

令和5年度版 健康カレンダー



◆日程等は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和5年
(2023年)

4月 April
うづき
卯月

5 | 日 月 火 水 木 金 土
1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26 27
28 29 30 31

日	月	火	水	木	金	土
						1 赤口 保育所入所式 収集休み
2 先勝	3 友引  可燃ごみ	4 先負  雑誌(のり製本)・ダンボール	5 仏滅  可燃ごみ	6 大安  茶色ビン	7 赤口  可燃ごみ	8 先勝  アルミ・スチール缶
9 友引	10 先負  可燃ごみ	11 仏滅  ペットボトル・紙パック	12 大安  可燃ごみ	13 赤口  不燃ごみ	14 先勝  可燃ごみ	15 友引 収集休み
16 先負	17 仏滅  可燃ごみ	18 大安  雑誌(ホチキス製本)・新聞等	19 赤口  可燃ごみ	20 先負  無色・その他のビン	21 仏滅  可燃ごみ	22 大安  アルミ・スチール缶
23 赤口	24 先勝  可燃ごみ	25 友引  ペットボトル・白色トレイ	26 先負  可燃ごみ	27 仏滅  粗大ゴミ・小型家電	28 大安  可燃ごみ	29 赤口 昭和の日 収集休み
30 先勝						

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和5年
(2023年)

5月
May
さつき
皐月

6	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	

日	月	火	水	木	金	土
	1 友引	2 先負	3 憲法記念日 仏滅	4 みどりの日 大安	5 こどもの日 赤口	6 先勝
	可燃ごみ	雑誌(のり製本)・ダンボール	可燃ごみ	茶色ビン	可燃ごみ	収集休み
7 母の日 友引	8 先負	9 仏滅	10 大安	11 赤口	12 先勝	13 友引
	可燃ごみ	ペットボトル・紙パック	可燃ごみ	不燃ごみ	可燃ごみ	アルミ・スチール缶
14 先負	15 仏滅	16 大安	17 赤口	18 献血 先勝	19 友引	20 小・中学校合同体育祭 仏滅
	可燃ごみ	雑誌(ホチキス製本)・新聞等	可燃ごみ	無色・その他のビン	可燃ごみ	収集休み
21 大安	22 赤口	23 先勝	24 友引	25 先負	26 仏滅	27 大安
	可燃ごみ	ペットボトル・白色トレイ	可燃ごみ	粗大ゴミ・小型家電	婦人科検診 可燃ごみ	アルミ・スチール缶
28 赤口	29 先勝	30 友引	31 先負			
	可燃ごみ	収集休み	可燃ごみ			

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和5年
(2023年)

6月

June
みなづき
水無月

7	日	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30	31					

日	月	火	水	木	金	土
				1 仏滅	2 大安	3 赤口
				 茶色ビン	 可燃ごみ	収集休み
4 先勝	5 友引	6 先負	7 仏滅	8 大安	9 赤口	10 先勝
	 可燃ごみ	 雑誌(のり製本)・ダンボール	 可燃ごみ	 不燃ごみ	 可燃ごみ	 アルミ・スチール缶
11 友引	12 先負	13 仏滅	14 大安	15 赤口	16 先勝	17 友引
	 可燃ごみ	 ペットボトル・紙パック	 可燃ごみ	 無色・その他のビン	総合健診	総合健診
					 可燃ごみ	収集休み
18 大安	19 赤口	20 先勝	21 友引	22 先負	23 仏滅	24 大安
	 可燃ごみ	 雑誌(ホチキス製本)・新聞等	 可燃ごみ	 粗大ゴミ・小型家電	 可燃ごみ	 アルミ・スチール缶
25 赤口	26 先勝	27 友引	28 先負	29 仏滅	30 大安	
	 可燃ごみ	総合健診	 可燃ごみ	収集休み	 可燃ごみ	
		 ペットボトル・白色トレイ				

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和5年
(2023年)

