

冬の省エネ

おうち時間にひと工夫 5つのアクション

寒い冬は電力の使用が増える季節です。自宅で過ごす時間も増え、特に電力消費が増えるのではないのでしょうか。そんな自宅時間にひと工夫のできる省エネの取り組みをご紹介します。ぜひご家庭で実践してみてください。

問い合わせ▶環境保全課 ☎(50)1170

「暖房」でひと工夫



- 自宅過ごす時間が増えると、暖房をつける時間も長くなります。
- ◆暖かい空気を循環させたり、厚手のカーテンや床まで届く長いカーテンを使用して暖房効果を高める(フィルター掃除なども効果的)
- ◆ひざ掛けを使ったり、暖かい服装で過ごす
- ◆こたつの使用時間や電気カーペットの暖房面積を半分に

「照明」でひと工夫



- 冬は日照時間が短いので、家にいるときに照明をつけている時間が長くなります。
- ◆リビングや寝室などの部屋の明るさを下げる
- ◆不要な照明をつけっぱなしにせず、こまめに消灯
- ◆電力消費の少ないLED照明に変える

「テレビ」でひと工夫

- 自宅過ごしているときは、ついテレビをつけてしまいがちです。
- ◆省エネモードに設定し、見ていないときはこまめに消す
- ◆画面は部屋の明るさに合わせた適切な明るさに



「トイレ」でひと工夫



- 冬は便座が冷たくなるため、便座の保温や温水設定をしがちです。
- ◆タイマー節電機能を利用
- ◆設定温度を下げ、便座のふたを閉じる

「冷蔵庫」でひと工夫



- 自宅での食事が増えると、冷蔵庫の食材が増えて消費電力も増えます。
- ◆冷蔵庫の温度設定を確認(強→中や弱へ)
- ◆庫内が均一に冷えるよう、食品は隙間を開けて入れる

県では、男女が互いにその人権を尊重し、ともに責任を分かち合い、性別に関わりなくその個性と能力を十分に発揮できる男女共同参画社会を推進するため、活動を行う推進員を募集します。

対象▶市内在住の男女共同参画推進員

募集人数▶2名程度

千葉県男女共同参画地域推進員を募集

性別に関わらずお互いを尊重する社会に

子育て世帯の負担軽減、次世代育成支援のため、産前産後期間にかかる国民健康保険税の所得割・均等割を免除する制度が新設されました。対象の方は、届け出をお願いします。

産前産後の国保税免除制度

出産を予定している方は届け出を

対象▶国民健康保険被保険者で出産する予定または出産した方(令和5年11月以降)

免除期間▶産前産後期間の4カ月間(双子などの多胎妊娠は6カ月間)

必要書類▶出産予定日や単



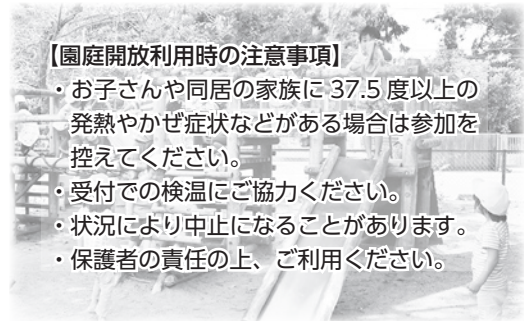
胎・多胎妊娠が分かるもの(母子健康手帳など) / 届出者の本人確認ができるもの(マイナンバーカードや運転免許証など)

問い合わせ▶国保年金課 ☎(50)1134

市立保育施設で子育てを支援! 園庭開放「トイ・グループ」電話相談

園庭開放では楽しい遊びを用意してお待ちしています。子育ての悩みに応じる電話相談も気軽にご利用ください。

対象▶市内在住の未就園児とその保護者



【園庭開放利用時の注意事項】

- ・お子さんや同居の家族に37.5度以上の発熱やかぜ症状などがある場合は参加を控えてください。
- ・受付での検温にご協力ください。
- ・状況により中止になることがあります。
- ・保護者の責任の上、ご利用ください。

