

Tamura

たむら お知らせ版

11.15号 No.150

- 発行/福島県田村市(毎月15日・月1回)
- 編集/市長公室 963-4393 福島県田村市船引町船引字馬場川原20番地
Tel.0247-81-2117 メール info@city.tamura.lg.jp
- 印刷/イシイ印刷(田村市大越町)
たむら お知らせ版は再生紙を使用しています

UD 見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
FONT を採用しています。
by MORISAWA

Information

01 照明器具

買い替え時はインバーター式器具がおすすめ。インバーターとは、周波数変換器のこと。オン・オフだけでなく、パワーの調節ができるため、従来の器具に比べ省エネ効果があります。電球形蛍光灯ランプはインバーターが組み込まれていて白熱電球と同じソケットに取り付けることができます。※電球形蛍光灯ランプと白熱電球のコストを比べると54Wの白熱電球と同じ明るさに相当する12Wの電球形蛍光灯ランプを比べると、蛍光灯の寿命は白熱電球の約6倍。電気代は4分の1以下です。



02 衣 - おしゃれにエコ -

保温性が高いタートルネックセーターの上にシャツやワンピースを着たり、スカートの下に厚手のタイツやレギンスを履いたり、何かひとつアイテムをプラスするだけの簡単エコ。カーディガンをはおるだけでも立派なウォームビズです。保温効果の高い下着(通常100%コットン)やおしゃれな腹巻など最近話題の防寒インナーは、進化中。フリースや遠赤外線効果の素材など、保温性の高い素材のアイテムを選ぶこともおすすめです。



WARM|Zで冬のあったかうちエコ!

- 地球温暖化防止月間 -

チャレンジ25キャンペーン(環境省)では、冬の地球温暖化対策の一つとして、暖房時の室温20℃設定で心地良く過ごすことのできるライフスタイル「WARM|Z」(ウォームビズ)を推進しています。家庭のキッチン・リビング・寝室で冬季をあたたく、快適に過ごすためのアイデアと「うちエコ!」のポイントを紹介します。

- 家庭で1番電気を消費するものは?
①エアコン ②冷蔵庫 ③照明器具 ④テレビ
電気の約7割を消費しています。

03 冷蔵庫

詰め込まず、開閉を減らして設定温度は適切にしましょう。作り置き用に出来たての温かいものをそのまま冷蔵庫に入れていませんか?庫内の温度が上がり、冷やすのに余分なエネルギーが消費されるので、ご注意ください。消費期限切れの食品が冷蔵庫の奥で眠っていませんか。缶詰や調味料は未開封なら常温で保存できます。再度、冷蔵庫の中を整理してみましょう。



04 テレビ

- 消すときは主電源をオフに。リモコン待ちの状態でもエネルギーを消費しています。旅行などで長期不在の場合は、プラグを抜くようにしましょう。
- 音量は適度な大きさを。音量を上げることで、消費電力も上がります。音量は不必要に大きくしないように。
- 画面の掃除も忘れずに。テレビ画面は静電気でホコリを寄せ付けやすいので、1週間に1度くらいは掃除しましょう。

05 食事

冬の食事は、体の中から温まる食材を使ったり、調理方法を工夫してみましょう。例えば、温野菜サラダにしたり、味付けに唐辛子などの発汗作用のある食材を加えると効果的です。そして、冬の定番といは「鍋」。鍋を食べて温まると暖房温度を低くでき、家族が1カ所に集まり一緒に食事をすることで無駄な電気を使わずに済みます。鍋底が平らで大きく保温効果の高い調理器具を使い、さらにエコ上手。



06 エアコン

冬の室温は20℃に。早めのオフが決め手。お出掛けや寝る直前までつけているのはもったいない。室温は急には下がりにくいです。お出掛けや寝る15分くらい前に切るのがコツ。

