

ごみだしルールを守りましょう！！

最近、「分別できていない」「指定袋に入れられていない」などの理由により、ごみの収集ができない事例が多数報告されています。収集されなかったごみは鳥獣に荒らされ散乱し、地域の迷惑になります。ステーション（集積所）は、地域の皆さんで管理していますので、ごみだしルールの再認識をお願いします。（問）市民課 ☎22-3135、未来館 ☎24-5353

ごみは決められたステーションに出してください

決められた場所以外に出されていても、収集はされません。
*ごみを出す場所は、管理している地区の区長さんなどにお尋ねください。
*飲食店や事業所の事業系ごみは、ステーションに出すことは出来ません。



生ごみは水分を十分切って出してください

生ごみは約80%が水分と言われており、処理費用が高騰します。生ごみを出す場合は、水分を十分切って出してください。

収集日以外に出されたごみは収集しません

収集されないだけでなく、鳥獣に荒らされごみが散乱するなど地域の迷惑になります。



収集後に出されたごみを再収集することはありません

決められた収集日の午前8時30分までに出してください。

指定袋毎にきちんと分別してください

ごみ分別の手引きを確認し、決められた指定袋を使用し分別してください。
*スプレー缶・カセットボンベなどは『小金属・ガラス類』に分類されます。
中身を使い切り、安全を確認し必ず穴をあけて出してください。



粗大ごみの処分方法

未来館で受け入れ可能な粗大ごみは、未来館へ直接持ち込んでください。

引越し、大掃除など多量ごみ・指定袋に入らないごみの処分方法

未来館で受け入れ可能なごみについては、直接未来館へ持ち込んでください。

※未来館に直接持ち込む場合、処理手数料がかかります。



乾電池・蛍光灯の処分方法

市役所・各支所、または未来館へ持ち込んでください。収集はしていません。



テレビ、エアコン、冷蔵（凍）庫、洗濯・乾燥機などの処分方法（家電リサイクル法）



購入した店舗に問い合わせの上処分を依頼するか、郵便局でリサイクル券を購入し未来館へ持ち込んでください。
※未来館に持ち込む場合は別途運搬料が必要となります。
※メーカーや型式で金額は変わります。

未来館で受け入れできないごみ

- ・農薬や化学薬品などの有害性のあるごみ
- ・バッテリーや消火器など危険性のあるごみ
- ・廃油やオイルなどの引火性のあるごみ
- ・家屋解体による廃材、ブロックなどのごみ
- ・廃タイヤなどの処理困難ごみ
- ・畑山などから生じる木の根やわらなど
- ・事業活動により生ずる産業廃棄物
→そのものを取り扱っている販売店、製造業者、専門処理業者への委託など、排出者が自ら処分してください。

◎生ごみ処理機の購入費用の一部を助成します。

家庭から出る生ごみは水分を多く含んでおり、約80%が水分と言われています。可燃性ごみの固形燃料（RDF）化には、水分を除去する必要があります。多くの燃料を要します。また、ごみの重量が増えることにより、その処理する費用は高騰することになります。

市では生ごみを減らす方法として、電気式の生ごみ処理機や畑などに設置するコンポスターの補助を行っています。

●生ごみ処理機（電気式）

▼助成額 購入費用の1/2以内（上限3万円）

●生ごみ処理容器（コンポスター）

▼助成額 3400円

*購入後は助成対象になりませんので、購入前に市役所市民課にお問い合わせください。



◎レジ袋辞退でエコな生活を！

買い物の際に利用しているレジ袋は、そのほとんどがごみとして処理されています。皆さんがマイバッグを利用しレジ袋を断ることで、排出されるごみの減量につながります。「お買い物にはマイバッグ」を合言葉に、阿蘇の豊かな自然を次世代へつないでいくためにも身近なエコ活動に取り組みましょう。



「マイバッグ利用で気持ちよくお買い物するために！」

- ▼お買い物中は、マイバッグは折りたたむか口を閉じておきましょう。
- ▼商品はお店に備え付けの買い物カゴなどに入れましょう。
- ▼マイバッグは会計が済んだ後に使用しましょう。
- ▼急なお買い物でも利用できるよう、車の中などにマイバッグを備えておきましょう。

