

いきいきエイジングで、

その人らしく、いきいきと過ごすために

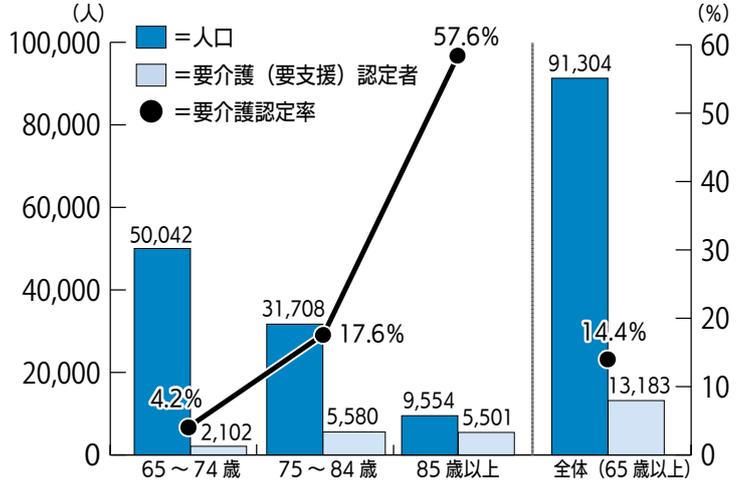


「いきいきエイジング」とは、市の介護予防の愛称です。元気な方も介護が必要な方も、住み慣れた地域で、その人らしくいきいきと年齢を重ねていけるように、介護予防を始めませんか？

増加する要介護認定者

全国的に、近年増加の一途をたどる65歳以上の方の人口。川越市でも今後、後期高齢者(75歳以上)人口が、前期高齢者(65歳から74歳)人口を上回ることが予測され

川越市の要介護(要支援)認定者の割合(平成29年10月1日現在)



ています。

また、要介護(要支援)認定状況を見ると、市では、上表のとおり、75歳から84歳では約6人に1人、85歳以上になると2人に1人が要介護(要支援)認定者という状況です。年齢を重ねても、いきいきと自立した生活を送ることが出来る期間(いわゆる健康寿命)をどのように延ばしていくかが今後、重要となります。

いきいきと過ごすために

健康寿命を延ばすためには、介護予防が重要です。介護予防とは、元気な方がなるべく要介護状態にならないように、そして介護が必要な方もこれ以上悪化させないようにする取り組みのことです。「自分はまだ元気だから介護予防なんて必要ない」と思っていますか？年齢を重ねるにつれて、介護が必要になったり、認知症など

介護予防で大切なこと！

になったりする可能性は誰にでもあります。そのリスクを減らすためには、元気なうちから、また若いうちから予防に取り組むことが大切です。

介護予防の取り組みには、下記のようなものが挙げられます。

介護予防の一つである「運動」を通して、明るく元気に生活をしている方々を紹介します。

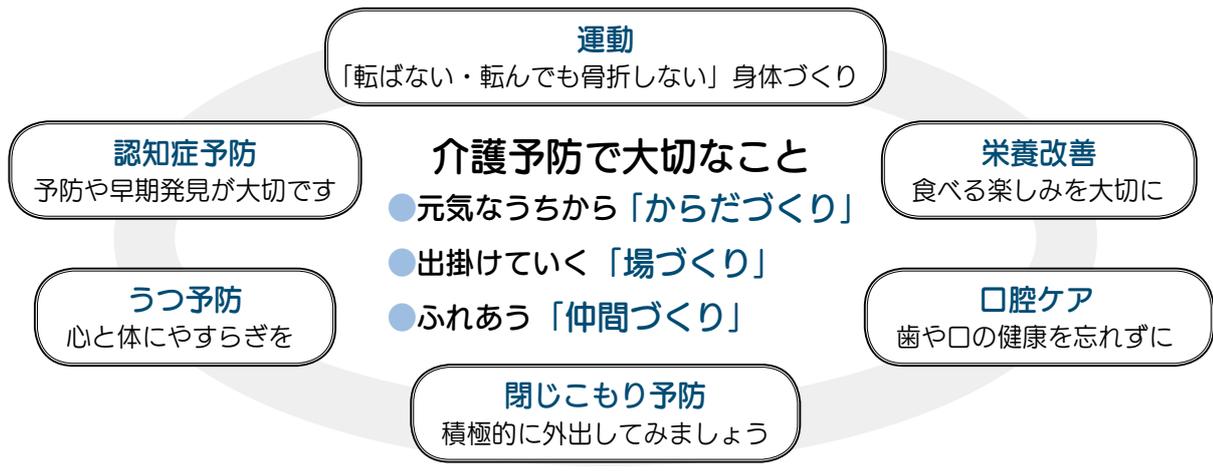
鈴木三郎さん(75歳)