快適空調のコツ!
厚手で床まで届く長めのカーテンが効果的。
扇風機を併用し、暖まった空気を循環させましょう。

各施設の催し・募集など

Event & News

滝根公民館 ta-kominkan@city.tamura.lg.jp ☎78-2001 ㊟78-2159	船引公民館 fu-kominkan@city.tamura.lg.jp ☎82-1133 ㊟82-5530	文化の館ときわ ☎77-2211 ㊟77-2214
ヨガ体験教室参加者募集 <ul style="list-style-type: none"> ●日時 12月19日(月) 午前10時~正午 ●会場 天地人大学 多目的ホール ●対象 市内にお住まいのかた ●定員 30人 ※定員になり次第締め切ります。 ●持参物 飲み物、バスタオルまたはヨガマット、フェイスタオル ●申込期限 12月13日(火) ●その他 親子での参加も可能ですが各自で見守りをお願いします。 	生涯学習スクール スポーツ&カルチャーDAY 「気軽に楽しむ大人の遊び」受講生募集 スポーツを楽しみながら汗をかきましよう。 <ul style="list-style-type: none"> ●日時 12月2日(金) 午後7時 ●会場 市総合体育館 ●内容 Tamura City ヤングパワー球技大会(バスケ・バレー・ソフトテニス・卓球・バドミントンなど) ●対象者 市内にお住まいまたはお勤めの18歳~40歳のかた ●定員 20人程度 ●準備物 スポーツウェア・スポーツ上履き・タオル・ドリンク・ラケットなど ●受講料 受講料は無料ですが、教材費などは自己負担になります。 ●申込期限 開催日当日の正午 	親子料理教室募集 <ul style="list-style-type: none"> ●日時 12月4日(日) 午前10時~正午 ●場所 文化の館ときわ 調理室 ●対象 市内にお住まいの親子 ※お子さんは4歳以上 ●内容 クリスマスビザ作り ●講師 フードクリエイター 田村久美子氏 ●定員 8組 ※定員になり次第締め切ります ●参加費 1組500円 ●準備物 エプロン、三角巾 ●申込期限 11月20日(日)

ヨガの目的は「自分と向き合うこと」。体が固いかたや運動が苦手なかたでも気軽に参加していただけます。

子育て支援センター

☎82-1510
kosodate@city.tamura.lg.jp

- 開所日 月~土曜 ※祝日を除く
- 時間 午前9時~午後5時
- その他 調乳用のお湯を準備しています

1 ひまわりひろば

- 日時 12月7日(水)・14日(水) 午前10時30分
- 内容 親子遊び、手遊び、体操、製作、絵本の読み聞かせなど
- 対象 0歳~6歳児

2 育児講座

- おやつ作り
- 日時 12月2日(金) 午前10時30分
 - 申込方法 11月30日(水)までに電話でお申し込みください。

ウイルスに負けない習慣を身につけよう!!

基本は「マスク着用と手洗い・うがい」
「インフルエンザを予防しましょう」

●問い合わせ
保健福祉部 保健課 ☎81-2271

①手洗い

咳やくしゃみを手で押さえたり、ドアノブや吊り革、スイッチやレバーなど不特定多数の人が触るものに触れたりした後は必ず手を洗う習慣をつけましょう。

②うがい

うがいは口やのどを洗浄するだけでなく、のどの粘膜を潤して、ウイルスへの防護機能を高めます。屋外から屋内に入ったら手洗いとともにうがいをする習慣をつけましょう。

③マスク

のどに湿気を保ち、ウイルスの侵入を防ぎ、感染した人の咳やくしゃみによるウイルスの飛散も予防できます。推奨されている不織布製マスクを使用し、毎日新しいものに取り替えましょう。

④体調

日頃からの健康管理が大切です。適切な栄養・適度な運動・十分な休養で、体調を整えておきましょう。

⑤予防接種

予防接種は重症化を防ぐ確実性の高い予防法です。季節性インフルエンザの予防接種は65歳以上の高齢者や60歳以上の基礎疾患(慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病などの代謝性疾患、慢性腎機能障害、ステロイド内服など)による免疫機能不全などがあるかたへ費用の補助を行っています。※高齢者(季節性)インフルエンザ予防接種について詳しくは10月号の市政だより、ホームページをご覧ください。



募集 市税等徴収嘱託員募集

- 募集人員 1人
- 勤務内容 市税などの徴収業務
- 雇用期間 12月1日～平成24年3月31日
- 勤務場所 市民部税務課
- 賃金日額 6,500円
- 提出書類 市指定の履歴書に6カ月以内に撮影した上半身の写真を貼り付けたもの
- 申込方法 11月16日(水)～25日(金)に、市民部税務課備え付けの履歴書にご記入のうえ、提出してください。
- 申し込み・問い合わせ 市民部 税務課 ☎81-2119