7月 July
ふみつき
文月

8 | 日 月 火 水 木 金 土
 6 7 8 9 10 11 12
 13 14 15 16 17 18 19
 20 21 22 23 24 25 26
 27 28 29 30 31

日	月	火	水	木	金	土
						1 赤口 収集休み
2 先勝	3 友引 可燃ごみ	4 先負 雑誌(のり製本)・ダンボール	5 仏滅 可燃ごみ	6 大安 茶色ビン	7 赤口 可燃ごみ	8 先勝 アルミ・スチール缶
9 友引	10 先負 乳幼児健診 可燃ごみ	11 仏滅 ペットボトル・紙パック	12 大安 可燃ごみ	13 赤口 不燃ごみ	14 先勝 可燃ごみ	15 友引 保育所夏まつり 収集休み
16 先負	17 仏滅 海の日 可燃ごみ	18 赤口 雑誌(ホチキス製本)・新聞等	19 先勝 可燃ごみ	20 友引 無色・その他のビン	21 先負 可燃ごみ	22 仏滅 アルミ・スチール缶
23 大安	24 赤口 可燃ごみ	25 先勝 ペットボトル・白色トレイ	26 友引 可燃ごみ	27 先負 粗大ゴミ・小型家電	28 仏滅 可燃ごみ	29 大安 収集休み
30 赤口	31 先勝 可燃ごみ					

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和5年
(2023年)

8月

August
はづき
葉月

9	日	月	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7	8	1
	10	11	12	13	14	15	2
	17	18	19	20	21	22	9
	24	25	26	27	28	29	16
							23
							30

日	月	火	水	木	金	土
		1 友引  雑誌(のり製本)・ダンボール	2 先負  可燃ごみ	3 仏滅  茶色ビン	4 大安  可燃ごみ	5 赤口 収集休み
6 先勝	7 友引  可燃ごみ	8 先負  ペットボトル・紙パック	9 仏滅  可燃ごみ	10 大安  不燃ごみ	11 赤口 山の日  可燃ごみ	12 先勝  アルミ・スチール缶
13 友引	14 先負 二十歳の集い  可燃ごみ	15 仏滅  雑誌(ホチキス製本)・新聞等	16 先勝  可燃ごみ	17 友引  無色・その他のビン	18 先負  可燃ごみ	19 仏滅 収集休み
20 大安	21 赤口  可燃ごみ	22 先勝  ペットボトル・白色トレイ	23 友引  可燃ごみ	24 先負  粗大ゴミ・小型家電	25 仏滅  可燃ごみ	26 大安  アルミ・スチール缶
27 赤口	28 先勝  可燃ごみ	29 友引 収集休み	30 先負  可燃ごみ	31 仏滅 収集休み		

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和5年
(2023年)

9月

September
ながつき
長月

10	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31				

日	月	火	水	木	金	土
					1 大安	2 赤口
					可燃ごみ	収集休み
3 先勝	4 友引	5 先負	6 仏滅	7 大安	8 赤口	9 先勝
	可燃ごみ	雑誌(のり製本)・ダンボール	可燃ごみ	茶色ビン	可燃ごみ	アルミ・スチール缶
10 友引	11 先負	12 仏滅	13 大安	14 赤口	15 友引	16 先負
	可燃ごみ	ペットボトル・紙パック	可燃ごみ	不燃ごみ	可燃ごみ	収集休み
17 仏滅	18 大安 敬老の日	19 赤口	20 先勝	21 友引	22 先負	23 仏滅 秋分の日
	可燃ごみ	雑誌(ホチキス製本)・新聞等	可燃ごみ	無色・その他のビン	可燃ごみ	アルミ・スチール缶
24 大安	25 赤口	26 先勝	27 友引	28 先負	29 仏滅	30 大安
	可燃ごみ	ペットボトル・白色トレイ	可燃ごみ	粗大ゴミ・小型家電	可燃ごみ	収集休み

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和5年
(2023年)