安比奈いもっこクラブで、いもっこ体操を教える介護予防サポーターとして活躍中

なぜ介護予防サポーターに？

8年ほど前に入院をした時、筋力が低下したことで脊椎の病気になる、リハビリを始めました。体が回復した後、地域包括支援セン



地域包括ケア推進課 224-6087
Fax 229-4382

介護予防事業を紹介

市で行われているさまざまな取り組みの一例を紹介いたします。このような地域活動等に参加している方は参加していない方より要介護状態になる可能性が低いというデータがあります。皆さんもぜひ参加してみてください。そのほかの事業等については詳しくは、地域包括ケア推進課にお尋ねください。

■自主グループ活動

自治会館や集会所などで定期的に、いもっこ体操やレクリエーション活動、グループによっては茶話会等を行っています。また、介護予防サポーター等がグループの活動を支援したり、協力したりしています。

●自主グループに参加している方の声



健康の秘けつは体操!

「体操が好き」という渡邊康子さん(左写真中央)は、なんと95歳! 参加している自主グループでは最年長とのこと。「自主グループ

では、皆さんと一緒に体操ができるし、介護予防サポーターも良い方なので、楽しく参加できます」と笑顔で話してくれました。

■介護予防サポーター養成講座

介護予防サポーターになりたい方のための1コース8回の講座です。参加後は同サポーターとして、地域の方が集まる場所などで、いもっこ体操を通じて元気づくりのお手伝いをします。



体操のポイントを学んでいます

■地域包括支援センターとは

市から委託を受けた高齢の方のための総合相談機関です。担当のセンターについて詳しくは、地域包括ケア推進課にお尋ねください。

ターの方に勧められ、介護予防サポーター養成講座を受講しました。3人から始まった自主グループの安比奈いもっこクラブも今では30人になりました。



月2回、楽しく体操しています

1人よりみんなで体操した方が楽しいですし、長く続けることができますね。

また、以前は人前に出たり、話したりすることが苦手でした。介護予防サポーターになってからは、皆さんの前でいもっこ体操を教えたり、たくさんの方と話したりすることが楽しくなりました。さらに、今ではこのグループの活動のほかに、病院でリハビリのボランティアをしています。介護

予防を始めたことで体が回復しただけではなく、活動の幅が広がりました。

■今後について

このグループは、男性が私しかいません。私は定年退職した時、地域の方の顔が分かりませんでした。この活動などを通して、地域の方とのつながりを持つことができました。この活動がもっと広がり、男性の参加が増えてほしいと思います。

関和子さん(77歳)



自主グループのほかに、ハーモニカなどの趣味を楽しんでいます

■介護予防を始めたきっかけ

7年ほど前に脳梗塞で入院したことがきっかけです。デイサービスのリハビリのほかに、自宅の階段を使って自分なりに体を動かしました。そのおかげで体が回復し、デイサービスに行く機会が減ったため、いもっこ体操を始めました。自分自身もこの体操で体が回復したので、この活動を広げたいと思い、今年、介護予防サポーター養成講座を受講しました。

■自主グループ以外の活動

退院後、出掛けるきっかけを作るために、ハーモニカ講座を受講しました。受講後はみんなでクラブを立ち上げ、今でも続けています。また、入院前からやっていたグラウンドゴルフは、週1回のペースで楽しんでいます。お菓子作りなども好きで、さまざまな趣味を楽しめることが健康につながっていると 생각합니다。

川越市の介護予防について 伺いました

市では、介護予防の取り組みを強化するために、機能強化型地域包括支援センターとして理学療法士を配置し、自主グループの支援などを行っています。同センターの理学療法士・佐藤大志さんにお話を伺いました。



