

令和8年4月1日から

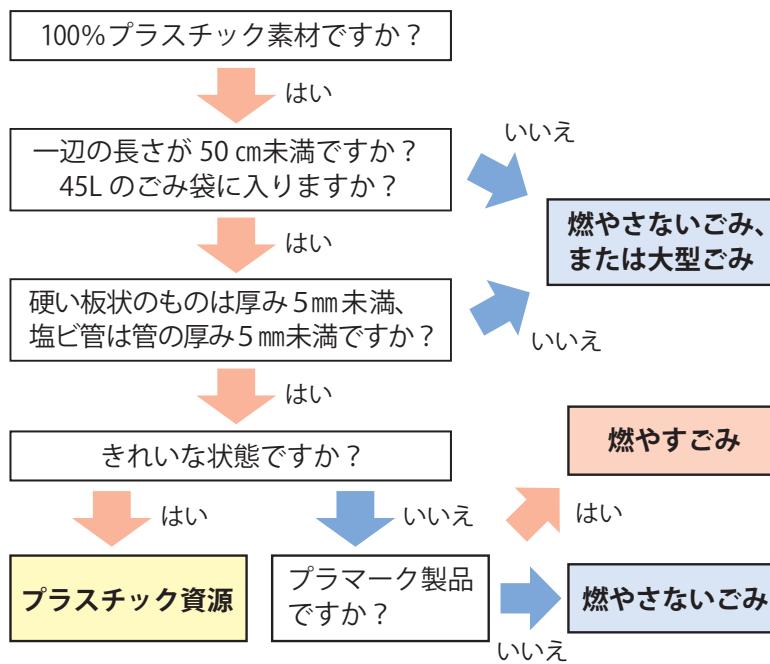
令和8年4月から「燃やさないごみ」として回収していた「100%プラスチック製品」を「プラマーク製品」と一緒に「プラスチック資源」として回収します。

プラスチック資源の回収が始まります

プラスチック資源として

回収できるもの

プラスチック資源の見分け方フロー



① プラマーク製品（プラスチック製容器包装）

② 100%プラスチック製品で長さが50cm未満のもの
 ※まな板・アクリル板・塩ビ管等の厚さが5mm以上の場合
 「燃やさないごみ」になります。
 ※金属等の付属品がないものに限ります。

③ 上記の①②に該当し、45Lのごみ袋に入るもの

よくある質問

Q どのようなプラスチックが出せますか。

A 100%プラスチック素材でできた製品で、長さが50cm未満で汚れていないものが対象です。ただし、ペットボトル本体は資源物になるので、対象外です。

Q プラスチック資源の出し方はどうしたらいいですか。

A プラマーク製品と同じ袋（45L以下の透明袋か白色半透明の袋）に入れて出してください。ただし、袋の中に小分けした袋を入れる等、二重袋にしないでください。

Q 回収曜日と回収場所はどうなりますか。

A プラマーク製品を出していた曜日に同じ場所で出してください。

Q 汚れはどこまで落としたらいですか。

A 軽い水洗いで汚れを落としてください。洗剤を使って汚れを落とす必要はありません。

住民説明会を開催します

プラスチック資源に関する疑問点がある人は、ぜひご参加ください。

※要申込。先着順。

■日時

① 2月19日（木）
 午後6時30分～7時30分

② 3月19日（木）
 午後2時～3時

※①は先着50人、②は先着30人。

■場所

①文化センター3階 第3会議室
 ②市役所分庁舎（文化センター西側）2階 会議室A

■申込方法 参加希望者は氏名、ふりがな、住所、電話番号、参加希望日を次のいずれかの方法でお伝えください。

▶環境業務課（☎983-5340）

▶オンライン申請（右記二次元コードから）



市役所分庁舎に小型家電ボックスを設置

2月から市役所分庁舎1階の入口付近に小型家電ボックスを設置しますので、ご利用ください。
 ※縦20cm、横40cmの大きさを超えるものや膨張した充電池は、環境業務課窓口まで持ち込んでください。
 ※家電リサイクル法対象品目（テレビ等）は対象外のため、環境業務課へお

問環境業務課（☎983-5340）

健 康に暮らしうき生き 幸 幸せに掲示板

体喜ぶ根菜！
 ビタミン・ミネラル・食物繊維豊富！
 ぽかぽか身体！ダイエットにも！

郷土食「八幡巻き」

材料（4人分）※仕上がり4本

牛肉……………300g
 ごぼう……………120g
 にんじん……………120g
 小麦粉……………大さじ2杯
 サラダ油……………大さじ1杯

A 酒……………大さじ2杯
 水……………150cc
 砂糖……………大さじ1杯半
 しょうゆ……………大さじ2杯
 みりん……………大さじ2杯
 酒……………大さじ4杯

