

全員で歩ききった100km

4泊5日で市内100kmの道のりを歩き、新しい発見や「生きる力」を感じてもらおうと開かれた「あさひ100km徒歩の旅」に、市内小学生18人が参加しました。子どもたちは、主催する旭青年会議所のメンバーや大勢のボランティアと共に、8月5日に全員が無事ゴールの飯岡刑部岬展望館に到着。出迎えた家族に、元気な笑顔を見せていました。



Public Relations

広報

あさひ

8/15 ²⁰⁰⁸
No.76

旭の味覚がぎゅーしり 「旭フレッシュ宅配便」

発送日／8月25日(月)

内容／梨、トマト、キュウリなど

価格／レギュラーサイズ2,980円、
ビッグサイズ5,000円 ※税・送料
込み

締め切り／8月20日(水)

申し込み先／旭市農産物直売館 (☎
62-6048) ※年中無休

お忘れなく 個人事業税の納付

個人事業税第1期分の納期限は、
9月1日(月)です。納税通知書は、8
月中旬に送付しますので、早めに最
寄りの金融機関で納めてください。
問い合わせ先／旭県税事務所 (☎62-
0772)

千葉テレビで放送

七夕市民まつり

いいおがYOU・遊フェスティバル

8月17日(日) 午後6時30分～

<再放送>

8月22日(金) 午後2時～

お盆のお供え物は忘れずに 処理しましょう

仏壇に供えた野菜などを河川等に
流す風習が残っています。しかし、
そのままにすると腐敗・散乱し、環
境が損なわれます。お供え物は、各
自が責任を持って処理しましょう。
問い合わせ先／環境課 (☎62-5328)

移動暴力相談所開設

暴力団に関する相談を行い、内容
によっては警察当局への通報、弁護
士の紹介、訴訟費用の無利子貸し付
け等を行います。

日時／9月3日(水) 午前10時～

場所／北総県民センター海匠事務所

問い合わせ先／(財)千葉県暴力団追
放県民会議事務局 (☎043-254-8930)

労災職業病なんでも相談会 第359回相談会開催

日時／9月27日(土) 午後1時～4時

会場／千葉中央コミュニティーセン
ター61講習室

費用／無料 ※当日受け付け

問い合わせ先／千葉中央法律事務所
(☎043-225-4567)

生ごみは水分を切って出しましょう

水分の多い生ごみは積み込むとき
に袋が破裂して飛散し、周辺を汚し、
ステーションの管理者や付近の住民
の迷惑となります。また、液状のご
みは、収集できませんので、水分を
切って再度出し直すか、直接クリー
ンセンターへお願いします。

問い合わせ先／旭市クリーンセンター
(☎62-0955)

市税の夜間納税窓口

日時／8月25日(月) 午後8時まで

場所／税務課、各支所税務課分室

問い合わせ先／税務課収税班 (☎62-
5322)

今月の納期

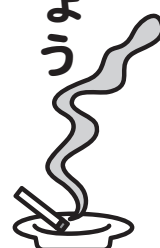
- ◆市県民税 第2期
- ◆国民健康保険税 第3期
- ◆介護保険料 第3期
- ◆後期高齢者医療保険料 第2期

納期限は9月1日(月)です

国民年金保険料は毎月納付です

健康 メモ

喫煙について 考えてみましょう



最近、ニュースでたばこの値上げ
について取り上げられています。こ
れを機に禁煙を考える方も多いの
ではないでしょうか？

たばこが原因の病気というと、肺

がんを真っ先に思い浮かべますが、
実は、『メタボリックシンドローム
の診断基準』となる高血圧、糖尿病、
脂質異常に悪い影響を与え、心臓病
や脳血管疾患のリスクが高くなる上、
呼吸器を含むあらゆるがん、胃潰瘍・

