

ゼロカーボンアクションに取り組んでみよう！

「ゼロカーボンアクション」とは、脱炭素社会（カーボンニュートラル）実現につながる行動のことです。地球温暖化や気候危機を防ぐために、身近なことから始めてみませんか。

取り組み例

- 照明器具をLEDに切り替える
（年間CO2削減量29.2キログラム、年間約2,108円の節約）
* 蛍光灯は、来年末までに製造・輸入が終了となります。この機会に、LED照明への切り替えをご検討ください。
- 冷蔵庫の開け閉めはなるべく少なくする
（年間CO2削減量5.1キログラム、年間約320円の節約）
- シャワーは不必要に流したままにしない
（年間CO2削減量28.7キログラム、年間約3,210円の節約）



千葉市脱炭素キャラクター
エコ葉

その他の取り組みは、[千葉市 ゼロカーボンアクション](#)

問 脱炭素推進課 ☎245-5199 FAX245-5557

6月は不法投棄防止強化月間

不法投棄をしない！させない！

ごみを道路や空き地に捨てるなど、ごみ出しルールを守らずに捨てることは不法投棄です。ごみの分別・排出ルールを守り、正しく出しましょう。

家電リサイクル対象機器（エアコン・テレビ・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機）の処理方法

- 販売店に引き取りを依頼
- 指定引取場所に自己搬入
詳しくは、家電リサイクル券センター☎0120-319-640へお問い合わせいただくか、ホームページ [家電リサイクル券](#) をご覧ください。
- 市廃棄物リサイクル事業協同組合☎204-5805に収集を依頼

違法な不用品回収業者に注意してください

軽トラックなどで巡回して廃家電製品などの不用品の処理を請け負う業者や、空き地などに拠点を構えて無料回収と看板を掲げている業者は、市の許可を受けておらず、廃棄物の収集や処分を行うことができません。こうした業者による廃家電製品などの回収は、不法投棄や高額な料金を請求されるといったトラブルの要因となります。

私有地にごみを捨てられないよう対策しましょう

土地の所有者・管理者は、私有地のごみを自らの責任で処理しなくてはなりません。フェンスや、環境事業所・区役所で配布している看板を設置しましょう。また、雑草はごみの目隠しとなりますので、定期的に刈りましょう。

問 収集業務課 ☎245-5249 FAX245-5477

ちばしウォーキングポイント

1日6,000歩以上のウォーキングをした方に、ちばシティポイントを付与しています。無理なくできる健康づくりに、今日から取り組んでみませんか？

実施期間 来年3月31日(水)まで

内容 6,000歩以上歩いた日数×3ポイントを翌月10日ごろに付与します。ちばシティポイントは、電子マネー（1ポイント1円相当）や施設利用券などの特典に交換できます。

参加方法 ちばシティポイントアプリをダウンロードし、アプリ内「ヘルスケア」のボタンから連携することで参加できます。詳しくは、[千葉市 ウォーキングポイント](#) または、**【下記】事務局**にお問い合わせください。

* はがきでの参加は昨年度末で終了しました。

問 ちばしウォーキングサポート事務局

☎0570-056-132（平日10:00～17:00）

健康推進課 ☎245-5223 FAX245-5659

76歳になる方へ

歯科健診を受けましょう



今年度、76歳になる後期高齢者医療被保険者を対象として、歯科口腔健康診査（歯科健診）を無料で実施します。受診は1人1回です。

期間 6月1日(月)～来年1月31日(日)

対象 1950年（昭和25年）4月2日～1951年（昭和26年）4月1日生まれの千葉県後期高齢者医療被保険者

受診票 5月下旬に発送

健診項目 口腔診査と口腔衛生指導

- 歯と歯肉の状態（むし歯、歯肉の炎症、かみ合わせなど）
- 口腔機能の状態（舌の動き、物を飲み込む力など）
- 入れ歯の状態
- むし歯、歯周疾患の予防法など

受診方法 協力医療機関に直接予約の上、受診

受診の際に必要な物 受診票、マイナ保険証（または資格確認書）

協力医療機関など詳しくは、[千葉市 後期高齢者歯科健診](#)

問 県後期高齢者医療広域連合給付管理課（歯科健診について）

☎216-5013 FAX206-0085

健康推進課（受診票発行について）☎245-5223 FAX245-5659

6月1日～9月30日は食品衛生夏期対策期間

食中毒を予防しましょう



食中毒予防は、食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」の3原則が重要です。調理・食事の前には必ず流水でせっけんを使ってしっかり手を洗うとともに、家庭でも次の点に十分注意しましょう。

食品の購入 肉・魚・野菜などの生鮮食品は新鮮な物を購入する。

保存 冷蔵・冷凍の必要な食品は、短時間で持ち帰り、冷蔵庫・冷凍庫に入れる。

下準備 調理器具は使用前に洗浄・消毒する。生の肉や魚などの汁が、他の食品に付かないようにする。

調理 加熱調理する食品は、中心温度が75℃で1分間以上（二枚貝などウイルス汚染の恐れがある食品は85～90℃で90秒以上）加熱する。特にレバーなどの内臓は、新鮮なものでもO157やカンピロバクターなどの食中毒菌が付着していることがあるため十分に加熱する。

残った食品 放置せず、清潔な容器に入れ、冷蔵庫・冷凍庫で保存し、早めに食べる。温め直す時も食品全体を十分に加熱する。

問 食品安全課 ☎238-9935 FAX238-9936

感染症を防ぐため蚊にご注意を！

蚊は、ジカ熱、デング熱などの感染症を媒介する場合があります。これらの感染症を防ぐためには、蚊を発生させないこと、蚊に刺されないことが重要です。特に、蚊の幼虫（ボウフラ）対策は、今の時期から始めましょう。



蚊を発生させないために

蚊の成虫は水辺に卵を産み、幼虫は水中で成長します。水たまりをなくすことが、蚊の発生を抑える有効な対策です。

- 側溝は定期的に清掃しましょう。
- 植木鉢の受け皿や空き容器、ビニールシート、古タイヤなどに水をためないようにしましょう。
- くみ置きの水は、週に1回は取り替えましょう。

蚊に刺されないために

- 蚊の多い場所（草むらなど）に行くときは、長袖・長ズボンを着用し、サンダルでも靴下を履くなど、肌の露出を避けましょう。
- 必要に応じて、虫よけ剤や蚊取り線香などを使用しましょう。

問 環境衛生課（蚊の対策）☎238-9940 FAX238-9945

感染症対策課（蚊が媒介する感染症）☎307-7273 FAX238-9932