

令和7年度



令和7年4月～令和8年3月

幸手市

健康・環境 カレンダー

「混ぜればごみ
分ければ資源」
を合言葉に!



外国語版ごみの出し方・分け方

English

Português

中文



中5丁目

北1・2丁目、西1・2丁目

大字幸手(長倉・浪寄)

千塚、円藤内、松石

高須賀、外国府間

内国府間

2

主な内容

保健・予防

妊娠・出産・育児を切れ目なくサポート	14・15ページ
予防接種	16・17ページ
市内医療機関一覧	18・19ページ
各種検診	20・21ページ
成人の健康	22ページ
出前講座	22ページ
こころの健康相談	22ページ

環境

燃やせるごみの出し方	23ページ	家庭から出る枝木等の処理方法について	
燃やせないごみの出し方・有害ごみの出し方	24ページ	一時多量ごみの搬入	31ページ
危険ごみの出し方・粗大ごみの出し方	25ページ	市で処理できないもの・事業ごみについて	32ページ
その他プラの出し方(プラスチック製の容器包装)	26ページ	テレビ・エアコン・洗濯機・衣類乾燥機・冷蔵庫・冷凍庫の処分方法	33ページ
かん・びん・ペットボトルの出し方	27ページ	パソコンの処分方法	34ページ
紙の出し方・布の出し方	28ページ	使用済小型家電製品のリサイクル	35ページ
資源物の持去り防止対策について・普段から、街をきれいにしましょう!	29ページ	環境掲示板	36ページ
持去り禁止チラシ(切り取ってご利用ください)	30ページ	ごみ分別一覧表	37・38・39ページ
		粗大ごみ収集日程表	40ページ

4月 2025 APRIL



2

★：もやせるごみ □：もやせないごみ・ゆうがいごみ・きけんごみ
△：かん・びん・ペットボトル ●：かみ・ぬの ◎：そのたプラ

環境課：☎0480-48-0331
施設の場所は表紙をご覧ください。

日	SUN	月	MON	火	TUE	水	WED	木	THU	金	FRI	土	SAT
				1 △ かん・びん ペットボトル	赤口	2 ◎ その他プラ	先勝	3	友引	4 ★ 燃やせるごみ	先負	5	仏滅
6	大安	7 ★ 燃やせるごみ	赤口	8 ● 紙・布	先勝	9 ◎ その他プラ	友引	10 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	先負	11 ★ 燃やせるごみ	仏滅	12	大安
13	赤口	14 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	先勝	15 △ かん・びん ペットボトル	友引	16 ◎ その他プラ	先負	17	仏滅	18 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	大安	19	赤口
20	先勝	21 ★ 燃やせるごみ	友引	22 ● 紙・布	先負	23 ◎ その他プラ	仏滅	24 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	大安	25 ★ 燃やせるごみ	赤口	26	先勝
27	友引	28 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	仏滅	29 ◎ その他プラ	大安 昭和の日	30 ◎ その他プラ	赤口	※法律などの改正により祝日、休日 変更になる場合があります。					

燃やせるごみ
・生ごみ ・くつ
・バッグ ・皮製品
・落葉、草・ビニール
・枝(直径5cm・長さ50
cm以内※これより大
きいときは、切って
ください。)など
※指定ごみ袋で出す。

燃やせないごみ
・金属類
・プラスチック類
・ガラス類
・一辺50cm未満の電化
製品など
※透明か半透明の袋で出す。

粗大ごみ
一辺50cm以上のもの
・家具類
・ふとんなど
※そのまま出す。
※無料収集だが、収集
できないものもある。
※収集日は裏表紙。

資源物
・かん
△◎マークのもの
飲料用、食料用
※つぶさないで出す。
・びん
飲料用、食料用
※コンテナに寝かす。
・ペットボトル
△◎マークのもの
※ふたとラベルを取っ
て、つぶしてからネッ
ト袋に入れる。
・紙
新聞紙、雑誌・雑がみ、
段ボール、紙パック
※しばって出す。
・布
服、毛布、タオル、
シーツ、カーテンなど
※透明か半透明の袋で出す。
・その他プラ
◎マークの容器や包
装類
※透明か半透明の袋で出す。

