



朝倉を想い、共に働く。

朝倉市職員募集

問 申 市人事秘書課(☎ 28-7592、本庁 3 階)

■試験期日

《第一次試験》9月18日(日) 《第二次試験》10月22日(土)・23日(日)

■試験案内配布場所…①市総合案内(本庁1階) ②朝倉支所市民窓口係(1階) ③杷木支所市民窓口係(1階)

※市ホームページからもダウンロードできます。

■試験案内配布・申込期間…8月22日(月)までの平日8時30分～17時15分

※郵送の場合は、8月22日(月)17時15分必着



▲市ホームページ

試験区分(職種)	採用予定人数	受験資格(年齢要件など)
一般事務 A	12 人	平成 4 年 4 月 2 日から平成 17 年 4 月 1 日までに生まれた人



あなたも始めませんか?

介護予防ポイント事業

問 市介護サービス課高齢者支援係(☎ 28-7590)

昨年 8 月から 1 年間に貯めたポイントを 8 月～9 月に換金しましょう(毎年 8 月スタート)

■申請期間…8月1日(月)～9月30日(金)の平日8時30分～17時15分

■申請場所

- ①市介護サービス課(本庁2階)
- ②朝倉支所市民窓口係(1階)
- ③杷木支所市民窓口係(1階)

■申請方法…申請書とポイントを貯めた手帳を提出
※初回の振込の場合または前回と違う口座に振込を希望する場合は、振込先通帳の写しも必要

■毎年8月は手帳の切り替え

換金申請しない人も活動を続ける場合は、申請場所で新しい手帳を受け取ってください。古い手帳と交換になります。



ボランティア・介護予防教室で貯まる! 介護予防ポイント

対象となる活動を行ってポイントを貯めます。貯まったポイントは、1年に1回、最大5000円まで現金に交換することができます。

元気な高齢者の社会参加や生きがいづくり、健康づくりを支援し、介護予防に役立て、高齢者の地域でのボランティア活動を奨励・支援することが目的です。

■対象…市内に住所がある65歳以上の人

※住所特例対象被保険者を除く

登録して手帳をもらおう!

■申請方法…登録申請書を提出

■申請書配布・申請場所

- ①市介護サービス課(本庁2階)
- ②朝倉・杷木支所市民窓口係(1階)
- ③介護予防教室やボランティア活動を行う事業所やサロン、ステップ運動教室



こんな活動でスタンプがもらえます!

【介護予防教室(月に4回以上開催される教室)】

※1月ごとにスタンプ1個

- ・いきいき健康クラブ
- ・筋トレトレーニング教室
- ・健康づくりサポート教室
- ・ステップ運動教室

【ボランティア活動】

※1時間につきスタンプ1個。1日最大2個まで。

①市内の老人ホーム、デイサービスを行う施設や障害者福祉施設などで、市に受入施設として登録された事業所での活動(利用者の話し相手、レクリエーション参加など)

②ステップリーダー(ステップ運動教室)

③地域ミニデイ(社会福祉協議会登録の各地域で実施しているサロン)での活動

④地域で行われるお弁当の配食活動

▶ポイント交換の算定基準(スタンプ1個=100ポイント)

ポイント	1000～1900	2000～2900	3000～3900	4000～4900	5000～
円	1000	2000	3000	4000	5000

参加者募集!

生活支援サポーター養成講座

問 申 市介護サービス課高齢者支援係(☎ 22-1116)

軽度の支援が必要な高齢者(介護保険の要支援1・2の認定を持つ人)の買い物や掃除などをお手伝いする生活支援サポーターを養成します。要申込。全2日間の日程です。

■日時…9月15日(木)・21日(水)10時～16時

■場所…ピーポート甘木 第4・5学習室

■対象…おおむね60歳以上の市内在住の人

■定員…25人(先着順)

■受講料…無料(昼食は各自ご持参ください)

■持ってくるもの…筆記用具、昼食、マスクなど

■内容

《1日目》①開講式・介護保険制度について ②介護概論 ③高齢者の特徴と対応(高齢者や家族の心理)

《2日目》①認知症の理解 ②コミュニケーション技術 ③生活支援に必要な知識と技術 ④緊急時の対応 ⑤包括ケアシステムについて

■申込期限…9月7日(水)

※修了した人に、生活支援サポーター認定証を発行します。実際の活動はシルバー人材センターへの登録が必要です。

家庭できる省エネ術

問 市環境課 (☎ 23-1153)



省エネが必要な理由は？

日常生活に欠かすことのできない電気、ガス、水道などはすべてエネルギーを利用しています。食品や衣料品なども、生産や流通の過程でエネルギーを利用しています。このように、私たちの暮らしはさまざまなかたちでエネルギーを利用することによって成り立っています。

