



広報

あさひ

このまちが
もっと好きになる

2023

6/1

No.431

豊かな自然で すくすく育て



幽学の里で米作り交流事業

米作りを通して都市住民との交流を図ろうと、大原幽学ゆかりの田んぼで田植え体験が行われました。昔ながらのかすりに着替えた参加者は「アメンボなどがいてびっくりした。うまく植えられた」と話し、田植えを楽しんでいました。(5月3日/大原幽学遺跡史跡公園)

トピックス

市の家計簿……………	2
6月は土砂災害防止月間……………	4
65歳以上の人の介護保険料……………	5
国民健康保険税……………	6



旭市公式LINE



旭市ホームページ

令和4年度の財政事情を公表します

市の家計簿

私たちが納めた税金や、国・県からのお金はどのように使われているのでしょうか。

市の財政がどのように運営されているのかを市民の皆さんに知ってもらうため、令和4年度の財政事情を公表します。

問い合わせ先
財政課財政班

☎ 62・5316

人口 63,067人
(前年比▲661人)
世帯数 27,033世帯
(前年比+299世帯)
面積 130.48km²
令和5年4月1日現在



執行の様子については3月31日現在の状況です。市の会計は企業会計(水道事業会計・公共下水道事業会計・農業集落排水事業会計)を除き、5月31日までの出納整理期間があるため、決算額とは異なります。

歳入 収入率86%		予算現額	343億1,869万円
		収入済額	296億7,678万円
(収入率%)			
91億4,750万円		地方交付税	(100)
91億8,403万円			
74億1,981万円		市税	(103)
76億5,349万円			
54億9,755万円		国庫支出金	(83)
45億5,002万円			
30億3,490万円		市債	(5)
1億4,910万円			
20億5,448万円		繰越金	(100)
20億5,448万円			
19億3,697万円		県支出金	(54)
10億3,787万円			
15億9,000万円		地方消費税交付金	(101)
16億 287万円			
11億2,333万円		繰入金	(83)
9億3,596万円			
9億6,849万円		諸収入	(109)
10億5,828万円			
3億5,600万円		地方譲与税	(95)
3億3,924万円			
3億5,389万円		使用料及び手数料	(85)
2億9,946万円			
3億3,920万円		分担金及び負担金	(80)
2億7,277万円			
4億9,657万円		その他	(109)
5億3,921万円			

公債費…事業を行うために借り入れたお金の返済にかかる経費
農林水産業費…農業や水産業などの振興にかかる経費
消防費…消防や防災にかかる経費
商工費…商工業・観光の振興や中小企業の育成、企業誘致にかかる経費
議会費…議会の運営にかかる経費
その他…就労支援、災害により被災した施設の復旧などにかかる経費

◆特別会計・企業会計の執行の様子

区分	歳入	歳出
病院事業債管理特別会計	予算現額 25億9,100万円	予算現額 25億9,100万円
	収入済額 24億8,871万円	支出済額 24億8,871万円
国民健康保険事業特別会計(事業勘定)	予算現額 89億円	予算現額 89億円
	収入済額 78億5,026万円	支出済額 79億 312万円
国民健康保険事業特別会計(施設勘定)	予算現額 8,200万円	予算現額 8,200万円
	収入済額 6,770万円	支出済額 6,035万円
後期高齢者医療特別会計	予算現額 7億8,500万円	予算現額 7億8,500万円
	収入済額 7億6,527万円	支出済額 6億6,591万円
介護保険事業特別会計	予算現額 56億2,600万円	予算現額 56億2,600万円
	収入済額 54億9,277万円	支出済額 48億4,266万円
水道事業会計	収益的 予算現額 16億6,585万円	予算現額 15億4,625万円
	決算見込額 16億5,075万円	決算見込額 14億4,246万円
	資本的 予算現額 2億 278万円	予算現額 3億9,843万円
	決算見込額 6,310万円	決算見込額 2億2,248万円
公共下水道事業会計	収益的 予算現額 5億8,800万円	予算現額 5億5,651万円
	決算見込額 5億9,538万円	決算見込額 5億3,120万円
	資本的 予算現額 2億5,678万円	予算現額 3億6,121万円
	決算見込額 1億9,518万円	決算見込額 2億9,284万円
農業集落排水事業会計	収益的 予算現額 8,274万円	予算現額 8,067万円
	決算見込額 8,271万円	決算見込額 7,223万円
	資本的 予算現額 2,638万円	予算現額 4,242万円
	決算見込額 2,680万円	決算見込額 3,443万円