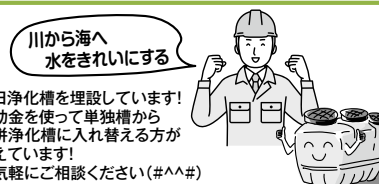
【広告】 浄化槽保守点検

点検は地元に任せて安心!
(株) アクアケア 幸手市大字戸島561-1
☎0480-53-7787

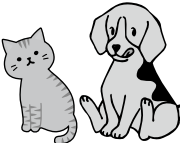


【広告】 浄化槽工事・管工事業登録店

タニ建設工業
幸手市千塚723 TEL/FAX:0480-42-0555
担当 070-9112-0894 (須藤)



詳しいごみの出し方は、23 ページ以降をご覧ください。

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
動物は責任をもって飼いましょう 散歩中の排泄物の処理・無駄吠えしないしつけ・放し飼いをしないなど周辺に迷惑をかけないよう、責任をもって飼いましょう。猫は室内飼いをしましょう。 				1 先勝	2 友引 ★ 燃やせるごみ	3 先負 憲法記念日
4 仏滅 みどりの日	5 大安 ★ こどもの日 燃やせるごみ	6 赤口 △ 振替休日 かん・びん ペットボトル	7 先勝 ◎ その他プラ	8 友引 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	9 先負 ★ 燃やせるごみ	10 仏滅
11 大安	12 赤口 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	13 先勝 ● 紙・布	14 友引 ◎ その他プラ	15 先負	16 仏滅 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	17 大安
18 赤口	19 先勝 ★ 燃やせるごみ	20 友引 △ かん・びん ペットボトル	21 先負 ◎ その他プラ	22 仏滅 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	23 大安 ★ 燃やせるごみ	24 赤口
25 先勝	26 友引 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	27 大安 ● 紙・布	28 赤口 ◎ その他プラ	29 先勝	30 友引 ★ 燃やせるごみ	31 先負

めざせ!
健康長寿



『暑い日は、涼しい環境、こまめな飲水、日差しを避けて、計画的な熱中症予防を』

予防① 熱中症警戒アラートを確認：テレビ、ラジオ、メール配信
 予防② 暑さを避ける：日傘、帽子、涼しい服装、日陰など涼しい場所
 予防③ こまめに水分補給：目安は1時間ごとに「ツブ1杯」
 予防④ 涼しい環境をつくる：扇風機やエアコンを活用（エアコン点検忘れず！）
 予防⑤ 周りの人にも気配り：暑くなる日は、家族・友人・近所の仲間へ声をかけを
 予防⑥ 「おかしいな!」と思ったら早目に受診：受診に迷ったら「#7119」に電話



熱中症
関連情報

広告



☆幸手市シルバー人材センター☆
新会員 歓迎!

幸手市在住で60歳以上の健康で働く意欲のある方!
電話 44-0774 E-mail:satteshi@sjc.ne.jp



浄化槽の適正な維持管理できれいな川を守りましょう!
単独処理浄化槽は合併処理浄化槽へ転換を。

詳しいごみの出し方は、23 ページ以降をご覧ください。



★：もやせるごみ □：もやせないごみ・ゆうがいごみ・きけんごみ
△：かん・びん・ペットボトル ●：かみ・ぬの ◎：そのたプラ

健康増進課 ☎0480-42-8421
施設の場所は表紙をご覧ください。

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
1 仏滅	2 大安 燃やせるごみ ★ 乳幼児健康相談	3 赤口 かん・びん △ ペットボトル	4 先勝 その他プラ ◎	5 友引	6 先負 燃やせるごみ ★	7 仏滅
8 大安	9 赤口 燃やせるごみ ★	10 先勝 紙・布 ●	11 友引 その他プラ ◎	12 先負 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ □	13 仏滅 燃やせるごみ ★	14 大安
15 赤口	16 先勝 燃やせるごみ ★	17 友引 かん・びん △ ペットボトル	18 先負 その他プラ ◎	19 仏滅	20 大安 燃やせるごみ ★	21 赤口
22 先勝	23 友引 燃やせるごみ ★ 乳幼児健康相談	24 先負 紙・布 ●	25 赤口 その他プラ ◎	26 先勝 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ □	27 友引 燃やせるごみ ★ 成人健康相談・食生活相談	28 先負
29 仏滅	30 大安 燃やせるごみ ★	外来種のカミキリムシを見つけたら 外来種のカミキリムシが県内の複数の地域で発見され、被害の拡大が懸念されます。見つけ次第、市販の殺虫剤等を用いて捕殺してください。【クビアカツヤカミキリ】成虫の期間／6月～8月 桜などバラ科の樹木を好んで産卵し幼虫の食害により枯死させます。【ツヤハダゴマダラカミキリ】成虫の期間／5月～10月 アキニレやカツラの樹木を好んで産卵し幼虫の食害により枯死させます。				

