

国民年金

国民年金保険料支払に使えます！
「クレジットカード」

【納付方法】

- ・毎月納付・1年前納（4月分～翌年3月分）
 - ・2年前納（4月分～翌年度3月分）
 - ・2年前納（支払い月～翌年度3月分）
 - ・6ヵ月前納（4月分～9月分、10月分～翌年3月分）
- ※支払い回数は1回払いのみ対象です。

【以下の場合には利用不可】

- ・過去の未払い分の保険料を納付する場合
- ・保険料の一部を免除されている場合

【手続きに必要なもの】

- ・国民年金保険料クレジットカード納付（変更）申出書（住民保健課備え付け）
- ・基礎年金番号のわかるもの（年金手帳または基礎年金番号通知書、納付書など）
- ・クレジットカード（名義人が異なる場合、同意書が必要）

【問い合わせ】

住民保健課国保グループ ☎ 73-7508

節水にご協力ください

きれいな水は限られた資源
大切に利用しましょう！

【節水の POINT】

①水を貯めての食器洗い

食器を洗う時は、水を流しっぱなしにはせず、容器に水を貯めて洗いましょう。

②風呂の残り湯の活用

風呂の残り湯は、洗濯や散水に再利用しましょう。

③小まめな蛇口の開閉

歯磨きや手洗いで水を使用するときは、蛇口を小まめに開閉しましょう。

④トイレの大・小レバーの使い分け

水洗トイレの水は、「大」と「小」を使い分けましょう。

詳細はこちら

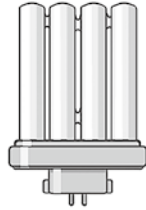
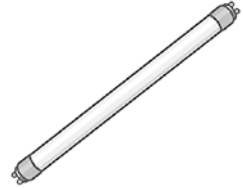
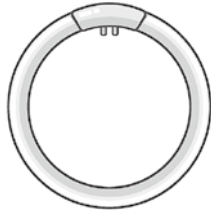


【問い合わせ】

上下水道課 ☎ 73-7514

一般照明用の蛍光灯（蛍光灯）の製造・輸出入は 令和9（2027）年末までに廃止されます LED照明への計画的な交換をお願いします

「水銀に関する水俣条約締結国会議」において、一般照明用の蛍光灯（蛍光灯）は、その種類に応じて令和7年末から令和9年末までに、製造・輸出入を段階的に廃止することが決定されています。

			
電球形蛍光灯 令和7年12月末までに	コンパクト形蛍光灯 令和8年12月末までに	直管形蛍光灯 令和9年12月末までに	環形蛍光灯 令和9年12月末までに

【ご注意ください】

- 製造・輸出入は廃止されますが、廃止後も在庫品の流通・販売や既存製品の継続使用は可能です。
- 引き続き蛍光灯の使用が必要な場合は、在庫切れの前に必要数を調達するなどの対応が必要です。
- LED照明への交換は、家庭でできるランプ交換や電気工事業者による器具交換が必要なものなど器具によってさまざまです。LEDランプの交換や取付方法を誤ると、発火や発煙など重大事故につながるおそれがあります。詳しくは最寄りの電気器具販売店や電気工事業者に相談ください。

【問い合わせ】 環境生活課ゼロカーボン推進グループ ☎ 76-7065

詳細はこちら



栗山町のフリーイラスト素材サイト

北海道
情報大学
発

フリヤマ



<https://illustr.do-johodai.ac.jp>

北海道情報大学（江別市）ではイラストレーション教育カリキュラムとして、学生が栗山町に特化して作成したイラストをフリー素材として専用ウェブサイト「フリヤマ」で公開しています。個人・商用を問わず無料で利用できますので、町民の皆さまも広報宣伝などに活用ください。

【問い合わせ】 企画財政課企画グループ ☎ 73-7502

宝くじ
公式サイト

すぐ買える 当たりがわかる クイックワン

Quick One

クイックワン



宝くじ
公式サイトで
発売中！

宝くじの収益金は、私たちの街の公共事業等に役立てられています。

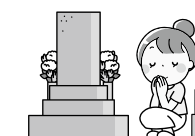
公益財団法人北海道市町村振興協会

お盆前後の熱中症対策

北海道でも30度を超える真夏日は珍しくなくなりました。今月は、6月・7月の疲れが出やすい時期です。8月特有のリスクに備えましょう。

1. 「お盆の墓参り」は万全の準備を

- ・墓地は日差しを遮るものがなく、石の照り返しで気温が急上昇します。
- ・早朝や夕方の涼しい時間帯に済ませましょう。
- ・短時間でも日傘や帽子を忘れずに。
- ・草むしりなどの作業は、無理をせずこまめに休憩を取りましょう。



2. 「湿った暑さ」と「夜の冷え込み」に注意

- ・8月は台風や湿った空気の影響で、気温以上に「蒸し暑さ」を感じるが増えます。
- ・雨上がりには要注意：気温が低くても湿度が高いと汗が乾かず、体温がこもりやすくなります。
- ・夜間の冷え込みと体調管理：下旬になると夜風が涼しくなりますが、日中との寒暖差は体に負担をかけます。寝冷えすると自律神経が乱れ、睡眠の質が低下しますので、日中は適切にエアコンを活用しましょう。



3. 夏バテを解消！旬の味覚でパワー補給

- ・食欲が落ちやすい時期ですが、北海道の豊かな夏野菜は熱中症予防の味方です。
- ・トマト・キュウリ・スイカ：水分とカリウムが豊富で、体を内側から冷やしてくれます。
- ・枝豆・豚肉：疲労回復に効くビタミンB1が豊富です。

【問い合わせ】 環境生活課ゼロカーボン推進グループ ☎ 76-7065