10月

October
かなづき
神無月

11	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30			

日	月	火	水	木	金	土
1 赤口	2 先勝  可燃ごみ	3 友引  雑誌(のり製本)・ダンボール	4 先負  可燃ごみ	5 仏滅  茶色ビン	6 大安  可燃ごみ	7 赤口 収集休み
8 先勝	9 友引 スポーツの日  可燃ごみ	10 先負  ペットボトル・紙パック	11 仏滅  可燃ごみ	12 大安  不燃ごみ	13 赤口  可燃ごみ	14 先勝 <u>風中祭</u>  アルミ・スチール缶
15 先負	16 仏滅  可燃ごみ	17 大安  雑誌(ホチキス製本)・新聞等	18 赤口  可燃ごみ	19 先勝  無色・その他のビン	20 友引  可燃ごみ	21 先負 <u>小学校学芸会</u> 収集休み
22 仏滅	23 大安  可燃ごみ	24 赤口 <u>インフル・乳幼児①</u>  ペットボトル・白色トレイ	25 先勝  可燃ごみ	26 友引  粗大ゴミ・小型家電	27 先負 <u>総合健診</u>  可燃ごみ	28 仏滅  アルミ・スチール缶
29 大安	30 赤口 <u>乳幼児健診</u>  可燃ごみ	31 先勝 収集休み				

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和5年
(2023年)

11月

November
しもつき
霜月

12	日	月	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	31	25	26	27	28	29
							30

日	月	火	水	木	金	土
			1 友引  可燃ごみ	2 先負  茶色ビン	3 文化の日 仏滅  可燃ごみ	4 大安 収集休み
5 赤口	6 先勝  可燃ごみ	7 友引  雑誌(のり製本)・ダンボール	8 先負 インフル・小学生①  可燃ごみ	9 仏滅  不燃ごみ	10 大安  可燃ごみ	11 赤口  アルミ・スチール缶
12 先勝	13 仏滅  可燃ごみ	14 大安  ペットボトル・紙パック	15 赤口  可燃ごみ	16 先勝  無色・その他のビン	17 友引  可燃ごみ	18 保育所発表会 先負 収集休み
19 仏滅	20 大安  可燃ごみ	21 赤口 インフル・乳幼児②  雑誌(ホチキス製本)・新聞等	22 先勝  可燃ごみ	23 勤労感謝の日 友引  粗大ゴミ・小型家電	24 先負  可燃ごみ	25 仏滅  アルミ・スチール缶
26 大安 乳がん検診	27 赤口  可燃ごみ	28 先勝  ペットボトル・白色トレイ	29 友引 インフル・中学生  可燃ごみ	30 先負 収集休み		

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和5年
(2023年)

12月

December
しわす
師走

1	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

日	月	火	水	木	金	土
					1 仏滅 可燃ごみ	2 大安 収集休み
3 赤口	4 先勝 可燃ごみ	5 友引 雑誌(のり製本)・ダンボール	6 先負 可燃ごみ	7 仏滅 茶色ビン	8 大安 可燃ごみ	9 赤口 アルミ・スチール缶
10 先勝	11 友引 可燃ごみ	12 先負 ペットボトル・紙パック	13 大安 インフル・小学生② 可燃ごみ	14 赤口 不燃ごみ	15 先勝 可燃ごみ	16 友引 収集休み
17 先負	18 仏滅 可燃ごみ	19 大安 雑誌(ホチキス製本)・新聞等	20 赤口 可燃ごみ	21 先勝 無色・その他のビン	22 友引 可燃ごみ	23 先負 アルミ・スチール缶
24 仏滅	25 大安 可燃ごみ	26 赤口 ペットボトル・白色トレイ	27 先勝 可燃ごみ	28 友引 粗大ゴミ・小型家電	29 先負 可燃ごみ	30 仏滅 収集休み
31 大安						

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和6年
(2024年)

