



可燃ごみの収集曜日を変更

4月4日(月)から、可燃ごみの収集曜日が、一部の地域で変更になります。お住まいの地区を確認していただき、収集日の朝8時半までに、ごみを出してください。

収集日が祝日の場合でも、通常通り収集します。

- 【月・木曜日コース】大井町・長島町・東野・武並町・笠置町・中野方町・飯地町
【火・金曜日コース】三郷町・岩村町・山岡町・明智町・串原・上矢作町

来年度の集団資源回収の団体登録

PTAや子ども会などの団体が行う古紙や古布などの資源回収には、回収量に応じた奨励金を交付しています。この制度を利用するためには、年度ごとに団体登録が必要です。

とに団体登録が必要です。来年度、資源回収事業を予定している団体は、環境課から各振興事務所で登録手続きを行ってください。
本年度に資源回収を実施した団体で、実績報告書が未提出の場合は、奨励金の支払いができません。事業実施後は、速やかに報告書の提出をお願いします。
補助額 古紙や古布の回収量1kg当たり5円
ステーションに事業系ごみは出せません
事業系ごみ(事業系一般廃棄物)とは、事業活動に伴って小売店や喫茶店などの店舗や会社、工場、事務所などから発生する産業廃棄物以外のごみのことです。
事業系ごみは、地域のごみステーションに出すことはできません。事業者が自ら、エコーセンター恵那か恵南クリンセンターあおぞらへ、持ち込んでいただくか、市の許可業者へ収集を依頼してください。

4月の不燃・資源ごみ収集日【4月は廃蛍光管も収集】

Table with 3 columns: 町名, 地区, 収集日. Lists collection dates for various districts including 大井町, 長島町, 武並町, 東野, 三郷町, 笠置町, 中野方町, 飯地町, 岩村町, 山岡町, 明智町, 串原, 上矢作町.

【4月の食用廃油(使用済みてんぷら油)の回収】

□とき 4月9日(出)~11日(月)
□注意 収集するものは食用廃油に限ります。廃油を入れたペットボトルなどの容器は、必ず持ち帰ってください。



【4月の日曜リサイクル広場】

□とき 4月17日(日)午前9時~11時(雨天中止)
□ところ 恵那総合庁舎駐車場
□回収品目 紙類、古着、飲料缶、瓶類、ペットボトル、プラスチック類、発泡トレー、食用廃油、バッテリー

医療トピックス

病院管理課

TEL43-1265

かかりつけ医で受診を

「かかりつけ医」とは、日ごろから、病気の診察をする他に、普段の健康管理から福祉サービスの提供まで、どんなことでも気軽に相談できる身近な医師です。

持病がある方も元気な方も、体に不調を感じたときは、まず、近くの診療所や医院などで受診しましょう。

かかりつけ医が診察し、より精密な検査や入院による治療が必要だと判断した場合、専門の病院を紹介します。病院で検査や治療を受け、病状が安定したら、かかりつけ医が診察を行います。

病院とかかりつけ医が、連携して治療を行うことで、より効果的で効率の良い治療が受けられます。

髄膜炎のお話

髄膜炎は、無菌性髄膜炎と細菌性髄膜炎に分かれます。無菌性の髄膜炎は、ウイルス性で、比較的年長の乳幼児に多く発症します。細菌性の髄



膜炎は、インフルエンザ菌b型のヒブや、肺炎球菌などの細菌が、脳や脊髄を包む髄膜の奥まで入り込み、1歳未満の乳幼児に多く発症します。いずれも、比較的年長の乳幼児の場合は、発熱や頭痛、嘔吐の3つが主な特徴として現れることが多いです。年齢が低いほど症状が現れず、乳児などは、特別な症状が出ないまま進行します。急な発熱や機嫌が悪い、ぐったりしている、吐く、食べない、飲まないなどの症状が現れたら、何かおかしいと感じたりしたときは、すぐに医療機関で受診しましょう。
髄膜炎は、進行するとけいれんや意識障害が起きます。ときには、命に関わったり、重い後遺症が残ったりすることもあります。早期発見がとても重要です。

山岡健康増進センター

TEL56-14066

リラクゼーションヨガ教室

□とき 3月31日(木)午後7時半~8時半
□定員 20人
□講師 鶴飼千代さん
□料金 500円
ピラティス教室
□とき 4月1日~5月27日(毎週金曜日) 午後7時~7時50分(全9回)
□定員 25人
□持ち物 靴
□講師 笹木美穂さん
□料金 4500円
筋トレを暮らしの中に
□とき 4月1日~5月27日(4月29日を除く毎週金曜日) 午後1時半~2時(全8回)
□定員 15人
□持ち物 靴
□講師 施設職員
□料金 無料
アクアビクス教室
□とき ①4月1日~5月27日(毎週金曜日) 午後8時~8時40分(全9回) ②4月6日~5月25日(5月4日を除く毎週水曜日) 午後7時50分~8時40分(全7回)
□定員 20人

リハビリヨガ教室

□持ち物 水着、スイミングキャップ
□講師 ①河村友美さん ②笹木美穂さん
□料金 ①4500円 ②3500円

水中運動教室(夜)

□とき 4月7日、21日、5月12日、26日(木曜日) 午後7時40分~8時10分(全4回)
□定員 20人
□持ち物 水着、スイミングキャップ
□講師 施設職員
□料金 無料
マタニティヨガ教室
□とき 4月7日(木)午前10時半~11時半
□定員 15人
□講師 鶴飼千代さん
□料金 500円

全教室共通

□申込期間 3月24日(木)~31日(木)(電話での申し込み可能。定員になり次第締め切り)
※申し込み後の開催通知はしませんのでご了承ください
□施設利用料 一般300円/回、小中学生150円/回



▲水の抵抗を利用し体を大きく動かす水中運動