

## 9月24日(日)～10月1日(日)は 環境衛生週間

9月24日「清掃の日」から10月1日「浄化槽の日」までは、環境衛生週間です。

この機会にごみの減量化やリサイクルの推進、清掃の徹底を心掛け、みんなできれいな住みよいまちにしましょう。

圏清掃管理課 (☎017-718-1179)

浪岡振興部市民課 (☎0172-62-1140)

### 9月24日(日)は 清掃の日

たばこの吸い殻や空き缶などのポイ捨ては絶対にやめましょう。何気ないポイ捨てが多くの人を不快にさせ、迷惑になります。ごみは持ち帰るか、きちんとごみ箱へ入れましょう！

「清掃ごよみ」(青森地区)、「家庭ごみの正しい出し方」(浪岡地区)でごみの分別や出し方を確認し、ルールを守りましょう。

●失くしてしまったら…

「清掃ごよみ」は、駅前庁舎3階清掃管理課の窓口、「家庭ごみの正しい出し方」は、浪岡庁舎市民課の窓口で随時お渡ししています。



清掃管理課 八木橋

### 9月24日(日)は 秋の大掃除の日

日常の掃除で行き届かない場所を重点的に掃除し、ねずみや衛生害虫(ハエ・蚊・ゴキブリなど)の発生防止を心掛けましょう。

○大量のごみは

- ・少量ずつ数回に分け、計画的にごみ収集場所に出す
- ・分別して清掃施設に自己搬入
- ・一般廃棄物収集運搬許可業者へ依頼する(有料)

○リユースを心掛けましょう

必要なたに譲ったり、リサイクルショップを利用するなど、ごみの減量に努めましょう。

### 10月1日(日)は 浄化槽の日

浄化槽は…

①市の登録業者による定期的な保守点検、及び清掃許可業者による年1回以上の清掃を行いましょう。

圏廃棄物対策課 (☎017-718-1086)

浪岡振興部市民課 (☎0172-62-1140)

②使用開始後3か月を経過した日から5か月以内に、またその後は1年ごとに、指定検査機関の法定検査を受けなければなりません。

圏指定検査機関：青森県浄化槽検査センター

(☎017-726-9500)

## 各種相談

### ひとり親家庭などの 無料法律相談

離婚・養育費などの相談に弁護士がお応えします。

時10月5日(木)午後1時～3時

4人(申込順)

備相談時間は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

所申岡10月2日(月)までに、

ひとり親家庭等就業・自立支援センター(☎017-734-5817)へ

### 「土地月間」に係る 不動産無料相談会

土地の評価・取引などに関する相談に不動産鑑定士が応じます。

時10月4日(水)午後1時30分～3時30分

所駅前庁舎1階駅前スクエア

圏県不動産鑑定士協会

(☎017-752-0840)

### 「解決の糸口を見つけに 行こう!」無料相談会

専門スタッフや弁護士がお金や暮らしに関する悩みなどについて、一緒に解決の糸口を見つ

けます。

時9月30日(土)  
午前10時～午後4時

因多重債務問題、遺産相続、不動産売買、公共料金の滞納、DV・離婚問題など

所申岡事前に信用生協青森事務所(☎0120-1102-143)へ※要予約

### 全国一斉不動産無料相談会

不動産に関する法律・税金・建築・空き家などのお悩みに弁護士・税理士などの専門家が無料でお応えします。

時10月1日(日)午前10時～午後4時

所駅前庁舎1階駅前スクエア

圏全日本不動産協会青森県本部

(☎017-775-3891)

### 街角の年金相談センター 青森オフィス

年金の専門家である社会保険労務士が無料で年金相談や各種年金給付の請求手続を行います。※要予約

時月々金曜日(祝日を除く)  
午前8時30分～午後5時30分

所申岡ニッセイ青森本町ビル

10階 街角の年金相談センター青森オフィス(☎017-735-5228)へ

# 健康ナビ

掲載の内容は、8月21日時点の情報をもとに作成しています。イベントなどは中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

