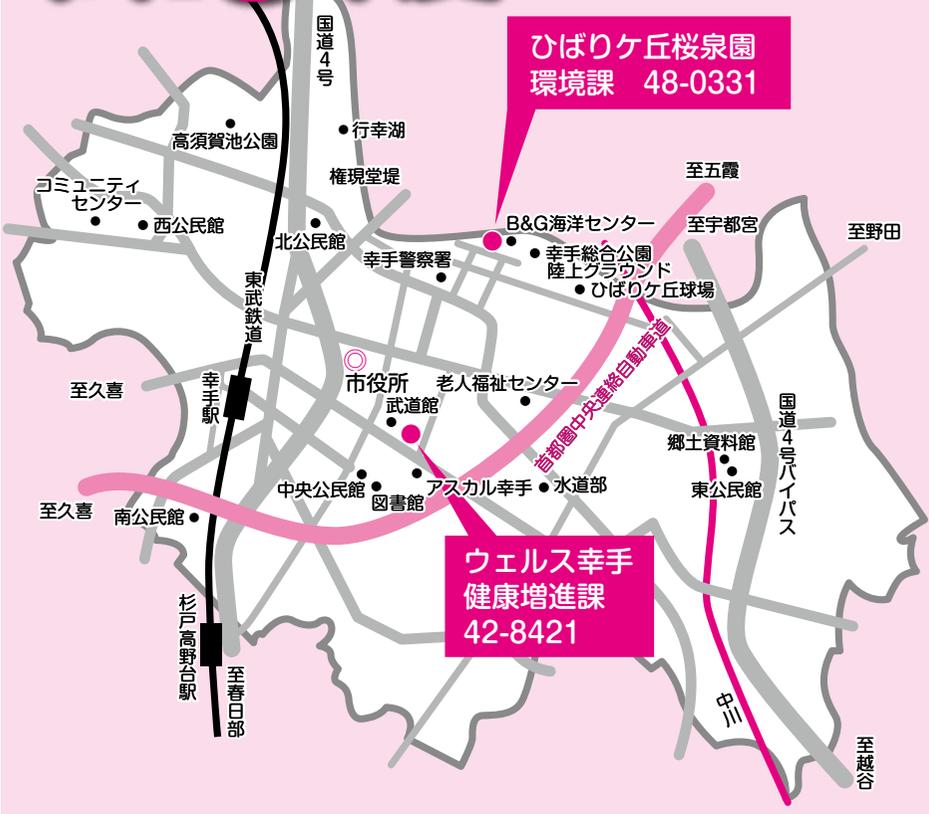


令和8年度



令和8年4月～令和9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!



2

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

主な内容	保健・予防	環 境
	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・出前講座・こころの健康…………… 22ページ	燃やせるごみの出し方…………… 23ページ 燃やせないごみの出し方・有害ごみの出し方…………… 24ページ 危険ごみの出し方・粗大ごみの出し方…………… 25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 かん・びん・ペットボトルの出し方…………… 27ページ 紙の出し方・布の出し方…………… 28ページ 資源物の持ち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 持ち去り禁止チラシ(切り取ってご利用ください)… 30ページ



★：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
※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。						1 ◎	先負 その他プラ	2 □	仏滅	3 ★	大安 燃やせるごみ	4 □	赤口
5 ★	先勝	6 ★	友引 燃やせるごみ	7 △	先負 かん・びん ペットボトル	8 ◎	仏滅 その他プラ	9 □	大安 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	10 ★	赤口 燃やせるごみ	11 □	先勝
12 ★	友引	13 ★	先負 燃やせるごみ	14 ●	仏滅 紙・布	15 ◎	大安 その他プラ	16 □	赤口	17 ★	先負 燃やせるごみ	18 □	仏滅
19 ★	大安	20 ★	赤口 燃やせるごみ	21 △	先勝 かん・びん ペットボトル	22 ◎	友引 その他プラ	23 □	先負 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	24 ★	仏滅 燃やせるごみ	25 □	大安
26 ★	赤口	27 ★	先勝 燃やせるごみ	28 ●	友引 紙・布	29 ◎	先負 昭和の日 その他プラ	30 □	仏滅				

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50cm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

点検は地元にして安心!