リハビリの専門家である理学療法士として、自主グループなどを支援

川越市の介護予防の取り組みは10年の歴史があります。現在、自主グループの数は180か所、介護予防サポーターの数は1000人を超え、地域の実情に合わせた活動が広がっています。また、それだけでなく、ラジオ体操を毎日行っているグループや、老人会、地域サロン、ボランティアなどの活動に熱心に取り組んでいる方もたくさんいます。豊富な活動の場と、参加する元気な地域住民が多いことが川越市の強みである。日々の業務の中で感じています。

介護予防で一番大事なことは、「閉じこもり」を防ぐことです。

家に閉じこもりがちになると、足の筋力だけでなく、記憶力や判断力といった認知機能も徐々に低下し、将来介護が必要になってしまいう可能性が非常に高くなります。「昨年に比べて外出の頻度が減った」「週に1回程度しか外出しない」という方は、自主グループや、市で実施しているさまざまな事業に参加してみてください。

パンフレット等を作成しています

市では、介護予防への理解を深めてもらうため、いきいきエイジングに関するパンフレット等を作成しています。この機会に、ご自身の体調や状況に合わせてできることから介護予防を始めてみませんか。内容等について詳しくは、地域包括ケア推進課にお尋ねください。



やってみよう！ いもっこ体操

いもっこ体操は、バランス・柔軟性・筋力を鍛えるのに効果的です。簡単にできる2つの体操を紹介します。関節などに痛みを感じる場合は、無理をせずに自分のできる範囲で行いましょう。

足全体の運動



椅子を持ち、ひざをゆっくり曲げ、ゆっくり戻す。椅子に座るイメージで、お尻を後ろに引く。4秒で曲げ、4秒で戻す。ひざがつま先より前に出ないようにしましょう。

太もも前側（ひざを伸ばす）運動



足を上げ、ひざを伸ばす。ひざが伸びたらつま先を「クイッ」と上げる。足首の力を抜きながら、足を戻す。3秒で伸ばし、4秒でつま先を上げ、4秒で戻す。

かわごえ都市景観表彰受賞作品決定

都市景観課 ☎224-5961

Fax 225-9800

「かわごえ都市景観表彰」は、歴史と伝統の香る川越の景観に調和し、今後の都市景観を形成していく上で、その先駆け、または象徴と考えられる建築物などを表彰するものです。

都市景観表彰には「都市景観デザイン賞」と「都市景観ポイント賞」があります。審査は、川越市都市景観審議会の景観表彰審査部会員(部会長 Ⅱ工学院大学名誉教授・倉田直道くわた なおみちさん)と、まちかど審査会の一般投票によって行われ、まちかど審査会では293人が投票しました。

●都市景観デザイン賞(写真の5点)

空間を構成する素材全てにバランスが取れ、新しい試みや工夫が盛り込まれ、景観づくりに対する模範となるもの。

●都市景観ポイント賞(該当なし)

景観をつくり出すさまざまな具象的・抽象的要素(ポイント)についての模範となるもの。



龜屋榮泉 南亀楼(幸町)



旭舎文庫(志多町)



稲葉屋本舗・吉仁製菓(元町2丁目)



大正町長屋(連雀町)



小島家店蔵(連雀町)

運転免許の返納を
考えている方へ

ご存じですか? シルバー・サポーター制度

防犯・交通安全課 ☎224-5721
Fax 224-6705

県警では、高齢の方の運転免許自主返納をサポートする「シルバー・サポーター制度」を実施しています。この制度は、同制度に協賛している事業所で「運転経歴証明書」を提示すると、タクシー代金や物品代金が割り引きになるなど、さまざまな特典が受けられる制度です。

運転経歴証明書は、運転免許証の有効期限までに自主的に免許を返納した場合、返納した日から5年以内であれば、返納者本人が申請することで取得できます。申請は、運転免許センターや警察署で受け付けています。また、同証明書は金融機関等の身分証明書としても使用できます。

協賛している事業所には、左の「高齢者運転免許自主返納ロゴマーク」が掲示されています。特典内容について詳しくは、ロゴマークのある事業所にお尋ねください。協賛事業所の一覧は、県警ホームページで確認できます。