1月

January
むつき
睦月

2	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29			

日	月	火	水	木	金	土
	1 赤口 元 日	2 先勝	3 友引	4 先負 消防団出初式	5 仏滅	6 大安
	収集休み	収集休み	収集休み	 茶色ビン	 可燃ごみ	収集休み
7 赤口	8 先勝 成人の日	9 友引	10 先負	11 赤口	12 先勝	13 友引
	 可燃ごみ	 雑誌(のり製本) ダンボール	 可燃ごみ	 不燃ごみ	 可燃ごみ	 アルミ・スチール缶
14 先負	15 仏滅	16 大安	17 赤口	18 先勝	19 友引	20 先負
	 可燃ごみ	 ペットボトル・紙パック	 可燃ごみ	 無色・その他のビン	 可燃ごみ	収集休み
21 仏滅	22 大安	23 赤口	24 先勝	25 友引	26 先負	27 仏滅
	 可燃ごみ	 雑誌(ホチキス製本)・新聞等	 可燃ごみ	 粗大ゴミ・小型家電	 可燃ごみ	 アルミ・スチール缶
28 大安	29 赤口	30 先勝	31 友引			
	 可燃ごみ	 ペットボトル・白色トレイ	 可燃ごみ			

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和6年
(2024年)

2月

February
きさらぎ
如月

3	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	31	25	26	27	28	29	30

日	月	火	水	木	金	土
				1 先負	2 仏滅	3 大安
				 茶色ビン	 可燃ごみ	収集休み
4 赤口	5 先勝	6 友引	7 先負	8 仏滅	9 大安	10 先勝
	 可燃ごみ	 雑誌(のり製本)・ダンボール	 可燃ごみ	 不燃ごみ	 可燃ごみ	 アルミ・スチール缶
11 友引	12 先負	13 仏滅	14 大安	15 赤口	16 先勝	17 友引
建国記念の日	振替休日					
	 可燃ごみ	 ペットボトル・紙パック	 可燃ごみ	 無色・その他のビン	 可燃ごみ	収集休み
18 先負	19 仏滅	20 大安	21 赤口	22 先勝	23 友引	24 先負
					天皇誕生日	
	 可燃ごみ	 雑誌(ホチキス製本)・新聞等	 可燃ごみ	 粗大ゴミ・小型家電	 可燃ごみ	 アルミ・スチール缶
25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 先勝	29 友引		
	乳幼児健診					
	 可燃ごみ	 ペットボトル・白色トレイ	 可燃ごみ	収集休み		

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

令和6年
(2024年)

3月 March
やよい
弥生

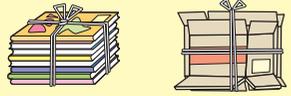
4 | 日 月 火 水 木 金 土
1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26 27
28 29 30

日	月	火	水	木	金	土
					1 先負  可燃ごみ	2 仏滅 収集休み
3 大安	4 赤口  可燃ごみ	5 先勝  雑誌(のり製本)・ダンボール	6 友引  可燃ごみ	7 先負  茶色ビン	8 仏滅  可燃ごみ	9 大安  アルミ・スチール缶
10 友引	11 先負  可燃ごみ	12 仏滅  ペットボトル・紙パック	13 大安  可燃ごみ	14 赤口  不燃ごみ	15 先勝  可燃ごみ	16 友引 収集休み
17 先負	18 仏滅  可燃ごみ	19 大安  雑誌(ホチキス製本)・新聞等	20 赤口 春分の日  可燃ごみ	21 先勝  無色・その他のビン	22 友引  可燃ごみ	23 先負  アルミ・スチール缶
24 仏滅	25 大安  可燃ごみ	26 赤口  ペットボトル・白色トレイ	27 先勝  可燃ごみ	28 友引  粗大ゴミ・小型家電	29 先負  可燃ごみ	30 仏滅 収集休み
31 大安						