めざせ！
健康長寿



コバトンALK00
マイレージ

歩きたくなる！楽しい機能がいろいろ！！
スマートフォンアプリを使用してウォーキングによる健康づくりをすすめる「コバトンALK00マイレージ」を実施しています。歩数に応じたポイントにより、デジタルギフトが抽選で当たります。
コバトンALK00マイレージに関するお問い合わせ ☎0570-015566
月～金 午前9時～午後5時（土日・祝日・年末年始を除く）



クビアカツヤカミキリ ツヤハダゴマダラカミキリ

全身の健康は、歯の健康から

口の中の細菌が増えると誤嚥性肺炎のリスクが高まったり、血糖値が下がりにくくなることで糖尿病が発症・進行しやすくなります。予防するためには…

- ・定期的に歯科医院を受診し、歯周病やむし歯の早期発見・早期治療をしよう
- ・ブラッシング指導を受けて、自分に合った歯磨き習慣を身につけよう

【広告】



建物解体 物置・カーポート等撤去
立木伐採 草刈り 不用品処分 ご相談下さい。

日本環境管理(株)

TEL 0480-47-2260

今すぐ
ダウンロード！
（無料）
コバトンALK00
マイレージ
公式サイト



詳しいごみの出し方は、23 ページ以降をご覧ください。

★: Bural garbage □: Unburn garbage
 △: Bottles,Cans,PETbottle ●: Paper,Fabric
 ◎: Plastic containers

環境課 ☎0480-48-0331
 施設の場所は表紙をご覧ください。

日	SUN	月	MON	火	TUE	水	WED	木	THU	金	FRI	土	SAT
				1 △ かん・びん ペットボトル	赤口	2 ◎ その他プラ	先勝	3	友引	4 ★ 燃やせるごみ	先負	5	仏滅
6	大安	7 ★ 燃やせるごみ	赤口	8 ● 紙・布	先勝	9 ◎ その他プラ	友引	10 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	先負	11 ★ 燃やせるごみ	仏滅	12	大安
13	赤口	14 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	先勝	15 △ かん・びん ペットボトル	友引	16 ◎ その他プラ	先負	17	仏滅	18 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	大安	19	赤口
20	先勝	21 ★ 燃やせるごみ	友引 海の日	22 ● 紙・布	先負	23 ◎ その他プラ	仏滅	24 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	大安	25 ★ 燃やせるごみ	赤口	26	先勝
27	友引	28 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	先負	29	仏滅	30 ◎ その他プラ	大安	31	赤口				



その他プラに
混ぜないで！

その他プラへの電子機器の混入が多くなっています。
 電子機器に含まれる乾電池やリチウムイオン
 電池等の混入は爆発や火災の原因となります。
 電子機器は電池を抜いて「燃やせないごみ」で出してください。



広告

産業廃棄物収集運搬
 排水管路高圧洗浄

有限会社 遠藤商事



浄化槽の点検・清掃
 排水管のつまり直しなど
 困った時は、お電話下さい。

杉戸町高野台東 1-1-5
 TEL 0480-31-0882



本社／草加市 越谷支店・杉戸支店

2歳のお子さんへ世界にひとつだけの絵本をプレゼント!