問い合わせ：県警交通総務課 ☎048-832-0110

野外焼却は禁止されています

野外焼却(野焼き)は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で、一部の例外を除き禁止されています。また、ダイオキシン類発生の問題などにより近隣住民の迷惑にもなります。状況によっては、5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金、またはこの両方が科されます。

家庭からのごみは、可燃ごみや紙類、その他プラスチック製容器包装などに分別し、それぞれの収集日に出してください。ごみが多量の場合は直接東清掃センター・資源化センターにお持ちください。

事業所からのごみは、一般廃棄物と産業廃棄物に分け、それぞれ適正に処分してください。

なお、野焼きで迷惑を受けている等、お困りの方は次の各課までご相談ください。焼却を行っている場所により、担当課が異なります。

場所	担当課
家の敷地	資源循環推進課 TEL 239-6267 FAX 239-5054
農地	農政課 TEL 24-5939 FAX 24-8712
その他	産業廃棄物指導課 TEL 239-7007 FAX 239-5059

焼却炉には規制があります

環境対策課 TEL 24-5894
FAX 225-9800

法律や条例により、焼却炉に関する基準が定められています。

基準を満たしていない焼却炉は燃焼温度が十分に上がらないなど、不完全燃焼を起こしやすく、ダイオキシン類を多く発生させてしまいます。そのため、基準に合った焼却炉以外は使用が禁止されています。

また、事業所で焼却炉を設置する場合は、規模にかかわらず市への届け出が義務付けられています。設置の予定がある場合は、必ず同課(本庁舎5階)までご連絡ください。

児童保育室で留守家庭の児童を預かります

教育財務課 TEL 24-5107
FAX 224-5086

児童保育室では、両親が働いている等の理由で常時留守になる家庭の児童を預かります。

来年4月から入室を希望する場合は、入室の申請をしてください。引き続き入室を希望する場合も手続きが必要です。

児童保育室の所在地・電話番号は、市ホームページで確認できます。必

ごみ処理とびっくす

容器を確認！ 消火器の処分方法

資源循環推進課 TEL 239-6267
FAX 239-5054

冬は空気が乾燥している上、ストーブなど火の気のある暖房機器を使用する季節です。万一の火災に備え、自宅に消火器を用意している家庭も多いと思いますが、消火器の処分方法はご存じですか？

スプレー缶型の消火器は、他のスプレー缶と同様に「中身を使い切り、缶に穴を開ける」ことで「びん・かん」の日に出すことができます。缶に残っている薬剤は、不燃な紙や布などに吹き付けて「可燃ごみ」として出してください。

公共施設などに設置されているものと同じような赤い圧力容器型の消火器は、市による収集・処理を行っていません。このような消火器の処分については、(社)日本消火器工業会が、消火器を引き取ることでできる販売店(特定窓口)と協力して行っています。近くの特定窓口については、(株)消火器リサイクル推進センターのホームページをご確認いただくか、同課にお尋ねください。



要書類は、12月10日(月)から同課(東庁舎2階)・児童保育室で配布します。
対象：小学生

入室時間：授業終了後～午後6時30分(授業のない日は午前7時30分から)

*日曜日、祝・休日、年末年始を除く。
土曜日は拠点児童保育室(5室)を開

室します。詳しくはお尋ねください。
保育料：1人1か月8000円(減免措置あり)

申し込み：12月10日(月)～来年1月31日(木)に、児童保育室入室申請書・保護者の勤務証明書・児童票を、

直接同課または入室を希望する児童保育室

みんなで守ろう「三ない運動」

選挙管理委員会事務局 ☎224-6120
☎226-7713

- ① 政治家は有権者に寄附を贈らない!
- ② 有権者は政治家に寄附を求めない!
- ③ 政治家から有権者への寄附は受け取らない!

