

年末年始のごみ処理

●ごみの収集

年末は、30日(火)まで通常通り収集を行います。年始は、1月5日(月)の月・木コースから収集します。

●ごみの受け入れ

年内のごみ処理施設への直接搬入は、30日(火)の正午まで受け付けます。

年末のごみ処理施設は大変混雑しますので、直接搬入を予定している方は、お早めにご相談ください。

特に家電4品目(テレビ・エアコン・冷蔵庫・洗濯機)は、手続きに大変時間がかかりますので、年末の搬入は避けていただくか、市の許可業者または家電製品販売店にご相談いただくよう、お願いいたします。

ます(家電4品目の処理手続き方法は、ごみ百科事典23頁をご参照ください)。

八日市による収集日の変更

八日市による交通規制のため、岩村町の一部地域で、可燃ごみの収集日を次の通り変更します。

対象地域(岩村町) 本町、柳町、西町、新町、朝日町 変更内容 1月8日(木)の可燃ごみ収集を1月9日(金)に変更します。

エコセンター恵那へ直接持ち込まれる方

最近、エコセンター恵那へ直接搬入されるごみの中に、不適切なごみが含まれることが多くなりました。

平成21年2月から、エコセンター恵那へ直接搬入の際には、ごみ排出者の所在をはっきりさせるため、施設の受付窓口で搬入届出書に記入していただくこととなりますので、ご協力願います。

医療トピックス

病院管理課

TEL57-0121

冬場は

「ヒートショック」

【注意！】

「ヒートショック」とは、急激な温度変化が体に及ぼす影響のことです。

これは、室温の変化によって血圧が急激に変化するために起こります。

例えば、冬場に暖房の効いた部屋から寒い廊下へ出たときに、思わず体がブルブルとしますね。これを「ヒートショック」といいます。

このとき、心臓には思った以上に負担がかかっているのです。特に高齢者や高血圧などの持病がある人は、心筋梗塞や脳血管障害などにつながる可能性もあり、危険なことなのです。

家の中でヒートショックを起こしやすいのがトイレ・洗面・浴室です。真冬など、暖房をしている部屋と暖房をしていないトイレや浴室との温度差は、10度を超えるといわ

れています。

特に入浴時は、居室(暖)脱衣室(寒)浴室(寒)湯(暖)と、温度変化の差

が大きいため、血圧が急激に上がったりがつたりと身体に負担をかけることになり、ヒートショックが起こりやすくなるのです。

ヒートショックの予防には、温度差を大きくしないことが大切です。トイレや浴室を暖めるか防寒する、居室を暖めすぎないなど心掛けましょう。

インフルエンザの季節です

市内でも、インフルエンザが流行し始めました。

現在は、A型にかかる方が多いようです。うがい・手洗いを徹底し、インフルエンザにかからないよう予防を心掛けましょう。

なお予防接種をご希望の方は、接種可能な期間をご確認の上、お早めに医療機関へお越しください。

1月の不燃・資源ごみ収集日【1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 like 大井町, 岩村町, 山岡町, etc.

【1月の食用廃油(使用済みてんぷら油)の回収】

とき 1月10日(土)~12日(月) 注意 収集するものは食用廃油に限ります。



【1月の日曜リサイクル広場】

とき 1月18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

図書館コーナー紹介

「子どもインフォメーションコーナー」

市中央図書館では、妊娠・出産・子育ての情報をお求めの方、幼稚園・保育園・学校の先生など、子どもの成長に関する専門的なことを調べたい方などを対象として、子どもインフォメーションコーナーを設けています。

「地区公民館での返却」

図書館では、市内地区公民館と連携して、図書館で借りた本を最寄りの公民館で返すことができます。

年末年始の休館

12月29日(月) 1月5日(月) 12月28日(日)は午後5時閉館

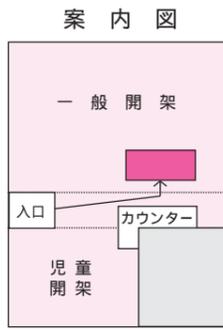
1月の休館日 calendar table showing dates from 1st to 31st.

13日(火)、14日(水)は祝日振替休館。5日(月)、29日(木)は図書整理のため休館

市中央図書館 TEL25-5120

は、各公民館の開館時間に限らせていただきます。返却可能な公民館(東野・三郷・武並・笠置・中野方・飯地・岩村・山岡・明智・串原・上矢作)

このコーナーには、子どもの本のガイドや、学校教育、保育・幼児教育、家庭教育、子どもの成長・発達、妊娠・出産、育児・子育て、食育や子どもの料理、名付けなど、さまざまな子どもに関する本(約4千冊)が1カ所に集めてあります。ぜひ、ご利用ください。



新しく入った本ピックアップ

- List of new books including '小説・随筆' (Fiction/Essays) and '絵本・児童書' (Picture books/Children's books) with authors and titles.