

1月の町のイベント&ごみ・資源収集カレンダー

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
						1/1 ◎休み
2 ◎休み	3 ◎休み	4 ●官公庁仕事始め	5 ◎消費生活相談 ●リフレッシュ体操	6 ●リフレッシュ体操	7 ◎消費生活相談	8 ○土曜開庁(午前) ●月例ハイキング大会 ◎おはなし会
		A 不燃・有害 B 可燃	A 紙・布 B	A 可燃 B 不燃・有害	A プラ B 可燃	
9	10 ◎休み	11 ◎休み	12 ◎消費生活相談	13 ◎乳児健康診査 ●リフレッシュ体操	14 ◎消費生活相談	15 ○土曜開庁(午前) ◎論語を楽しむ
	A 可燃 B びん缶・プラ	A ペット B 可燃	A B 紙・布	A 可燃 B ペット	A びん缶・プラ B 可燃	
16	17 ◎生活習慣病健康相談 ◎休み	18	19 ◎消費生活相談 ◎弁護士・行政相談 ●リフレッシュ体操	20 ◎2歳児歯科教室 ●リフレッシュ体操	21 ◎消費生活相談 ①出前保育 ◎弁護士・行政相談 ◎万葉集講座	22 ○土曜開庁(午前) ◎本に親しむ会 ◎古文書入門講座
	A 可燃 B プラ	A 不燃・有害 B 可燃	A 紙・布 B	A 可燃 B 不燃・有害	A プラ B 可燃	
23	24 ◎休み ◎健康相談	25 ①あそぼう会	26 ◎消費生活相談 ①あそぼう会	27 ◎育児相談 ◎健診結果説明会	28 ◎消費生活相談	29 ○土曜開庁(午前)
	A 可燃 B びん缶・プラ	A ペット B 可燃	A B 紙・布	A 可燃 B ペット	A びん缶・プラ B 可燃	
30	31 ◎休み ◎栄養相談	2/1	2/2 ◎消費生活相談 ●リフレッシュ体操	3 ●リフレッシュ体操	4 ◎消費生活相談 ◎司法書士相談	5 ○土曜開庁(午前) ◎おはなし会
	A 可燃 B プラ	A 不燃・有害 B 可燃	A 紙・布 B	A 可燃 B 不燃・有害	A プラ B 可燃	

◎=まなびあい(24ページ)、⊗=保健(18ページ)、⊕=相談(26ページ)、①=すすく(17ページ)、Ⓜ=図書館(25ページ)

1月のハイキング

武蔵越生七福神めぐりコース(約13.1km)

— 7つの寺をめぐり、幸せな1年のスタート —

ご都合にあわせ、お好きな日にお歩きください。

受付 午前8時30分～9時 越生駅西口総合案内所
午前9時～午後5時 越生町観光案内所オーテック

コース 越生駅→法恩寺→正法寺→弘法山→最勝寺
→円通寺→龍徳寺→全洞院→黒山バス停

※第2土曜日の大会は、新型コロナウイルスの感染予防と拡大防止の観点から中止します。
※越生町健康マイレージ事業の対象(月に1度の押印・10P)になります。
※受付時に月例ハイキングの参加カードとマイレージのカードをお持ちください。

Ⓜ産業観光課 観光商工担当 ☎内線147

下段はゴミと資源の収集日

(A地区=八高線西側、B地区=八高線東側)

可燃・可燃ごみ、不燃・有害・不燃ごみ・有害ごみ、びん缶・びん類・かん類、紙・布・紙類・布類、ペット・ペットボトル、プラ:その他容器包装プラスチック
可燃ごみ/高倉クリーンセンター ☎271-1500
不燃ごみ・資源ごみ(紙・布類を除く)/川角リサイクルプラザ ☎294-4115
粗大ごみ/戸別有料収集受付専用ダイヤル ☎272-3344

1月の納税(2月1日まで)

国民健康保険税 第7期

※バーコード印字のある納付書は、納期限内に限りコンビニやスマホ決済アプリでの納付に使用できます。スマホ決済アプリでは、「いつでも」「どこでも」スマホを使って納税ができます。詳しくは納付書をご覧ください。

Ⓜ税務課 収税担当 ☎内線132

保健センター
からこんにちは!

