

Asahi

広報あさひ

2016
11/15
No.274

このまちが
もっと好きになる

海辺のコースで
ナイスショット



第8回向太陽杯パークゴルフ大会

パークゴルフを通して交流を図るとともに、市の特産品をPRしようと10月27日と28日の二日間、向太陽杯パークゴルフ大会が開催されました。県内外から180人の選手が参加し、日ごろの練習の成果を競い合いました。

(10月28日/あさひパークゴルフ場)

トピックス

- 平成29年度 がん検診を受けよう …………… 2
- 認知症は抱え込まずに相談を…………… 3
- スターライト☆ファンタジー2016 ……… 4

検診を受けてホッとしますが、それとも受けずにほっとしますか

平成29年度

がん検診を受けよう

来年度のがん検診などの申し込みを開始しました。
がん検診は、一般に「健康な人」にがんがあるかどうかを調べる検査です。
対象の人はぜひ受診しましょう。

検診で早期発見

日本人の死亡原因の第1位は「がん」で、約2人に1人ががんになるといわれています。

最近では、医学の進歩に伴い、がんの早期発見・早期治療を行うことで生存率が高まっています。がんは自覚症状がないまま静かに進行していく病気です。症状がないからこそ、検診を受けて、自身の健康状態を確認しましょう。

確認して申し込みを

【申し込み方法】

別表を確認し、次のいずれかの方法で申し込んでください。
① 旭市保健センターまたは飯岡保健センターの窓口で直接。

② 申込書などに、必要事項(住所・氏名・生年月日・電話番号・希望の検診名)を記入し、郵送またはファクス(申込期限必着)。

③ 旭市ホームページ「ちば電子申請サービス」から。
※電話での申し込みはできません。



【注意事項】

● 受診日などの詳細は、申し込み後に郵送する個人通知(受診票)で案内します。

● 平成27・28年に各がん検診や胸部レントゲン検査を受診しているか、平成25・28年に子宮頸がん検診を受診している人には、当該検診の受診票が届くので、申し込みは不要です。

● 自覚症状のある人、経過観察中の人は市の検診は対象外となります。希望する人は医療機関で受診してください。

自己負担金の免除

生活保護世帯、または平成28年度市民税非課税世帯の人は、事前の手続きにより自己負担金が免除となります。

くわしくは健康管理課に問い合わせてください。

申し込み・問い合わせ先

〒289-2504
旭市ニの2787-1
健康管理課予防班

☎ 63・8766
FAX 64・1618

【別表】検診の種類や内容など

種類	内容	実施時期(平成29年)	対象	自己負担金	平成29年申込期限(窓口)
胸部レントゲン検査	胸部レントゲン撮影	5～6月	昭和52年12月31日以前生	無料	6月30日(金)午後3時まで
胃がん検診	胃部バリウム造影	5～6月	昭和52年12月31日以前生	500円	5月16日(火)
乳がん検診	マンモグラフィ検査(乳房レントゲン撮影)	5～6月	昭和52年12月31日以前生の女性	500円	5月16日(火)
	乳房超音波検査	5～6月	昭和53年1月1日～62年12月31日生の女性	500円	5月16日(火)
子宮頸がん検診	子宮頸部細胞診 ※隔年受診	5～6月	平成9年12月3日以前生の女性	500円	5月16日(火)
大腸がん検診	便潜血反応検査	6～9月	昭和52年12月31日以前生	200円	9月28日(木)
前立腺がん検診	血液検査(P S A測定)	6～9月	昭和42年12月31日以前生の男性	300円	9月29日(金)
肝炎ウイルス検診	血液検査	7月	昭和52年12月31日以前生で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない人	無料	7月31日(月)
骨粗しょう症検診	骨密度測定(かかと超音波検査)	8月	20～70歳までの5歳刻みの女性(平成9年・4年、昭和62年・57年・52年・47年・42年・37年・32年・27年・22年生)	無料	5月16日(火)

