

市民の皆さんから
公募します

後期高齢者医療制度「運営懇談会」の委員募集

後期高齢者医療制度の運営に関する意見・提案を募るため、後期高齢者医療制度の運営に関する「運営懇談会」の委員を募集します。

▽応募資格 県内在住の40歳以上の人で、平日の日中に青森市で開催される会議に出席できる人

▽募集人員 8人（選考により決定）

①被保険者＝6人

②65歳以上障害認定の被保険者＝1人

③後期高齢者医療以外の医療保険被保険者＝1人

▽募集期間 6月10日～30日

▽委員の任期 委嘱の日から2年間

▽謝礼など 会議1回の出席につき謝礼5,000円と交通費（公共交通機関利用実費相当額）を支給

▽応募方法 応募用紙に必要事項を記入し、「後期高

齢者医療制度に関する意見（400字程度）」を添付の上、郵送、持参、ファクスまたはEメールで、青森県後期高齢者医療広域連合総務課へ提出を（持参の場合は市国保年金課後期高齢者医療係でも受け付けます）。※応募用紙は、市国保年金課（市役所1階、窓口156）で配布しているほか、青森県後期高齢者医療広域連合ホームページからダウンロードできます。

■問い合わせ・提出先 青森県後期高齢者医療広域連合総務課（〒030-0801、青森市新町2丁目4の1、青森県共同ビル1階、☎青森017-721-3821、ファクス017-723-1401、Eメール aomori-kouikirengou@dolphin.ocn.ne.jp、ホームページ <http://www.aomori-kouikirengou.jp/>） / 市国保年金課後期高齢者医療係（☎40-7046）

ちょっとした工夫
で省エネできます

クールビズ（COOL BIZ）を今年も実施します

地球温暖化防止のため、当市では6月1日～9月30日に夏場の軽装「クールビズ」を実施します。また、急激な気温の上昇時などは、状況により軽装を認める移行期間を、実施期間の前後1週間程度設定しています。

環境省が提唱・実施している「クールビズ」は、冷房時の室温を28℃にしたオフィスで快適に仕事をするためのノーネクタイ・ノー上着ファッションのことで、夏を涼しく過ごすための新しいビジネススタイルという意味が込められています。

室温が28℃だと少し暑いと感じる人もいると思い

ますが、上着を脱いでネクタイを外すと、体感温度は約2℃下がります。このようにちょっとした工夫をするだけで、快適に過ごすことができます。なお、冷房の温度設定を27℃から28℃にすると、年間で30.24kWhの省エネにつながるといわれています（省エネルギーセンター「家庭の省エネ大辞典」より）。

最近、涼感素材の衣類や涼感グッズも数多く販売されています。暑い夏場を、楽しみながら涼しく過ごしませんか。

■問い合わせ先 環境管理課環境保全係（☎36-0677）

◇家庭でできる夏の節電のポイント

エアコン…夏場の電力使用量増加の原因となるエアコンは、必要な時だけ使うようにしましょう	
節電のポイント	設定温度は28℃を目安に／扇風機などを使用し、空気を循環させながら使用する／こまめにON/OFFを切り替える／フィルターはこまめに清掃する／カーテンやすだれを使って、直射日光を避ける
クッキング…調理方法をよく考え、効率よく調理しましょう	
節電のポイント	ご飯は炊飯器で保温するより、電子レンジで温める／電気ポットはコンセントを抜き、必要なときに沸かし直す／食器はため洗いし、給湯器の使用時間を短くする
洗濯・風呂・トイレ…洗濯機や風呂給湯器は計画的に効率よく使用しましょう	
節電のポイント	洗濯物はまとめて洗う／間隔を空けずに入浴し、給湯器の使用時間を短くする／夏場は暖房便座を使用しない／温水洗浄便座の洗浄水の設定温度は低めにする
冷蔵庫…24時間365日使用している冷蔵庫ですが、少し気を付けるだけで簡単に節電できます	
節電のポイント	設定温度を「高」から「中」や「小」にする／物を詰め込み過ぎないようにする／熱い物は冷ましてから入れる／開け閉めの回数を減らす／開けている時間を短縮する
その他…電化製品の使用時間を短くしたり、長時間使用しない場合はコンセントを抜いたりして、待機電力を発生させないようにしましょう	
節電のポイント	照明はこまめに消す／白熱電球から省エネ型の蛍光灯やLEDランプに取り替える／テレビは見たい番組だけを選んで見る／テレビを消す時は主電源を切る／部屋を片付けてから掃除機をかける／髪を乾かすときは、タオルで十分乾かし、ドライヤーの使用時間を短くする／夜早く寝て朝型の生活に切り換える



フォトコレinひろさき

市内各地で行われたイベントやまちの話題をお届けします。

わんぱく相撲大会・オープン大会・若の里相撲体験教室



この写真にスマートフォンをかざすと、動画が流れます。



5月1日、わんぱく相撲津軽地区大会・オープン大会が県武道館（豊田2丁目）で開催され、参加した児童らが技術を競い合いました。当市出身で大相撲元関脇若の里の西岩親方による相撲体験教室も行われ、参加した児童らは四股や股割り、すり足などの基本動作の指導を受けたほか、2～3人1組で西岩親方相手に果敢に立ち向かい、会場は多くの声援に包まれました。

弘前りんご花まつり



5月6日～15日に、りんご公園（清水富田字寺沢）で弘前りんご花まつりが開催されました。会期中は、りんご棒パン作りやキャラクター握手＆撮影会、パンフェスタやカレーマーケットなどの出店、シールドナイト、乗馬でりんご園散策などさまざまな催しが行われ、訪れた人はりんごの花が咲き誇る中、まつりを楽しんでいました。

消防定期観閲式



5月5日、消防団員が日ごろの訓練成果を披露する「定期観閲式」が行われ、放水訓練や車両分列行進などを実施したほか、まとい振りやはしご乗りを披露しました。

第18回津軽路ロマン 国際ソーデーマーチ



5月14日・15日の2日間にわたり開催され、延べ1,843人が参加。両日共に快晴に恵まれ、残雪をまとった岩木山のもと、新緑に包まれた津軽路を歩きながら汗を流していました。

ARで動画を見よう！

AR動画の視聴方法…①App StoreもしくはGoogle Playで無料アプリ「COCOAR」を検索しダウンロード／②アプリを起動し、ARマークのついた写真にかざす。写真を認識すると動画が流れます。 ※AR（拡張現実）…写真などに、デジタル合成などによって作られた情報を付加し、人間の現実認識を強化する技術／アプリのダウンロードや動画視聴には別途通信料がかかります／ARの有効期間は発行から3カ月です。