

伊香立コミセン講座 【タヒチアンダイエット】

タヒチの打楽器のリズムに合わせて骨盤周りをほぐしていきましょう！

日 時：1月28日(水)10:00～11:00

場 所：伊香立コミュニティセンター

持ち物：水分補給、タオル、

当日は、動きやすい服装でお越しください

定 員：10名

講 師：高田 美紀 氏

申込み：QRコード、電話、窓口 1月21日(水)まで



1月ごみ収集カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1(元旦)	2	3
				年始休み	年始休み	
4	5	6	7	8	9	10
	かん	燃やせる ごみ	びん ※ 紙の日	プラ容器 包装	燃やせる ごみ	
11	12(成人の日)	13	14	15	16	17
	ペット ボトル	燃やせる ごみ	紙ごみ	プラ容器 包装	燃やせる ごみ	
18	19	20	21	22	23	24
	かん	燃やせる ごみ	燃やせな いごみ	プラ容器 包装	燃やせる ごみ	
25	26	27	28	29	30	31
	ペット ボトル	燃やせる ごみ	紙ごみ	プラ容器 包装	燃やせる ごみ	

※ **紙の日** 独自に第1水曜日に設定している自治会⇒南庄・向在地・下在地

- ・ごみは収集日当日の朝、午前5時から午前8時30分までに出してください。
- ・スプレー缶やカセットボンベは、穴を開けずに中身を使い切ってから「かん」の日に出してください。
- ・使い捨てライターは、中身が残っていないことを確認して「燃やせるごみ」の日に出してください。
- ・小型充電式電池(モバイルバッテリー等)は、家電量販店等に一度お問い合わせください。

お問い合わせ先：ごみコールセンター Tel 528-2761