

ごみ・リサイクル

HP
くらし・手続き

剪定枝のクリーンセンターでの受け入れ(無料)を毎月第3土曜日に実施

ID 1015943

日時 7月17日(土)午後1時30分～3時30分

持ち込みできるもの 左表の通り

剪定枝 ※必ずひもで束ねる	太さ	5cm以内
	長さ	20cm以上100cm以内
	1束の直径	50cm以内
落ち葉・小枝 ※必ず袋に入れる	小枝の長さ	20cm未満

持ち込みできないもの 土や砂の混入や草花

その他 大量(10束袋)以上)に持ち込まれる場合は、事前に連絡を。日野市民であることを確認するため、免許証などの提示が必要。後日申請内容の確認を行う場合あり

問 ぐみゼロ推進課(☎581・0444)

ぐみのゆくえを知ろう!夏休み処分場見学会

ID 1005528

夏休み恒例の処分場バス見学会を開催します。皆さまの出したごみなどのように処理されているのか、確かめてみませんか。

日程 ①8月10日(火)②17日(火)③20日(金)

会場 ①八王子市戸吹クリーンセンター、二ツ塚処分場、谷戸沢処分場

②浅川清流環境組合・二ツ塚処分場、谷戸沢処分場

③武蔵野クリーンセンター、二ツ塚処分場、谷戸沢処分場

集合・解散 ①JR八王子駅付近②立川北口公園付近③JR三鷹駅付近

内容 施設見学

対象 原則小学4年生以上の多摩地域在住・在勤・在学者※小学生は保護者同伴

定員 申込制で各日20人※申込多数の場合は抽選

費用 一人500円(昼食代)

申込 7月28日(水)(必着)までに(ほがき)

または東京たま広域資源循環組合HPにて※詳細は同組合HP参照または問い合わせ

問 同組合(☎042・597・6152)

夏はペットボトルの行政回収量が増えます!「容器包装お返し大作戦!」にご協力を

ID 1002934

「容器包装お返し大作戦!」とは、ペットボトルや発泡トレイ、牛乳パックなどの容器包装削減の取り組みとして、買ったお店の回収ボックスに資源物を返す取り組みです。

また、生産



「スマホ脳」～スマホ依存症のメカニズム

市長 大坪 冬彦(コラム)

ID 1017427



SNSの活用はもちろん、新型コロナワクチンの予防接種予約やPayPayでのお買い物キャンペーンなど、スマートフォン(スマホ)は手放せないものになっています。

デジタル化の波には乗らなければならぬけれども、スマホの功罪をしっかりと考えることも必要ではないか、そんな警鐘を鳴らす書籍「スマホ脳」(アンデシュ・ハンセン著を紹介)を紹介します。スウェーデンでベストセラーとなり日本でも4カ月で11刷となった人気作品です。

2010年から2016年の時期に精神科を受診する若者が急増し、睡眠不足、ストレス、うつ症状、他人への共感力の低下などが広がり、その時期に起きた最大の変化はスマホからインターネットにアクセスできるようになったこと。精神科医である著者は、脳科学の立場から、その背景には太古の昔から時間をかけて人間の脳に備わった機能が、デジタル化の環境とミスマッチを起こしていることがあると指摘。

身体がストレスシステムが危険な世界で私たちを守るべく進化してきた脳の機能。その中でも見返りの欲

求と情報を欲する本能がデジタル情報の餌食となる。パソコンやスマホが運んでくる新しい知識や情報に対してドーパミン(人間が何に集中するかを選択させる脳内代謝物)が放出され、それらの情報が「もしかして大事かもしれない」という「不確かな結果への偏愛」と結びつき、人間はデジタルのご褒美へ飛びつく。本来は人間を守るはずの脳の機能がスマホによってハッキングされ、人はスマホを手放せなくなる、スマホ依存症になる。それを察知していたスティーブ・ジョブズやビル・ゲイツらのIT企業トップは自分の子どもにスマホを与えなかったとのこと。

スマホ依存について、なぜこの依存症が発生するのかを、脳のメカニズムに踏み込んで説明していて、説得力がありました。

著者はスマホ依存からの脱出にも言及。デジタル・デトックス(なるべくスマホを遠ざける、利用時間を制限する)、体を動かす運動、スマホを持たずに人と会うことなどが改善につながるとのこと。上手にスマホと付き合うことが大切です。

申込 電話。詳細は問い合わせを問 緑と清流課(☎514・8309)

蚊の発生防止対策

ID 1014606

蚊はうるさく気になる羽音や刺されることによる強いかゆみといった不快感を与えるだけでなく、デング熱などの感染症を媒介することがあります。蚊が媒介する感染症を未然に防ぐには、日ごろの対策が必要になります。蚊の生態や発生場所などを知ることにより、家の周りから発生源をなくすように心掛けましょう。

幼虫対策…植木鉢の受け皿、空き缶、古タイヤなど不要なたまり水をなくしましょう。

成虫対策…やぶや草むらは定期的

に手入れをして風通しをよくしましょう。蚊に刺されないように長袖シャツ・長ズボンの着用や、必要に応じて忌避剤(虫除け剤)を活用しましょう。

問 環境保全課(☎514・8298)

住まい

HP
くらし・手続き

市営住宅駐車場使用者募集

ID 1003414

市営住宅内の空き駐車場を入居者以外の方も使用できます。詳細はお問い合わせください。

所在地 下田団地内(石田二丁目)

対象 当該駐車場から2km以内に住んでいるまたは業を営んでいる方

費用 月額8千円

問 財産管理課(☎514・8156)

南平市民農園の新規使用者募集～移転のため、区画数が増えます

ID 1017247

問 都市農業振興課(☎514-8447)

使用期間 8月1日～令和5年1月31日(予定)

場所 下図の通り※トイレ、水道、駐車場なし

対象 市内在住者※他の市民農園を使用している方を除く

定員 1世帯1区画(20㎡)まで。26区画募集予定

使用料 年6,000円※令和3年のみ4,000円

申込 7月9日(金)(必着)までに〒191-8686日野市役所都市農業振興課へ(ほがき)で(1世帯1通)。往信用裏面に南平市民農園希望、住所、氏名、電話番号を、返信用表面に住所、氏名を記入※申込多数の場合は7月16日(金)10:00から市役所5階505会議室で公開抽選

抽選結果 7月中に通知

その他 複数申し込みや、友人などからの名前借り申し込みは禁止しています。ルールに違反した方は、使用許可を取り消します