◆市債(市で借りているお金)の現在高

令和5年3月31日現在

目的別では

一般会計	庁舎整備などに	59億5,575万円
	道路整備などに	53億4,173万円
	学校建設などに	39億4,000万円
	衛生施設などに	21億1,217万円
	農業基盤整備などに	5億2,790万円
	消防・防災などに	5億 306万円
	保育所建設などに	4億5,441万円
	その他	1億3,253万円
特別会計 企業会計	臨時財政対策債	94億8,713万円
	病院事業に	182億7,092万円
	水道事業に	5億2,324万円
	下水道事業に	26億6,064万円

借入先別では

財務省から	272億4,082万円
地方公共団体金融機構から	141億2,592万円
銀行などから	77億5,786万円
旧郵政公社から	1億6,667万円
その他	6億1,821万円

市債の現在高と市の実質負担額

会計名	市債の現在高 (1)	左のうち交付税 算入見込額(2)	市の実質負担額 (1)-(2)
一般会計	284億5,468万円	246億2,685万円	38億2,783万円
特別会計 企業会計	病院事業	182億7,092万円	49億4,269万円
	水道事業	5億2,324万円	0円
	下水道事業	26億6,064万円	12億4,852万円
合 計	499億 948万円	308億1,806万円 (61.7%)	190億9,142万円 (38.3%)

市債の現在高のうち、交付税算入見込額*の308億1,806万円を除くと、市が実質的に負担する額は190億9,142万円、全体の38.3%となっています。

*交付税算入見込額とは、市債の償還に対して、将来国から地方交付税として交付されるものです。

◆市民が負担する税(令和5年度予算から)

令和5年度一般会計当初予算は、歳入、歳出それぞれ305億円です。歳入のうち、市税は75億9,351万2千円(歳入の25%)を見込んでいます。

種 類		総 額	参 考※		使い道
			1人当たり	1世帯当たり	
普通税	市民税	3,415,254千円	54,153円	126,336円	市が自由に使い道を決められる税金です 住みよいまちづくりのために活用します
	固定資産税	3,132,723千円	49,673円	115,885円	
	市たばこ税	531,865千円	8,433円	19,675円	
	軽自動車税	244,404千円	3,875円	9,041円	
目的税	都市計画税	260,786千円	4,135円	9,647円	公園や街路、公共下水道などの都市計画事業に活用します
	入湯税	8,480千円	134円	314円	観光施設の整備や観光振興、消防施設の整備などに活用します
合 計		7,593,512千円	120,404円	280,898円	

・都市計画税は、都市計画区域内の土地や建物に課税されます。
・入湯税は、鉱泉浴場の入湯者に対し課税されます。
※令和5年4月1日現在の人口と世帯数で単純に割り返した額であり、納税者数で割り返したものではありません。

◆一般会計の執行の様子

歳出 執行率83% 予算現額 343億1,869万円
支出済額 286億3,538万円

民生費	(91)	102億4,349万円	92億9,046万円
総務費	(87)	52億8,391万円	46億2,323万円
衛生費	(86)	49億5,709万円	42億4,099万円
土木費	(47)	39億5,402万円	18億4,652万円
教育費	(86)	31億8,132万円	27億2,179万円
公債費	(100)	31億5,192万円	31億3,792万円
農林水産業費	(64)	12億9,724万円	8億2,568万円
消防費	(91)	11億1,798万円	10億2,219万円
商工費	(83)	7億6,697万円	6億3,634万円
議会費	(95)	2億2,304万円	2億1,271万円
その他	(55)	1億4,171万円	7,755万円

歳出用語の解説

民生費…児童・高齢者・障がい者などの社会福祉にかかる経費
総務費…庁舎管理や税金徴収、住民票などの発行にかかる経費
衛生費…健康増進や疾病予防、ごみ処理や環境保全、旭中央病院への負担金などにかかる経費
土木費…道路や公園などの整備や維持管理にかかる経費
教育費…学校教育・生涯学習・スポーツ振興などの教育行政にかかる経費