(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)

川から海へ
水をきれいにする

毎日浄化槽を埋設しています!
補助金を使って単独槽から
合併浄化槽に入れ替える方が
増えています!
お気軽にご相談ください(#^^#)





★: 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
〔広告〕 事業所から出る、可燃ごみ、紙資源 飲料用缶・ペットボトルの回収を承ります  株式会社 セントラル・アメニティ 〒340-0111 幸手市北2丁目18番1号 電話 0480-44-3116 http://ca3.co.jp/										1	大安	2	赤口
3	先勝 憲法記念日	4	友引 みどりの日 燃やせるごみ	5	先負 こどもの日 かん・びん ペットボトル	6	仏滅 振替休日 その他プラ	7	大安	8	赤口 燃やせるごみ	9	先勝
10	友引	11	先負 燃やせるごみ	12	仏滅 紙・布	13	大安 その他プラ	14	赤口 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	15	先勝 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	16	友引
17	仏滅	18	大安 燃やせるごみ	19	赤口 かん・びん ペットボトル	20	先勝 その他プラ	21	友引	22	先負 燃やせるごみ	23	仏滅
24	大安	25	赤口 燃やせるごみ	26	先勝 紙・布	27	友引 その他プラ	28	先負 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	29	仏滅 燃やせるごみ	30	大安
31	赤口	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。											
〔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													

めざせ!
健康長寿



**早めの対策で熱中症を
 予防しましょう!**

- 予防① 運動や入浴で暑さに慣れておく
- 予防② 適切な食事・十分な睡眠をとり、暑さに負けない体をつくる
- 予防③ 涼しい環境を作るために、エアコンの点検をしておく
- 予防④ 周りの人にも気を配り、見守りや声掛けをする



熱中症
 関連情報

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 ★	先勝 燃やせるごみ	2 △	友引 かん・びん ペットボトル	3 ◎	先負 その他プラ	4	仏滅	5 ★	大安 燃やせるごみ	6	赤口	
7	先勝	8 ★	友引 燃やせるごみ	9 ●	先負 紙・布	10 ◎	仏滅 その他プラ	11 □	大安 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	12 ★	赤口 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	13	先勝	
14	友引	15 ★	大安 燃やせるごみ	16 △	赤口 かん・びん ペットボトル	17 ◎	先勝 その他プラ	18	友引	19 ★	先負 燃やせるごみ	20	仏滅	
21	大安	22 ★	赤口 燃やせるごみ	23 ●	先勝 紙・布	24 ◎	友引 その他プラ	25 □	先負 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	26 ★	仏滅 燃やせるごみ	27	大安	
28	赤口	29 ★	先勝 燃やせるごみ	30	友引	<h3>外来種のカミキリムシを見つけたら</h3> <p>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。</p>							クビアカツヤカミキリ	ツヤハダゴマダラカミキリ

めざせ!
健康長寿

歩きたくなる! 楽しい機能がいろいろ!!

スマートフォンの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ALKOO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ALKOO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)

今すぐダウンロード! (無料)

街の水道屋さん
水のトラブルはお任せください

タニ建設工業

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

きれいな水を川から海へ

古い単独浄化槽から合併浄化槽に入れ替えるための補助金があります。

お見積り無料!

あなたのお口は健康ですか?

歯とお口はたくさんの大切な役割をもっています。体に必要な栄養をとるためだけでなく、毎日楽しく豊かに生きるためにも、歯とお口が健康であることはとても重要です! セルフケアだけでなく、定期的な歯科検診によるプロフェッショナルケアも上手く活用し、全身の健康を維持していきましょう。



★: Burnal 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
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。 						1	先負 その他プラ	2	仏滅	3	大安 燃やせるごみ ★	4	赤口
5	先勝	6	友引 燃やせるごみ ★	7	先負 かん・びん ペットボトル △	8	仏滅 その他プラ	9	大安 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ □	10	赤口 燃やせるごみ ★	11	先勝
12	友引	13	先負 燃やせるごみ ★	14	赤口 紙・布 ●	15	先勝 その他プラ	16	友引	17	先負 燃やせるごみ ★	18	仏滅
19	大安	20	赤口 海の日 燃やせるごみ ★	21	先勝 かん・びん ペットボトル △	22	友引 その他プラ	23	先負 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ □	24	仏滅 燃やせるごみ ★	25	大安
26	赤口	27	先勝 燃やせるごみ ★	28	友引 紙・布 ●	29	先負 その他プラ	30	仏滅	31	大安 燃やせるごみ ★		

環境 掲示板



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。



有限会社 遠藤商事

産業廃棄物収集運搬 排水管路高圧洗浄

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



熱中症にならないために、暑さから身を守りましょう!