政治家(候補者、候補者になろうとする者、現に公職にある者)が選挙区内の方に対して寄附をすることは、いかなる名義をもってするものであっても禁止されています。また、政治家以外の方が、政治家名義の寄附をすることも禁止されています。ほかに次のようなことが禁止されています。

- 政治家に対する寄附の勧誘、要求の禁止
 - 後援団体の寄附の禁止
 - 時候のあいさつ状の禁止(答礼のための自筆によるものを除く)
 - あいさつを目的とする有料広告の禁止
- 詳しくは、市ホームページをご確認ください(下の二次元バーコードからもアクセスできます)。



市税などの納期のお知らせ

名称	納期限	問い合わせ
国民健康保険税(第6期)	来 年 1月4日(金)	収税課 ☎224-5686 ☎226-2538
後期高齢者医療保険料(第6期)		高齢・障害医療課 ☎224-5842 ☎224-7318
介護保険料(第6期)		介護保険課 ☎224-5817 ☎224-5384

市職員を募集

職員課 ☎224-5553
☎225-2895

平成31年4月1日採用予定の市職員を募集します。詳しくは、12月10日(月)から同課(本庁舎4階)・市民センター等で配布する募集案内をご確認ください(市ホームページからもダウンロード可)。

受験申し込み(郵送不可)

受付日時…12月18日(火)～20日(木)午前9時～午後5時
受付場所…7A 会議室(本庁舎7階)

職種・募集人員・受験資格

受験資格は、平成30年12月20日現在、それぞれ全ての要件を満たしていることが必要です。

■調理員

職種	人数	受験資格
A(保育園等)	1人	●昭和59年4月2日～平成11年4月1日生まれ ●調理師免許を有する
B(学校給食センター)	7人	●昭和59年4月2日～平成11年4月1日生まれ

■任期付職員(任期は、平成31年4月1日から2年間)

職種	人数	受験資格
清掃員	1人	●昭和33年4月2日～平成11年4月1日生まれ ●中型自動車免許(「中型車は中型車(8t)に限る」も可)を有する(AT 限定不可)

「川越市債権管理条例」が 来年1月1日から施行されます

収納対策課 ☎224-6179
☎226-2538

市では、公正で円滑な行財政運営を行うため、「川越市債権管理条例」を制定しました。

同条例では、多岐にわたる市の債権(各種税金・料金・貸付金等)の管理に関する事務処理について必要な事項を定め、一層の債権管理の適正化と効率化を図ります。

主な内容

■債務者に関する情報の利用

複数の債務を滞納している債権者について、必要な範囲内で他の債権の情報も利用し、効率的に滞納整理事務を行うことができるように規定しました。

■債権管理に関する徴収手続き等の規定

市の債権について、期限までに納付がなく、督促等の納付の催告にも応じなかった場合には、差し押さえ等の滞納処分や裁判による強制執行等を行います。

やむを得ない事情により納付が困難な方には、納税猶予等の徴収緩和措置を行います。

■債権の放棄

明らかに徴収の見込みがないと判断できる債権は、債権放棄ができることを規定しました。

年末年始の休業案内

年末年始の公共施設等の休業予定をお知らせします。詳しくは各施設にお尋ねください。

施設名	休業期間	問い合わせ
市役所本庁舎・庁舎分室・東庁舎・小仙波庁舎、市民センター・南連絡所・証明センター	12/29(出)～1/3(休)	☎224-8811 市民センター・南連絡所・証明センターは各施設
* 上記期間中、出生届、死亡届、婚姻届などの受け付けは、本庁舎地下1階当直室で行います。		
自動交付機	12/29(出)～1/3(休)	☎224-5744
コンビニ交付サービス		☎224-5744
上下水道局		☎223-3061
水の窓口：上下水道料金センター		☎249-1911
しごと支援センター		☎238-6700
川越駅東口公共地下駐車場	1/1(祝)	☎226-0081
斎場	1/1(祝)～1/3(休)	☎226-0090
市民聖苑やすらぎのさと		☎226-0090
* 上記期間中、斎場・市民聖苑やすらぎのさとでの火葬・葬儀等の利用はできません。ただし、斎場事務室窓口は、1月3日(休)の午後1時～5時に限り電話受け付け、本予約(火葬許可証の写しと火葬葬儀連絡票の提出)、使用料納入等の受け付けを行います。なお、インターネットでの仮予約は上記期間中も行えます。		
保健・福祉	12/29(出)～1/3(休)	保健所 ☎227-5101
		総合保健センター ☎224-8611
		ふれあい歯科診療所 ☎227-8119
		オアシス ☎228-0200
		小ヶ谷老人憩いの家 ☎245-8494
		高階北老人憩いの家 ☎248-6565
川越駅東口老人憩いの家 ☎228-7717		
東後楽会館 ☎224-3366		
* 西後楽会館は、耐震化工事と内装・設備等の改修工事のため、現在休館中です。		
子育て	12/29(出)～1/3(休)	児童センターこどもの城 ☎225-7289
		川越駅東口児童館 ☎228-7719
		高階児童館 ☎238-9525
		子育て支援センター ☎249-7830

