

山並み連携ゼロカーボンシティ協議会からのお知らせ



夏の省エネ対策をしよう！

夏は冷房の使用などでエネルギー消費の多い季節です。熱中症に注意し、節電・省エネのため、できることから取り組みましょう。

窓

住宅では窓からの熱の出入が夏は7割以上と言われています。よしずやシェードを窓に設置して日差しを和らげましょう。

テレビやパソコン

テレビは省エネモードを活用、パソコンは画面の輝度を下げましょう。また、見ていない時は消しましょう。



冷蔵庫

冷蔵庫は詰め込みすぎると冷却力が低下して、余分な電気を消費します。奥の壁が見える程度に隙間をあけましょう。



自動車

自動車を運転する場合にはエコドライブを心がけましょう。ふんわりとアクセルを踏み、減速時は早めにアクセルを離し、無駄なアイドリングはしないようにしましょう。また、エアコンの設定温度は25度前後にしましょう。

エアコン

エアコンは冷やしすぎに注意し、無理のない範囲で温度を上げましょう。扇風機などとあわせて使うと効果的です。フィルターは2週間～1か月に1回は清掃しましょう。



温水洗浄便座

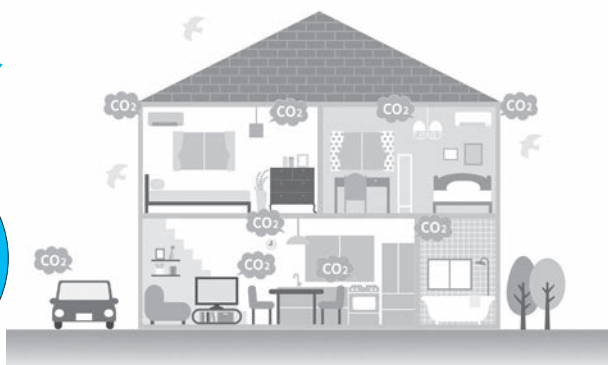
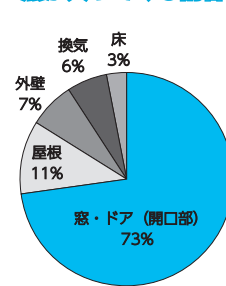
温水のオフ機能、タイマー節約機能を利用しましょう。機能が無い場合、使わないときはコンセントからプラグを抜きましょう。



令和7年度の応募作品



夏の冷房時に熱が入ってくる割合



山並み連携ゼロカーボンシティ協議会

令和8年度 環境ポスターコンクール作品募集

山並み連携ゼロカーボンシティ協議会では、ときがわ町、毛呂山町、越生町、東秩父村の小学校に在籍する児童を対象に、環境ポスターの作品を募集します。

【応募資格】 山並み連携ゼロカーボンシティ協議会構成町村（ときがわ町、毛呂山町、越生町、東秩父村）の小学校に在籍する児童

【テーマ】 下記のテーマのいずれかを満たす作品を募集します。

- (1) 地球温暖化の防止
- (2) 4R（リフューズ、リデュース、リユース、リサイクル）の推進（食品ロスの削減、プラスチックごみの削減等）
- (3) 自然環境の保全（森林の整備、野生生物の保護、河川の美化等）
- (4) 生活環境の保全（家庭雑排水等による河川の汚濁防止、大気環境の美化、アイドリングストップ・エコドライブ等）
- (5) その他に身近に感じている環境問題

【応募方法】 応募票をホームページから印刷、または学校で配布されたチラシ裏面の応募票に学校名・学年・タイトル・名前・作品への思いを記入してください。応募票を切り離して、制作したポスター作品の裏面に貼付けて、令和8年9月9日(木)までに各学校の担任の先生に渡してください。



ときがわ町
ホームページへ

「健康出前講座」

～皆さまのところへおじゃまします～

地域で開催する集会や会合などに、地域包括支援センター職員や専門職が出向いて、健康づくりの機会を提供します。「地域包括支援センターってどんなところ?」「せっかくみんなが集まるから、栄養について勉強したり、体を動かしたい。」「手助けが必要なとき、どんなサービスがあるの?」などありませんか?いつまでも元気に自分らしく過ごすために、健康出前講座をぜひ、ご活用ください。

対 象 65歳以上の方で構成された町内の団体、地区組織等

講 師 料 無料 ※集会の運営は各団体でお願いします。

実 施 日 原則、平日（祝日・年末年始は除く）の午前9時から午後5時まで。実施時間は、質疑応答等含めて1時間程度が目安です。

申 込 み 予定日1カ月前までに、申込用紙を地域包括支援センターへご提出ください。

※申込用紙は、町ホームページからダウンロード又は地域包括支援センターでお渡ししています。



問 地域包括支援センター ☎ 65-1010

糖尿病性腎症重症化 予防対策を行っています

町では、糖尿病の重症化を予防するため、国民健康保険に加入している方の特定健診のデータや医療機関受診状況を分析し、重症化のリスクが高い方にご案内を行っています。

■保健指導のご案内■

糖尿病性腎症の重症化リスクが高い方を対象に、適切な食事の摂り方や適度な運動の実践など生活習慣の改善に取り組むための支援を行います。

■受診のご案内■

糖尿病の治療が必要な方や、治療を中断された方を対象に、郵送または電話にて受診の呼びかけを行います。

重症化を予防するためには、病気の早期発見と継続的な治療、生活習慣の改善が重要です。案内通知が届いたら、積極的な受診や保健指導への参加をお願いします。

問 町民健康課 ☎ 65-0812

7月は虐待ゼロ推進月間です！

虐待は、いかなる理由があっても禁止されるものです。虐待を発見した、虐待を受けている、虐待をしてしまったなどの場合は「埼玉県虐待通報ダイヤル#7171」に電話してください。詳細は埼玉県ホームページ(上記2次元コード)をご覧ください。

問 福祉課 ☎ 65-0813

広告 訴訟・調停など 裁判手続き 相続など 登記手続き 成年後見 借金問題 許認可申請など

おがわ町総合法務事務所

紛争・悩み事を解決!

お気軽にご相談下さい
司法書士 行政書士 土地家屋調査士 達磨 清将

☎0493-81-6630

比企郡小川町大字大塚257-1 営業時間 9:30～17:00(時間外応相談)、(土)・(日)・(祝)休