

# 冬の節電・省エネにご協力を

今年の冬の電力需給も厳しい見通しとなっています。日常生活に支障のない範囲で節電・省エネにご協力をお願いします。

→まちづくり計画課 ☎ (042) 314-9005

## 暖房器具

- 室温は20℃を目安にする(無理のない範囲で)
- 電気カーペットは必要な範囲を温める
- 電気カーペットやこたつの下に断熱マットを敷く

## 冷蔵庫

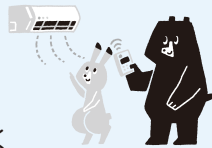
- 季節に合わせて設定温度を調節する
- 扉の無駄な開閉はしない

## 調理・食器洗い

- 炊飯器の長時間保温はせず、使わないときはプラグを抜く
- 食器を洗うときは低温に設定する

## テレビ

- 画面は明るすぎないように設定する



市はゼロカーボンシティ(\*)として脱炭素社会の形成を目指しています

(\*)2050年までに温室効果ガス排出量実質ゼロを目指すことを表明した自治体

## バスルーム

- お風呂は間隔を空けずに続けて入る
- シャワーは出しっ放しにせず、こまめに止める

## 洗濯機

- 洗濯物はまとめて洗う
- 衣類乾燥機は自然乾燥と併用して使う

## トイレ

- 便座や温水の設定温度を低くする
- 使わないときは、電気便座のふたを閉める

## 衣類の工夫など

- 厚手の靴下をはく、カーディガンを羽織る、ブランケットやひざかけを利用する
- 厚手のカーテンにする

# 環境対策課から

→環境対策課 ☎ (042) 300-5300

## 広告募集 令和5年度 ごみ・リサイクルカレンダー

令和5年3月中旬に全戸配布予定のごみ・リサイクルカレンダーに掲載する広告を募集します。

募集期間12月1日(木)~15日(木)

募集掲載枠8枠

¥1枠(縦2.5cm×横10cm)5万円

注 応募多数の場合は抽選(公共的団体、市内事業者を優先)。版下原稿等の作成に係る経費は広告主が負担/広告内容は、市有料広告掲載要綱をご覧ください。詳しくは環境対策課(市役所第6庁舎)へお問い合わせください

## 指定収集袋 取り扱い開始の販売店

- 指定収集袋(事業系ごみ) セブン-イレブン国分寺南町3丁目店(南町3-22-15)
- 家庭用指定収集袋 ビッグ・エー国分寺並木町店(並木町1-26-3)

# 創業個別相談会 12月8日(木)

→経済課(内396)

☎13:00~17:00 ※1人1時間 場市役所第3庁舎2階会議室 対創業を考えている・創業後5年未満の方 定4人※先着順 ¥無料

申12月2日(金)から電話で経済課へ

# 12月 市役所から オンラインで相談できます 都労働相談情報センター による 遠隔労働相談

→経済課(内396)

日12月2日・9日・16日・23日(金)

☎9:30~10:30・10:45~11:45

場経済課(市役所第3庁舎)

対原則市内事業者、市内在住・在勤の方

内労働問題全般に関すること

定1日2枠※先着順 ¥無料

申相談日の前日12:00までに電話または直接経済課へ

## 特定創業支援等事業

# 新しいビジネスの一步を踏み出しませんか こくぶんじ創業塾

→経済課(内396)

創業や経営に必要な経営理念・財務・販路開拓・人材育成などを学び、ビジネスプランの作成を指導します。この講座を修了した方には、特例の適用(株式会社設立時の登録免許税の軽減など)があります。

日場内講右表参照 対創業を考えている・創業後5年未満の方 ※原則全5回参加可能な方 定15人※先着順 ¥無料

申12月2日(金)~令和5年1月19日(木)に電話または直接経済課(市役所第3庁舎)へ

## ■スケジュール

※いずれも土曜日13:00~17:00(受付=12:30~)

日程(令和5年)	会場	内容	講師
1月21日	市役所書庫棟 会議室	経営	浅川 絢子さん (一般社団法人代表理事)
28日		財務	横溝 大門さん (税理士法人代表社員)
2月11日	アクティ・ココブンジ	販路開拓	姫野 裕基さん (中小企業診断士)
18日		人材育成	竹内 潤也さん (特定社会保険労務士)
3月4日	リオンホール	ビジネスプラン プレゼンテーション	

# 休日急病診療



新型コロナウイルス感染症対策のため次の症状がある方は、まず電話で医療機関にご相談ください。

- 発熱や咳などの風邪の症状
- 強いだるさや息苦しさ

診療対象は急病患者に限ります。往診は行えません。また当日、各医療機関では急病患者対応のため、電話での場所案内は行えません。暮らしのガイドの「医療機関一覧」または市HP 検索 1001917でご確認ください。なお、薬を処方された場合は、処方する薬局をその医療機関へお問い合わせください。

- 新型コロナウイルス感染症に関する検査およびインフルエンザの迅速検査は、原則できません
- 健康保険証・後期高齢者医療証などをお持ちください
- 診療科目に小児科を含んでいない場合、小児の診察ができません
- 受付時間は、医療機関によって異なります

小児救急(24時間) 都立小児総合医療センター(府中市武蔵台2-8-29) ☎ (042) 300-5111

24時間いつでも利用できます。急な病気やけがの場合にご活用ください

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

HP <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/> ☎ (03) 5272-0303 FAX (03) 5285-8080(聴覚障害者向け専用)



国分寺消防署 ☎ (042) 323-0119

こちらからもアクセス可▲

東京消防庁救急相談センター #7119 ☎ダイヤル回線の方は☎(042) 521-2323

東京都こども医療ガイド HP <https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/>



こちらからもアクセス可▲

日	診療時間	医療機関名	所在地・☎ (042)
12月4日(日)	10:00~13:00 14:00~18:00	国分寺駅おなかのカメラクリニック(消内・内視鏡内科・内)	本町2-2-1 cocobunji EAST2階 ☎323-7722
		いわいクリニック(外・循・内)	南町3-9-25-115 ☎325-1102
12月11日(日)	9:00~12:00 13:00~19:00	高田デンタルクリニック	本多4-16-1 ☎324-1003
		国分寺診療所(内)	本町4-12-14 ☎325-0766
	10:00~13:00 14:00~18:00	おくむら皮膚科クリニック(皮)	東元町1-1-9 ☎328-5012
		わかば薬局	本町4-14-3 国分寺サンハイツ ☎328-1122
9:00~12:00 13:00~19:00	そむら歯科クリニック	南町2-17-4 国分寺南町ビューハイツ1階 ☎321-1583	