エネルギーの大半は、石油などの化石燃料を燃焼することで得られ、大気中に二酸化炭素(CO2)が排出されます。二酸化炭素は、宇宙に放出されるはずの熱を蓄える「温室効果ガス」の一つで、地球温暖化の主な原因となります。温暖化をストップさせるには、一人ひとりが環境問題を認識し、省エネに取り組むことが大切です。

省エネ行動と省エネ効果

家庭で使用するエネルギーのうち最も多いのは電気です。エアコンなどの空調機器や冷蔵庫、照明器具やテレビなどがエネルギーを多く使う機器になります。下表を参考に使用方法を工夫して省エネに取り組みましょう。

例えば

エアコンの設定温度を 28℃に
外気温度 31℃で、冷房設定温度を 27℃から 28℃にし、1日9時間利用した場合の年間の省エネ効果は……

30.24kWh の省エネ
CO2 14.8kg の削減
約 820 円の節約



【参考】資源エネルギー庁「省エネポータルサイト」



省エネ行動	省エネ効果(年間)	
エアコンのフィルターを月に1～2回清掃する 目詰まりしたフィルターと清掃したフィルターの比較	電気 31.95kWh の省エネ CO2 削減量 15.6kg	約 860 円の節約
電球形 LED ランプに取り替える 54W の白熱電球から 9W の電球形 LED ランプに交換	電気 90.00kWh の省エネ CO2 削減量 43.9kg	約 2,430 円の節約
テレビを見ないときは消す 液晶テレビ(32V型)の見る時間を1日1時間減らした場合	電気 16.79kWh の省エネ CO2 削減量 8.2kg	約 450 円の節約
冷蔵庫にものを詰め込みすぎない 詰め込んだ場合と、半分にした場合の比較	電気 43.84kWh の省エネ CO2 削減量 21.4kg	約 1,180 円の節約
冷蔵庫の設定温度を適切にする 設定温度を「強」から「中」にした場合(周囲温度 22℃)	電気 61.72kWh の省エネ CO2 削減量 30.1kg	約 1,670 円の節約

最大 20,000 円分の ポイントがもらえます



毎週日曜の午前中
開庁。詳しくは市
ホームページへ



問 市市民課 (☎ 22-1113)

マイナンバーカードの新規取得で最大 **5,000 円分**

さらに、健康保険証としての利用申込で **7,500 円分**

さらに、さらに、公金受取口座の登録で **7,500 円分**

※すでに 5,000 ポイント(新規取得分)を取得済みで健康保険証などの手続きを済ませている人も「どの決済サービスでポイントを受け取るのか」別途申し込み手续が必要です(7,500 ポイントは、自動的に付与されません)。



令和4年9月末まで マイナンバーカードの申請を

ポイントを受け取るには、令和4年9月末までに顔写真付きマイナンバーカードの申請が必要です。

■出張申請サポート

身近な公民館やオフィスなどに市職員が出張して、カード申請のお手伝いをします(要事前申込)。出張申請サポートで申請したカードは、自宅や郵便局で受取が可能です。



▲詳しくは市ホームページへ

■携帯ショップでも申請サポート

7月27日(水)から全国の携帯ショップ(ドコモ・au・ソフトバンクショップなど)でもカードの申請や顔写真撮影ができるようになります。詳しくは各携帯ショップへお問い合わせください。



コンビニで ワクチンパスポートの発行が可能に

顔写真付きマイナンバーカードを持っている人は「新型コロナウイルス感染症予防接種証明書」をコンビニで発行できるようになります。

■発行開始日…8月中旬以降

※海外用の接種証明書を取得するには、7月21日(木)以降に接種証明書アプリまたは窓口で証明書の取得が必要です。また、発行手数料がかかります。

問 市新型コロナワクチン接種コールセンター (☎ 0570-066-070)



▲詳しくは市ホームページへ



令和5年2月末まで マイナポイントの受取方法

マイナポイントを受け取るためには令和5年2月末までにマイナポイントの申込を行い、キャッシュレス決済サービスを選択する必要があります。

■申込に必要なもの

- ・マイナンバーカード
- ・数字4桁のパスワード(暗証番号)
- ・ポイントを受け取るキャッシュレス決済サービスのID
- ・セキュリティコード

■スマートフォンを持っている人

スマートフォンから手続きができます。詳しくは総務省「マイナポイント事業」特設ホームページをご確認ください。



▲総務省特設ページ

■スマートフォンを持っていない人

マイナポイント手続きスポットをご利用ください。マイナポイント申込手続きが安心・安全に、無料でできる場所です。全国約7万カ所の端末で手続きができます。目印は右のマークです。

- ・市市民課(本庁1階)、朝倉・杷木支所 市民窓口係(1階)

- ・郵便局
- ・携帯ショップ(ドコモ・au・ソフトバンクショップなど)
- ・セブンイレブン(コンビニATM)
- ・ローソン(マルチコピー機)
- ・イオングループ など

