



ジュース、粉ミルク、かんづめ、お菓子、のり等の空き缶

- 中をすすいで、アルミ缶とスチール缶に分けて**潰さず**に資源物収集日に出してください。
- 缶のふたやプルトップは、缶本体に入れて出してください。
- 潰れているもの、汚れているものは不燃物コンテナに「燃えないごみ」として出してください。

これまで、燃えないごみとして不燃物コンテナで収集していた缶類(アルミ缶、スチール缶、スプレー缶)を、より良い状態でリサイクルするため、資源物として収集します。ごみの減量や資源の有効活用のためにご協力ください。

缶

類

資源物になります

スプレー缶

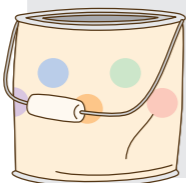
(殺虫剤・整髪・塗料用スプレー・キャンプ用・卓上用のガスボンベ等)



使い切って、穴をあけずに「スプレー缶」に出してください。

ペンキ・オイルの缶

●資源物として収集しません。不燃物コンテナに「燃えないごみ」として出してください。



中身が入っていないきれいな状態で出してください。中身が残っている場合は専門業者にお問い合わせください。



ごみの出し方が変わります

10月から

新しい分別・収集方法について 説明会を開きます

新しい分別・収集方法についての説明会を開催します。原村にお住まいの方であればどなたでも参加できますのでお越しください。 ※3回とも同じ内容です

9/10(金) 午後7時から

(申し込み:当日午後4時までに)

- 場所:役場3階 講堂
- 申し込み方法:電話または電子メールにて事前にお申込みください。建設水道課 環境係 ☎79-7933 (直通) 電子メール kankyo@vill.hara.lg.jp

9/11(土) 午前10時から

(申し込み:前日午後4時までに)

- 定員:30名程度(事前申し込み先着順) ※新型コロナウイルス感染症対策のため、一世帯お一人までの参加にご協力ください。
- 持ち物:広報はら9月号と一緒に配布した「家庭ごみ分別の手引き」 ※マスクの着用をお願いします。

9/15(水) 午後7時から

(申し込み:当日午後4時までに)



内容を改訂した「家庭ごみ分別の手引き」(冊子)を広報はら9月号(当月号)と一緒に配布しました。出し方等の詳細は、手引きをご覧ください。

一部のごみの出し方が変わります

令和3年度のごみや資源物の収集日に変更はありません。収集日は、生活総合カレンダーや、4月に配布した「ごみと資源物の分け方・出し方」(10月に再度配布予定です)をご参照ください。また、原村の一般家庭から直接リサイクルセンターに持ち込まれる粗大ごみ等についても、これまでと同様に無料でお受けします。

収集日に変更はありません

☎ 建設水道課 環境係 ☎79-7933 (直通)

不燃物 コンテナ

30cm未満の小型家電が出せます

これまで粗大ごみとして収集していた物の中で、大きさが30cmに満たない小型家電を不燃物コンテナで収集します。



- 携帯音楽プレーヤー
- 家庭用ゲーム機器
- 携帯電話
- キッチンスケール
- DVDプレーヤー
- 電気カミソリ
- 電話機 など

● 大きさ 30cm 以上のものは粗大ごみとなります。

■ 以下のものは大きさにかかわらず不燃物コンテナには出せません。 ■

粗大ごみとして出せるもの

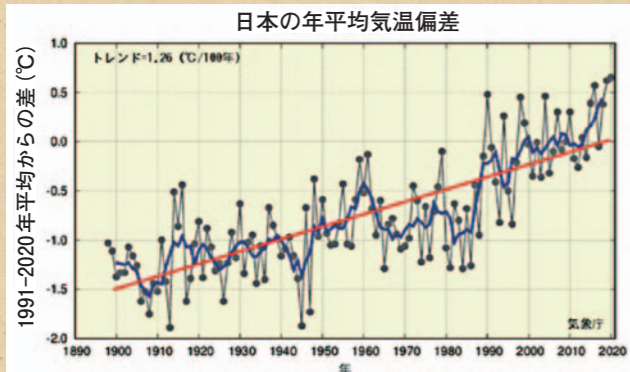
- ディスプレイモニター（液晶、ブラウン管）
- カーテレビ
- 携帯テレビ
- 浴室テレビ（家電リサイクル法対象外のもの）
- パソコン類（タブレット、ノート、デスクトップ）

