

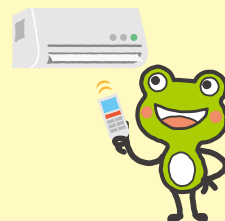
ウォームビズとは…

暖房使用時の室温の目安を20℃にして、快適に過ごすライフスタイルのこと。

暖房に必要なエネルギー使用量を削減することによって、温室効果ガス(CO₂など)の発生を減らし、地球温暖化の防止を目指します。

冬の節電は、夏よりも省エネ効果が高いといわれています。ぜひこの機会にウォームビズを始めてみませんか。

環境政策課 ☎443-2053



チームとやましの
キャラクター「エコケロ」

取り組みの例

体操や運動で
血行を良くして
冷えを改善しよう



冷えやすい
首周りや足元を
温めよう



温かい料理や
香辛料・根菜を食べて
体を温めよう



一緒に暖まろう



冬のおすすめ！エコレシピを紹介しています♪

りんごのクラフティ 材料(ココット3個分)

ココット(容器)で焼いて作る温かいデザートです。食べ頃を過ぎたりんごでもOK。



りんご…… 1/2個 ☆てんさい糖… 10g
★レモン果汁… 小さじ1 ☆卵…………… 1個
★砂糖…………… 5g ☆豆乳…………… 50cc
バター…………… 適量 ☆米粉…………… 20g
(ココットに塗る用) 溶かしバター… 10g

1. オーブンを180℃に予熱しておく。
2. りんごを皮ごと薄くスライスする。
※芯を除く。
3. 2に★を和えて10分おく。
4. ☆をよく混ぜ、溶かしバターを加える。
5. 3が少ししんなりしたら、内側にバターを塗ったココットにりんごを並べる。
6. 5に4を注いでオーブンへ。周りがきつね色になったら完成。

地元でとれた食べ物を選ぶことで、輸送に必要なエネルギーが削減され、温室効果ガスの削減につながります。

こちらもおすすめ

里芋とごぼうのポタージュ



形がふぞろいな里芋やごぼうと玉ネギを皮ごと使って、体に優しいポタージュに大変身。

詳しいレシピやその他の料理のレシピは、チームとやましクックパッドをご覧ください。



日本海ガスショールーム
Prego料理教室講師監修

チームとやまは、市民・各種団体・事業者などが自主的にチームを結成し、「チームとやまし」のメンバーとなって、温室効果ガスの削減を目指す、市民総参加のプロジェクトです。



住民税非課税世帯の方などへ 給付金、助成金の申請はお済みですか



振り込み詐欺や、個人情報を聞き出そうとする給付金詐欺に注意してください。

申請期限 **1月31日(火)(必着)**

申請期限を過ぎると受給できません。

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金 (1世帯あたり5万円支給)

電力・ガス・食料品などの価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯(住民税非課税世帯など)に給付金を支給しています。

(1) 令和4年度住民税(均等割)が非課税の世帯

令和4年11月28日に確認書を送付しました。

(2) 家計急変世帯

申請時、富山市で住民登録しており、令和4年中の収入が減少し、(1)の世帯と同様の事情にあると認められる場合は、支給対象となる可能性があります。

申請期限までに、申請書と必要書類を、郵送または直接、福祉政策課(〒930-8510 新桜町7-38:市役所3階)へ。

申請書は福祉政策課、各行政サービスセンター地域福祉課、地区センター、市社会福祉協議会(今泉)に設置してあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

※(1)、(2)の重複受給はできません。

※必要書類など詳細は、問い合わせるか市ホームページ(「電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金」で検索)をご覧ください。

福祉光熱費支援事業助成金 (1世帯あたり1万円支給)

コロナ禍における原油価格・物価高騰に伴う緊急対策として、対象世帯に助成金を支給しています。

①生活保護受給世帯

②令和4年度住民税(均等割)非課税世帯のうち、昭和23年4月1日以前に生まれた方がいる世帯

①、②の世帯の方は、左記(1)の確認書と原則合わせて、令和4年11月28日に申請書を送付しました。

③新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金、または住居確保給付金を受給している世帯

令和4年11月28日に、生活支援課(☎443-2057)から申請書を送付しました。

※①、②、③の重複受給はできません。

★要件に該当する世帯で、確認書などが届いていない場合は問い合わせください。

富山市臨時特別(緊急支援)給付金コールセンター
☎443-2244
(受付時間 平日9:00~17:00)

中堅所得者向け賃貸住宅・賃貸店舗

入居者募集

富山市営住宅管理事務所
☎471-5291

中教院団地(中央通り二丁目3-22)



- 間取り 3DK
- 家賃 65,600~78,700円
- 共益費 5,000円
- 駐車場 なし

※その他、1DKタイプあり。

上赤江団地(上赤江町一丁目17-3)