「2歳児子育てハッピー教室」では、お子さんの名前やご両親からのメッセージを
 載せた、世界にひとつだけの絵本をプレゼントしています。
 また、絵本の読み聞かせ、ふれあい遊びを通して、2歳児の発達について保健師が
 お話します。詳しくは、健康増進課までお問い合わせください。



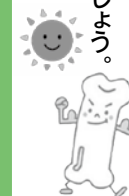
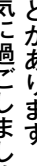
詳しいごみの出し方は、23 ページ以降をご覧ください。

**めざせ！
健康長寿**

骨折しやすくなる骨粗しょう症になると、介護や寝たきりに繋がる可能性があります。骨粗しょう症予防の3箇条を実践して、いつまでも健康な骨を保ち元気に過ごしましょう。

骨粗しょう症予防の3箇条

- ① バランスのよい食事を基本に、カルシウム・ビタミンD・Kをしっかり摂りましょう。
- ② 1日30分間ウォーキングを行いましょう。
- ③ 夏は木陰で30分程度、冬は30分〜1時間程度の日光浴をしましょう。





★: Bural garbage □: Unburn garbage
△: Bottles,Cans,PETbottle ●: Paper,Fabric
◎: Plastic containers

環境課：☎0480-48-0331
施設の場所は表紙をご覧ください。

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
	1 ★ 燃やせるごみ 仏滅	2 △ かん・びん ペットボトル 大安	3 ◎ その他プラ 赤口	4 先勝	5 ★ 燃やせるごみ 友引	6 先負
7 仏滅	8 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談 大安	9 ● 紙・布 赤口	10 ◎ その他プラ 先勝	11 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ 友引	12 ★ 燃やせるごみ 先負	13 仏滅
14 大安	15 ★ 燃やせるごみ 敬老の日 赤口	16 △ かん・びん ペットボトル 先勝	17 ◎ その他プラ 友引	18 先負	19 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談 仏滅	20 大安
21 赤口	22 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談 友引	23 ● 紙・布 先負 秋分の日	24 ◎ その他プラ 仏滅	25 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ 大安	26 ★ 燃やせるごみ 赤口	27 先勝
28 友引	29 ★ 燃やせるごみ 先負	30 仏滅	悪質商法・多重債務など消費生活に関する相談を受け付けています。 幸手市消費生活センター TEL 0480-43-1111 内線192 相談日 毎週月～金曜日(祝日等を除く) 10:00～12:00/13:00～15:30 場所 幸手市役所 第二庁舎1階くらし防災課内			



たばこのマナーを
守りましょう

喫煙マナーの向上にご協力をお願いします
■歩きタバコはやめましょう。
■たばこのポイ捨てはやめましょう。
■たばこを吸わない人への配慮をお願いします。

野焼きは禁止です



適法な焼却施設以外で廃棄物(ごみ)を燃やすことを「野焼き」と言い、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で原則として禁止されています。※農家等を営むためにやむを得ないものとして行われるものは例外的に認められています。

たばこにさようなら! お別れの3か条～禁煙したいあなたへ～

- ①禁煙する日を決める/仕事にゆとりがあるとき、家族や自分の記念日がおすすです。
 - ②禁煙宣言をして環境を整えよう/辛い時に励ましてもらうことで、継続できます。灰皿やたばこを潔く処分しましょう。
 - ③たばこを吸いたくなった時/どんな時に吸いたくなるのか振り返り、シャワーを浴びる、深呼吸をするなど対策を考えよう。
- ★1日でも禁煙できたら、自分を褒めてあげましょう

詳しいごみの出し方は、23 ページ以降をご覧ください。

★：もやせるごみ □：もやせないごみ・ゆうがいごみ・きけんごみ
△：かん・びん・ペットボトル ●：かみ・ぬの ◎：そのたプラ

環境課：☎0480-48-0331
施設の場所は表紙をご覧ください。

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
秋のがん検診が始まります! 今年度のがん検診はもうお済ですか?(20ページ参照) がん治療の決め手は早期発見・早期治療です。 あなたとあなたの大切な家族のために、どうぞご利用ください。			1 大安 ◎ その他プラ	2 赤口	3 先勝 ★ 燃やせるごみ	4 友引
5 先負	6 仏滅 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	7 大安 △ かん・びん ペットボトル	8 赤口 ◎ その他プラ	9 先勝 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	10 友引 ★ 燃やせるごみ	11 先負
12 仏滅	13 大安 ★ スポーツの日 燃やせるごみ	14 赤口 ● 紙・布 乳幼児健康相談	15 先勝 ◎ その他プラ	16 友引	17 先負 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	18 仏滅
19 大安	20 赤口 ★ 燃やせるごみ	21 先負 △ かん・びん ペットボトル	22 仏滅 ◎ その他プラ	23 大安 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	24 赤口 ★ 燃やせるごみ	25 先勝
26 友引	27 先負 ★ 燃やせるごみ	28 仏滅 ● 紙・布	29 大安 ◎ その他プラ	30 赤口 食品ロス削減の日	31 先勝 ★ 燃やせるごみ	



