

「なかの区報」10月5日号に  
配慮が不十分な表現がありました

広報係 / 4階  
☎(3228)8805 FAX(3228)5645

表紙の表現について、外国人の方がごみの分別ができていないと誤解を与えるのご指摘をいただきました。不快な思いをさせてしまった方がいらっしやることを深くお詫びいたします。

この号の特集は、ごみと資源の分別ルールを一人暮らしの方や外国籍の方、子育て家庭など、さまざまな方に分かりやすい内容で伝えることを意図して作成しました。しかしながら、特定の属性の方だけが分別方法を理解していないかのような印象を読んだ方に与えてしまう恐れがあることに配慮が足りていませんでした。

今後は特集記事の意図をより明確にお伝える紙面づくりに努めます。

## 感染症を予防するために

新型コロナウイルス感染症の拡大が続いています。また、これからの時期は、インフルエンザの流行が予想されます。感染症予防の基本は、こまめな「手洗い」と「うがい」です。帰宅後には忘れずに行いましょう。

### 効果的な手洗い方法



① せっけんを泡立て、手のひらをよくこする



② 手の甲をのばすようにこする



③ 指先・爪の間を念入りにこする



④ 指の間を洗う



⑤ 親指と手のひらをねじり洗いする



⑥ 手首も忘れずに洗う

⑦ 十分にせっけんを洗い流し、清潔なタオルやペーパータオルで拭き取って乾かす



## 絶対やめよう

### 危険ドラッグ

医薬環境衛生係(中野区保健所)  
☎(3382)6663 FAX(3382)6667

#### 使用すると抜けられない悪循環に

一度でも使用すると、やめられなくなります。多幸感をもたらす一方、効果が切れると不安や疲労感などの症状が起こり、何度でも使用したくなる依存性と、それまでの量では効かなくなる耐性ができ、悪循環にはまってしまう。

#### 断る勇気を持ちましょう

危険ドラッグを使用すると、自分の心と体を壊すだけでなく、家族や友人を巻き込み、人生を台無しにします。手を出さないためには「正しい知識」と「断る勇気」が必要。絶対に使用はやめましょう。

#### 危険ドラッグの所持・使用は犯罪です

医薬品医療機器等法に基づく指定薬物に該当する危険ドラッグは、製造、販売、所持、使用、購入等が禁止されています。また、都条例でも、都知事が指定した薬物を含む危険ドラッグの所持、購入、使用等が禁止されています。

危険ドラッグは、使用すると幻覚や意識障害などの症状が起こり、死亡する場合があります。体に影響がなく安全であるかのように販売されていますが、麻薬や覚せい剤と同じくらい危険です。お香やアロマなどと称してインターネット上で販売されていることもあり、注意が必要です。

## 子育て家庭と区長の タウンミーティング

子ども政策調整係 / 5階  
☎(3228)5605  
FAX(3228)5679

子育て  
カフェ

子育て中のみなさんの意見を区長がお聞きします。子ども・子育てに関するさまざまなことを気軽に語り合ひましょう。

お子さんと一緒に参加できます。当日直接会場へ。

**対象** 区内で子育て中の保護者

**日時** 11月12日(木)午前11時～午後0時30分

**会場** かみさざり児童館(上鷲宮3-9-19)

☆午前10時30分～11時には、図書館職員による絵本の読み聞かせがあります



▲昨年の実施結果を  
ご覧になれます



区HPにはこちら  
からアクセス▶



## 猫の管理に責任を持ちましょう

衛生環境係(中野区保健所)  
☎(3382)6662 FAX(3382)6667

「猫に毎日ふんや尿をされる」「増えて困る」という相談が、保健所へ多く寄せられています。適切に管理し、近隣の方に迷惑を掛けないようにしましょう。

#### 猫を飼っている方へ

- 室内で飼いましょう。感染症やけがなど猫自身の危険を防ぐ他、ふんや尿による迷惑を避けることができます。
- 身元表示をしましょう。マイクロチップや首輪の迷子札で、逃げて見つかりやすくなります。
- 不妊・去勢手術をしましょう。妊娠を防ぐだけでなく、おとなしくなり室内飼いがしやすくなります。

#### 飼い主がいけない場合は

動物愛護管理法に基づいた、次の①～③の管理基準があります。周辺地域の住民の十分な理解の下、生活環境に配慮して「地域猫」として管理しましょう。

- ①不妊・去勢手術をする
- ②ふんや尿を適切に処理する(トイレの準備など)
- ③環境に配慮して餌を与える(置き餌はせず、食後は周囲を清潔に)

#### 近隣のみなさんもお協力を

地域猫活動は、ボランティアと地域が相互理解の上で協力し、責任を持って取り組むことが大切です。区HPから、「中野区飼い主のいない猫対策ガイドライン」をダウンロードできます(中野区保健所でも配布)。近隣のみなさん、ご理解・ご協力をお願いします。☆町会・自治会で取り組む地域猫活動には、区の助成制度を利用できます(今年度は募集終了)

#### 備えてますか ペットの防災用品

日頃から、非常用持ち出し袋にペット用の必需品を用意しましょう。

- 例**
- ・ペットフードと水(5日分)
  - ・ペット用の食器・首輪・トイレ用品 など