

2月は省エネルギー月間です。

ウォーム ビズ
WARM BIZで冬を快適に！



■問合せ 環境市民協働課 ☎23-7031

「衣・食・住」のひと工夫で、過度な暖房に頼らない、冬を快適に過ごすライフスタイルをつくりましょう。

「衣」のひと工夫

首・手首・足首の
「3つの首」をあたためよう



太い血管のある部分を重点的に温めることで全身が温まります。

素材に着目して
スマートにあたためよう



より薄く・軽く・暖かく、蓄熱保湿、吸収発熱などの機能は進化しています。

ひざ掛け・ストールなどで
こまめな体温調節を



小さくためるとストールなどがあると、寒さを感じたときにさっと使えます。

「食」のひと工夫

「鍋」で体も室内も
あたためよう

湿度が高いと体感温度が上昇します。鍋やストーブのやかんなどで湿度を調整すると、暖房を抑えても寒さを感じにくくなります。



旬の食材で体を
あたためよう

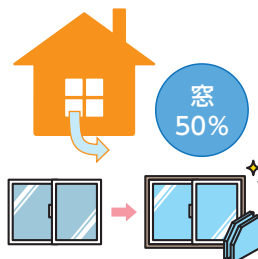
冬が旬の食材、根菜類・しょうがなどは、体を内側からあたためます。



「住」のひと工夫

窓やドアから暖かい
空気を逃がさない

窓・壁・床・天井(屋根)など、さまざまな部分が熱の出入り口になり、特に、全体の熱の約50%は窓から逃げます。



・扇風機・サーキュレーターなどで、上に溜まった空気を循環

・断熱シート・複層ガラス・厚手のカーテンなどを活用

道具や小物で暖房に
頼りすぎない

湯たんぽや毛足の長いスリッパは、家だけではなく、職場でも活用できます。



いばらき エコスタイル -できるエコからはじめよう-

一人ひとりがライフスタイルを意識し、環境に配慮した生活に変えていくことが大切です。

省エネは、普段の生活のちょっとした工夫で実践でき、節約にもつながります。

県では、自主的・積極的に省エネに取り組む「いばらきエコスタイル」を推進しています。

エコな取り組み
エコチェックシート



エコを見える化
いばらき
エコチャレンジ



この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。

第一学院独自の「プラスサイクル指導」で
自分を好きになる、未来が変わる！

■本校通学コース ■Mobile High School (通信) コース

通信制高校 (広域通信・単位制)
生徒一人一人が
第一学院高等学校 高萩校

【中学生の方へ】第Ⅲ期「一般入試」案内
出願期間:2/17(月)~3/19(水)・入試日:3/22(土)
■ご相談は電話・メール・ホームページから
お願いします。(※紹介入試は入学金免除)
【転校をご検討中の方】「個別相談会」随時受付
■高校生活に不安や心配を抱えている方は第一
学院高等学校で転校の手続きをすれば、同級
生と同じタイミングでの卒業が目指せます。
■どうぞお気軽にご相談ください。

TEL 0293-20-5800
〒318-0001 茨城県高萩市赤浜2086-1
E-mail: takahagi@daiichigakuin.ed.jp
URL: www.daiichigakuin.ed.jp 教育相談担当

3/1(土)～7(金)

春の全国火災予防運動

■問合せ 消防本部 予防課 ☎22-2918

【一日消防署長 火災予防啓発活動】

毎年「春の全国火災予防運動」に合わせ、啓発活動を実施。

活動の一環として、市内の園児・児童(各1人)を「一日消防署長」として迎え、火災予防啓発活動などを行います。

▶日時 3/2(日)
10:30～11:50

▶場所 イオン高萩店

▶内容 ●一日消防署長による啓発品の配布
●火災予防ポスターコンクール表彰式
〔佳作〕 ぜんぼう ちさ 智咲(秋山小6年)



R6年中の市内火災件数

R6年中の火災件数は、R5年より3件増加しています。

火災が発生しやすいこの時季に、火災を防ぐ対策について考え、安全・安心な日常生活を送りましょう。

住宅における
電気火災に注意



住宅防火いのちを守る10のポイント



区分		R6年	R5年	増減
火災件数 (件)	建物	5	5	0
	林野	1	2	-1
	車両	6	0	6
	その他	3	5	-2
	合計	15	12	3
死傷者数 (人)	死者	2	2	0
	負傷者	2	2	0

高齢者の介護相談は
在宅介護支援センターへ

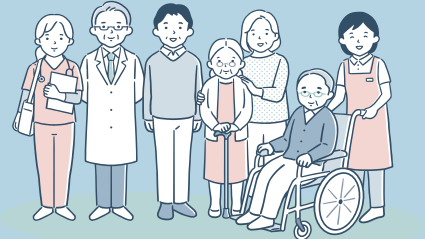
■問合せ 高齢福祉課 ☎22-0080

65歳以上の介護のご相談は、市と連携した3つの事業所で応じています。

担当地区をご確認の上、お気軽にご相談ください。

また、地域の高齢者の状況を把握するため、訪問活動も行っています。

※訪問した際には、緊急時のための連絡先などを確認させていただく場合があります。



事業所	連絡先	地区
ひたちの森高萩(有明町2-98)	☎20-5530	東本町・高浜町・有明町・肥前町・安良川・高戸
JA常陸(本町1-100-2)	☎24-2232	本町・大和町・春日町・高萩・島名・石滝
聖孝園高萩東口(東本町2-73-8)	☎44-3110	上手綱・下手綱・秋山・赤浜・望海・若栗・上君田・下君田・中戸川・大能・横川・福平

この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。

いばらきシニアカード 提示されたお客様に

毎月 5.15.25日
(休日のとき翌日に)

サービス券5倍

お茶・海苔・茶道具・お引物類 差し上げます

(株) 石貫園 〒318-0032 高萩市大和町2-49
☎0293-22-3247

4月入学生募集!

若年求職者向けコース
(おおむね34歳以下)

PC・CAD科 金属クラフト科

茨ひより(茨城県公認Vtuber)

◆高卒1年専門コース ◆就職率100%
◆授業料 年間139,600円(各種減免制度あります)
◆一定の条件により訓練手当が支給されます

茨城県立日立産業技術専門学院