募集 「市役所本庁舎基本設計案」に対する意見を募集します

- 本庁舎建設に伴う「基本設計案」を市ホームページなどで公開します。市内にお住まいのかたなら年齢など問いません。幅広いご意見をお寄せください。
- 閲覧方法 設計案は市ホームページのほか、総務部財政課・各行政局地域振興課・各出張所で閲覧できます。
 - 提出期限 11月22日(火)～12月9日(金)
 - 意見書提出方法
 - ①市ホームページから意見書様式をダウンロードする。
 - ②上記の閲覧場所に備え付けの意見書様式を入手する。
 上記の方法で意見書様式を入手し、総務部財政課、各行政局地域振興課、各出張所へ直接、FAXまたはメールにて提出してください。
 - 問い合わせ 総務部 財政課 ☎81-2118 ㊟81-2522
メール zaisei@city.tamura.lg.jp

保健 生活習慣病予防栄養相談

- 食事に関する疑問や悩みをお持ちのかたは、ぜひご利用ください。
- 日時・会場 ※会場は各保健センター
- | 日 | 時間 | 会場 |
|----------|------------|----|
| 12/6 (火) | | 常葉 |
| 9 (金) | 午前10時～正午 | 船引 |
| 12 (月) | | 滝根 |
| 13 (火) | 午後1時30分～3時 | 大越 |

- 内容 栄養士による個別相談 ※健診結果などがあれば、お持ちください。
- 問い合わせ 保健福祉部 保健課 ☎81-2271

選挙 福島県議会議員一般選挙

- 皆さんの声を県政に生かす大切な選挙です。棄権しないで投票しましょう。投票の際には投票所入場券をお持ちください。
- 日時 11月20日(日) 午前7時～午後7時
 - 投票所 送付している投票所入場券に記載
 - その他
 - ・都合により投票日に投票ができないかたは、市役所・各行政局・各出張所で19日まで期日前投票ができます。(出張所管内のかたのみ投票可)
 - ・震災に伴い、市外へ避難されているかたは、現在お住まいの市区町村で不在者投票ができます。
 - 詳しくは、選挙管理委員会事務局までお問い合わせください。
 - 問い合わせ 選挙管理委員会事務局 ☎81-2111

相談 地デジ視聴について相談コーナーを設置します

- 平成24年3月末の県内アナログ放送終了に伴う、相談コーナーを設置します。地デジアドバイザーが個別相談に応じますので、気軽に相談ください。事前申し込みは不要です。
- 日時 12月1日(木)～15日(木) 午前10時～午後4時 ※土・日を除く
 - 会場 常葉行政局ロビー
 - 相談内容 地上デジタル放送視聴に関する総合相談 「地デジ受信相談」「チューナー支援の手続き相談*」など
 - *チューナー支援の手続き相談は、デジタル放送がまだ視聴できないNHK放送受信料全額免除世帯・市町村民税非課税世帯・被災された世帯(半壊以上)のかたが対象です。
 - 問い合わせ デジサポ福島 ☎024-505-1010
平日…午前9時～午後9時
土・日…午前9時～午後6時

生活 年末年始のし尿処理のお申し込みはお早めに

- し尿処理業務は12月29日(木)から翌年1月3日(火)まで休業します。年末は申し込みが集中しますので、お早めにお申し込みください。年内の作業をご希望のかたは下記の期限までにお申し込みください。
- 滝根・大越・都路・常葉 12月9日(金)まで…全地区
 - 船引 12月9日(金)まで…移・七郷地区
12月16日(金)まで…春山・文珠・石森・瀬川・芦沢地区
 - ※その他の地区はお問い合わせください。
 - 申し込み・問い合わせ 滝根・大越・都路・常葉地区のかたは各行政局 市民課
船引地区のかたは 田村地方衛生処理センター ☎82-1272

環境 生活排水から川を守りましょう

- 生活排水対策
 - ①流しには、目が細かい三角コーナーなどをつけ、調理くずや食べ残しを流さないようにしましょう。
 - ②野菜くずや食べかすはゴミにして出すか、埋めて土に戻しましょう。肥料としても有効です。
 - ③使い古しのてんぷら油は、下水に流さず、古新聞紙などに吸い込ませてゴミとして出すか、廃食油回収に出しましょう。
 - ④米のとぎ汁は植木や畑の散水に利用しましょう。
 - ⑤洗剤、石鹸などはリンを含まないものを使用し、決められた量をはかって使いましょう。

