

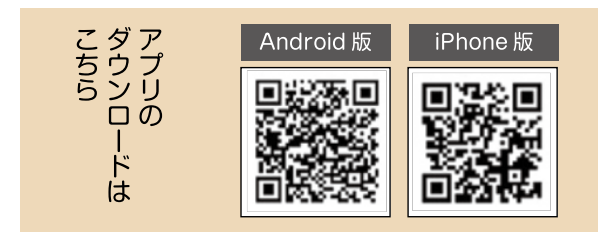
高知家健康パスポートはお持ちですか？

“高知家健康パスポート”とは、20歳以上の高知県民を対象とした、県が行っている健康づくり事業です。

- 県内参加施設（スポーツ施設や飲食店）で提示すると、料金割引特典などが受けられます。
- 抽選で健康的な賞品が当たります。

【スマートフォンをお持ちの方】

「高知家健康パスポートアプリ」の登録をお勧めします。アプリ上で毎日の体重、歩数、血圧などの登録が出来て、便利に健康づくりが出来ます。また、ご自身で簡単にパスポートのランクアップやプレゼント応募が可能です。



詳しくは、高知県ホームページまたは、広報誌「ゆとりすと」5月号をご確認ください。

【健康パスポートをお持ちの方】

現在の紙の健康パスポートのご利用は令和4年3月31日までの予定です。お持ちのヘルシーポイントシールはポイントに移行させていただきますので、早めに健康づくり班までお持ちください。



健康ウォーキング教室に参加しませんか

ウォーキングは、身体に負担がかりにくく、運動が苦手な人でも手軽にできる有酸素運動です。まずは、一緒に体験してみませんか？普段歩いていない人も大歓迎です！お気軽にご参加ください。

◆**教室内容**：前田郁運動指導士を講師に迎え、自分に合ったペースで歩きます。

健康パスポート【ブルーシール】対象事業です。

	日程	ウォーキングコース	集合時間	集合場所
第1回	10月23日（土）	穴内地区 約3.5km	午前 8時30分	役場
第2回	11月13日（土）	栗生～ギャラリー夢来里間往復 約3.5km		総合ふれあいセンター
第3回	11月27日（土）	大田口地区 約4km		

◆**参加人数**：各回 先着30人

◆**参加料**：各回 100円（傷害保険代等として当日集金）

◆**各自用意するもの**：運動できる服装・汗拭きタオル・お茶などの飲料・体育館シューズ（雨天の場合）

◎申し込みは、各実施日の1週間前までに、地域福祉課健康づくり班までお願いします。

※雨天の場合は、屋内でのボールウォーキングなどとなります。また、都合により行先が変わる場合があります。

献血にご協力ください

町内に献血バスがやってきます。献血は、皆さんの善意によって支えられています。ひとりでも多くの方のご協力をお願いします。

◆**日時**：10月29日（金）

午後2時15分から4時30分

◆**場所**：大豊町役場

健康パスポート【グリーンシール】対象事業です。

※ファイザー社、武田／モデルナ社製のコロナワクチンを接種された方は、接種後48時間を経過していれば献血可能です。

◆**献血ができる対象者**
男性：17歳から69歳
女性：18歳から69歳
男女とも：体重50kg以上
（採血基準より一部抜粋）



問い合わせ先 地域福祉課 健康づくり班

大豊町簡易水道をご利用の皆さんへ

～漏水対策のご協力をお願いします～

◆宅内での漏水はありませんか。

町が管理する簡易水道では、施設の老朽化などが原因と考えられる漏水が発生しています。漏水が発生すると、夏場の豪雨や冬場の凍結時に、水量が不安定となり漏水箇所の特定が難しくなっています。毎月の検針の際に使用量を確認する、頻繁に使用されない水道の元栓を閉めるなど、漏水対策のご協力をお願いします。

問い合わせ先

住民生活課 環境水道班 三谷

10月1日は「浄化槽の日」です。

「浄化槽の日」は、浄化槽の設置や管理方法等について定めている浄化槽法が昭和60年10月1日に全面施行されたことを記念して制定されました。

浄化槽は家庭から出る台所や洗濯、お風呂などの生活排水を微生物の働きを利用し、きれいに処理しています。正しい使い方と適正な維持管理がなされないとい、水質悪化や悪臭、害虫の発生につながります。

適切な維持管理が、浄化槽設置者の皆さんの義務となっています。再度ご確認をお願いします。

◆適切な維持管理

●**「保守点検」** 浄化槽の機能を維持するために、機器類の調整・消毒剤の補充などを行います。高知県知事の登録を受けた業者に頼みましょう。

●**「清掃」** 浄化槽内に溜まった汚泥を引き抜き、機械洗浄等を行います。年1回は必ず行いましょう。

●**「法定検査」** 処理水の水质検査によって、保守点検や清掃が適正に行われているか、浄化槽の機能が正常であるかの確認をしましょう。

問い合わせ先

住民生活課 環境水道班 横山

新型コロナウイルスなどの感染症対策のための ご家庭でのごみの捨て方について

家庭ごみを出すときに心掛ける5つのこと



食品ロスポータルサイトはこちら



- ごみ袋の空気を抜き、しっかり縛ることで、ゴミ出しの時や収集時に運びやすくなります。
- 購入した食品は食べきるなど、ごみを出さないことも大切です。料理を楽しみながら、できることがあります。環境省の食品ロスポータルサイトもご覧ください。

新型コロナウイルスなどの感染症の感染者又はその疑いのある方の使用済みマスク等の捨て方

新型コロナウイルスなどの感染症に感染した方やその疑いのある方がご家庭にいらっしゃる場合、鼻水等が付着したマスクやティッシュ等のごみを捨てる際は、以下のことを心掛けてごみを出しましょう。

①ごみ箱にごみ袋をかぶせ、いっぱいにならないようにしましょう!

ごみは、いっぱいになる前に早くに出しましょう。



②ごみに直接触れることのないよう、しっかり縛って出しましょう!

ごみは、空気を抜いてからしっかり縛って出しましょう。万一、ごみが袋の外面に触れた場合や、袋が破れている場合は、ごみ袋を二重にしてください。



③ごみを捨てたあとはしっかり手を洗いましょう!

石けんを使って、流水で手をよく洗いましょう。



問い合わせ先 住民生活課 環境水道班