10月は食品ロス削減月間です!

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。
食品ロス削減の工夫にご協力をお願いします!
■冷蔵庫などを整理し、食品を上手に使い切りましょう!
■必要な分だけを購入し、棚の手前から取るようにしましょう!

10月はピンクリボン月間です!

乳がんの早期発見・早期治療の必要性を広め、乳がんで命をおとす人を減らしていくために、毎年10月は「ピンクリボン月間」とされています。
女性でかかるがんのトップは乳がんです。一方で、早期発見・早期治療により治癒する可能性が高いがんでもあります。
2年に1回の乳がん検診とブレストアウェアネス(乳房を意識する生活習慣)を心がけましょう。



詳しいごみの出し方は、23ページ以降をご覧ください。



★: Burnal garbage □: Unburn garbage
△: Bottles,Cans,PETbottle ●: Paper,Fabric
◎: Plastic containers

健康増進課 ☎0480-42-8421
施設の場所は表紙をご覧ください。

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
「フードドライブ」ってなに？ 各家庭で使いきれない未使用の食品を集め、集めた食品を必要とされる団体や個人へ寄贈する活動です。食品ロスの削減だけでなく、様々な人たちの支援にもつながります！						1 友引
2 先負	3 仏滅 文化の日 ★ 燃やせるごみ	4 大安 △ かん・びん ペットボトル 乳幼児健康相談	5 赤口 ◎ その他プラ	6 先勝	7 友引 ★ 燃やせるごみ	8 先負
9 仏滅	10 大安 ★ 燃やせるごみ	11 赤口 ● 紙・布	12 先勝 ◎ その他プラ	13 友引 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	14 先負 ★ 燃やせるごみ	15 仏滅
16 大安	17 赤口 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	18 先勝 △ かん・びん ペットボトル	19 友引 ◎ その他プラ	20 仏滅	21 大安 ★ 燃やせるごみ	22 赤口
23 先勝 勤労感謝の日	24 友引 振替休日 ★ 燃やせるごみ	25 先負 ● 紙・布	26 仏滅 ◎ その他プラ	27 大安 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	28 赤口 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	29 先勝
30 友引	幸手市げんきアップメニュー 毎月テーマに合わせて管理栄養士が考えたレシピを、広報さつてなどで紹介しています。日々の健康管理にお役立てください。					



11月は「乳幼児突然死症候群（SIDS）対策強化月間」です。
 それまで元気だった赤ちゃんが、ある日突然睡眠中に亡くなってしまう原因不明の病気です。予防方法は確立していませんが、3つのポイントを守ることによってSIDSの発症率が低くなるというデータがあります。
 ☆1歳までは「あおむけ」に寝かせる ☆できるだけ母乳で ☆乳幼児の周囲の人はたばこをやめる