市役所・各行政局では、使用済みのてんぷら油(廃食油)を回収しています。



▲てんぷら油回収容器(市役所正面入口右側)

- 問い合わせ 市民部 生活環境課 ☎81-2112
各行政局 市民課

information

保育所(私立保育園含む)・特別保育所の入所児 市立幼稚園の入園児募集

市内の市立保育所・こども園・特別保育所・幼稚園では、平成24年4月からの入所児および入園児を12月12日(月)まで募集しています。
※詳しくは市政だより11月号の情報案内板(P.21)をご覧ください。

申し込み・問い合わせ

- 市立保育所・こども園 保健福祉部 社会福祉課 ☎81-2273
各行政局 市民課、各保育所・各こども園
- 私立保育園(認定こども園) 若草学園 ☎82-4111
- 特別保育所 堀田特別保育所(堀田児童館内) ☎77-2199
- 市立幼稚園 教育部 学校教育課 ☎68-3112
各幼稚園・こども園



催し 2011ハートtoハートin田村 「世界のスイーツと地元のおいしい食材を味わう」

- 国際交流に関心のあるかたなど、気軽にご参加ください。
- 日時 12月11日(日) 正午～午後2時30分
 - 場所 天地人大学
 - 入場料 中学生以上 1,000円
小学生以下 無料
 - 申込方法 当日券はありませんので、当協会事務局で入場前売券をお買い求めください。
※前売券は完売となり次第、販売を終了します。
 - 問い合わせ 市国際交流協会事務局(総務部 企画課) ☎81-2135

労働 必ずチェック!最低賃金 福島県の最低賃金が改正

- 最低賃金制度とは 最低賃金法に基づき、国が賃金の最低額を定め、使用者は、その最低賃金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとする制度。常用、臨時、パート、アルバイト、嘱託などの雇用形態に関わらず、原則としてすべての労働者とその使用者に適用されます。
- 最低賃金 658円
 - 効力発生日 11月2日
 - その他 最低賃金には、都道府県ごとに定められた「地域別最低賃金」と、特定の産業に従事する労働者を

対象に定められた「特定(産業別)最低賃金」の2種類があります。今回は地域別最低賃金が改正されました。

- 問い合わせ 福島労働局賃金室 ☎024-536-4604



生活 NTT東日本電話帳をお届けします

- NTT東日本では、平成24年度福島県版の電話帳を12月中に各家庭や事業所へお届けします。お届けの際に、現在お使いの電話帳を無料回収しますので、配達員へお渡しください。回収した電話帳は、環境保護や資源の有効活用のため、新しい電話帳に再利用します。回収時に、電話帳を配達員へお渡しできなかった場合は、タウンページセンターへご連絡ください。後日、改めて回収に伺います。
- 問い合わせ タウンページセンター ☎0120-506-309 (平日 午前9時～午後5時)

各行政局の問い合わせ先

- 滝根行政局 963-3692
田村市滝根町神侯字開場118番地 地域振興課…☎78-2111
市民課…☎78-1202
産業建設課…☎78-1204
- 大越行政局 963-4192
田村市大越町大越字水神宮62番地1 地域振興課…☎79-2111
市民課…☎79-2112
産業建設課…☎79-2193
- 都路行政局 963-4701
田村市都路町古道字本町33番地4 地域振興課…☎75-2111
市民課…☎75-2113
産業建設課…☎75-3550
- 常葉行政局 963-4692
田村市常葉町常葉字町裏1番地 地域振興課…☎77-2111
市民課…☎77-2112
産業建設課…☎77-2371
- 滝根公民館…☎78-2001
- 大越公民館…☎79-2161
- 都路公民館…☎75-2063
- 常葉公民館…☎77-2013
- 船引公民館…☎82-1133

エゴマ油の放射性物質検査を実施しました

市が実施した平成23年度産エゴマ油の放射性物質検査の結果、放射性ヨウ素およびセシウムは検出されませんでした。詳しくは11月15日発行の「田村市放射線・放射能モニタリング結果」をご覧ください。なお、エゴマの搾油については、これまで通り行います。



- 11月の稼働日 27日(日)
- 受付時間 午前8時30分～11時30分
- 場所 エゴマ搾油北部 作業所(田村市船引町新館)
- 問い合わせ 産業部 農林課 ☎81-2511