



鏡支所だより

—第184号—

発行日 令和4年8月1日

発刊 八代市鏡支所

編集 鏡支所地域振興課

TEL 52-2131



鏡支所管内の人の動き(6月末現在)

		()は前月比
【世帯数】	6,020	世帯 (▲12)
【人口数】	14,053	人 (▲32)
	男 6,592	人 (▲24)
	女 7,461	人 (▲8)

可燃ごみの出し方について

収集業務に支障が生じないように、ルールを守って排出されますようお願いいたします。

○決められた収集日の下記時間帯に出してください。(※早出し・後出し厳禁)

➡ 鏡地域：午前6時30分～午前8時
(後出しごみは収集いたしません)

○缶類やビン類のほか、液体の入った容器は、絶対に入れないでください。

➡ 缶・ビンなど、燃えないゴミが混入していた場合、収集いたしません。

○野菜くずなどは、十分水切りして出してください。

➡ 10kg以内(大袋)

○収集車等の破損につながりますので、指定袋からはみ出さないように長さの基準等

(30cm以内)を守ってください。

○資源物として分別できるものは、資源の日に出してください。

問合せ 市民環境課 ☎52-1115

資源物はリサイクルへ
ごみの減量化にご協力ください

(大袋/10kg以上入れないこと)
八代市有料指定袋

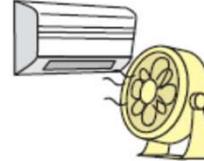
八代市 本体価格:50円(ごみ処理経費に充てられます)

○「びん・缶」など「燃えないごみ」が混入していた場合は、収集いたしません。
○袋の口を必ず十字に結んでください。(ガムテープや紐で止めないこと。)
○お住まいの町内の決められた場所に、収集日の下記時間帯に出しましょう。
八代・坂本・東陽・泉地域:午前6:30～午前8:30
千丁・鏡地域:午前6:30～午前8:00

(八代市指定ごみ袋注意書き)

熱中症の予防はできていますか?

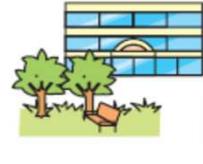
- こまめに水分補給をしている
- エアコン・扇風機を上手に使用している
- シャワーやタオルで体を冷やす



- 部屋の温湿度を測っている
- 暑い時は無理をしない
- 涼しい服装をしている
外出時には日傘、帽子



- 部屋の風通しを良くしている
- 緊急時・困った時の連絡先を確認している
- 涼しい場所・施設を利用する



環境省 熱中症予防情報サイト(スマートフォン・携帯対応)
<http://www.wbgt.env.go.jp/sp>

環境省
熱中症予防情報サイト
(スマートフォン・携帯対応)
<http://www.wbgt.env.go.jp/sp>



©環境省

◆防災アプリ「@infoCanal(アットインフォカナル)」
スマホアプリ「@infoCanal(アットインフォカナル)」では、
防災情報などをアプリで確認することができます。

登録はこちらから



Apple Store用



Google Play用



◆登録制メール(地域別の情報発信)

登録はこちらから



※左のQRコードを読み取るか、
bousai.yatsushiro-city
@raidon2.ktaiwork.jp
を直接入力して、空メールを
送信してください。

「alert@ns2.yatsushiro.org」からメールを受信できるように設定してください。

家族介護者交流教室

～ 介護をしているご家族、介護に興味がある方の交流会を開きます～
 介護による精神的な負担感や孤独感を軽減し、心の健康を図る目的として、家族会を開催しています。
 不安な気持ち、わからない事など…
 お茶を飲みながら 話しませんか？

日 時：令和4年8月22日（月）
 14時～16時
 場 所：八代市鏡地域福祉センター
 （住所：八代市鏡町鏡村720）
 内 容：①『家族介護者のリフレッシュ』
 講師：片山 渉 様（理学療法士）
 ※動きやすい服装とタオルをご準備ください。
 ②家族介護についての座談会
 定 員：20名（申込みは8月16日まで）
 参加費：無料
 申込先：八代市第1地域包括支援センター
 （ふるさと）
 八代市鏡町内田742-2
 担当：橋本 ☎53-2601

当日、体調の優れない方は、参加をご遠慮ください。マスクの着用をお願いします。

注意…コロナ禍のため、中止になる場合があります。



献血のお願い

期日：令和4年8月18日（木）
 時間：9時30分～11時45分
 会場：八代市役所鏡支所 正面玄関横
 主催：熊本県自動車整備工業協同組合
 八代郡支部青年部

新型コロナウイルス感染症の影響により県内の献血協力者が大きく減少しています。
 皆様方のご協力をお願いいたします。



複合(集団)健診！ 追加実施決定！



春に実施しました複合（集団）健診（希望する特定健診やがん検診などが半日で受けられます）をご好評につき秋にも実施することが決定しました。
 今年度まだ健診をお受けでない人、申込みをしていない人は、八代市保健センターまで、ぜひお申し込みください！
 ※定員になり次第締め切ります。
 ※感染予防対策を徹底した上で実施します。



複 合 健 診 日 程

月 日	曜 日	場 所
10月16日	日	八代市保健センター
11月3日	木（祝日）	鏡保健センター
11月13日	日	八代市保健センター

対象者と自己負担金

健診の種類	対象者	自己負担金（円）
特定健診（国保加入者）	40歳～74歳	500
後期高齢者健診	75歳～（65歳～後期高齢者医療保険加入含む）	800
肺がん・結核検診	40歳以上 （必要な人のみ+喀痰検査）	400 (800)
大腸がん検診	40歳以上	500
胃がん検診（バリウム）	40歳以上	1,500
腹部超音波検診	40歳以上	1,100
乳がん検診	40歳～49歳の女性 マンモグラフィ2方向	1,600
	50歳以上の女性 マンモグラフィ1方向	1,200
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,200

※各健（検）診の受診は年に1回までです。
 ※各がん検診は、国保加入者以外の人でも受診できます。

申込み・問合せ
 八代市保健センター ☎32-7200



個人にできるSDGs取組

電気や水を無駄遣いしない

「SDGs」とは、活動が環境などに悪影響を与えず維持できる「持続可能」な取組みを進めていくものです。
 目標にある「きれいな水」「エネルギー」「気候変動」への取組みに、まずは「節電と節水」を心がけましょう。
 具体的には、照明・テレビをつけっぱなしにしない、エアコンの温度設定に気をつけるなど、難しいことはありません。



また、洗い物や歯磨き・お風呂で水を出しっぱなしにしないなど、水を大切にすることは、資源の確保だけでなく、上・下水道施設にかかる電力の減少につながり、社会全体の消費電力の削減で、気候変動の防止に役立ちます。



人（ひと）は等（ひと）しい
 『毎月11日は人権を確かめ合う日』です。
 ～人権いきいきふるさとづくり～