FOR YOUR HEALTH

## 9月24日(日)～30日(土)は「結核予防週間」

☎感染症対策課 (☎017-765-5282)

結核は昔の病気ではありません！全国で年間約1万人以上が発病し、約2千人が亡くなる重大な感染症です。本市でも毎年20人前後が発病しています。65歳以上の患者が増えており、結核患者の約7割が高齢者です。

- ・風邪に似た症状が2週間以上続く場合は医療機関を受診しましょう。
- ・お子さんは、1歳の誕生日の前日までに、BCG予防接種を受けましょう。
- ・睡眠・運動・食事などに気を配り、規則正しい生活をしましょう。
- ・タバコは免疫力を低下させます。禁煙しましょう。
- ・毎年、健康診断（胸部エックス線検査）を受け、早期発見に努めましょう。

※65歳以上のかたは、毎年の結核健診が義務付けられています。  
集団健診の日程については、14ページをご覧ください。

早期発見・早期治療のためにも結核健診を受けましょう！



結核と闘うシールぼうやとたすけあインコ

## ギャンブル依存症セミナー & 当事者、家族の相談会

☎9月30日(土)

☎所リンクステーションホール青森

☎◆セミナー (12:30～15:30 ※12:00～受付)

依存症に対する理解と、効果的な対応方法を学びます。当事者・家族や援助職、一般のかたもどうぞ。

講演…坂本隆さん（藤代健生病院名誉院長）、田中紀子さん（公社ギャンブル依存症問題を考える会代表）  
トークショー…特別ゲスト 高知東生さん（俳優、小説家）、橋爪遼さん（俳優）

◆相談会 (16:00～17:30)

ギャンブルの問題を抱えている当事者や、そのご家族向けに相談会を行います。秘密は厳守します。勇気のある一歩を踏み出してください。

☎料無料

☎☎相談会は事前に、電話またはEメールで、全国ギャンブル依存症家族の会（遠藤、☎090-3755-2781、☎gdfam.aomori@gmail.com）へ

## ダニが媒介する感染症にご注意を

病原体を保有するダニに刺されることで、感染症を発症することがあります。農作業や草刈り、レジャーなど、特にマダニが多く生息する場所に入る場合には、マダニに刺されないように次のことに注意しましょう。  
☎感染症対策課 (☎017-765-5282)

- 長袖、長ズボン、帽子、手袋を着用し、首にタオルを巻くなど、肌を出さないようにする。
- シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れる。
- マダニを目視で確認しやすくするため、明るい色の服を着る。
- 草の上に直接座ったり、寝転んだりしない。
- 衣類やタオルなどを草の上に放置しない。
- 帰宅後は速やかに入浴し、マダニに刺されていないか確認する。
- マダニに刺されたら無理に引き抜こうとせず、皮膚科などの医療機関で処置してもらう。

## 麻疹(はしか)の感染者が増えています！ご注意を

麻疹(はしか)の感染が、海外渡航歴のあるかたやその接触者に確認され、厚生労働省が注意を呼び掛けています。原因となる麻疹ウイルスは、感染力が非常に強いと言われています。空気感染のほか、飛沫や接触を通して、感染が伝播します。これまで罹患したことがないかた、ワクチンを2回接種していないかたなど、免疫のないかたには、ほぼ100%感染します。そのため、麻疹ワクチンが有効な予防法です。

麻疹の症状は、発熱・咳・鼻水・目の充血・目やにから始まり、解熱し、再度、39℃以上の高熱・発疹が出現し数日続きます。重症化すると脳炎や肺炎も引き起こすことがあり、生命に影響を及ぼすこともあります。

人の移動の活発な時期、旅行をする際は、体調の変化に留意しましょう。また、麻疹の罹患歴や接種歴が明らかでない場合は予防接種を検討しましょう。

☎感染症対策課 (☎017-765-5282)

厚生労働省ホームページ▶