十二指腸潰瘍などの消化器疾患、皮
膚の老化や歯周病も促進させること
をご存じでしょうか？

自分が喫煙していなくても喫煙者
の近くにいることで、たばこの煙を
吸ってしまう受動喫煙も健康に大き
な害となります。

禁煙で一番の問題は、どうやって
ニコチンの禁断症状を乗り切るかで
す。喫煙と結びつく日ごろの行動を
ちよつと変えてみましょう。

●行動パターンをかえる
・朝の1服をしていた人は洗顔、歯
磨き、朝食などの順序を変える
・外食は禁煙席のあるお店を選んで
食後は早めに席を立つ

・コーヒーやお酒を控える

・たばこを吸わない人と行動する

●環境をかえる

・たばこ、灰皿、ライターなどの喫
煙具を置かない

・喫茶店、居酒屋、パチンコ店等た
ばこを吸いたくなる場所を避ける

・周囲に禁煙していることを伝え、
たばこをすすめないように頼む

●喫煙を他の行動に置きかえる
たばこを吸いたいときやイライラ
するとき、口さみしいときには、深
呼吸したり水やお茶を飲む、ガムを
かむ、散歩や軽い運動をする、趣味
に取り組むなどしてみましょう。

喫煙習慣は「ニコチン依存症」と
いう治療が必要な病気です。意思が
強い弱い問題ではありません。自
分ひとりで「がまん型」の禁煙をす
るよりも、市販の禁煙補助具(禁煙
ガムやパッチ等)を上手に利用した
り、禁煙外来(医療機関によっては
健康保険の適用になります)など専
門的なノウハウを活用して効率よく、
確実に、賢く実行するのもよいかも
しれません。

〔健康管理課 保健師〕

うちの子はなぜ結婚しないの？

～婚活のすすめ～



◇日時 8月30日(土) 午後2時30分～4時
◇会場 東総文化会館小ホール 午後2時開場
◇入場料 無料

◇講演内容 「若者の4人に1人は結婚できない!？」

就職には「就活」、結婚には「婚活」が必須の時代が始まっています。ここまで進んだ結婚できない社会の事情、男女の理由。

◇講師 中央大学文学部教授 家族社会学者 山田昌弘さん
※学卒後も両親宅に同居し独身生活を続ける若者を「パラサイト・シングル」と呼び、社会問題化した。また「格差社会」という言葉を一般に浸透させ、「報道ステーション」等のテレビ・新聞・雑誌でも活躍中。

<問い合わせ先>

旭市出会いコンシェルジュ事務局 (企画課地域振興班)
☎62-5382 ☐deai-con@city.asahi.chiba.jp

募 集

募集します 市営住宅の入居者

募集期間／8月15日(金)～29日(金)

※土・日曜日を除く

<募集住宅>

- みどり住宅(二の5665)…1戸
- 池の端住宅(江ヶ崎1470)…2戸
- 香取住宅(鎌数5146)…1戸

申込方法／財政課または各支所にある所定の用紙に記入の上、必要書類を添えて財政課管財班へ提出。申し込み(入居)には、一定の条件があります。築年数や間取り等、くわしくは財政課管財班へ。

問い合わせ先／財政課管財班(☎62-5315)

旭幼稚園

「2歳児親子サークル」

日時／8月20日(水) 午前9時30分受付開始

場所／旭幼稚園ホール

持ち物／水着(親子)

参加費／500円(年間、バッジ代)

問い合わせ先／旭幼稚園

(☎62-0788)

※参加希望の方は事前にご連絡ください。

催 し 物

まちかどギャラリー「銀座」 絵画・書道合同展

旭市文化協会絵画・書道合同展

日程／8月25日(月)～31日(日) 午前10時～午後5時

問い合わせ先／旭市文化協会・篠塚
(☎63-8526)

海上ふれあい館(JR飯岡駅) 瀧川惣助写真展

日程／8月17日(日)～31日(日) 午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで)

問い合わせ先／海上公民館(☎55-2566) ※月曜日・祝日休館

お 知 ら せ

パークゴルフ場が休場・ 健康福祉センターが休館します

あさひパークゴルフ場はコース整備・清掃のため休場、あさひ健康福祉センターは施設点検・清掃のため休館となります。

期日／8月25日(月)

問い合わせ先／(財)旭市福祉協会
(☎62-0686)

一時停止

住基ネットを利用した手続き

住民基本台帳ネットワーク機器を更改するため、住民基本台帳カードの交付、公的個人認証の「電子証明書」の交付、広域交付住民票の交付を一時停止します。

日時／8月21日(木) 午前8時30分～午後5時30分

<問い合わせ先>

市民課市民班 (☎62-5325)

海上支所住民室(☎55-3114)

飯岡支所住民室(☎57-3115)

干潟支所住民室(☎68-1075)

住宅を購入される皆さんへ

保険や供託の確認を忘れずに

平成21年10月1日以降に引き渡される住宅には、法律により、事業者には保険加入か保証金の供託が義務付けられます。住宅購入をされる際は、その住宅がきちんと保険や供託の措置がとられているかを忘れずに確認しましょう。