掲載している内容は、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

～分ければ資源！ ゴミの分別にご協力ください～【風間浦村】

ごみ収集早見表

月・水・金		燃えるゴミ 	
第1	火曜日	雑誌（のり製本雑誌） ダンボール	
第2		ペットボトル・紙パック	
第3		雑誌（ホチキス製本雑誌）・新聞 雑紙（チラシ・お菓子箱・コピー用紙等）	
第4		ペットボトル・白色トレイ	
第1	木曜日	茶びん	
第2		燃えないゴミ	
第3		無色びん・その他びん	
第4		粗大ゴミ（処理券を貼る）・小型家電（資源ゴミ袋に入れる）	
第2	土曜日	アルミ缶・スチール缶（アルミ缶とスチール缶を分別せず、1つの袋に入れて出してください。）	
第4			
各地区ボックスへ	有害ゴミ	乾電池・蛍光灯・体温計（水銀） 釣り用鉛・ライター（使い切った状態）等 	
販売店へ	回収できないゴミ	テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機・パソコン・バッテリー・刈払い機・チェーンソー等	
分別方法の詳細は、次のページをご覧ください			

ゴミの減量化を目指そう！！

《生ゴミは処理方法でゴミの減量化に大きな差が出ます》

生ゴミの70～80%が水分と言われています

- ◆三角コーナーや排水口に水切りネットをセットしてしぼる！！
- ◆軽く水気を切った生ごみは、新聞紙などに包んで乾燥させることにより次の日のゴミの匂いを抑制します！！

ゴミの排出は、一人一人がマナーを守ることが大切です
左の表を参考に正しいゴミの出し方に努め、ゴミの減量化を図りましょう！

下北地域広域行政事務組合からのお知らせ

一般廃棄物処理施設「アックス・グリーン」へ住民の皆様が直接ゴミを持ち込む場合の料金は下記のとおりです。なお、搬入確認書が必要となりますので、事前にお問い合わせください。また、アックス・グリーンへゴミを持ち込む際は、指定ごみ袋、透明または半透明の袋を使用してください。

直接搬入ごみの料金について（料金：消費税別）	
料金の支払い場所	アックス・グリーン
排出区分	直接搬入料金（10kg当）
家庭から持ち込まれるゴミ	50円（税抜）
事業所から持ち込まれるゴミ	100円（税抜）

（搬入禁止物）

- ◆産業廃棄物・医療廃棄物・消火器・ガスボンベ・コンクリート廃材・石膏ボード・テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機・パソコン・バッテリー・刈払い機・長さ2m以上の粗大ゴミ

（ごみに関する問合せ先）

下北地域広域行政事務組合 廃棄物施設課 TEL 33-8851
風間浦村役場 村民生活課 TEL 35-3111



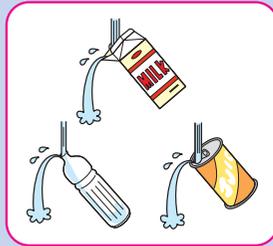
資源ゴミの分別方法



資源袋に入れるゴミ

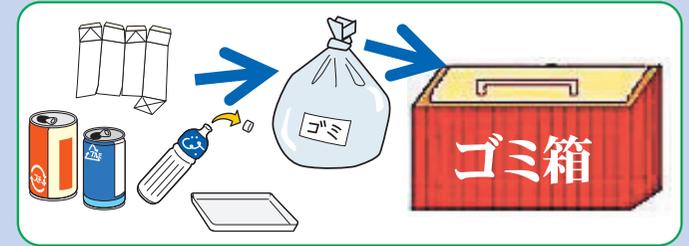
- ▲ペットボトル……飲料水・調理ペットボトル等
- ▲アルミ缶・スチール缶……飲料水・缶詰缶・お菓子缶等
- ▲白色トレイ……食品用トレイ(鮮魚・精肉・惣菜等)
- ▲紙パック……牛乳パック・ジュース類パック
- ▲小型家電製品……炊飯器・電子レンジ・携帯電話等

リサイクルマークがついたもの



★排出方法……ペットボトル・缶類・白色トレイは中を水洗いして水を切り、資源ゴミの袋に入れて出して下さい
紙パックは、中を水洗いし開いて資ゴミの袋に入れて出して下さい。