施設名	電話番号	1月	2月	3月
園庭開放				
豊成こども園(関内)	(58)3150	17日(水) 24日(水)	14日(水) 21日(水)	6日(水)
福岡こども園(砂古瀬)	(54)1539	11日(木) 18日(木) 25日(木)	15日(木) 22日(木)	7日(木)
電話相談				
施設名	電話番号	子育ての悩みなどの相談に応じます。		
第1保育所(東金)	(52)2549	とき▶平日の午前10時~正午		
第2保育所(田間)	(52)2505			
第3保育所(前之内)	(58)3908			

委嘱期間▶4月~令和8年3月(2年間)

活動内容▶①地域推進員が企画する事業の実施(年2回程度)②地域推進員会議(海浜・山武地域)への出席(月1回程度)③県主催の研修会への参加(年1~2回程度)④各地域の活動内容報告会への参加(年1回)

締切▶2月1日(木)当日消印有効

応募方法▶応募用紙を持参、郵送またはEメールで提出

※応募用紙は、窓口で配布するほか市ホームページでダウンロードできます。

問い合わせ▶企画課 ☎(50)1122

募集 高齢者支援課 窓空き封筒有料広告

高齢者支援課で来年度に使用する窓空き封筒に掲載する広告を募集します。

封筒の形式▶洋形10号(A4判横三折)

掲載位置▶封筒の裏面(下図のとおり)

広告の規格▶1色印刷(封筒印字色と同色)、縦4.6cm×横9.2cm

広告枚数▶6枚(封筒1枚につき2枚)

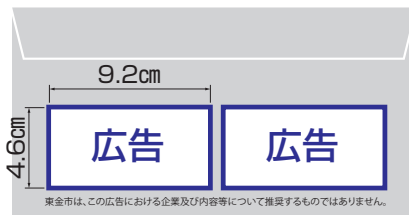
印刷数と掲載料▶約6千枚12万5千円

締切▶1月18日(木)

申込方法▶広告掲載申込書に広告掲載原稿を添付して申し込み

※申込書は市ホームページからダウンロードできます。

申込・問い合わせ▶高齢者支援課 ☎(50)1219



講座 災害ボランティアセンター立ち上げ訓練

災害時のボランティア活動の拠点となる「災害ボランティアセンター」を立ち上げる訓練を行います。運営には地域の皆さんの協力が必要です。ぜひ一緒に学びましょう。

とき▶1月27日(土)午前9時~正午

ところ▶ふれあいセンター

定員▶先着30名

内容▶①講義②立ち上げ訓練③総括

締切▶1月19日(金)

申込方法▶電話、FAXまたはEメールで①住所②氏名③電話番号を伝えて申し込み

申込・問い合わせ▶社会福祉協議会 ☎(52)5198

☎(52)8227

MAIL togane.shaky@cronos.ocn.ne.jp



新着図書案内

- 『人は、なぜさみしさに苦しむのか?』…中野信子
- 『ちょっと不運なほうが生活は楽しい』…田中卓志
- 『負ける力』…東尾修
- 『超進化論藤井聡太』…森内俊之
- 『おいしいふ〜せん』…角野栄子
- 『60代、少しゆるめがいいみたい』…岸本葉子
- 『思い出の屑籠』…佐藤愛子
- 『なんかいやな感じ』…武田砂鉄
- 『記憶の歳時記』…村山由佳
- 『歌われなかった海賊へ』…逢坂冬馬
- 『無人島ロワイヤル』…秋吉理香子
- 『野火、奔る』…あさのあつこ
- 『どうしようもなく辛かったよ』…朝霧咲
- 『真夜中法律事務所』…五十嵐律人
- 『交渉人・遠野麻衣子 ゼロ』…五十嵐貴久
- 『鋼の絆』…五十嵐貴久
- 『神と黒蟹』…糸山秋子
- 『デウスノ城』…伊東潤
- 『共に明るい』…井戸川射子