川越シャトル運休…12月29日(土)～1月3日(木)
交通政策課 ☎224-5519

施設名	休業期間	問い合わせ
市立博物館	12/28(金)～1/3(休)	☎222-5399
川越城本丸御殿		☎222-5399
中央図書館	12/28(金)～1/4(金)	☎222-0559
西図書館		☎237-5660
川越駅東口図書館		☎228-7712
高階図書館		☎238-7550
川越まつり会館	12/29(出)～1/1(祝)	☎225-2727
旧山崎家別邸		☎224-5940
市立美術館	12/29(出)～1/3(休)	☎228-8080
各公民館		各施設
さわやか活動館		☎237-4890
やまぶき会館		☎222-4678
メルト		☎233-6711
ジョイフル		☎248-4115
農業ふれあいセンター		☎226-6551
北部地域ふれあいセンター		☎223-7221
東部地域ふれあいセンター		☎236-2360
川越駅東口多目的ホール		☎228-7723
国際交流センター	☎228-7723	
小江戸蔵里	1/1(祝)	☎228-0855
* 12月31日(月)、1月2日(火)・3日(水)は営業時間が変わります。		
ウェスタ川越公共施設	1/2(火)	☎249-3777
* 12月31日(月)、1月1日(祝)・3日(水)は開館時間が変わります。証明センター・南公民館・子育て支援センター・市民相談室・埼玉県川越地方庁舎は12月29日(出)～1月3日(休)が休みです。詳しくはお尋ねください。		
観光案内所(川越駅・本川越駅・仲町)	無休	☎222-5556
川越運動公園	12/28(金)～1/4(金)	☎224-8765
サンライフ川越・芳野台体育館	12/29(出)～1/3(休)	☎225-5445
武道館		☎224-7220
ピコア		☎239-0315
* プールは点検のため、12月28日(金)～1月3日(休)が休みです。		
公園管理事務所	12/29(出)～1/3(休)	☎222-1301
* 2月分の施設利用の申し込みは、1月5日(土)からです。		

12月29日(土)～1月3日(木)の診療機関

- 川越市医師会夜間休日診療所(内・小) 小仙波町2丁目53-1 ☎222-3330
受付時間…午前9時～11時▶午後1時～3時▶午後8時～10時
- 予防歯科センター(急患のみ) 三久保町18-3 ☎224-3891
受付時間…午前9時～11時30分
- 年末年始の当番医(変更になる場合があります。受診の際は当日の当番医にご確認ください)
受付時間…午前9時～午後4時



日程	診療機関名	所在地	電話番号
12月29日(土)	池袋病院(内・外・整外・小・脳外) * 脳神経外科の受付時間は、午前9時～正午。	笠幡3724-6	☎231-1552
12月30日(日)	三井病院(内・外・整外・泌)	連雀町19-3	☎222-5321
12月31日(月)	行定病院(内)	脇田本町4-13	☎242-0382
1月1日(祝)	武蔵野総合病院(内・外)	大袋新田977-9	☎244-6340
1月2日(火)	赤心堂病院(内・外・産・婦・整外)	脇田本町25-19	☎242-1181
1月3日(水)	本川越病院(内・整外)	中原町1丁目12-1	☎222-0533

年末年始のごみ・し尿の収集

■ごみの収集(必ず午前8時までに出示してください)