自分で守ろう、自分のカラダ。

年に一度は特定健診

複合健診(住民健診)が7月19日(水)から始まります

問一の宮保健センター ☎ 22-5088

阿蘇市で健診費用を助成していますので、お得に受けられます。

● 健診内容と自己負担額

健診名	健診項目・内容	対象者	自己負担額	実際にかかる健診料金
30歳代健康診査	医師の診察、問診、身体計測、血液・尿検査、心電図	国保加入者で平成29年度に30歳~39歳になる人(妊婦を除く)	500円	7800円
特定健康診査	医師の診察、問診、身体計測、血液・尿検査、心電図	国保加入者で平成29年度に40歳~74歳になる人(妊婦を除く)	500円	7800円
後期高齢者健康診査	医師の診察、問診、身体計測、血液・尿検査	後期高齢者医療被保険者	800円	7560円
肝炎ウイルス検診	(※これまでに受診した方は対象外です)	40歳以上の男女(節目年齢の方は無料)	400円	2540円
前立腺がん検診	採血	50歳以上の男性	300円	1650円
胸部レントゲン検診	肺がん・結核検診	40歳以上の男女(妊婦を除く)	300円	1890円
胃がん検診	バリウムを飲んでレントゲン撮影	40歳以上の男女(妊婦を除く)	700円	4680円
大腸がん便潜血検査	便潜血2日法(検便容器が必要)	40歳以上の男女	300円	1690円
腹部超音波検診	超音波をあてて上腹部の検査	30歳以上の男女	600円	3500円
子宮頸がん検診		20歳以上の女性	600円	4100円
乳がん検診	乳房超音波検査	30歳以上の女性	400円	2580円
	乳房レントゲン検査 マンモグラフィ	40歳以上の女性	800円	4860円

《下記の節目年齢の方は健診料金が無料になります》

健診種類	対象となる方(無料クーポン対象者)
子宮頸がん検診	平成29年4月1日現在で20歳の人(平成8年4月2日~平成9年4月1日生まれの人)
乳がんレントゲン検査(マンモグラフィ)	平成29年4月1日現在で40歳の人(昭和51年4月2日~昭和52年4月1日生まれの人)
肝炎ウイルス検診 ※これまでに受診した方は対象外です	平成29年度に41歳・46歳・51歳・56歳・61歳・66歳・71歳になる人

《子宮頸がん検診の注意事項》

20~49歳の方(昭和43年4月2日~平成10年4月1日生)は下記の医療機関で検診が受けられます。
(医療機関で受ける方は、複合検診の『子宮頸がん検診』は受けられませんのでご注意ください)

指定医療機関

阿蘇温泉病院/菊陽レディースクリニック/ちが産婦人科医院

※一の宮保健センターで事前申し込みが必要です。



生活習慣病(糖尿病や高脂血症など)がひどくなると、血管が傷んだり硬くなってしまいう『動脈硬化』が進み、心臓や脳の血管が詰まったり破れたりする危険性が高まります。特定健診・30歳代健診・後期高齢者健康診査を受けて、ご自身の体と向き合い、生活習慣を見直すきっかけにしましょう。また、日本人の2人に1人が『がん』にかかり、3人に1人が『がん』で亡くなっています。がんで大事なのは、早期発見・治療することです。年に1回は健診を受けて、健康管理をしましょう。

年に一度は特定健診

健診日	健診実施場所
7月19日(水)	中通公民館
7月20日(木)	古城公民館
7月21日(金)	旧坂梨小学校体育館
7月22日(土)・23日(日)・24日(月)	阿蘇保健福祉センター (内牧支所前)
7月25日(火)・26日(水)	阿蘇第2体育館 (内牧)
7月27日(木)・28日(金)	赤水公民館
7月29日(土)・30日(日)	阿蘇保健福祉センター (内牧支所前)
7月31日(月)・8月1日(火)	波野保健福祉センター
8月2日(水)・3日(木)・4日(金)	一の宮体育館 (一の宮図書館、就業センター隣)
8月5日(土)・6日(日)	一の宮保健センター
8月7日(月)	一の宮体育館 (一の宮図書館、就業センター隣)
8月8日(火)・9日(水)・10日(木)	阿蘇小学校体育館
8月11日(金)	旧乙姫小学校体育館
8月17日(木)	役犬原コミュニティセンター
8月18日(金)	山田小学校体育館

●健診日程

健診日程は左記のとおりです。混雑を少なくするために、行政区毎に日程、受付時間を割り振っています(通知に記載)。ご都合がつかない方は、全ての会場で『どの地区の方でも受けられる受付時間』を設けていますので、その時間帯を利用されますようお願いいたします。

後期高齢者の個別健診について

- 指定医療機関 阿蘇市内の医療機関(一部実施していない医療機関もあります)
 - 健診期間 平成29年6月1日～平成30年3月31日
 - 持参品 保険証・受診券・自己負担額(800円)
- ※個別健診には、がん検診は含まれておりませんので、集団健診を受診ください。
※事前の予約が必要です。

後期高齢者の口腔歯科健診について

- 指定医療機関 阿蘇郡市歯科医師会加入の医療機関
 - 健診期間 平成29年6月1日～12月28日
 - 持参品 保険証・受診券・自己負担額(400円)
- ※事前の予約が必要です。



詳細は、ほけん課 高齢者医療係 (TEL 22-3145 お知らせ端末 56-3145) にお問い合わせください。