※郵送、ファクス、市ホームページ「ちば電子申請サービス」での申し込みは平成29年5月1日(月)必着です。

認知症になっても安心して暮らし続けられる旭をめざして

認知症は抱え込まずに相談を

旭中央病院では認知症疾患医療センターを開設し、1年が経過しました。
この1年で本人や家族から、約2千件の相談を受けています。

一人で頑張り過ぎないで

相談に来る人の多くは、介護にとっても疲れています。誰にも相談せず一人で頑張り、ぎりぎりの状態に追い込まれてしまい、心身に影響が出るほど介護疲れを起こしています。「家族のこ

悩みを話してください

とだから自分が何とかしなくては」と頑張り過ぎる前に、気軽に相談してください。

認知症の人を支えている家族は、日々悩みながら対応しています。今までの生き方、性格、考え方は人によって違い、答えのない問題が多くあります。特に認知症の問題は、病気になる前の性格に影響を受けやすいといわれています。解決策はないかもしれませんが、話をすることで気持ちが落ち着くこともあります。

本人も不安です

認知症の本人は「物忘れが出てきた」「どうしたらいいんだろう」と不安な日々を送っています。

不安は認知症の症状を悪化させる原因の一つになります。認知症の人が抱えている不安な気持ちに、周りの人は耳を傾けてみてください。

認知症相談は、市役所や旭中央病院などで行っています。心に留めておくよりも、悩んでいることを声に出して話すことで、心が軽くなります。

一人で抱え込まずに、まずは相談してみましょう。

相談・問い合わせ先
旭中央病院医療連携福祉相談室

☎ 63・8111・代表

旭市地域包括支援センター
(高齢者福祉課高齢者班内)

☎ 62・5433

災害時の対応に備え 情報伝達訓練を実施

地震・津波や武力攻撃などの発生に備え、全国一斉の情報伝達訓練を行います。

この訓練は「J・ALERT」(全国瞬時警報システム)を用いた訓練で、防災行政無線などを使った情報伝達訓練が行われます。

日時/11月29日(火) 午前11時ごろ

J・ALERTとは

地震・津波や武力攻撃などの国から送られてくる緊急情報を、人工衛星などを通じて瞬時に情報伝達するシステムです。

防災行政無線で伝達

屋外に設置している子局(スピーカー)、戸別受信機から、一斉に次のように放送します。

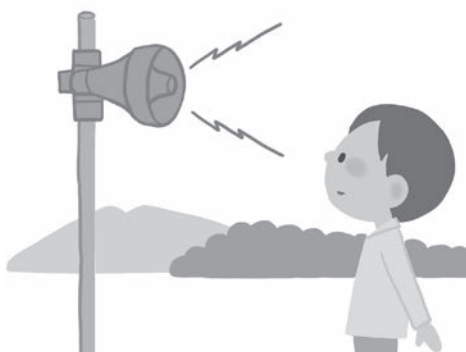
- ① 上りチャイム音
- ② 「これはテストです」×3回
- ③ 「こちらはぼうさい旭です」
- ④ 下りチャイム音

いつ起こるか分からない災害に備え、慌てずに身を守り、適切な行動がとれるように確認しましょう。

問い合わせ先

総務課地域安全班

☎ 62・5311



冬の夜をイルミネーションで彩る

スターライト☆ファンタジー

2016

「スターライト☆ファンタジー」が今年も開催。
イルミネーションで装飾された光のオブジェが
会場周辺を幻想的に彩ります。



開催期間／12月4日(日)～平成29年1月14日(土)

点灯時間／午後5時～9時

※荒天の場合は中止。

場所／海上公民館前広場

スターライト☆フェスタ

日時／12月18日(日) 午後3時～8時

※荒天の場合はお楽しみ抽選会のみ開催。

場所／海上公民館前広場

内容／点灯式、お楽しみ抽選会、ミニトレインの運行、小中学生によるキッズダンス、模擬店など

※抽選券(先着1,000人)は、高校生以下の人を対象に午後2時から配布します。

一緒に飾り付けしませんか

イルミネーションを一緒に制作してくれる、ボランティアスタッフを募集します。

日時／11月27日(日) 午前10時～正午

※雨天の場合は12月4日(日)場所／海上公民館前広場

内容／電飾補助

※作業しやすい服装で参加。

申込期限／11月25日(金)

※11月27日が雨天の場合は12月2日(金)。

申し込み・問い合わせ先

旭市商工会青年部スターライト委員会

☎ 62・1348

活用してみませんか!