問い合わせ先／都市整備課建築班
(☎62-5895)

9月15日は旭市敬老大会

市では、お年寄りの皆さんの健康と長寿をお祝いして、70歳以上の方々を対象に敬老大会を開催します。大会は地域ごとの実施になります。大勢の皆さんの参加をお待ちしております。なお、対象者には、後日通知します。

期日／9月15日(月・祝) 敬老の日

<会場・時間>

東総文化会館

●午前10時 旭地域(中央)・干潟地域

●午後2時 旭地域(矢指・富浦・豊畑・共和・嚶鳴・旭干潟)

海上公民館

●午前10時 海上地域

いいおかユートピアセンター

●午前10時 飯岡地域

問い合わせ先／社会福祉課社会班
(☎62-5317)

危険物取扱者保安講習会

講習日／10月3日(金)

場所／東総文化会館(大ホール)

受付期間／8月25日(月)～29日(金)

<申し込み・問い合わせ先>

消防本部予防課(☎63-5356)

Do! ボランティア

17



たくさんの笑顔のために

きちじゅかい
吉寿会



私たちは、平成6年に飯岡地域等に住んでいる18人で、いろいろな場所を訪問し、踊りを披露する活動を始めました。メンバーは小学生から72歳まで、幅広い年齢層です。訪問する日時が決まると、普段の踊りの練習のあと、披露する演目を練習します。

飯岡地域の施設には、月に1回程度訪問しています。中でも7月に開かれる納涼祭は、大きなイベントです。事前に職員の練習の場にお邪魔して、流行の曲や「飯岡音頭」などの踊りを一緒に練習し、当日はみんなでおそろいの浴衣を着て踊ります。入所されている車椅子の方も、それを見ながら手を動かして踊ってくれます。入所者だけでなく、そのご家族や、職員、近所の方など大勢と楽しく過ごせる納涼祭は、私たちにとっても楽しみな催しの一つです。

平成11年からは、毎年8月に海上地域の施設を訪問し、入所者のお誕生会で一緒に祝いしています。皆さんの喜んでいるお顔を拝見すると、訪問した私たちが明日へとつながるパワーをいただいた気持ちになります。一緒に体を動かしていると、入所されている方の笑顔の数が普段よりも多くなるということを

職員の方が教えてくれて、私たちもうれしくなりました。このほか、敬老会にも参加し、地域の方と楽しいひとときを過ごしています。

私たちのメンバーには、まだ仕事を持っている方もいますので、「無理せず、集まれる人が集まって施設等を訪問し、少しでも喜んでいただけたら」という気持ちで活動しています。これが長く続けていく秘訣だと思います。

これからも、お声をかけていただいたら、どこへでも訪問します。私たちの踊りを通じてつながったご縁に感謝しながら、無理をしないで末永く活動を続けていきたいです。

〈問い合わせ先〉

旭市社会福祉協議会

☎ 57-5557



データシート

人のうごき

〔8月1日現在〕	前月比
人口	70,556人 (－28人)
男	34,498人 (－9人)
女	36,058人 (－19人)
世帯数	24,432世帯(+12世帯)

〔7月分の移動〕

転入	138人	出生	40人
転出	139人	死亡	67人

火災

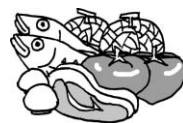
〔7月分〕	今年の累計
建物火災	0件 (8件)
その他火災	1件 (11件)

交通事故

〔7月分〕	今年の累計
事故件数	182件 (1119件)
死亡者数	0人 (1人)

おいしいっぱい

あさひの食材



第17回 梨

旭市では明治38年から梨の栽培が始まり、今では幸水を中心に豊水・新高が栽培されています。

梨はほとんどが水分ですが、体内からナトリウムを排出する作用や、血圧を下げる効果が期待できるカリウムを多く含んでいます。また、夏ばてに効果があるクエン酸やリンゴ酸、のどの痛みや解熱、咳やたんを鎮めるソルビトールも含まれます。

選ぶポイントは実が固くてずっしりとしたものの、皮の表面の斑点が多いものが良いでしょう。

食べるときは、冷やすと甘味が増してよりおいしくなるので、2時間ほど冷やしてからいただきます。

〈問い合わせ先〉

農水産課農業推進班(☎68-1174)

