

！ご確認ください！
年末年始

ごみ出しカレンダー



年末年始のごみの収集日の確認をお願いします。なお、収集時間帯も普段と変わる場合がありますので、12月25日(月)～1月6日(土)の間は、必ず収集日の**朝8時30分**までにごみを出してください。1月8日(月・祝)より通常通り、収集日の朝9時までにごみを出していただくようお願いします。



**使用済み乾電池・蛍光灯管・
インクカートリッジなどの回収受付**

東北環境事業センターでの回収受付は年内は12月30日(土)まで、年始は1月4日(木)から行います。



粗大ごみ収集の申込み受付

受付日:月～土曜日9:00～17:00

- ご家庭の電話から
☎0120-79-0053 (通話料無料)
- 携帯電話から
☎06-6377-5750 (通話料有料)

※祝日も受け付けています。
※12月29日(金)から1月3日(水)の間は、受付をお休みします。
※12月26日(火)までに申し込まれた粗大ごみは12月中旬に収集します。申し込み状況により、12月中旬に収集できない場合がありますので、早めにお申込みください。
※1辺または直径が30cmを超えるもの、あるいは棒状で1mを超えるものは、普通ごみでは収集できませんので「粗大ごみ収集受付センター」へお問合せください。

| | 通常 | 年末 | 年始 |
|--------|-------|--------------------------|-----------------------|
| 普通ごみ | 月・木曜日 | 12月25日(月) 12月28日(木) | 1月4日(木) 1月8日(月・祝) |
| | 火・金曜日 | 12月26日(火) 12月29日(金) | 1月5日(金) 1月9日(火) |
| | 水・土曜日 | 12月27日(水) 12月30日(土) | 1月6日(土) 1月10日(水) |
| 資源ごみ | 木曜日 | 12月21日(木) 12月28日(木) | 1月4日(木) 1月11日(木) |
| | 金曜日 | 12月22日(金) 12月29日(金) | 1月5日(金) 1月12日(金) |
| | 土曜日 | 12月23日(土・祝) 12月30日(土) | 1月6日(土) 1月13日(土) |
| プラスチック | 月曜日 | 12月18日(月) 12月25日(月) | 1月8日(月・祝) 1月15日(月) |
| | 火曜日 | 12月19日(火) 12月26日(火) | 1月9日(火) 1月16日(火) |
| | 水曜日 | 12月20日(水) 12月27日(水) | 1月10日(水) 1月17日(水) |
| 古紙・衣類 | 木曜日 | 12月21日(木) 12月28日(木) | 1月4日(木) 1月11日(木) |
| | 金曜日 | 12月22日(金) 12月29日(金) | 1月5日(金) 1月12日(金) |
| | 土曜日 | 12月23日(土・祝) 12月30日(土) | 1月6日(土) 1月13日(土) |

問合せ 東北環境事業センター ☎6323-3511

**区政会議
通信 vol.8**

【淀川区将来ビジョンの策定】現在淀川区では平成30年度から5年間の中期計画である「淀川区将来ビジョン2022」を策定中です。素案についてはこれまでの区政会議の中でも議論していただいたところですが、引き続き区政会議でご意見をいただきながら内容を調整し、年度末の公表をめざしています。

問合せ 政策企画課(企画)5階51番 ☎6308-9405

淀川区 区政会議 検索

みんなが学ぶ 認知症を予防する生活習慣! vol.4 **糖尿病と認知症予防編**

今日から! 脳を守る生活習慣!

Q. 糖尿病と認知症って関係あるの??
Q. 今日から始められるコトは??

【健康な血管】
血流の流れがサラサラ

【血糖が高い状態が続くと...】
ドロドロと粘性が高い

糖尿病があると認知症のリスク 2倍以上!

認知症のリスク

- 神経細胞が正常に働くことができなくなる。
- アルツハイマーの原因物質(アミロイドβ)を分解する力が弱くなる。
- 脳に十分な栄養がいかなくなる。

保健師も管理栄養士もあなたの健康を応援しています。

●こんな人は血糖が上がりやすい!!

- ・朝食を食べない人
- ・早食いで、あまり噛まない人
- ・夜にドカ食いをする人

糖尿病、放っておかない! 予防が大事!

大阪府済生会中津病院 高田医師監修

問合せ 保健福祉課(健康相談)2階21番 ☎6308-9968

編集後記

今月の巻頭は香具波志神社と富光寺特集。取材を通じて、淀川区と歴史上の著名人の繋がりを知り、驚きと感動を覚えた広報担当でした。これからも区民の皆さまに淀川区の“ええとこ”をたくさんお届けしていきますので、来年もどうぞよろしくお願いたします。(広報担当: 岡田)



▲2017年はこれだけ「ええとこ」をお届けしました!