旭市イメージアップキャラクター

「あさピー」デザイン



旭市イメージアップキャラクター「あさピー」のデザインを活用してみませんか。

商品パッケージやポスターへの表示、グッズの製作など使用方法はさまざま。皆さんのアイデア次第です。

新しいデザインが追加

今回、年末年始をイメージしたデザインが新たに使用可能となりました。年賀状などの新年のあいさつに、ぜひ活用してみてください。

デザインを使用するときは

企画政策課にある申請書に必要事項を記入し、持参または郵送、メールで申し込んでください。

※くわしくは、市ホームページを確認してください。

申し込み・問い合わせ先

〒289-2595 旭市二の1920

企画政策課政策推進班 ☎62-5367 ✉seisaku@city.asahi.lg.jp

旭市チャレンジ通学合宿

通学合宿は、子どもたちが親元を離れ、地域の公民館などで異なる学年の子と2泊3日の集団生活を行います。昼間は学校に登校し、下校後は食事作りや入浴、学習、清掃、布団の上げ下げなど、日常生活の基本を自ら行うことで、子どもたちの自立心や社会性、自主性、協調性を伸ばし「生きる力」を育みます。また地域の人々が活動に関わり、地域で子どもを育てる環境が芽生えることも期待され、全国で展開されている事業です。

旭市では教育委員会が主催、青少年相談員連絡協議会や各校のPTAが共催し、ボランティアの学生も参加して平成19年度から実施しています。本年度も、海上地域(鶴巻小・滝郷小・嚶鳴小)と昨年度から始まった干潟地域(中和小・萬歳小・古城小)で実施。参加児童も増え「自分のことは自分でやろう。自分たちのことは自分たちでやろう」を目標に、それぞれ20数人の5、6年生が集団生活を送りました。

みんなで協力して作った食事

食事は全て自分たちで作りました。1日目は夕食のハンバーグとシチューで、旭市産の野菜や米粉、肉をふんだんに使った料理です。旭市まちおこし産品推進協議会の皆さんが、調理の方法を丁寧に教えてくれました。子どもたちも、ほかの学校の友達が出来たことで交流が深まり、良い思い出になったようです。自宅に帰ってから



宿舎での食事作り

家族に調理して食べさせたいという感想もありました。

「もらい湯」を通して地域の人たちと触れ合う

もらい湯にはたくさんの地域の人たちが協力してくれました。「とても明るく、あいさつや態度が良かった」「楽しそうだった。またおいで」など、子どもたちの来訪を喜んでくれました。子どもたちは「温かいお風呂、とても気持ちよかった」と大変感謝し、お礼のキーホルダー作りを頑張りました。もらい湯の行き帰りは青少年相談員の人たちが引率してくれ、保護者からは「たくさんの方と接し成長が見られました」などの感想がありました。

今後も地域の人たちの協力や応援を受けながら、通学合宿を実施していく予定です。

第4回 みんなの学校自慢



みんな仲よく
面倒よく

一中3年

生徒会長 大木 陽介さん

一中は今年で創立61周年を迎え、歴史と伝統があり、建学の精神「みんな仲よく 面倒よく」を大切にしています。

昔より生徒数は減少しましたが、行事に懸ける気持ちや活気は健在です。中でも運動会での応援合戦は、紅白の応援団を中心に盛り上がり、全校生徒が一つになります。文化祭ではクラス合唱に取り組み、きれいな歌声が体育館いっぱい響き渡ります。またダンスや英語スピーチなど個性溢れる発表も行われます。

日々の生徒会活動では「笑顔あいさつ日本一」を目指し「スマイルアクションプロジェクト」を立ち上げました。



「あいさつ運動」

毎月「1」の付く日を「笑顔あいさつデー」として、生徒会本部や委員会が連携してあいさつ運動を行っています。さらに私たちの学校はチャイムが鳴りません。生徒同士が時間を見て声を掛け合い、授業開始前着席を実践しています。