■栄養価（1人分）

エネルギー	303kcal
タンパク質	16.3g
脂質	15.8g
カルシウム	29mg
塩分	1.5g

城南衛生管理組合一般廃棄物手数料改定のお知らせ

令和8年4月1日から城南衛生管理組合一般廃棄物手数料が改定されます。

1類（剪定枝）

10kgまでごとに150円

2類（1類以外の一般廃棄物と家庭系の土砂等）

10kgまでごとに300円

手数料改定



ごみの持込方法



▼

問城南衛生管理組合施設課（☎0774-34-3376）

▶ゲートキーパー養成講座の参加者募集

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことで、いわば「命の門番」です。

市では、自殺対策の一環として、ゲートキーパー養成講座を実施しています。本講座では、専門の講師による解説や演習を通して、悩んでいる人に対する接し方や傾聴力、応答力を身につけることができます。

日 時 3月18日（水）午前10時～正午

場 所 市役所5階 会議室5-1

対 象 市内在住・在勤の人

定 員 50人（先着順）

講 師 NPO法人ゲートキーパー

支援センター認定講師

申 3月13日（金）まで

に、右記二次元コード

から

問健康増進係（☎983-



1116）

「八幡巻き」は、八幡市が発祥の郷土料理です。

元々、八幡市はごぼうの産地であり、天然のうなぎやどじょうもよく獲れたといいます。そのごぼうを、うなぎやどじょうで巻いて食べたことから「八幡巻き」と名付けられました。

現在は牛肉や豚肉、鶏肉、あなご等で巻いたものもつくれられています。ここでは、ごぼうとにんじんを牛肉で巻いたレシピを紹介します。



レシピ

① 12cm長さのごぼうを8本用意。
 太ければ、さらに縦に半分に切って太さを調整する。

② 1.5cm角ほどで12cm長さの棒状のにんじんを8本用意。

③ フライパンに①と②を並べ、表の「材料A」を入れて火にかけ、ふたをして柔らかくなるまで煮る。柔らかくなればふたを取り、水分を飛ばす。

④ 牛肉を4等分し、各々12cm幅の長方形になるように広げ、小麦粉を薄く振り、ごぼうとにんじんを2本ずつ手前に置き、巻いていく。残りも同様に作り、全体に小麦粉を振る。

⑤ フライパンに油を入れ、巻き終わりを下にして肉を入れ、焼き色がつくまで転がし、表の「材料B」を入れて、煮絡める。

⑥ 食べやすい大きさに切って、盛り付ける=写真=。

作成：八幡市食生活改善推進員協議会・ヘルスマイト

問健康増進係（☎983-1116）

保健 矢療

MOM UP PARK
by健幸スマイルスタジオ
参加者募集中！

ママの健康、後回しになってしま
いか？

自分のライフスタイルに合わせ、対面
とオンラインでの運動・交流プログラムに参加できます。
無料体験も実施中！

対象 妊娠中（定期）・育児中のママ（お子さんと一緒に参加可）
参加費 月額550円（税込み）

2月の対面スタジオ日程

17日(火)	コナミスポーツクラブ八幡
28日(土)	グンゼスポーツ京都八幡

※時間はいずれも午前10時～11時30分。

申込右記二次元コードから市ホームページにアクセスし、専用ホームページから間家庭支援課（☎983-1115）



休日応急診療所

☎983-3001(事前予約制)

診療日 日曜日・祝日・年末年始
場所 八幡園内73-3(市役所北側)
診療科目 内科・小児科
受付時間 午前11時30分～午後5時30分
診療時間 正午～

※完全予約制。必ず事前にご連絡をお願いします。

小児救急医療

次の医療機関では、休日・夜間に小児専門医が当直し、小児救急患者を診察します。
●男山病院（☎983-0001）
毎週金曜日（祝日は除く）
午後6時～翌朝8時
●宇治徳洲会病院（☎0774-20-1111）
24時間365日
●京都田辺中央病院（☎0774-63-1111）
24時間365日

小児救急医療電話相談

☎#8000または☎661-5596

小児科担当看護師や小児科医師が、休日、夜間の電話相談に応じます。
相談時間 午後7時～翌朝8時
※土曜日は午後3時～翌朝8時。

救急の電話相談窓口

☎#7119または☎0570-00-7119

急な病気やケガで迷ったら、お電話ください。看護師等が相談に応じます。
開設時間 24時間365日
対象 全年齢

2月の各種健康相談

△窓口健康相談

・40歳以上が対象。市役所にて保健師が健康に関する相談に応じます。相談を希望する人は、下記問い合わせ先へご連絡ください。

△高齢者健康相談

・65歳以上が対象。保健師が健康相談に応じます。
※日時・場所などは相談に応じます。

間家庭支援課（☎983-1117）

乳幼児健康診査等・すこやか子ども相談のご案内

間家庭支援課（☎983-1115）

▶4ヶ月児健康診査 ▶10ヶ月児健康相談 ▶1歳8ヶ月児健康診査

▶3歳児健康診査 ▶5歳児健康診査

▶すこやか子ども相談【完全予約制】

○対象者には、個別通知を行っています。
○転入等で案内通知が届かない人は、家庭支援課までご連絡ください。



対象・内容	申込方法	場所	2月の日程	受付時間	3月の日程
▶対象：0歳から就学前までの乳幼児 ▶内容：身体計測、育児相談、栄養相談 ※身体計測は2歳までが対象。	下記二次元コードからWEB申込または電話で予約のうえ、親子(母子)健康手帳を持って会場へお越しください。 	子ども・子育て支援センター(すぐすぐの杜) ※入口は南玄関です。 母子健康センター			3月2日(月) 午前
			6日(金)	午前9時30分～ 10時30分	3月19日(木) 午後

