



生ごみ処理機の購入に補助金を交付します

一般家庭から排出される生ごみの再利用と、ごみの減量化推進のため、市民の皆さんが生ごみ処理機を購入する場合には、補助金を交付しています。
▽対象者：市内に住所を有し居住している世帯主

- ▽条件：市内に機器を設置し、適切に管理ができること
- ▽交付対象機器：電動式で乾燥等により生ごみを減量する機器 ※生ごみを破碎するだけの機器は対象になりません。
- ▽補助金：1万3千円（1基当たり）
- ▽補助対象数：1世帯に1基
- ▽必要書類：①交付申請書②購入証明書（購入機種および性能等を明記した領収書）③住所地在証明できるもの（免許証や保険証の写し等）

※交付申請書は、環境課・各地域局窓口にて備えています。また、市ホームページからもダウンロードできます。



電動式の生ごみ処理機には、温風で乾燥する熱処理式と、微生物の働きによって生ごみを分解するバイオ式、送風乾燥後バイオ処理するハイブリッド式があります。各タイプとも利点や特徴がありますので、ご家庭にあった機器をお選びください。

生ごみの量が減ると、ゴミ出しも楽になります。処理物を肥料にすることもできますので、園芸や家庭菜園をしている人にもお薦めです。



資源ごみの集団回収に報奨金を交付します

ごみの排出量の削減と、資源循環型社会システムの構築の推進のため、町内会・PTA等の各種市民団体が実施する資源ごみの集団回収に対して報奨金を交付しています。

- ▽対象となる団体
 - ①地域住民で構成する団体であること
 - ②営利を目的としない団体であること
- ▽対象回収品目：古紙類、繊維類、びん類、かん類、金属類、



ペットを飼うときはマナーを守りましょう

近年ペットの飼い方、マナーに関する苦情が多く寄せられています。一人一人がマナーを守って、人もペットも住みよい町にしましょう。

- ①犬の放し飼いはしない
- ②猫は室内で飼育する
- ③散歩中のふんは持ち帰る
- ④野良猫などには餌付けをしない
- ⑤犬を飼う時は登録し、狂犬病予防注射をする。

健康増進施設「ゆ・ら・ら」「理想の身体をつくる教室」を開催します

市は本年度の特定健診を受けられて、保健指導で動機付け支援・積極的支援が必要と判定された人を対象に「理想の身体をつくる教室」を開催します。

メタボリックシンドローム改善を目的に、保健師・管理栄養士・運動指導士が生活改善に向けてお手伝いします。

教室は、ウエストサイズを、1か月で1cmダウンさせるための努力を、楽しく励まし合いながら行うという内容です。

栄養のバランスを取る方法や健康づくりのための講話もあります。メインは、水中ウォーキング、エアロビクス、ストレッチ体操などの運動実技です。

中でも、今年度は、足腰の負担を軽減するために水中運動ができる「ゆ・ら・ら」を会場に行います。



- 6か月後には、体重もお腹もすっきりする予定です。
- ▽日時
 - 10月11日から3月27日までの毎週火曜日、午後1時30分から午後3時30分
- ▽対象
 - 平成23年度特定健診で特定保健指導が必要と判定された人（対象者には別途案内をします）
- ▽会場
 - 健康増進施設「ゆ・ら・ら」
- 問い合わせ 健康づくり課健康増進係 ☎0267

健康づくり教室に参加して



川面町 山川眞智子さん (69)

市から健康づくり教室へお誘いをいただき、水中ウォーキング教室へ参加しました。最初は絶対に無理だと思っていましたが、始めてみると楽しくて気持ちも変わりました。

腰痛・膝痛・肩こり改善教室にも参加していて、最近では、ポールを使ったストレッチで、背筋が伸び姿勢が良くなったように気持ちがとてもいいです。

今では、寝る前に体操やストレッチをしたり、水泳にも挑戦してみようと思ったりと、自身の健康づくりに積極的に取り組みました。

参加者のやる気を持続したり、向上したりするためにも、同じメニューを続けていくだけでなく、ステップアップできるメニューを期待しています。

○健康づくり教室 参加者用バス運行表（平成23年9月・10月分）

対象地域	月日	発車時間	到着
高梁・玉川	10/3, 10/21	市役所9:30→玉川地域市民センター→9:50→	10:30
備中		備中地域局13:15→	14:15
津川・巨瀬・中井	9/16, 10/7, 10/24	中井地域市民センター→9:00→巨瀬地域市民センター→9:30→津川地域市民センター→9:50→	10:30
成羽		成羽地域局9:30→	
高梁・川面・高倉	9/26, 10/14, 10/28	高倉地域市民センター→9:10→川面地域市民センター→9:30→市役所9:50→	10:30
川上		川上地域局9:30→	
宇治・松原	9/30	宇治地域市民センター→9:30→松原地域市民センター→10:00→	10:30
落合・有漢	10/17, 10/31	有漢地域局9:30→落合地域市民センター→10:00→	

帰りのバス時間「ゆ・ら・ら」発 13:00と 15:30 です。（時間は変更する場合があります）

■問い合わせ 健康づくり課健康増進係 ☎0267