

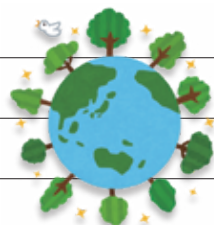
白石市は2050年（令和32年）
ゼロカーボンシティの実現に向けて歩みを進めています
みんなで目指そう！ゼロカーボンシティしろいし

地球温暖化による気候変動は、私たちの暮らしにも身近な問題です。
市民・事業者の皆さんとともに、未来へつながる脱炭素のまちづくりを進めていきます。

☎環境課 ☎22-1314

白石市が目指す未来

令和4年2月	ゼロカーボンシティを宣言
令和8～12年度	区域施策編に基づく取組を推進
令和12年度	CO ₂ 排出量を平成25年度比で50%削減
令和32年	ゼロカーボンシティの実現



●「ゼロカーボンシティ」って？

温室効果ガスの排出量をできる限り減らし、森林などによる吸収量と差し引いて、実質ゼロを目指すまちのことです。

●「区域施策編」って？

行政だけではなく、市民・事業者・市が協力し、市内全体でCO₂排出量を減らしながら、自然と調和したまちづくりを進めるための道しるべです。

●なぜ今から取り組むの？

近年の猛暑や大雨など、気候変動の影響は暮らしの中でも感じられるようになっていきます。豊かな自然と安心して暮らせる白石市を未来へ引き継ぐため、今できることから行動していくことが非常に大切です。



白石市地球温暖化
対策実行計画

今日からできる脱炭素アクション

1. LED照明に交換	2. 使わない電気を消す	3. マイバッグ・マイボトルの利用
4. 徒歩・自転車・公共交通の活用	5. 食品ロスを減らす	6. 省エネ家電を選ぶ（※）

（※）省エネ家電導入促進事業

家庭における電気料金の負担を軽減し、地球温暖化対策として温室効果ガス排出量の削減や熱中症予防できる、省エネ性能の高い家庭用家電製品の導入を支援しています。予算がなくなり次第終了です。詳細は白石市公式ホームページよりご確認ください。



環境課
ホームページ

「ゼロカーボンシティ」の実現を念頭に、市民・事業者・市が力を合わせ市全体で地球温暖化対策や温室効果ガス排出量削減のための脱炭素施策を推進していきます。

ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



夏の疲れをリセット！ 秋から始める
「しろいし運動ひろば」参加者募集

☎健康推進課 ☎22-1362

涼しくなる「これから」は、運動を始める絶好のチャンス。
どの講座も、目からウロコの情報をご用意しています。
今年こそ自己流を卒業して、効果的な運動をスタートしませんか？

各講座で、「InBody（体組成計）測定」をします。
ご自身の筋肉量、脂肪量などを把握でき、これからの健康づくりに役立ちます。

① 大人のための はじめてのウォーキング講座（基礎編）

●日時 10月1日（木）14:00～15:30（受付13:30～）
「しばらく運動をしていない」「体力が心配」という方も大歓迎！
足腰に負担をかけない正しいフォームや靴の選び方、効率よく脂肪を燃焼させるコツなど、基本から丁寧にお伝えします。



② 10年後も輝いているために 大人のための美骨講座

●日時 10月7日（水）14:00～15:30（受付13:30～）
姿勢の崩れや将来の骨折を予防しませんか？ 理学療法士から骨粗しょう症を防ぐ効果的な運動を実践形式で学びます。今から始めれば何歳からでも変われます。いつまでも若々しくあるための「美骨習慣」を学びませんか？



③ 実はスゴイ！ 大人のためのラジオ体操講座

●日時 10月9日（金）10:00～11:30（受付9:30～）
自宅ですぐできるラジオ体操、なんとなく動かすのはもったいない！ いつもの動きをちょっと意識するだけで筋肉の動きがガラリと変わり、その効果を最大限に引き出せます。最高の全身運動にしませんか？



④ 大人のための体力づくりウォーキング講座（実践編）

●日時 10月29日（木）14:00～15:30（受付13:30～）
普段から歩いている方やアクティブに動きたい方向けの講座です。
スピードの強弱の付け方や長距離をラクに歩くテクニックなど、実践的なコツを学びます。



- 場所：介護予防センター
- 定員：各講座15人程度 ※医師による運動制限を受けていない方（先着順）
- 申込み方法：電話や健康センター来所、次の二次元コードから申し込みください（①～④複数選択可）
- 持ち物：上靴、飲料水、タオルなど（ジャージなど運動に適した服装でご参加ください）



▲申し込み
フォーム