定期予防接種について

間家庭支援課（☎983-1115）

○接種を受ける際は、親子(母子)健康手帳、予診票、子育て支援医療費受給者証、マイナンバーカードなど接種される人の住所が確認できるものを必ず持参してください。忘れた場合は接種できません。
○予診票がない人は親子(母子)手帳等、接種履歴が分かるものを準備のうえ、家庭支援課まで申し込みください。
○市外での接種を希望する人は、必ず接種の2週間前までに家庭支援課へご連絡ください。
○長期入院など特別な事情により、対象年齢内に接種できなかった場合には、家庭支援課へご相談ください。
日本脳炎 平成17年4月2日～平成19年4月1日生まれで20歳未満の人は、第1期・第2期の接種不足回数分の接種を受けることができます。

MR(麻しん風しん混合) ワクチンの供給不足により接種対象期間に接種を受けられなかった人は、期間を延長し、公費(無料)で受けられます。

4種混合 4種混合ワクチンの在庫がなくなった場合、他のワクチンに切り替えて接種できますが、予診票の変更が必要になりますので、家庭支援課へお問い合わせください。

HPV(子宮頸がん予防) 平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女子であり、かつ令和4年4月1日～令和7年3月31日にHPVワクチンを1回以上接種した人と高校1年生相当の女子は、令和8年3月31日まで残りの接種を公費(無料)で受けられます。

妊娠28週～36週の人へのRSウイルス(母子免疫ワクチン)予防接種 厚生労働省からRSウイルスワクチンを4月1日より定期接種とする方針が示されました。詳細が決まり次第、市ホームページ等でお知らせします。

■MR(麻しん風しん混合)

接種対象期間	令和7年4月1日～ 令和9年3月31日
第1期の特例対象者	令和4年4月2日～ 令和5年4月1日生まれの人
第2期の特例対象者	平成30年4月2日～ 平成31年4月1日生まれの人

※各予防接種の詳細は、下記二次元コードから。



マタニティスクール

出産の準備と育児＆妊娠中の食事&絵本のお話・沐浴実習など

これからパパ・ママになる人が、アットホームな雰囲気で学べます。(先着15組)

日 時 2月25日(水) 午後1時30分～3時30分

場 所 市役所5階 会議室5-2

申・問右記の二次元コードまたは電話で家庭支援課（☎983-1115）へ



▶実施期限は2月末！

歯周疾患検診を受けましょう

歯周病は、虫歯とともに歯の喪失の原因となり、40歳代を境に急増します。検診を受けて、歯周疾患の早期発見に努めましょう。

対象者 20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳になる人(令和8年3月31日時点)※対象者には、昨年8月中に案内を郵送しています。

実施期限 2月27日(金)まで※最終日は医療機関により異なります。

実施場所 市内協力医療機関

※実施医療機関一覧は、右記二次元コードから市ホームページにアクセスし、ご覧ください。



検診内容 問診、口腔内診査(歯の状況、喪失歯の状況、歯周組織の状況および口腔清掃状態)、検診結果の判定と通知・説明・指導

費用 無料(検診内容以外は有料)

持ち物 生年月日が確認できるもの(免許証やマイナンバーカード等)、歯ブラシ

問健康増進係（☎983-1116）

▶やわた未来いきいき健幸プロジェクト

参加者募集中

専用の活動量計やご自身のスマホで日々の歩数を計測。測定結果や健診の受診等に付与されるポイントはクオカード等と交換できます(参加費1000円)。

We b申込の場合はオンライン決済が可能。さらに、スマホで新規参加される人に「みらいきオリジナルサコッシュ」をプレゼント。詳細は市ホームページをご覧ください。

問健康増進係（☎983-1116）

▶高齢者肺炎球菌定期予防接種

高齢者肺炎球菌ワクチンは、国が定める定期接種に位置付けられており、原則65歳の人で、このワクチンを接種したことがない人には1人1回接種する機会があります。

対象者 ①接種日時点で65歳の人(66歳の誕生日の前日まで)
※65歳に到達した人には、2週間程度で個別通知を送付しています。

②60歳以上65歳未満で、身体障害者手帳1級と認定されている心臓・腎臓・呼吸器機能障がいのある人、およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人

費用 2,500円

※世帯全員が市民税非課税の人や生活保護受給者は、接種前に健康推進課で免除申請すると無料になります。

※現在使用されているワクチンの有効性は一定期間持続した後、効果が減衰することを踏まえ、令和8年4月1日以降の定期接種には、改良した新しいワクチン(P C V20)での接種が開始されることが厚生労働省から示されました。また、ワクチン価格の上昇に合わせて、接種費用(自己負担額)も変更となる見込みです。

次年度以降も65歳の期間がある人は、これらのことも考慮し、接種時期を検討いただきますようお願いします。詳細が決まり次第、広報紙や市ホームページ等でお知らせします。

問健康予防係（☎983-1117）