このように一中は、生徒が自ら考え行動し、協力し合って生活しています。そして友達や先生、地域とのつながりを大事にしている、笑顔溢れる元気な学校です。

「大地震に備えて」 講演と無料相談会を開催

期日／11月20日(日)

場所／第二市民会館

講演

時間／午後1時～2時30分

演題／「耐震診断と耐震補強」

相談会

時間／午後2時40分～5時

内容／住宅全般に関する相談 ※耐震診断を希望する人は、図面や写真を持参してください。

〒千葉県建築士事務所協会東総支部(☎0479-72-0872)、市都市整備課建築班(☎62-5895)

旭市手話サークル若葉の会 手話ボランティア講座

日時／11月29日(火)、12月6日(火)、13日(火)、20日(火) 午後7時～9時

場所／第二市民会館

費用／無料 ※最終日交流会は会費あり。

〒旭市手話サークル若葉の会(090-4827-5673・高橋)

ビックでカラフルな綿菓子を作ろう 「第3回子ども体験教室」

日時／12月10日(土) 午前9時30分～11時30分

場所／干潟公民館

対象／市内小学生とその保護者

定員／15組(先着順)

費用(1人当たり)／200円程度(材料費)

内容／綿菓子作りと本の読み聞かせ

持ち物／エプロン、マスク、三角巾

申込期間／11月16日(水)～25日(金)

申し込み方法／干潟公民館に電話で申し込んでください。

〒干潟公民館(☎68-3111)

介護保険料の休日納付窓口

平日に納付が困難な人のため、介護保険料の休日納付窓口を開設します。

日時／11月27日(日) 午前8時30分～午後5時まで

場所／高齢者福祉課

〒高齢者福祉課介護保険班(☎62-5308)

使用期限付プレミアム商品券を販売します

11,000円分の商品券を10,000円で、限定10,000セット販売。1人5セット、1世帯10セットまで購入できます。

販売日時／12月4日(日)、5日(月) 午前9時～午後3時 ※売り切れ次第終了

販売場所／旭市商工会(本所・各支所)、干潟駅前区民館

※くわしくは、11月30日(水)の新聞折り込みチラシで確認できます。

〒旭市商業振興連合会(☎62-1348・旭市商工会内)

市税の夜間・休日納税窓口

〈日時〉

●夜間納税窓口：11月25日(金) 午後8時まで

●休日納税窓口：11月27日(日) 午前8時30分～午後5時

〈場所〉

税務課

〒税務課収税班(☎62-5322)

消費生活センター

ほっと通信

68

インターネットでの旅行予約に注意

インターネットで予約した旅行に関するトラブルが、5年前の約2倍に増加しています。中にはシステムエラーや、海外サイトの場合は日本の法律を用いた交渉が難しいなど、消費者が予約の時に注意をするだけでは防ぎきれないトラブルもみられ、消費者庁が注意を呼びかけています。

トラブルの事例

- 旅行サイトで海外のホテルを予約したが、現地で予約が取れていないと言われた。
- 予約中「エラー」と表示されたため別の予約をしたら、二重予約になってしまった。
- 予約内容が、自分が選択した内容と違っていた。
- 代金を支払ったが、航空券を受け取らないまま事業者と連絡が取れなくなった。
- 半年後の航空券を解約したいが、代金の50%の解約料が掛かると言われた。
- 予約内容を訂正したいが、日本語の顧客対応窓口がない。
- 返金に関する顧客対応窓口の説明が間違っていた。

アドバイス

- 契約前に旅行サイトの所在地情報などを確認しましょう。



- 申し込みを完了する前に、解約料などの契約条件や予約内容をよく確認しましょう。
- 予約確認メールなどは、旅行が終わるまで保管しましょう。
- トラブルになったら消費生活センターなどに相談しましょう。

相談は消費生活センターへ

場所／旭市消費生活センター(青年の家1階)