収集管理課 ☎239-5058 ☎239-5059

年末年始はごみの量が増えるため、収集時間が普段と異なる場合があります。また、引っ越しなどで一度に出る多量のごみや事業系ごみは、集積所に出せません。

①可燃ごみ

コース名	年末の最終日	年始の開始日
月曜日・木曜日コース	12月31日(月)	1月 7日(月)
火曜日・金曜日コース	12月28日(金)	1月 4日(金)

②不燃ごみ・紙類

「不燃ごみ」「有害ごみ」「びん・かん、ペットボトル」「紙類」の収集は、「平成30年度収集日程表」のとおりです。

③その他プラスチック製容器包装

コース名	年末の最終日	年始の開始日
月曜日コース	12月31日(月)	1月 7日(月)
火曜日コース	12月25日(火)	1月 8日(火)
水曜日コース	12月26日(水)	1月 9日(水)
木曜日コース	12月27日(木)	1月10日(木)
金曜日コース	12月28日(金)	1月 4日(金)

■粗大ごみのリクエスト収集(要電話予約)

粗大ごみ収集受付 ☎239-5056 ☎239-5054

一般家庭のタンスやベッドなど。年末年始は予約が大変混み合いますので、ご注意ください。

粗大ごみの収集 (電話予約・有料)	年末の最終日	年始の開始日
	12月28日(金)	1月 4日(金)

■し尿の収集

資源循環推進課 ☎239-6267

☎239-5054

年末年始のし尿の収集については、直接各許可業者へお問い合わせください。

■清掃センターへの自己搬入

東清掃センター☎223-2645 ☎223-2642

資源化センター☎234-0530 ☎234-0529

家庭系ごみの受け付け

年末年始は大変混み合います。時間に余裕を持って搬入してください。搬入できるごみは、「平成30年度家庭ごみの分け方・出し方」で確認してください。ごみ集積所に出せるごみは、ごみ集積所をご利用ください。

受付場所	年末の最終日	年始の開始日
東清掃センター	12月31日(月)	1月 4日(金)
資源化センター		

受付時間…午前8時40分～11時50分▶午後0時45分～4時

区分…東清掃センター＝可燃、不燃、粗大、ペットボトル、有害ごみ▶資源化センター＝可燃、不燃、粗大、びん・かん、その他プラスチック製容器包装、有害ごみ、せん定枝

事業系ごみの受け付け

産業廃棄物を除く事業系ごみの自己搬入は、12月28日(金)まで受け付けます。

つばさ館のお知らせ

☎239-5053 ☎239-5054

年末年始 休業期間	12月29日(土)～1月3日(木)	
リサイクル家具 抽選会	年末最後の抽選日	年始最初の抽選日
	12月26日(水)	1月16日(水)
リサイクル自転車 展示頒布	年末最後の頒布日	年始最初の頒布日
	12月28日(金)	1月 4日(金)

川や下水を大切に

市では、水質事故を未然に防ぐため、機械などを取り扱う際の不注意や施設の老朽化による油類の流出事故を発生させないよう、事業者と呼び掛けています。また、市民の皆さんにも下水道の正しい利用を願ひし、水質環境の保全に務めています。

事業者の皆さんへ

環境対策課 ☎224-5894
Fax 225-9800

年末年始は大掃除や施設の再始動により、汚水・廃油の流出事故が発生しやすくなります。次のことに注意してください。

●施設の運転停止・始動時のバルブ・スイッチ類の点検確認

●溶剤、油類、酸・アルカリ溶液など、廃棄物の適正な処理・処分

*事故が発生したら、直ちに応急措置を取るとともに、速やかに同課まで連絡してください。

市民の皆さんへ

上下水道管理センター ☎239-5595
Fax 239-5598

●ごみや料理の油を下水に流すと、下水管の詰まりや悪臭などにつながります。また、灯油やガソリンを流すと、異臭騒ぎや爆発を起こす危険性があります。下水道を快適に使うため、次のことを心掛けましょう。

- 流し台や洗面台の排水口には、目ざら等を付け、調理くずやごみを流さない
- 使用済みの油などは、新聞紙などで吸い取るか、油を固める商品を使い可燃ごみとして処理する
- 食器に残った油污は、拭き取ってから洗う
- しょうゆなどの調味料は、なるべく流さない
- 洗濯時、必要以上に洗剤を使わない
- 灯油やガソリンなどの油を流さない