村では引き取らないもの （家電リサイクル法対象のもの）

- エアコン ● テレビ ● 冷蔵庫
 - 冷凍庫 ● 洗濯機 ● 衣類乾燥機
- ※家電リサイクル法対象のものは、販売店や廃棄物処分業者に処分を依頼してください。

ちょこっと 環境メモ

これから地球温暖化やごみなど環境に関する情報をお伝えしていきますので、よろしくお祈いします。
今回は地球温暖化に関するQ&Aです！



出典：気象庁ホームページ（https://www.data.jma.go.jp/cpdinfo/chishiki_ondanka/p08.html）

Q 地球温暖化ってなんですか？

A 地球温暖化とは、二酸化炭素（CO₂）をはじめとする温室効果ガスが大気中に放出され、地球全体の平均気温が上昇している現象のことです。

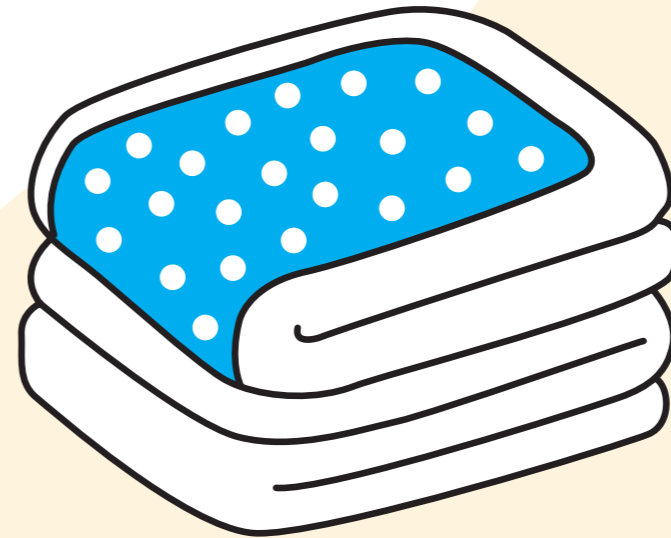
Q 実際どれくらい気温が上がっているの？

A 世界の平均気温は100年あたり約0.73℃上昇、日本の平均気温は約1.26℃上昇しています。

気候変化について詳しく知りたい方はこちらをご覧ください ↓



ふとん 類



- ふとん
- こたつ掛けふとん
- クッション
- 座布団
- マットレス（スプリングなし）

粗大ごみ収集日に
出せなくなります

次の物は「諏訪南清掃センター」へ直接お持ち込みください

- クッションと座布団は折らずに指定袋に入るのは、燃やすごみとして出せます。
- ソファ、スプリング入りのマットレス・クッションは「諏訪南リサイクルセンター」へ直接お持ち込みください（6ページ参照）。

電池

— 収集できる電池の一部追加

これまで村では引き取っていなかった充電式電池（バッテリー電池）、ボタン電池、モバイルバッテリー、ニッカド電池を資源物収集日に収集します。



- ポータブル電源は、「粗大ごみ（燃やさない粗大）」に出してください。
- 充電式電池は、電極部分（+、-部分）にビニールテープ等を貼って絶縁して出してください。

紙 類 — 出し方の変更



- 雑誌：百科事典、絵本、単行本等の厚い表紙、ビニール等は外して出してください。
- その他紙：ビニールや粘着テープ、ホチキス、クリップ等の紙でないものは外して出してください。
- カーボン紙、感熱紙（レシート等）、シュレッダーを通した紙、汚れているもの、濡れたもの等は「燃やすごみ」として出してください。

