



なよろうの DX 通信！

第10回暮らしを便利にするデジタルの力
～身近なことから、どんどん“できる”時代へ～

名寄のくらしの中で、いろいろなことが少しずつ「デジタル」に変わっています。お店で、市役所で、家の中で——。スマートフォンやパソコンを使えば、「行かなくても」「待たなくて」「すぐに」できることが増えています。



★旅行の計画もスムーズ！
ネットで宿泊先や列車を調べて、そのまま予約。空き状況もすぐわかります。



★施設や市役所の手続きもラク！
オンライン予約や電子申請で、並ばず手続き。忙しい人にも便利です。



★買い物もおうちで完結！
日用品や特産品をスマホで注文。届くのを待つだけ。



★遠くの家族ともすぐ近くで！
ビデオ通話で、離れていても顔を見ながらおしゃべり。

デジタルを上手に使えば、生活の選択肢がぐんと広がります。
使わないと、「ちょっともったいない場面」が増えてしまうかも....

問 デジタル推進担当
(名 3400)

今月の手話 「門松」

今月の講師：森 興市さん

問 社会福祉課（名 3225）

「上川北部聴覚障害者協会」：和寒町から中川町までの広域に住んでいるろう者が集まり活動しています。

1



2



3



写真 1 2 お正月の手話を表現します。両手人差し指を左右からスッと引き寄せて上下におきます。

写真 3 門の手話を表現します。両手の人差し指を立てて、手のひら側を前に向けて並べておきます。



みんなはじめよう
ゼロカーボンアクション
Vol.13

食器洗い乾燥機

省エネ行動と省エネ効果

■余熱で乾燥すれば省エネ

洗浄終了後、扉を開けて余熱だけで乾燥させれば省エネにつながります

■コースを選択

食器の点数が少ないときは、「少量コース」などを選びましょう

■洗剤の適量を守って

少なすぎると洗浄力は落ちますが、洗剤を多く入れすぎても洗浄性能はほとんど変わりません

手洗いの場合 食器洗い乾燥機の場合

ガス 81.62m³使用 電気 525.20 kWh 使用
水道 47.45m³使用 水道 10.8m³使用
約 25,560 円 約 19,090 円

比較すると…

年間 約 6,470 円の節約

【出典】経済産業省資源エネルギー庁省 エネポータルサイト

問 総合政策課（名 3313）/環境生活課（名 3121）