



## リサイクルQ&A

今月はこれからの季節によく出てくる物の分別を紹介します。

下に表示されている番号は、「ごみ分別ポスター」内の番号です。

ごみ分別の手引きとポスターをお持ちでない方は福祉課環境係と野方支所で配付しています。



ふたと容器を  
②① プラスチック類に分別  
ふた以外は取り外しが出来ませんのでそのままプラスチック類の指定袋へ！



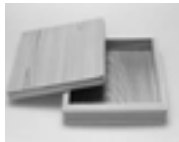
②① プラスチック類と②⑥ 一般ごみの分別  
ふたと外の容器は ②① プラスチック類として資源ごみ袋へ！  
直接煙の出る容器は②⑥ 一般ごみになります！



スプレータイプの殺虫剤は ②② スプレー缶専用のコンテナへ  
スプレー缶は2ヶ所以上穴をあけてからスプレー缶のコンテナへ移します！



① 空き缶と②③ 雑金属の分別  
ふたと容器は一緒に① 空き缶の指定袋へ！  
線香を立てる金具は②③ 雑金属のコンテナへ！



ソーメンなどの木箱



割り箸

ソーメンなどの木箱は②④ 割り箸・串類のコンテナへ  
割り箸・串（竹製・木製）の分別はコンテナに入る大きさの物で純粋な竹製および木製のものが対象になります。

【問い合わせ先】 大崎町役場 福祉課 環境係 476 - 1111 (内線 133)



## 保健師だよ！

## 『ドライアイってどんな病気？』

『ドライアイ』とは、涙の量が減ったり涙の成分が変わってしまふことで、目が乾き、角膜や結膜に障害がおこる病気です。  
放っておくと、視力が低下したり、目を開けづらくなります。目が疲れやすい、目が重い、目が充血する、目がゴロゴロする、目が乾くなどの症状があります。自分では気づきにくいのが難点です。  
パソコンやテレビなど長時間にわたり見続けたり、編み物や針仕事をしたり、長時間の運転や一日中エアコンの効いたところにいる場合など、ドライアイになりやすいので気をつけましょう。

普段私たちの目は、まばたきをして目の表面を潤しています。涙の質や量が低下したり、蒸発するとまばたきしても潤せず『目が乾く』という症状で角膜にキズがついた状態になるのです。

では、どうしたら、ドライアイを防ぐことができるのでしょうか。

### 『ドライアイを防ぐポイント』

- ① 長時間同じ作業をせず、適度に休憩をしましょう。
- ② 意識してまばたきしたり、涙に潤いを与える点眼薬をさしましょう。
- ③ 冬の暖房には加湿器も利用しましょう。
- ④ エアコンの風が直接当たらないように気をつけましょう。
- ⑤ 症状がひどい場合は、病院で治療しましょう。



健康に関する相談は、保健センターへお気軽にどうぞ！！

476 - 1111 (内線 146・147)