

温暖化注意報!

みんなでCO2の排出を削減しよう!!

問合せ 環境課 ☎ (48) 0331 ・ FAX (48) 2226

「つづけよう」「ひろげよう」省エネ・節電

冷房の使用で、電力を始めとしたエネルギーの使用量が増える季節がやってきました。地球温暖化を防止するためには、二酸化炭素などの温室効果ガスの排出を抑えることが必要です。暑い夏こそ、日々の過ごし方を見直し、省エネ生活を送りましょう。

エコライフDAYに挑戦しよう

ライフスタイルを見直すきっかけを作りませんか?

【実施期間】7月3日(水)～10日(水)

エコライフDAYは、チェックシートを利用して、エコな生活を体験していただくものです。

「冷房の利用時間を1時間減らした」、「お風呂の残り湯を洗濯に使った」など、節電や省エネの取り組みによる1日の二酸化炭素の削減量や節約金額をチェックシートにより実感できます。



今年度実施目標「CO2削減量5000kg」

取り組むのはたった1日、しかも「〇」をつけるだけ。ぜひ、ゲーム感覚でチャレンジしていただき、省エネ・省資源など環境に配慮した生活を1日体験してみてください。

【対象】小学生以上

【参加方法】

- ①チェックシートを入手
 - ②「エコライフ項目」に取り組む
 - ③取り組んだ結果を記入
 - ④回収箱に投函
- ※チェックシート、回収箱は市役所・市内公共施設に設置。
※小学校・中学校・高校は各学校単位で配布・回収。
※市ホームページからも参加できます。

夏のライフスタイルを実践しよう

ちょっとした心掛け・工夫でエコな暮らしを実践!

【実施期間】10月31日(木)まで

【家庭で実践】

- ①冷房を28℃に設定し、できるだけ軽装で過ごす。
- ②照明や電気機器をこまめに消し、節電・省エネ。
- ③「冷却ジェルシート」の活用、「夕涼み」を楽しむなど、涼しく過ごす「ひと工夫」を。

【仕事場で実践】

- ①冷房を28℃に設定し、クールビズでの業務。
- ②事業所・施設でのエレベーターの間引き運転。
- ③昼休みや残業時、不要な照明の消灯。
- ④デスク離席時には、パソコンの電源OFF。



熱中症に気をつけましょう!

問合せ 健康増進課 ☎ (42) 8421 ・ FAX (42) 2130

熱中症の発症は、7～8月がピークになります。熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です。

熱中症予防のポイント

＼ 家の中でも油断は禁物! ／

家での対策

- ① エアコンを上手に利用する。
- ② 水分をこまめに補給する。
- ③ 栄養バランスの良い食事を摂る。

規則正しい生活を送り、丈夫な体を作りましょう。体調管理をすることで熱中症にかかりにくくなります。



＼ 暑くなる日は要注意! ／

外での対策

- ① 涼しい服装で過ごす。
- ② 帽子や日傘を使用する。
- ③ こまめに日陰で休憩する。

衣服は麻や綿など通気性のよい生地がおすすめです。帽子をかぶったり、日傘をさして直射日光をよけましょう。外で活動するときはこまめな休憩をとり、無理をしないように。



身体の調子が悪いと感じたら、涼しいところへ避難し、近くの人に知らせましょう。

ご近所で声を掛け合うなど、周りの人の体調にも気を配りましょう。

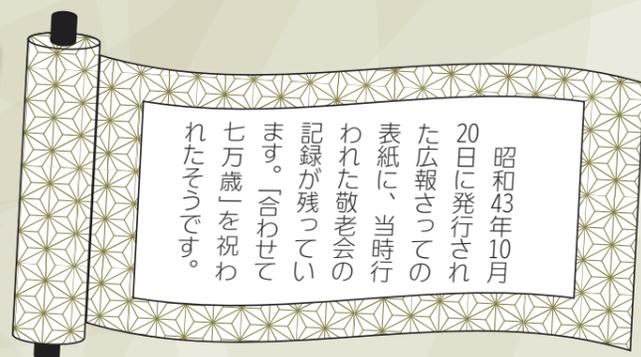
クールオアシスの施設もぜひご利用ください。



▲このマークが目印です

また、子どもは体温調節機能が大人に比べて未発達です。全身に占める水分の割合も高く、外気温の影響を受けやすくなっています。

水分補給を促す声かけや、気温と湿度にあわせた衣類の選択、車内に置き去りにしないなど、子どもは大人よりも熱中症になりやすいことを忘れず、日頃から涼しく過ごせる工夫をしましょう。



問合せ 介護福祉課 ☎ (42) 8438 ・ FAX (42) 5600

7月中旬に招待状を郵送します。出席につきましては、同封の返信用ハガキで回答をお願いします。

開催内容などにつきましては、広報紙およびホームページでお知らせします。

対象 75歳以上(昭和19年9月15日以前生まれ)で令和元年6月1日時点で市内に住所を有する人

とき 9月16日(月・祝)

1回目/午前10時～11時40分
2回目/午後2時～3時40分

ところ アスカル幸手さくらホール

多年にわたって社会に貢献されてきた高齢者への感謝と長寿のお祝いをするともに、「三元気で100歳」を目指した活動を推進するため「幸手市敬老会」を実施します。