停電情報お知らせサービス

かんたん設定ガイド

App Store・Google Playから「停電情報お知らせサービス」アプリをダウンロードしてください。



※ご利用可能なiPhoneのバージョンはiOS10以上となります。

※ご利用可能なAndroid™のバージョンはAndroid™6.0以上となります。



ご自分の地域が、現在停電エリアかお調べできます。

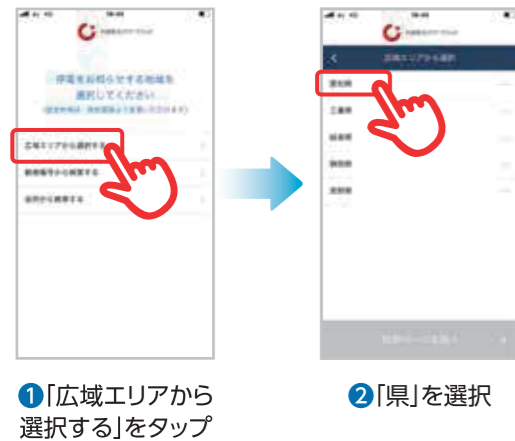
① 初期設定

「停電情報お知らせサービス」アプリをダウンロード後、ホーム画面のアイコンをタップして起動します。



② 地域設定

停電情報の配信を希望する地域を選択してください。「広域エリア」「郵便番号」「住所」の3種類からご登録ができます。(下記は広域エリア選択のイメージ)



お客様の契約地点の停電情報プッシュ通知機能の設定方法



さらに「設定変更」から「供給地点特定番号」のご登録へ

- 5契約分の供給地点特定番号*が登録可能
- 供給地点特定番号毎に、名称の設定が可能

*供給地点特定番号: お客様の受電地点を特定するための22桁の番号です。

お問い合わせ先

中部電力パワーグリッド(株)ネットワークコールセンター
0120-985-232

受付時間 月～金曜 / 9:00～17:00

※土曜、日曜、祝日、年末年始はお休みさせていただきます。

WEBチャットのご案内

停電・電気設備に関するお問い合わせはWEBチャットでも受付しております! ぜひ、ご活用ください。

受付時間 24時間365日



ごみの持ち込み施設

ごみステーションや粗大ごみ収集日に出せないごみは下記の施設へ持ち込んでください。



諏訪南清掃センター
茅野市米沢2000番地3
TEL 71-1633

受け入れ日:
月曜日から土曜日
(毎週日曜日と年末年始12/31から1/3は休業)

受け入れ時間:
午前9時から午後4時30分まで

諏訪南リサイクルセンター
茅野市米沢1787-1
TEL 78-3688

受け入れ日:
月曜日から土曜日
(毎週日曜日と年末年始12/31から1/3は休業)

受け入れ時間:
午前9時から午後4時30分まで

- 品目によって持ち込み先が異なります。事前に諏訪南清掃センターへご確認ください。
- 処分料は無料です。

持ち込みの区別

諏訪南清掃センター

- [燃やすごみ]
- [燃やす粗大]
- ・ふとん類
- ・マットレス(金属なし)
- ・大きい座布団(クッション)
- ・ソファ(金属なし)
- ・はぜ棒 など

諏訪南リサイクルセンター

- [資源物]
 - [燃えないごみ]
 - [燃やさない粗大]
 - ・マットレス(金属あり)
 - ・ソファ(金属あり)
 - ・エレクトーン、オルガン、木製家具 など
- ※タイヤチェーン、こたつ灰も直接持ち込みに限り引き取ります。指定の「燃やすごみ」の袋に入れて持ち込んでください。

医療費通知について

医療費通知は、被保険者の皆様が受診状況を確認し、日ごろの健康管理に活かすことを目的としています。

また、医療に対する認識を深めることで医療費の増加が抑えられ国民健康保険財政の健全な運営が期待されます。

なお、医療費通知は、所得税確定申告の医療費控除の医療費明細書として使用することができます。

詳細は、国税庁ホームページをご覧ください。



国税庁HP

医療費通知の発送時期

発送時期(予定)	診療月
令和3年 9月 発送	令和3年1、2、3、4、5月診療分
令和4年 2月 発送	令和3年6、7、8、9、10月診療分

※申告手続きに間に合わない診療月(令和3年11月、12月診療分)は、別途領収書に基づいて「医療費控除の明細書」を作成し、その明細書を申告書に添付していただく必要があります。