幸手市公式
クックパッドは
こちらから



市ホームページ
「げんきアップメニュー」は
こちらからこちらから



詳しいごみの出し方は、23 ページ以降をご覧ください。



★：もやせるごみ □：もやせないごみ・ゆうがいごみ・きけんごみ
△：かん・びん・ペットボトル ●：かみ・ぬの ◎：そのたプラ

環境課：☎0480-48-0331
施設の場所は表紙をご覧ください。

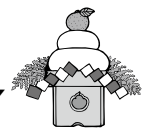
日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
	1 ★ 燃やせるごみ 先負	2 △ かん・びん ペットボトル 仏滅	3 ◎ その他プラ 大安	4 赤口	5 ★ 燃やせるごみ 先勝	6 友引
7 先負	8 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談 仏滅	9 ● 紙・布 大安	10 ◎ その他プラ 赤口	11 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ 先勝	12 ★ 燃やせるごみ 友引	13 先負
14 仏滅	15 ★ 燃やせるごみ 大安	16 △ かん・びん ペットボトル 赤口	17 ◎ その他プラ 先勝	18 友引	19 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談 先負	20 大安
21 赤口	22 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談 先勝	23 ● 紙・布 友引	24 ◎ その他プラ 先負	25 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ 仏滅	26 ★ 燃やせるごみ 大安	27 赤口
28 先勝	29 ★ 燃やせるごみ 友引	30 先負	31 ごみ収集なし 仏滅	こころの健康 最近、気分が沈んだり、イライラしたりしていませんか？こころの健康を保つためには、「ストレス」をよく知り、早めに気付き、うまく付き合うことが大切です。こころの情報サイトでは、こころの病気やストレスをため込まないコツ等を紹介していますのでぜひご覧ください。  こころの情報		

12月31日から1月3日までのごみ収集は行いません。
12月末および1月のごみ収集時間がずれることがありますので、ご注意ください。
年末年始はごみが多量に出ますので、収集車両を増やし、ルートを変更しながら収集します。
必ず収集日の朝8時30分までに出してください。



資源物の店頭回収を
利用してみませんか？

スーパーなどの店頭回収は、回収ボックスを設置して色々な資源物を回収しています。営業時間内であれば、市の回収日以外の日に出すこともでき、一部の店舗ではポイントが付与されることもあります。店頭回収を利用し循環型社会づくりへのご協力をお願いします！



★: Burnal garbage □: Unburn garbage
△: Bottles,Cans,PETbottle ●: Paper,Fabric
◎: Plastic containers

健康増進課: ☎0480-42-8421
施設の場所は表紙をご覧ください。

日	SUN	月	MON	火	TUE	水	WED	木	THU	金	FRI	土	SAT
1月は年末年始の関係で、一部地域において収集日が他の月と異なる場合があります。ご注意ください。								1	大安 元日	2	赤口	3	先勝
4	友引	5	先負	6	仏滅	7	大安	8	赤口	9	先勝	10	友引
		★	燃やせるごみ	△	かん・びん ペットボトル	◎	その他プラ			★	燃やせるごみ		
		乳幼児健康相談											
11	先負	12	仏滅 成人の日	13	大安	14	赤口	15	先勝	16	友引	17	先負
		★	燃やせるごみ	●	紙・布	◎	その他プラ	□	燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	★	燃やせるごみ		
				乳幼児健康相談						成人健康相談・食生活相談			
18	仏滅	19	赤口	20	先勝	21	友引	22	先負	23	仏滅	24	大安
		★	燃やせるごみ	△	かん・びん ペットボトル	◎	その他プラ			★	燃やせるごみ		
25	赤口	26	先勝	27	友引	28	先負	29	仏滅	30	大安	31	赤口
		★	燃やせるごみ	●	紙・布	◎	その他プラ	□	燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	★	燃やせるごみ		

健康メモ



献血に協力しませんか？

輸血で使用する血液は、日々の献血によって支えられています。
献血は16歳から69歳(※)の健康な方が行えます。皆さまのご協力をお待ちしております。
幸手市で実施する献血の日程は、広報さつてやホームページ(QRコード参照)をご確認ください。
※65歳以上は、60〜64歳時に献血経験がある人が対象です。その他にも、様々な基準があります。
詳しくは、健康増進課や日本赤十字社にご確認ください。