相談時間／午前9時～午後4時 ※土・日曜日、祝日、年末年始を除く。

〒旭市消費生活センター(☎63-7272)・相談直通電話(☎62-8019)

くらしのインフォメーション

募集・催し物・お知らせなど、暮らしに役立つ情報を届けます。

☎…申し込み 問…問い合わせ

募集

Recruitment

市税務課でアルバイト

雇用期間／平成29年2月1日(水)～5月19日(金) ※土・日曜日、祝日を除く。

勤務時間／午前8時30分～午後5時15分、午前8時45分～午後5時30分
業務内容／パソコンへのデータ入力、資料の整理、受付など

募集人数／若干名

賃金(日額)／7,000円 ※社会保険加入

提出書類／履歴書(写真添付)

申込期限／12月5日(月)

申し込み方法／提出書類を税務課に直接持参するか郵送してください。

☎問〒289-2595 旭市二の1920 税務課課税班(☎62-5321)

放課後児童クラブ支援員・補助員として働ける人は登録を

応募資格／●支援員：保育士、幼稚園・小学校・中学校の教員免許を有する人
●補助員：高等学校を卒業した健康な人

勤務時間／小学校放課後～午後6時

業務内容／生活指導や事故防止

賃金(時給)／●支援員：1,070円

●補助員：970円

※採用から3か月間は共に時給870円です。

提出書類／履歴書(写真添付)

申し込み方法／提出書類を学校教育課に直接持参するか郵送してください。

☎問〒289-2604 旭市高生1 学校教育課学務班(☎55-5724)

県立旭高等技術専門学校 平成29年度入校生

募集科目／●NC機械加工科(1年間)

●自動車整備科(2年間)

募集期間／11月16日(水)～12月13日(火)

選考日／12月20日(火)

☎問県立旭高等技術専門学校(☎62-2508)

お知らせ

Information

いざという時に役立つ防災の心得 「スカウトカフェ」開催

日時／11月23日(水・祝) 午前9時30分～正午

場所／海上コミュニティ運動公園

内容／暗闇体験、救急ソング、新聞紙を使った布団やスリッパ作りなど

費用／無料

☎問ガールスカウト千葉県第69団・101団(☎62-2633・高橋)

地方税の申告は eLTAXが便利です

eLTAXは、インターネットを利用して地方税の手続きを行うことができるシステムです。自宅やオフィスから手続きができるほか、複数の地方公共団体へまとめて送信できるなどのメリットがあります。くわしい内容は、eLTAXのホームページ(<http://www.eltax.jp/>)で確認できます。

☎問eLTAXヘルプデスク(☎0570-081459)

納期限は11月30日(水) 個人事業税の納付を忘れずに！

個人事業税第2期分の納付書を11月中旬に送付しますので、最寄りの金融機関で早めに納めましょう。

☎問旭県税事務所(☎62-0772)

税金への理解を深めよう 「税に関する作品展・税の無料相談」

日時／11月25日(金)～27日(日) 午前10時～午後8時 ※税の無料相談は26日(土)午後1時～4時。

場所／ショッピングセンターサンモール1階タワーコート

☎問銚子税務署総務課(☎0479-22-1571)

「こころ」と「いのち」と「おかね」の 無料相談会

日時／11月26日(土) 午前10時～午後4時

場所／いいおかユートピアセンター
☎問千葉司法書士会(☎043-246-2666)

第12回旭市社会福祉大会

日時／11月19日(土) 午後1時30分～4時

場所／東総文化会館大ホール

内容／式典、小中学生社会福祉作文発表、記念講演「～夢と絆～」(蓮池薫さん：拉致被害者、新潟産業大学経済学部准教授)

入場料／無料

☎問旭市社会福祉協議会(☎57-5577)

第11回お話フェスティバル

日時／11月27日(日) 午後1時～3時

場所／海上公民館

内容／大型絵本、手作り紙芝居とペーパーアート(紙人形劇)、影絵、クイズなど
☎問お話ボランティア実行委員会(☎090-1550-3385・加瀬)