- 問** 医療費控除に係るお問い合わせ 税務署 諏訪税務署 ☎52-1390
 医療費通知に係るお問い合わせ 保健福祉課 医療給付係 ☎79-7926(直通)

後発医薬品(ジェネリック医薬品)利用差額通知について

ジェネリック医薬品とは、先発医薬品(新薬)の特許が切れた後に同一成分(効能・効果等)の医薬品と申請され、厚生労働省の認可のもとで製造・販売された新薬より安価な医薬品のことです。

個人の医療費負担軽減はもとより、国民医療費全体の負担を軽減できる医薬品です。

利用差額通知は、ジェネリック医薬品に切り替えることにより個人の医療費負担がどの程度軽減されるかを確認することができます。

ジェネリック医薬品を利用する場合は、医師や薬剤師に相談しましょう。

また、原村役場1F医療給付係窓口にてジェネリックシールを配布していますのでご利用ください。

後発医薬品(ジェネリック医薬品)利用差額通知の発送時期

発送時期(予定)	対象月
令和3年 9月 発送	令和3年4月調剤分
令和4年 2月 発送	令和3年10月調剤分

※生活習慣病(高血圧症、糖尿病等)や慢性疾患等への効果を持つ医薬品を通知対象としています。



- 問** 国保中央会コールセンター ☎0120-53-0006
 保健福祉課 医療給付係 ☎79-7926(直通)

健康スタイルアップ教室のご案内

(令和3年度国保保健指導事業)

家の中で簡単にできる運動を通して、運動習慣の定着と生活習慣病の予防、スタイルアップを目指します。教室では、体調改善のための体にやさしい簡単な体操を行います。奮ってご参加ください。

こんな方におすすめです!

- スタイル(体型)を良くしたい
- 健康的にダイエットしたい
- 腰痛・肩こり・ひざ痛を緩和したい
- 血圧を安定させたい
- カラダの調子を良くしたい
- 血糖値や中性脂肪など健診数値を改善したい



実施風景

講師

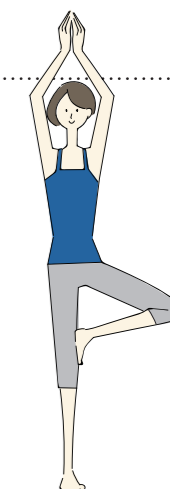
小林あかね先生

(NSCAパーソナルトレーナー・NCAプロフェッショナルコンディショニングトレーナー)

募集要項

- 募集人数 先着30名
- 参加資格 国保加入者で健康体力づくりに取り組みたい方
*現在、高血圧や心疾患など治療中の方で、医師から運動を止められている方は参加できません。
- 申込方法 お電話にて保険福祉課健康づくり係までお申込みください
※新型コロナウイルス感染症の影響により、開催日程が変更になる場合があります。

- 時間 午後1時30分～午後3時(午後1時受付)
- 場所 原村社会体育館
※変更する場合があります。
- 参加費用 無料
- 持ち物 運動ができる服装、タオル、飲み物、ヨガマット(バスタオルでも可)、運動靴
※新型コロナウイルス感染予防の為、お越しの際は体温の計測とマスクの着用をお願いします。
- お願い
・車でお越しの方は、原村中央公民館の駐車場をご利用ください。
・運動講座開始前に血圧測定を行います。血圧が高い方は講座の内容により、参加を控えていただく場合があります。



日程	講師
9月 29日(水)	小林あかね先生 NSCAパーソナルトレーナー、NCAプロフェッショナルコンディショニングトレーナー
10月 13日(水)・27日(水)	
11月 10日(水)・24日(水)	※初回と最終日は計測があります。早めにお越しください。
12月 1日(水)・22日(水)	
1月 26日(水)	
2月 9日(水)・16日(水)	

- 問** 保健福祉課 健康づくり係 ☎75-0228(直通)