたときは、洗い流しましょう。
⑥ふんは必ず家まで持ち帰り、適切に処理しましょう。

問合せ　環境保全課㊥225

たま川兄弟 減右衛門と量右衛門のこれ知ってる？ <プラスチックごみを減量しよう！の巻>



プラスチックごみ減量のポイント

□レジ袋やペットボトルのかわりにマイバック、マイボトルを使う。
□資源として生かせるように、ごみは正しく分別して出す。ポイ捨ては絶対にしない。
□再生品や環境にやさしい商品の購入を心がける。

問合せ　生活環境課㊥204

健康

忘れていませんか お子さんの予防接種

定期予防接種は、早めに受けてください。接種期間を過ぎると無料で接種することができなくなります。

予防接種の種類と対象

【ロタ】生後6週～24週または32週
【B型肝炎】1歳の誕生日の前日まで
【ヒブ】2か月～5歳の誕生日の前日
【小児用肺炎球菌】2か月～5歳の誕生日の前日
【四種混合】3か月～7歳6か月の前日
【不活化ポリオ】3か月～7歳6か月の前日
【BCG】1歳の誕生日の前日（標準的な接種期間は5～7か月）まで
【水ぼうそう】1歳の誕生日の前日～3歳の誕生日の前日
【麻しん・風しん】第1期…1歳の誕生日の前日～2歳の誕生日の前日／第2期…5歳～6歳で小学校入学前の1年間（平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれ）
【日本脳炎】第1期…3歳～7歳6か月の前日／第2期…9歳～13歳の誕生日の前日
【二種混合】11歳の誕生日の前日～13歳の誕生日の前日
【子宮頸がん】小学校6年生相当～高校1年生相当の女子（標準的な接種期間は中学1年生相当）

※麻しん・風しんの第2期の接種期間は、3月31日㈬までです。
※日本脳炎予防接種について
平成13年2月1日～平成19年4月1日生まれの方は、20歳の誕生日の前日まで無料で接種することができます。平成20年2月1日～平成21年10月1日生まれの方は、第1・2期ともに9歳～13歳の誕生日の前日まで無料で接種することができます。
※子宮頸がん予防接種は、積極的にはお勧めしていません。
※接種前に、市内医療機関への予約が必要です。3月は予約が集中します。早めに予約して接種してください。
※予診票をなくした方、転入した方は、母子健康手帳を持参して保健センター（子育て相談課母子保健・相談係）へお越しください。

問合せ　子育て相談課母子保健・相談係（保健センター内）㊥695

新型コロナウイルス感染症に負けない！ 健康管理術

問合せ　健康課（保健センター内）㊥625

新型コロナ予防には、歯の健康も大切です！

コロナ禍で、体の調子について細心の注意を払っている方は多いと思います。では「歯の健康」はどうでしょうか。歯の健康と、新型コロナウイルス感染症などの病気には、大きな関係があることをご存じでしたか。

★口腔内が不衛生だと全身に影響が！

歯周病になると、細菌や毒性物質が血管から全身に拡散します。このような状態の時に新型コロナウイルスに感染すると、免疫が暴走し、重症化の危険性が高まります。

また、唾液1㎖の中には1億個の細菌が含まれているので、口腔内を不潔にしていると、唾液を誤嚥したときに「誤嚥性肺炎」になるなど、新型コロナウイルス感染症以外の病気にかかってしまうこともあります。

（参考：「日本歯科医師会ホームページ」）

★日ごろからお口の中を清潔に！

歯の健康を維持するためには、まず口腔内を清潔に保つことが重要です。自宅でできるケアとして、①歯周病予防に適した歯ブラシを使用し、歯磨きの時に歯と歯茎の境目を重点的に磨くこと、②歯ブラシのほかにデンタルフロスや歯間ブラシを使って、歯の間をきれいにすることなどがあげられます。

また、定期的に歯科健診を受診することを習慣化しましょう。

※保健センターでは、保健師・管理栄養士による体調や食事、こころの相談に応じています。気軽に相談してください。

☆羽村市健康増進計画「健康はむら21」では、「歯の健康を保つ」ことを目標に掲げています。

特に記載がない場合の受付時間は、土・日曜日、祝日、年末年始を除く午前8時30分～午後5時です。申込みの記載がない場合は直接会場へ。費用の記載がない場合は無料です。