

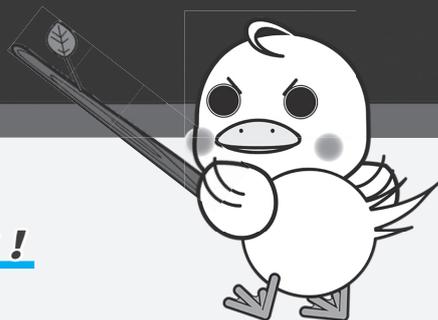
恒例

# 古紙類(新聞紙・雑誌・雑がみ・段ボール・紙パック)は大切な資源です!

古紙類を、燃やすごみとして出していないか??

▶ 名刺以上の大きさであれば、ほとんどが資源になるよ!

▶ 種類ごとに、紙ひもでしばって排出してね!



### POINT ①



折り込みチラシは、新聞と一緒にまとめて出して大丈夫だよ!

### POINT ②



少し小さいメモ用紙やお菓子の空き箱などは、紙袋に入れてから排出するとバラバラにならず便利だよ!

### POINT ③



段ボールは一辺が1m以内になるよう束ねて、収集が出来るように十字にしばって排出してね!

### POINT ④



紙パックは、内側が白いものが対象です(アルミがはってあるものは×)。開いてまとめて出そう!

### 古紙類には、リサイクルできないものもあるよ!



- 写真・レシートなどの感熱紙
- シールなどの粘着物
- ラミネートや樹脂などで加工されたもの
- ピザの箱などの食品がついた紙製の箱
- ツルツルした質感のポスターなどの合成紙

上記はリサイクルができない紙なので、燃やすごみで処分しよう。古紙類に混ぜないようにしようね!

### 古紙類を適切に分別すると、

### 燃やすごみを減らすことが出来るよ!



集積所の他にも、下記の方法をぜひ利用してね!

- スーパー等のリサイクルボックス
- 各地区や団体が行う資源回収

【古紙類が生まれ変わるもの】  
コピー用紙、ダンボール  
トイレットペーパー など

大切な資源としてしっかり分別しよう!



8/19(火)

申込不要

## ポールウォーキング 東海大学学生デモンストレーション

～東海大学 × (株)キザキ × 小諸市～  
健康づくり課 健康支援係

小諸市と包括連携協定を締結している、東海大学スポーツ医科学研究所との合同イベント!

東海大学の学生による、ポールウォーキングのデモンストレーションを実施します。ポールを使用したウォーキングの方法や、効果をご説明します。

実際に学生の作ったコースを体験していただき、みなさんの感想をお聞かせください!

- 日時 8/19(火) 9:00～(約1時間)
- 場所 南城公園
- 内容 ポールウォーキング デモンストレーション
- 持ち物 飲み物、運動できる服装、帽子
- 注意点 暑さが予想されます。熱中症対策は十分に行ってください。



★初心者大歓迎! ポールの貸し出しあります!

★小諸市 老舗ポールメーカーの(株)キザキさんにもご参加いただけます!

