

くらしの中のエコロがけ デコ活に取り組もう！

問生活環境課
☎0869-22-1899

デコ活とは？

「デコ活」とは、二酸化炭素(CO₂)を減らす脱炭素(Decarbonization)、環境に良いエコ(Eco)を含む「デコ」と、活動・生活を意味する「活」を組み合わせた言葉です。国の掲げる2050年カーボンニュートラルおよび2030年度削減目標の実現に向けて、国民・消費者の行動変容、ライフスタイルの転換を後押しするための新しい国民運動です。

出典：環境省地球環境局「『デコ活』～くらしの中のエコロがけ～脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを創る国民運動」

身边にできるデコ活

冬は暖房などで電気をたくさん使う季節です。日々の暮らしの中で、エネルギーを賢く使うアイデアを取り入れて、地球にもお財布にもやさしい生活を始めてみませんか？

こまめにスイッチオフ

照明や電気機器を使用しないときはスイッチを切りましょう。

冷蔵庫も工夫して使おう

冷蔵庫の温度設定を季節によって見直すことでも節電につながります。

効率よく部屋を暖めよう

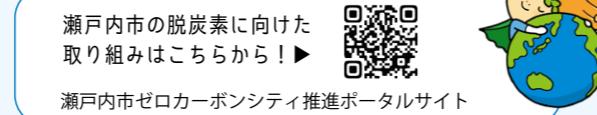
夜はカーテンを閉めて部屋の暖かい空気を逃がさないようにしましょう。

暖房は工夫して使おう

エアコンは設定温度や風向きを工夫して使っていましょう。部屋の湿度を上げることで体感温度が上がります。

待機電力のカット

長時間使わないときはコンセントを抜きましょう。



～いつまでも元気で～

100歳の誕生日をお祝い

満100歳を迎えたお祝いに、黒石市長らが2人を訪問しました。

8月15日に満100歳を迎えた松尾輝さん（牛窓町長浜）は8月29日、入居している施設でお祝い状を受け取りました。

本庄村（現在の邑久町本庄）で生まれ、結婚を機に長浜に移り住みました。会社勤めや縫製の内職、家庭菜園などをして過ごしました。

社交的で、人との交流が好きな松尾さん。地区のバス旅行、書道、大正琴、生け花を楽しみました。昭和61年には61歳で富士山登頂を達成しました。

長寿の秘訣は「好き嫌いなくよく食べること。義歯なく食事ができること」。

また、8月8日に満100歳を迎えた田中高枝さん（邑久町虫明）は9月1日、自宅でお祝い状を受け取りました。田中さんは「大勢の人に祝ってもらい、市長も来てくれてとてもうれしい」と話しました。

今は亡き夫が畑で育てていた花を大事にしており、いつも部屋に花を飾っているそうです。長寿の秘訣は「若いときに一生懸命働いていたことや、バドミントンやゲートボールなどの運動をしていたこと」。

松尾さん、田中さん、これからもますますお元気でお過ごしください。



募集

求職者支援訓練 受講者募集のご案内

求職者支援訓練とは、雇用保険を受給できない求職者などを対象とした早期就職のための公的職業訓練です。

今回、1～3月に開講するコースの受講者を順次、募集しています。

募集科

事務・デザイン・介護福祉分野など、さまざまな分野で募集を行っています。

開講日・訓練期間

(2～6ヶ月)などは各コースによつて異なります。詳しくは、「高齢・障害・求職者雇用支援機構岡山支部」のホームページをご認頃ください。

受講料

無料（テキスト代などは自己負担）

対象者

男性17～69歳、女性18～69歳のみ

場所

瀬戸内市役所

日時

午前10時～午前11時45分、午後1～4時

対象者

令和8年1月23日（金）から令和8年2月13日（金）まで毎週金曜日

場所

午後6時30分～午後8時30分

日時

午後2～4時

対象者

午後1時30分受付開始

場所

午後6時30分～午後8時30分

日時

午後2～4時

対象者

午後1時30分受付開始

場所

午後6時30分～午後8時30分

日時

午後2～4時

対象者

午後1時30分受付開始

場所

午後6時30分～午後8時30分

日時

午後2～4時

対象者

午後1時30分受付開始

場所

午後6時30分～午後8時30分

日時

午後2～4時

対象者

午後1時30分受付開始

場所

午後6時30分～午後8時30分

日時

午後2～4時

対象者

午後1時30分受付開始

献血にご協力ください

ハローワーク西大寺

☎0869-942-3212



ホームページ

ます（所定の手続きが必要です）。

手話奉仕員 フォローアップ講座

聴覚障がい者などの意思疎通を支援することを目的に、手話奉仕員フォローアップ講座を開催します。

手話奉仕員の養成講座（基礎課程）を修了した人、もしくはそれに該当する講座を修了した人を対象とします。

通話を支援することを目的に、手話奉仕員フォローアップ講座を開催します。

講演と個別相談、尿もれ防止体操（骨盤底筋訓練）を紹介します。

介護予防教室を開催

いきいき長寿課

満100歳をお祝いする女性の尿もれは、出産や女性ホルモンの低下などにより多くの人に起こりうる症状のひとつです。

女性の尿もれは、出産や女性ホルモンの低下などにより多くの人に起こりうる症状のひとつです。