- 帽子や日傘で日差しをよけ、衣服を工夫し暑さを避ける
- こまめな水分補給を行う
- 熱中症警戒アラートを確認する
- 「おかしいな!？」と思ったら、早めに受診する



熱中症 関連情報

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
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【広告】</p>  <p>廃棄物処理の総合企業 株式会社ウイズウェイストジャパン</p> <p>～環境事業を通して 障がい者の自立を目指す～</p> <p>【本社】〒330-0852 埼玉県さいたま市大宮区大成町2-224-1 【TEL】048-668-1414(代) 【FAX】048-665-4801 【HP】http://www.withwaste.jp</p> </div> <div style="text-align: right;"> <p>赤口</p> <p>1</p> </div> </div>													
2	先勝	3 ★	友引	4 △	先負	5 ◎	仏滅	6	大安	7 ★	赤口	8	先勝
		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			
9	友引	10 ★	先負	11 ●	仏滅	12 ◎	大安	13 □	先勝	14 ★	友引	15	先負
		燃やせるごみ		山の日 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			
16	仏滅	17 ★	大安	18 △	赤口	19 ◎	先勝	20	友引	21 ★	先負	22	仏滅
		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			
										成人健康相談・食生活相談			
23	大安	24 ★	赤口	25 ●	先勝	26 ◎	友引	27 □	先負	28 ★	仏滅	29	大安
		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			
30	赤口	31 ★	先勝	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【広告】</p> <p>浄化槽・生し尿清掃 幸手衛生社(有)</p> <p>幸手市北3-3-6</p> </div> <div style="text-align: right;"> <p>TEL 42-2369 FAX 42-3169</p> </div> </div>									
		燃やせるごみ											

めざせ!
健康長寿



すき間時間で骨粗鬆症予防運動!!

片足立ち

- ①テーブルや壁など支えになる物の横に立つ。
- ②足を肩幅に開き、背筋を伸ばし、片足を5cmほど持ち上げる。
- ③1分キープする。
- ④反対足も同様に行う。

イスを使ったスクワット



- ①イスの前に立ち足を肩幅に開き、手を胸の前でクロスさせる。
- ②イスに腰掛けるように4秒かけてお尻を後ろに引いていく。
- ③お尻がイスに触れたら、4秒かけてゆっくり立ち上がる。

※膝はつま先より前に出さず、膝が内側に入らないように行う。

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

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	友引 かん・びん ペットボトル △	2	先負 その他プラ ◎	3	仏滅	4	大安 燃やせるごみ ★	5	赤口
6	先勝	7	友引 燃やせるごみ ★	8	先負 紙・布 ●	9	仏滅 その他プラ ◎	10	大安 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ □	11	友引 燃やせるごみ ★ 成人健康相談・食生活相談	12	先負
13	仏滅	14	大安 燃やせるごみ ★	15	赤口 かん・びん ペットボトル △	16	先勝 その他プラ ◎	17	友引	18	先負 燃やせるごみ ★	19	仏滅
20	大安	21	赤口 敬老の日 燃やせるごみ ★	22	先勝 国民の休日 紙・布 ●	23	友引 秋分の日 その他プラ ◎	24	先負 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ □	25	仏滅 燃やせるごみ ★	26	大安
27	赤口	28	先勝 燃やせるごみ ★	29	友引	30	先負 その他プラ ◎	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。
 ■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。

早期発見で未来を守る! がん検診
 今年度のがん検診はもうお済ですか。(20・21ページ参照)
 がん治療の決め手は早期発見・早期治療です。
 あなたとあなたのご家族のために、がん検診を受診しましょう。

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 ○：その他プラ

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		
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、世界中で啓発活動が行われます。女性がかかるがんのトップは乳がんです。一方で、早期発見・早期治療により治療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。													1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		



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!

【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】 ☆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



★: 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。

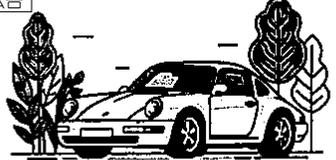
日	SUN	月	MON	火	TUE	水	WED	木	THU	金	FRI	土	SAT
1	赤口	2	先勝 燃やせるごみ★	3	友引 文化の日 △ かん・びん ペットボトル	4	先負 ◎ その他プラ	5	仏滅	6	大安 ★ 燃やせるごみ	7	赤口
8	先勝	9	仏滅 ★ 燃やせるごみ	10	大安 ● 紙・布	11	赤口 ◎ その他プラ	12	先勝 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	13	友引 ★ 燃やせるごみ	14	先負
15	仏滅	16	大安 ★ 燃やせるごみ	17	赤口 △ かん・びん ペットボトル	18	先勝 ◎ その他プラ	19	友引	20	先負 ★ 燃やせるごみ 成人健康相談・食生活相談	21	仏滅
22	大安	23	赤口 勤労感謝の日 ★ 燃やせるごみ	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	<p>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。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 幸手市公式 クックパッドは こちらから </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 市ホームページ 「げんきアップメニュー」は こちらから </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div> 									

赤ちゃん 豆知識



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ふ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 ☆無理のない範囲で母乳育児を
 ☆乳幼児の周囲の人はたばこをやめる