※ペットボトルの**キャップ**は**可燃ゴミ**に出して下さい。



資源袋に入れないゴミ

- ▲ビン類(茶色)……ビール瓶・一升瓶・飲料水等
- ▲ビン類(透明)……一升瓶・飲料水等
- ▲ビン類(その他)……飲料水・調理ビン等

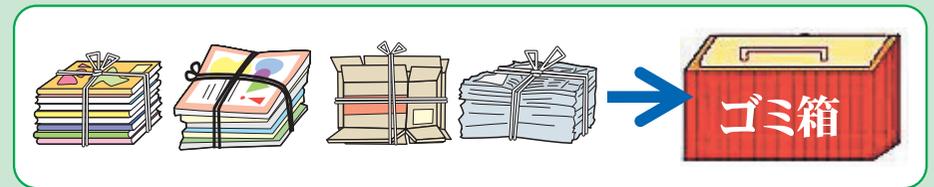
リサイクルマークが付いたもの



★排出方法……中を水洗い後に、色別の回収箱へ出して下さい。
※金属製のキャップや栓、化粧ビン、薬のビンは不燃ゴミに出して下さい。
※プラスチック製のキャップや栓は可燃ゴミに出して下さい。

- ▲紙類……新聞紙・本・雑誌(ホチキス・のり)・ダンボール・雑誌(チラシコピー用紙・ティッシュ箱等)

★排出方法……それぞれの種類に分け(新聞紙とチラシは別々に)片手で持てる重さにして紐できつく縛ってゴミに出して下さい。(水濡れ注意)



各種相談窓口のおしらせ

	事業名	事業内容
母子保健関係	母子健康手帳の交付	<ul style="list-style-type: none"> 母子健康手帳の交付時に妊婦健診無料券14回分の発行と各種パンフレットを配布します。
	妊産婦・新生児・乳児家庭訪問	<ul style="list-style-type: none"> 妊娠前期・後期には家庭訪問をし、妊娠中の保健指導、日常生活のアドバイスや悩み事の相談に応じます。また出産後のお母さんと赤ちゃんの健康相談、保健指導、育児相談、身体計測も行っています。
	予防接種	<ul style="list-style-type: none"> 乳幼児期における予防接種の時期等について随時相談に応じます。
	妊婦学級・育児学級	<ul style="list-style-type: none"> 妊娠期からの赤ちゃんとのふれあいや、こどもの育児方法・食事（離乳食）のことなど、お母さん同士の情報交換の場になっています。
	乳幼児健康診査	<ul style="list-style-type: none"> 村では乳児・1歳児・1歳6か月児・2歳児・3歳児・4歳児・5歳児健診が実施されています。（むつ総合病院小児科医師やちよや歯科医師による健診もあります）
健康づくり関係	健康診査 特定健診・骨密度検診・肝炎ウイルス検査 がん検診（胃・大腸・肺・乳・子宮） ※前立腺がん検診（個別のみ）	<ul style="list-style-type: none"> 集団健診は、特定健診及び各種がん検診を実施しています。 個別検診は、子宮がん検診及び前立腺がん検診を実施しています。 <p>※詳細については、村広報及び毎戸配布チラシにおいて対象者・日程・検査内容、申込み方法・前日や当日の注意事項についてお知らせします。</p>
	健康相談・健康教育・健康手帳の交付	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防（栄養・運動・タバコ等）に対する各種健康相談や健康教育を実施しています。さらに自らの健康管理を目的とした健康手帳の交付も行います。
心の健康づくり関係	精神保健福祉相談事業	<ul style="list-style-type: none"> 精神障害者を対象としたデイケアの開催やご家族の相談に随時対応しています。
	自立支援医療費関係	<ul style="list-style-type: none"> 精神科にかかる医療費の軽減について相談に応じています。
	自殺予防対策事業	<ul style="list-style-type: none"> ご家族や知り合いの方で気になる言動や生活習慣の乱れ、ひきこもりなど随時相談に応じます。また、家族に相談できないなどの心の悩み相談にも応じます。

《相談窓口》 風間浦村総合福祉センター げんきかん 村民生活課 保健衛生グループ ☎35-3111
月曜日～金曜日（祝日除く） 午前8時15分～午後5時まで