契約トラブル・悪質商法に関する相談 「週末・出張消費生活センター」

日時／12月10日(土) 午前9時～午後4時

場所／いいおかユートピアセンター

☎問旭市消費生活センター(☎63-7272)

市営住宅の入居者を募集します

募集期間／11月15日(火)～30日(水)
※土・日曜日、祝日を除く。

〈募集住宅〉

●みどり住宅(二の5665)：1戸
2DK(36.50㎡)、簡易耐火平屋建て、昭和45年度建設

●みどり南住宅(二の5664)：1戸
2DK(36.50㎡)、簡易耐火平屋建て、昭和46年度建設

●池の端住宅(江ヶ崎1470)：1戸
3DK(44.90㎡)、簡易耐火平屋建て、昭和49年度建設

申し込み方法／財政課や各支所にある所定の用紙に必要事項を記入し、必要書類を添えて提出してください。

※申し込み(入居)には一定の条件があります。

☎問財政課管財営繕班(☎62-5315)

市内にあるさまざまなサークルのイキイキとした活動を紹介します。

みんなが主役!

な か ま サークル仲間 vol.8

サークルデータ

活動場所/旭市青年の家体育館
活動日/毎週火・金・土曜日
午後7時~9時

礼儀や思いやりの心で相手を尊重する「旭市柔道協会」

小学生を中心に中学生や大人まで、楽しみながら柔道の基本習得を第一に活動しています。

柔道には「礼に始まり、礼に終わる」という言葉があります。日々の練習の中、戦いの中で切磋琢磨し合う相手がいて初めて自分自身を高めることができることから、相手を思いやり尊重する武道の精神が込められています。最初はやんちゃな子どもでも、柔道を通じていくうちに人の話を良く聞くようになり、大勢の大人と接することで他人を敬い、自分より年下の子の面倒を見ることで自分も成長していく姿があります。

練習はつらいこともありますが、子どもたちはみんな素直に練習に取り組み、いい稽古ができていると思います。



真剣なまなざしで稽古に打ち込む

メンタルが大切な競技なので、いざというときに力が引き出せるようになり、最近では近隣の大会で好成績を挙げられるようになりました。

柔道の基本動作は体力が付き、体幹を強くするので普段の生活や学校の体育などでも役立ちます。体の小さい子が大きな子にも勝てる技を習得すると、普段の困難も乗り越える力が付きます。子どもだけでなく大人の参加も歓迎していますので、興味のある人は見学に来てみませんか。



おいしく食べよう
旭産 簡単・ヘルシーレシピ

VOL.82 卵とチーズのスープ

1人分の栄養価 エネルギー72kcal、塩分0.8g

卵には1個に約1mgの鉄分が含まれています。不足すると貧血や疲れやすくなるなどの症状が出ることがあります。鉄分をまとめて取る食品は少ないので、いろいろな食品を組み合わせる食べましよう。

作り方

- ①鍋に卵を割り入れてほぐし、チーズとパン粉を加えてよく混ぜる。
- ②①に水を加えて火にかける。
- ③軽く混ぜながら一煮し、コンソメを加えて溶かす。
- ④味をみて塩、こしょうで味を調べて火を消す。
- ⑤器に盛り付け、刻んだパセリを散らす。



材料 (4人分)

- 卵…………… 2個
- 粉チーズ…………… 大さじ2
- パン粉…………… 大さじ3
- コンソメ(顆粒)…… 小さじ2 (または固形コンソメ1個)
- 水…………… 600ml
- 塩・こしょう…………… 各少々
- パセリ…………… 適量

岡旭市保健推進員協議会(☎57-3113・健康管理課 支援班内)

データシート

火災		交通事故		人のうごき		[11月1日現在]	
[10月]	平成28年の累計	[10月]	平成28年の累計	[10月の移動]		人口	67,281人 (▲42人)
建物火災	0件 (11件)	事故件数	152件 (1,550件)	転入	238人	出生	47人 (▲34人)
その他の火災	1件 (9件)	死亡者数	0人 (2人)	転出	252人	死亡	75人 (▲8人)
						世帯数	25,781世帯 (▲19世帯)