



お知らせ

市長選挙 立候補予定者説明会を開催

立候補手続き等の説明を行いますので、立候補を予定している人は必ず出席してください。

●立候補予定者説明会

日時／6月12日(金) 午前10時～

会場／働く婦人の家第3講座室

●選挙の日程

告示および立候補受け付け／7月12日(日)

期日前投票／7月13日(月)～18日(土)

投票日／7月19日(日)

問い合わせ先／選挙管理委員会 (☎62-5310 総務課内)

市税の夜間納税窓口

日時／6月10日(水) 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)

児童手当の「現況届」は期限内に！

児童手当は、毎年所得状況等を確認し、支給が決定されます。現在受給している人には用紙を郵送しますので、引き続き受給するためには必ず期限内に提出してください。

受付期間／6月14日(日)～19日(金) 午前8時30分～午後6時

提出場所／社会福祉課児童保育班、各支所住民福祉室 (14日は社会福祉課のみ受け付け)

問い合わせ先／社会福祉課児童保育班 (☎62-8012)

旭市青年海外視察研修事業 実施を見合わせます

毎年6月に参加者の募集をしている「青年海外視察研修事業」は、新型インフルエンザの影響を考慮して実施時期を見合わせることにになりました。今後、事業実施が決定した場合は、改めて広報等で募集します。

問い合わせ先／生涯学習課社会教育班 (☎55-5727)

6月1日は「千葉県住宅用火災 警報器普及促進デー」です

消防法の改正により、平成20年6月1日から全ての住宅(寝室・階段室)に住宅用火災警報器の取り付けが義務付けられています。

問い合わせ先／消防本部予防課 (☎63-5356)

無災害・無事故にご協力を 全国統一防火標語決定

今年度の全国統一防火標語が「消えるまでゆっくり火の元にらめっ子」に決まりました。統一防火標語を合言葉に火災ゼロを目指しましょう。

問い合わせ先／消防本部予防課 (☎63-5356)

今月の納期

◆市県民税 第1期

◆国民健康保険税 第1期

◆介護保険料 第1期

納期限は6月30日(火)です

国民年金保険料は毎月納付です

健康 メモ

食べる意欲を大切に食の体験を広げよう！
— 幼児期の食育 —

◇知恵と工夫で楽しい食事

料理は、楽しく作って食べるのが基本です。料理の楽しさを子どもに伝えてあげましょう。料理の体験をさせることは、食べ物を大切にする心を育てます。

◇体験させる上でのポイント！

○盛り付けやお手伝いなど簡単なことから始めましょう。

○テーブルをふく、おはしを並べる(ティースプーンをふく、おはしを並べる)

○上手に褒めて、おしゃべりしながら、楽しく作ることが大切です。

(こねる、混ぜる、ちぎる)

○作ったものは一緒に食べて、「おいしいね」の一言を。言葉は食卓を心地良くします。

◇お手伝いの注意点

料理の前には手や爪を清潔に。包丁や火など、台所には危険もあります。例えば、片手鍋の柄を向こう側にするなど、始める前に子どもの視線で危険がないか見直しましょう。

◇よい食生活の習慣づくりの スタート時期です

食事や睡眠など一日の生活リズムを身に付けましょう。(下図参考)
早寝、早起きの習慣やリズム感のある生活は体の調子を整え、食事も進みます。元気に遊び、おなかのす

○幼児期の生活リズム

※早寝、早起き、朝ご飯！



◇ゆっくり噛んで食べる食習慣を！

食品をよく噛むことで唾液の分泌が促進され、食材の味が分かり、香り、硬さ、味、音を意識して食べる意欲が育ちます。おいしさを味わうことは「味の理解」につながります。

◇食事マナーを大切に

食事の前には手を洗い「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを忘れずに、まずは家族がお手本を見せるように心掛けましょう。

〔健康管理課 管理栄養士〕