



家庭ごみの処理費用は、1ト当たり約4万円

## ごみの減量と資源の有効利用を

家庭ごみの処理には、1ト当たり約4万円の費用がかかります。

ごみ収集車などで収集する一般家庭ごみ（もえるごみ、もえないごみ、粗大ごみ）の合計は、平成23年度で約6500トでした。

しかし、まだまだ分別が徹底されていないためこれらのごみの中には、リサイクル可能な物も多く含まれていま

す。

もえるごみ、もえないごみ、資源ごみ、（古雑誌、ダンボール、ペットボトル、カンなど）を分別すれば更なるごみの減量につながります。

ごみの減量にご協力をお願いします。

☎ 33・5003

清掃工場（環境管理課）

### ペットボトル

ペットボトルは、異物を取り除き、キャップやラベルをはずして中を水洗いし、よく乾燥させてから中身の見える透明の袋に入れてください。

### 古新聞、古雑誌、ダンボール、古着、紙パック

古新聞、古雑誌、ダンボール、古着、紙パックはひもでしばってください。

紙パックは水で中を洗い、切り開いてよく乾燥させてください。古新聞と分けて集積場へ出してください。

### 資源ごみを出すときの注意点

ごみの減量と資源ごみの有効利用のために、資源ごみ（カン、ビン、ペットボトル、古新聞、古雑誌、ダンボール、古着、紙パック）をきちんと分別してください。また、決められた時間に集積場へ出してください。

### カン

カンは異物を取り除き、中を水洗いし、よく乾燥させてから中身の見える透明の袋に入れてください。

### びん

びんは、異物を取り除き、王冠・キャップをはずして中を水洗いし、よく乾燥させてから中身の見える透明の袋に入れてください。

リターナブルびん（お酒・しょう油の一升びんやビールびん、牛乳びんなど）は、洗浄してそのまま繰り返し使用できるびんです。販売店や酒屋などで引き取ってもらってください。



特定健診は、医療機関で直接受診する個別健診と集団健診の2種類の受診方法があります。今年度最後の集団検診を行いますので、まだ受診していない人は受診しましょう。

### 集団健診の日程

実施日 12月9日(日)

場所 町民ホール（町役場西側）

受付時間 午前9時～11時

申込方法 5月末に発送した「特定健診のご案内」に同封の申込ハガキで11月30日(金)までに申し込んでください。ハガキがない場合は、電話での申込も可能です。

申請に必要なもの  
申請に必要なものを持って、住民保険課へお越しください。

①の場合 被保険者証、印鑑、振込先の通帳（郵便局を除く）、領収書、意見書、装具装着証明書

☎ 34・2097  
住民保険課国保医療・年金係

### 申請方法

②緊急時など、やむを得ずに被保険者証を提示しなかった場合

①ギブス・コルセットなどの補装具の装着を行った場合

国民健康保険の被保険者が次の理由で医療費を全額自費で支払った場合、申請すると費用の一部が支給されます。

②の場合 被保険者証、印鑑、振込先の通帳（郵便局を除く）、領収書、診療報酬明細書

### 支給額

療養に要した費用から一部負担金に相当する額を控除した金額（療養に要した費用とは保険適用費用額となります）

例）3割負担の人：療養に要した費用の7割の額を支給

国民健康保険からのお知らせ

## 医療費を全額支払った場合、申請すると費用の一部が支給されます

税など

暮らし・環境

年金・保険

健康・福祉

子育て・教育

まちづくり

催し・講座

募集・就職

お知らせ



大台ヶ原の大自然を歩こう

# 第90回歩こう会の参加者募集

日時 **10月28日**(日)午前7時50分出発  
集合・受付…午前7時20分～40分

集合 **中央体育館**

定員 150人(申込順)

費用 700円(中学生以下は無料)  
開催当日にお支払いください。

持ち物 弁当、水筒、雨具(カッパ)、敷シートなど  
(申込時に詳細を渡します)

申込 10月8日(月)～20日(土)(午前9時～午後5時)に、中央体育館へ来館してお申し込みください。  
※申込は、代表者1人につき5人まで。  
※電話・FAXでの申込はできません。  
※定員になり次第、締め切ります。

☎ 中央体育館(生涯教育課スポーツ振興係) ☎ 33-5882

## コース 大自然の大台ヶ原

### チャレンジコース(約6km)

中央体育館 → 大台ヶ原 → 日出岳 →  
バス 駐車場

正木峠 → 正木ヶ原 → 鷺尾辻 →

大台ヶ原 → 中央 →  
駐車場 バス 体育館



### 散策コース(約4km)

中央体育館 → 大台ヶ原 → 鷺尾辻 →  
バス 駐車場

大台ヶ原 → 中央 →  
駐車場 バス 体育館



昼食

昼食

申込時にどちらかのコースを選んでください。

## 心地良い汗を流そう

# 新体力測定と健康スポーツの集い

チャレンジしてみませんか。自分の体力年齢はどのぐらいかな?  
ニュースポーツの楽しさを体験してください。



日時 **10月8日**(月)午前9時～正午

場所 **中央体育館**

内容 ●新体力測定コーナー  
握力、長座体前屈、上体起こし、立ち幅跳び、反復横跳び、急歩  
●ニュースポーツコーナー  
囲碁ボール、シャフルボード、カロリーニング、ディスコン、バウンドテニスなど

☎ 中央体育館(生涯教育課スポーツ振興係) ☎ 33-5882

## 高齢者間の交流と体力づくりを

# フットボールセンターグラウンドゴルフ大会

県フットボールセンターの地域貢献活動として、地元住民の皆さんにグラウンドが開放されます。  
それに伴い、高齢者間の交流を図るとともに体力づくりの一環としてフットボールセンターグラウンドゴルフ大会を開催します。

日時 **11月16日**(金)午前9時開会

受付…午前8時30分～  
予備日…11月20日(火)

場所 **県フットボールセンター**  
(旧志貴高校グラウンド)

対象 60歳以上の町民

申込 10月19日(金)までに、長寿介護課の窓口で申込書に必要事項を記入し、申し込んでください。

☎ 長寿介護課 ☎ 34-2103