自動車整備・整備・販売
KAZUAUTO, Ltd.
 日常のメンテナンスから車検、修理、販売までお車の事なら何でもご相談ください
 埼玉県幸手市幸手2503-2 TEL:0480-43-6338
 営業時間：10:00～18:00 (月曜定休)




LINEからご予約いただけます

事業所から出る、可燃ごみ、紙資源
 飲料用缶・ペットボトルの回収を承ります

株式会社 セントラル・アメニティ
 〒340-0111 幸手市北2丁目18番1号
 電話 0480-44-3116 http://ca3.co.jp/



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	友引 かん・びん ペットボトル △	2	先負 その他プラ ○	3	仏滅	4	大安 燃やせるごみ ★	5	赤口
6	先勝	7	友引 燃やせるごみ ★	8	先負 紙・布 ●	9	大安 その他プラ ○	10	赤口 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ □	11	先勝 燃やせるごみ ★	12	友引
13	先負	14	仏滅 燃やせるごみ ★	15	大安 かん・びん ペットボトル △	16	赤口 その他プラ ○	17	先勝	18	友引 燃やせるごみ ★ 成人健康相談・食生活相談	19	先負
20	仏滅	21	大安 燃やせるごみ ★	22	赤口 紙・布 ●	23	先勝 その他プラ ○	24	友引 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ □	25	先負 燃やせるごみ ★	26	仏滅
27	大安	28	赤口 燃やせるごみ ★	29	先勝	30	友引 その他プラ ○	31	先負 ごみ収集なし	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			



**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協力を願います！

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。

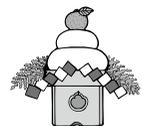
広告



☆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





★: 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 ごみ収集なし	仏滅 元日	2 ごみ収集なし	大安
3 ごみ収集なし	赤引	4 ★ 燃やせるごみ	先勝	5 △ 燃やせるごみ	友引	6 ◎ かん・びん ペットボトル	先負	7 ◎ その他プラ	仏滅	8 ★ 燃やせるごみ	赤口	9 先勝	先勝
10 友引	11 ★ 燃やせるごみ	先負 成人の日	12 ● 燃やせるごみ	仏滅	紙・布	13 ◎ その他プラ	大安	14 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	赤口	15 ★ 燃やせるごみ	先勝	16 友引	友引
17 先負	18 ★ 燃やせるごみ	仏滅	19 △ 燃やせるごみ	大安	かん・びん ペットボトル	20 ◎ その他プラ	赤口	21 先勝	先勝	22 ★ 燃やせるごみ	友引	23 先負	先負
24 仏滅	25 ★ 燃やせるごみ	大安	26 ● 燃やせるごみ	赤口	紙・布	27 ◎ その他プラ	先勝	28 □ 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	友引	29 ★ 燃やせるごみ	先負	30 仏滅	仏滅



献血にご協力をお願いします

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。詳しくは、健康増進課や日本赤十字社にご確認ください。

※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。

愛の献血HP

31 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 妊婦さんと家族
 びびよくらす 生後2~5か月児
 こっこくらす 生後6・7か月児

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



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。

28 みんなで楽しくウォーキングしませんか？

「ウォーキングday」では、その日に集まったメンバーでウォーキングをしています。体力に自信のない方、なかなか一人で運動を始めることができない方、ぜひ一緒に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。詳しくは、健康増進課(☎42-8421)にお問い合わせください。

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。

〔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。



★: 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	大安 燃やせるごみ	2	赤口 かん・びん ペットボトル	3	先勝 その他プラ	4	友引	5	先負 燃やせるごみ	6	仏滅
7	大安	8	友引 燃やせるごみ	9	先負 紙・布	10	仏滅 その他プラ	11	大安 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	12	赤口 燃やせるごみ	13	先勝
14	友引	15	先負 燃やせるごみ	16	仏滅 かん・びん ペットボトル	17	大安 その他プラ	18	赤口	19	先勝 燃やせるごみ	20	友引
21	先負 春分の日	22	仏滅 振替休日 燃やせるごみ	23	大安 紙・布	24	赤口 その他プラ	25	先勝 燃やせないごみ 有害ごみ 危険ごみ	26	友引 燃やせるごみ	27	先負
28	仏滅	29	大安 燃やせるごみ	30	赤口	31	先勝 その他プラ	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 たばこを深く処分しましょう。 ③たばこを吸いたくなかった時/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					

ひとりで
悩まないで!

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。周りの人の元気がない等のちょっとした変化に気づいたら声をかけましょう。
 ★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

芦葉工藝舎 美しい木の家づくり
 quality and design factory

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。