愛の献血HP

助産師のおうち

「幸手市で楽しく育児」ができるよう、妊娠・子育て期の、ちょっとした心配や不安を助産師等に相談しながら仲間づくりができる場です。

対象

たまごくらす
びよびよくらす
こっこくらす

妊婦さんとその家族
生後2〜5か月児
生後6・7か月児



広告

— 浄化槽維持管理・浄化槽清掃・給排水工事全般 —



有限会社

あすま商事

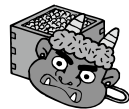
本社/〒344-0014
春日部市豊野町3丁目5-3

TEL 048-738-1511 FAX 048-738-1513



JQA-EM1882

詳しいごみの出し方は、23 ページ以降をご覧ください。



★：もやせるごみ □：もやせないごみ・ゆうがいごみ・きけんごみ
△：かん・びん・ペットボトル ●：かみ・ぬの ◎：そのたプラ

環境課：☎0480-48-0331
施設の場所は表紙をご覧ください。

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
1 先勝	2 友引 ★ 燃やせるごみ	3 先負 △ かん・びん ペットボトル	4 仏滅 ◎ その他プラ	5 大安	6 赤口 ★ 燃やせるごみ	7 先勝
8 友引	9 先負 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	10 仏滅 ● 紙・布	11 大安 建国記念の日 ◎ その他プラ	12 赤口 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	13 先勝 ★ 燃やせるごみ	14 友引
15 先負	16 仏滅 ★ 燃やせるごみ	17 先勝 △ かん・びん ペットボトル	18 友引 ◎ その他プラ	19 先負	20 仏滅 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	21 大安
22 赤口	23 先勝 天皇誕生日 ★ 燃やせるごみ	24 友引 ● 紙・布 乳幼児健康相談	25 先負 ◎ その他プラ	26 仏滅 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	27 大安 ★ 燃やせるごみ	28 赤口



犬の登録と狂犬病予防注射
生後91日を過ぎた犬は、市への登録（未登録の場合）と毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。
詳しくは、環境課（☎48-0331）までお問い合わせください。



ウォーキングdayに参加しませんか？

ぜひ一緒にウォーキングを通して健康づくりにチャレンジしましょう。20歳以上の市民の方でしたらどなたでも参加できます。
たくさんの方のご参加お待ちしております！ 詳しくは、健康増進課(42-8421)にお問い合わせください。



広告

浄化槽・生し尿清掃
幸手衛生社(有)
幸手市北3-3-6

TEL 42-2369
FAX 42-3169

不法投棄は犯罪です！

「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、みだりに廃棄物を不法投棄すると、「5年以下の懲役若しくは1千万円以下の罰金またはその両方（法人に対しては3億円以下の罰金）」に処せられる場合があります。



★: Bural garbage □: Unburn garbage
△: Bottles,Cans,PETbottle ●: Paper,Fabric
◎: Plastic containers

健康増進課 : ☎0480-42-8421
施設の場所は表紙をご覧ください。

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
1 先勝	2 友引 ★ 燃やせるごみ	3 先負 △ かん・びん ペットボトル	4 仏滅 ◎ その他プラ	5 大安	6 赤口 ★ 燃やせるごみ	7 先勝
8 友引	9 先負 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	10 仏滅 ● 紙・布	11 大安 ◎ その他プラ	12 赤口 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	13 先勝 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	14 友引
15 先負	16 仏滅 ★ 燃やせるごみ	17 大安 △ かん・びん ペットボトル	18 赤口 ◎ その他プラ	19 友引	20 先負 春分の日 ★ 燃やせるごみ	21 仏滅
22 大安	23 赤口 ★ 燃やせるごみ 乳幼児健康相談	24 先勝 ● 紙・布	25 友引 ◎ その他プラ	26 先負 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	27 仏滅 ★ 燃やせるごみ	28 大安
29 赤口	30 先勝 ★ 燃やせるごみ	31 友引	定期予防接種はお済みですか？ 予防接種は病気を予防するだけでなく、病気の蔓延を防ぐこともできます。 公費で接種可能ですが、対象年齢を過ぎてしまうと実費になってしまいます。 16・17ページの公費で受けられる年齢と母子健康手帳で接種記録をご確認ください。			



3月は
「自殺対策
強化月間」です。

自殺は、精神保健上の問題だけでなく、過労や育児介護疲れなど誰にでも起こり得る問題が理由となることが多いです。
周りのちょっとした違いに気づいたら、声を掛けてあげてください。
★ひとりで悩まないで！心の相談等を22ページで紹介しています。



あなたもゲートキーパー

広告



☆幸手市シルバー人材センター☆

新会員 歓迎！

幸手市在住で60歳以上の健康で働く意欲のある方！
電話 44-0774 E-mail:satteshi@sjc.ne.jp



詳しいごみの出し方は、23 ページ以降をご覧ください。