市の財産

令和5年3月31日現在

	基金 178億7,587万円
	土地 2,195,122㎡
	建物 221,529㎡

6月は土砂災害防止月間

災害から身を守るために

これから梅雨に入り、雨の多い季節になります。

崖崩れ・地滑り・土石流などの土砂災害は、

雨がきっかけとなって発生します。

土砂災害のを知り、災害から大切な命を守りましょう。

住んでいる場所の確認を

土砂災害の危険がある場所は、土砂災害警戒区域などに指定されています。

市が作成した「土砂災害ハザードマップ」などで、自分の家が土砂災害の危険性があるか確認しておきましょう。

土砂災害ハザードマップは、市ホームページからダウンロードできるほか、市役所3階の総務課で配布しています。

旭市の土砂災害警戒区域などの一覧は、千葉県ホームページで確認してください。

土砂災害警戒情報に注意

大雨により土砂災害発生危険度が高まったときに、土砂災害警戒情報が発表されます。テレビやラジオ、防災行政無線な

どで発表されるので、情報を聞き逃さないよう注意しましょう。

前兆現象に注意

次のような現象の直後には、土砂災害が起こる可能性があります。

- 斜面にひび割れができる
- 小石がパラパラ落ちてくる
- 斜面から水が湧き出る
- 井戸の水が濁る
- 地鳴りがする

土砂災害防止法に基づく調査

千葉県では、地形データなどにより危険箇所を抽出し、現地調査を行い、土砂災害の恐れのある区域を設定します。

旭市は115か所が調査予定です。調査予定箇所の詳細は、千葉県ホームページから確認してください。

避難指示で必ず避難を

災害発生の恐れがあるときには、危険度に応じて避難情報を発令します。避難に時間がかかる高齢者や障がいのある人は、警戒レベル3で避難を開始してください。

問い合わせ先

総務課地域安全班

☎62-5311

Jアラート(全国瞬時警報システム)を利用した情報伝達試験と緊急地震速報訓練を実施

地震、津波や武力攻撃などの発生時に備えて、Jアラートを用いた伝達試験と速報訓練を実施します。実際の災害と間違えないように注意してください。

Jアラートの全国一斉情報伝達試験

Jアラートは、緊急地震速報などの気象関係情報や弾道ミサイル、武力攻撃などの対処に時間的余裕がない事態に関する緊急情報を伝達するシステムです。

Jアラートでは、伝達する情報の種類により、音声メッセージと警報音が異なります(緊急地震速報のチャイム音、大津波警報のサイレン音、有事情報の国民保護サイレン音など)。

日時/6月7日(水) 午前11時

【放送内容】

①上り4音チャイム

②「これは、Jアラートのテストです」×3回

③「こちらは、防災あさひです」

④下り4音チャイム

緊急地震速報訓練

気象庁、消防庁によるJアラートを利用した全国一斉の緊急地震速報訓練を実施します。

日時/6月15日(木) 午前10時

伝達方法/防災行政無線、防災あさひメール、市ホームページ、市公式LINE など

※防災あさひメールを受信するには、事前登録が必要です。

☒asahi-sr@e-bousai.jpに空メールを送信して、配信登録をしてください。

問い合わせ先

総務課地域安全班(☎62-5311)

みんなで支え合うために

65歳以上の人の介護保険料

介護保険は、40歳以上の皆さんが納める保険料と、

国の負担金などを財源に運営しています。

介護が必要になったとき、誰もが安心してサービスを利用できるように、

保険料は必ず納めましょう。

いつから納めるの

65歳以上の人の保険料は、65歳になった月（誕生日の前日）が属する月）分から納めます。

40歳以上65歳未満の人は、加入している医療保険に上乗せされています。

保険料の決まり方は

令和3年度から令和5年度までの3年間に、介護サービスに必要な費用の総額を見込んで算出した基準額を基に、本人や世帯の前年の所得状況などに応じて算定されます（別表）。

