

ゴミ減量4コマ その10 買うときに考えよう 捨てる手間 環境清掃課 57◆4100

物を買うときに、捨てる
ときの手間を考えて商品
を選べば、分別のストレス
を減らせようね。

1 瓶入り調味料
酢やドレッシングの瓶は
キャップを外すのが大変。
最近よくあるプラ容器や
ペットボトル入りなら、
分別も楽ですね。

2 スプレー缶
穴あけが嫌なスプレー缶は
除けや消臭なら、缶じゃない
タイプのスプレーの
ほうが捨てるとき楽ちん。

3 ホチキス止めの包装
台紙は雑がみ、ホチキスは
金属、フィルムはプラ。
あく面倒くさい。プラだけ
の包装商品のほうが簡単。

あなたの『こころ』は元気ですか？

うつセルフチェックをしましょう✓

- 毎日の生活に充実感がない
- これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じる
- 自分が役に立つ人間だと思えない
- わけもなく疲れたように感じる

にチェックが「2つ以上あてはまり」、「2週間以上ほとんど毎日
続いていて」「家事や仕事など生活に支障が出ている」場合には、う
つ病の可能性を考えてみましょう。
(厚生労働省「うつ対策推進方策マニュアル」より)

3月は自殺対策強化月間

～からだの体温を測るように『こころの体温』を測ってみませんか～

『こころの体温計』は、日々の生活の中で感じるストレスや気
持ちの落ち込み度を、気軽にチェックできるシステムです。
ぜひ、こころの健康状態のチェックをしてみてください。

▼パソコンはこちらから
蒲郡市 こころの体温計 検索

携帯電話・
スマホは
こちらから

福祉課 ☎66◆1106

認可外保育施設に入所している第3子以降(3歳未満児)の平成27年度分の保育料を補助します

子育て支援課 ☎66◆1107

対象施設 おひさまキッズ、
光の園、その他事業所内託
児施設など

対象 次のすべてに該当し
ている保護者

- ① 世帯で18歳未満の児童を3人以上養育している
- ② 第3子以降の3歳未満児を施設に入所させている(15日以上)の月極め利用をしていること。一時保育の利用は不可)
- ③ 就労しているなど、市の保育園の入所基準(標準時間)を満たしている(申請月分)

初不動大祭(植木市露店まつり)

植木のお店や露
店商が数十店出店
します。

とき 3月6日(日)
午前9時～午後4時

ところ 西浦不動無量寺(ガン封じ寺)
※名鉄西浦駅下車徒歩約3分

問合せ先 西浦不動無量寺
☎57◆3865

就学援助制度を「存じ」ですか

庶務課 ☎66◆1166

経済的な理由から、子ども
を小・中学校に通学させるこ
とが困難な家庭に対し、学用
品費、給食費、修学旅行費な
どを補助します。

問合先 通学先の小・中学校、
庶務課

の実績の提出必要)

④ 保護者、児童ともに蒲郡市
に住所があること

補助金額 保護者が対象施設
に支払った平成27年度分の
保育料(月額5万3千円以
内)

申請方法 4月8日(金)までに
直接申請書(子育て支援課
にあります)と必要書類を
子育て支援課へ。

保険テラス[®] サンヨネ蒲郡店
Insurance Terrace

取扱代理店：有限会社 トリオ
蒲郡市八百富町7-34 サンヨネ蒲郡店内
〈営業時間〉10:00～19:00 〈休日〉サンヨネと同じ

生命保険 相談無料 ☎0120-967603

多数の保険会社の中から、お客様にぴったりの保険をご提案します。納得の保険選びのために、お気軽にご来店ください！

事前予約&相談プレゼント実施中!! (保険テラス サンヨネ蒲郡店) 検索 http://hoken-eshop.com/shop/gamagori/index.html