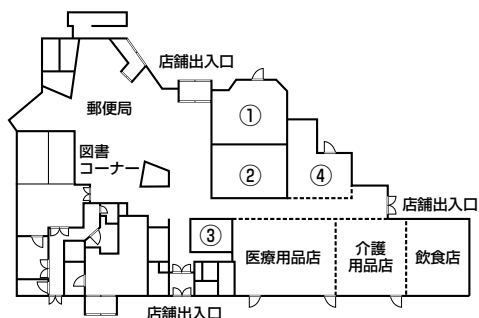


- 間取り 3LDK
- 家賃 63,200~75,900円
- 共益費 5,000円
- 駐車場 2,100円(1台あたり)

※その他、3DKタイプあり。

※間取りは一例です。家賃は、収入や世帯状況に応じて変動し、子育て世帯は減額されます。

今泉賃貸店舗(今泉北部町1-5)



- 構造 鉄筋コンクリート造
- 施設 エレベーター(2基)、駐輪場 など
- 駐車場 5,240円(1台あたり) ※別途、店舗共同の来客用駐車場があります。

	①	②	③	④
間取り	62.93㎡	45.76㎡	16.37㎡	56.26㎡
家賃	164,810円	119,850円	42,870円	147,350円
共益費	15,820円	11,500円	4,100円	14,150円

共通項目

- ・敷金はそれぞれ、家賃の3カ月分です。
- ・設備情報や申込要件など詳細は、市営住宅管理事務所ホームページ(<https://toyama-shiejutaku.net/>)で確認するか、問い合わせてください。

国民年金

のお知らせ

国民年金課 ☎443-2067
閩各行政サービスセンター地域福祉課
大沢野☎467-5811 大山☎483-1214
八尾☎455-2461 婦中☎465-2114
閩富山年金事務所 ☎441-3926

国民年金は、日本に住む20歳以上60歳未満の全ての人が加入する制度です

老後の生活を保障する「老齢年金」のほか、病気や事故で障害が残ったときの「障害年金」や、家族の働き手が亡くなったときに受け取ることができる「遺族年金」があります。

日本年金機構から、国民年金に加入したことをお知らせします

20歳になってから2週間程度で、「国民年金加入のお知らせ」、「基礎年金番号通知書」、「国民年金保険料納付書」などが届きます。

※2週間程度経っても届かない場合は、問い合わせてください。

※20歳直前で国外に転出された方は、富山年金事務所に連絡してください。

※20歳になったときに、厚生年金に加入している配偶者の扶養になっている方は、配偶者の勤務先で、第3号被保険者の手続きをしてください。

「基礎年金番号通知書」は、大切に保管してください

保険料納付の確認や年金の手続きの際に必要です。なお、厚生年金の被保険者だった方や障害・遺族年金を受給している方(していた方)には送付されません。

新型コロナウイルス感染症の影響を受け収入が減った方や学生の方など、経済的に保険料を納めることが困難な場合は、問い合わせてください

国民年金の被保険者は次の3種類です

第1号被保険者

自営業、学生、
フリーターなど



第2号被保険者

会社員や公務員など



第3号被保険者

第2号被保険者に
扶養されている配偶者



確定申告などで必要な書類となりますので、大切に保管してください

国民年金保険料控除証明書

国民年金保険料は、当年中に納付した全額が「社会保険料控除」の対象となります。

確定申告などで社会保険料控除を受けるには、国民年金保険料を納付したことを証明する「国民年金保険料控除証明書」の添付などが必要です。なお、この控除証明書は、令和4年11月に日本年金機構から被保険者へ送付されています。

※令和4年10月1日以降に国民年金保険料の納付を開始された方には、2月上旬に送付されます。

控除証明書に関する問い合わせ

ねんきん
加入者
ダイヤル

☎0570-003-004

※050から始まる電話の場合は、
☎03-6630-2525へ。

受付時間 (月)～(金) 8:30～19:00

第2(土) 9:30～16:00

※祝(第2(土)を除く)は利用不可。

公的年金等の源泉徴収票

令和4年中に老齢または退職を支給事由とする年金を受給された方には、日本年金機構から「令和4年分公的年金等の源泉徴収票」が1月末までに送付されます。

この源泉徴収票は、令和4年中に支払われた年金額と、年金から差し引かれた所得税額や介護保険料額などをお知らせするものです。

公的年金等にかかる源泉徴収票に関する問い合わせ

日本年金機構
富山年金事務所

☎441-3926

受付時間 (月)～(金) 8:30～17:15 ※祝は除く。

※各共済組合から年金を受給された方は、各共済組合へ。

富山年金事務所への年金相談の際は、事前予約をお願いします
(受付期間:希望日の1カ月前から前日まで)。

※予約の際、基礎年金番号がわかるものを準備してください。

日本年金機構ホームページ
<https://www.nenkin.go.jp/>

国民年金の加入と保険料
の案内はこちら



マイナポータル
からも
受け取れます

マイナポータルからねんきんネットを利用している方は、これまで書面で交付していた国民年金保険料控除証明書などを電子データで受け取ることができます。

国民年金保険料控除証明書は令和4年10月から、公的年金等の源泉徴収票は令和5年1月から利用できます。詳細は、ホームページをご覧ください。



ホームページ