冬のスキンケア

冬になると、顔、手、全身の乾燥が気になります。今回は冬の乾燥からお肌を守る方法をご紹介します。

冬はなぜ乾燥肌になりやすいのか?

冬は空気が乾燥している→肌の水分が蒸発していき、乾燥肌になりやすい。
冬は気温が低い→体温の低下を防ぐために、血管が収縮し、血流が悪化します。
その結果肌に栄養が届きにくいため、乾燥肌や肌荒れになりやすい。

3つの大敵。ヨゴレ、ヌレ、コスレ、を予防しよう!

汚れ→肌を清潔にしましょう。
濡れ→水分は良くふき取りましょう。手指のアルコール消毒はきちんと乾燥させましょう。
擦れ→マスクや肌着などは、手触り、吸湿性、静電気などを確認しましょう。

◎お肌にいい食事。バランスよく食べよう!◎

タンパク質→肉、魚、卵、大豆製品
ビタミンA→レバー、緑黄色野菜(ニンジン、ほうれん草など)
ビタミンC→赤ピーマン、ブロッコリー、キウイフルーツ、イチゴ
ビタミンE→ナッツ類(アーモンド、ヘーゼルナッツなど)
ビオチン→卵、レバー、ししゃも、大豆

Ⓜ保健センター ☎292-5505

町民相談

ちやうみんぞうだん

◎司法書士相談
日時 2月4日(金) 午前10時
場所 203会議室
※要予約(先着順)
Ⓜ総務課 自治振興担当
☎内線216

◎弁護士相談
日時 1月21日(金) 午前10時
場所 301会議室
※要予約(先着順)
Ⓜ総務課 自治振興担当
☎内線216

◎人権相談
日時 2月10日(木) 午前10時
場所 301会議室
※要予約(先着順)
Ⓜ総務課 自治振興担当
☎内線216

◎行政相談
日時 1月21日(金) 午前10時
場所 203会議室
※要予約(先着順)
Ⓜ総務課 自治振興担当
☎内線216

◎消費生活相談
日時 毎週水・金曜日 午前10時～正午
場所 産業観光課窓口
※電話相談あり
Ⓜ産業観光課 観光商工担当

◎年金相談
日時 平日 午前9時～11時、午後1時～4時
場所 町民課窓口
Ⓜ内線147

◎子育て相談
日時 平日 午前9時～11時、午後1時～4時
場所 子育て支援課窓口
Ⓜ内線162

◎教育相談
日時 平日 午前9時～11時、午後1時～4時
場所 中央公民館相談室
Ⓜ内線503

◎VUVOの相談
日時 平日 午前9時～11時、午後1時～4時
場所 総務課窓口
Ⓜ内線212

VUVOの110番

新型コロナウイルス感染症の検査キットを使用する際の「トラブル」にご注意ください

新型コロナウイルス感染症の検査キットは、体調が気になる場合や旅行・イベント前に自身の状態について確認したい場合などに、感染についてチェックできるため高い関心が寄せられています。

しかし、一方で「検査キットを使って検査したら陰性だったが、実際は陽性だった」、「インターネット通販でキットを購入し、検査をしたが結果が送られてこない」、「検査のための血液がうまく採取できない」などの検査結果や使用方法に関するトラブルが増加しています。

【トラブルにあわないためのポイント】

- 消費者へのアドバイス
①検査キットの結果だけでは、新型コロナウイルスに感染しているかを正確に判断することはできません。発熱などの症状がある場合は、医療機関を受診してください。
- 悪質なインターネットサイトで取引をしないために、販売者の住所や電話番号、責任者名などをよく確認しましょう。
- 利用前に検体のとり方を理解した上で利用することが重要です。確認してもよく分からない点は、事業者にお問い合わせください。