保険料の納め方は

年金から天引きする特別徴収と、納付書か口座振替で納付する普通徴収があります。

●特別徴収（年金天引き）

老齢（退職）・遺族・障害年金が年額18万円以上の人は、受給

する年金から、あらかじめ保険料が天引きされます。

●普通徴収（納付書、口座振替）

年金額が年額18万円未満の人は普通徴収になります。市から届く納付書か口座振替で納付してください。

市への納付は、口座振替が原則です。納付書で納めている人は、便利で納め忘れない口座振替に切り替えましょう。

年金額が年額18万円以上の人も、次のようなときには一定の期間、普通徴収になります。

- 年度途中で65歳になった
- 年度途中でほかの市町村から転入した
- 修正申告などによって所得段階が変更になった
- 年金差し止めなどによって年金の支給が一時停止された

介護保険料納付書・保険料額決定通知書の送付

保険料の納付書は6月中旬に届きます。内容を確認して納付してください。特別徴収や口座振替の人には、保険料額決定通知書が届きます。

保険料の納付先・納付期限

市役所、金融機関、郵便局、コンビニやスマホ決済アプリで納付できます。普通徴収の納期は、6月から翌年1月までの年8回です。納付期限は各月の末日（12月は25日）です。

※納付期限が休日の場合は翌営業日です。

保険料の納め忘れに注意

特別な理由がなく保険料を1年以上滞納していると、介護サービスを利用するときに、費用の全額立て替え払いや、保険

給付の一時差し止め、利用者負担割合の引き上げなどの措置が取られます。

保険料の未納は本人だけの問題ではありません。配偶者や世帯主にも、連帯納付義務があります。本人が亡くなった場合も、

相続により保険料の債務は引き継がれます。忘れずに納付してください。

問い合わせ先

高齢者福祉課介護保険班

☎ 62・5308

【別表】所得段階ごとの介護保険料（令和5年度）

所得段階	対 象	保険料率	保険料額	
			年 額	月 額
第1段階	●生活保護受給者 ●老齢福祉年金受給者で世帯全員が非課税 ●世帯全員が市民税非課税で合計所得+課税年金収入額が80万円以下の人	基準額×0.3	19,440円	1,620円
第2段階	●世帯全員が市民税非課税	合計所得+課税年金収入額が80万円を超え120万円以下の人	基準額×0.4	25,920円
第3段階		合計所得+課税年金収入額が120万円を超える人	基準額×0.7	45,360円
第4段階	●世帯の誰かに市民税が課税されているが、本人は市民税非課税	合計所得+課税年金収入額が80万円以下の人	基準額×0.9	58,320円
第5段階		第4段階以外の人	基準額	64,800円
第6段階	●本人が市民税課税	合計所得金額が120万円未満の人	基準額×1.2	77,760円
第7段階		合計所得金額が120万円以上210万円未満の人	基準額×1.3	84,240円
第8段階		合計所得金額が210万円以上320万円未満の人	基準額×1.5	97,200円
第9段階		合計所得金額が320万円以上540万円未満の人	基準額×1.7	110,160円
第10段階		合計所得金額が540万円以上1,000万円未満の人	基準額×1.8	116,640円
第11段階		合計所得金額が1,000万円以上の人	基準額×2.0	129,600円

国民健康保険税

国民健康保険(国保)は、病気やけがに備えて加入者がお金(保険税)を出し合い、医療費の支払いなどに充てる「助け合いの制度」です。

私たちが納める保険税は、国の負担金などと共に医療を支える大切な財源です。本年度分の納税通知書は6月中旬に届きます。必ず納付期限内に納めましょう。

納税義務者は世帯主

国保は世帯単位で加入するため、世帯主に課税されます。国保に加入していない世帯主でも、世帯内に加入者がいる場合は課税されます。

税率および課税方法

本年度の税率は別表のとおりです(表1)。

加入者それぞれの所得割と均等割を計算した額に、平等割を加えた合計額が世帯主に課税されます。

保険税の軽減

●所得が一定額以下の世帯
前年所得が一定額以下の場合、

均等割と平等割が軽減されます(表2)。

申告をしていない人がいる世帯は対象外となってしまうため、前年の所得がなくても申告をしてください。

●倒産や解雇などで離職

65歳未満の人で離職し、雇用保険の特定受給資格者や特定理由離職者になった場合は、申請することで保険税が最大で2年間軽減されます。

※申請は保険年金課で行えます。手続きには、ハローワークで発行される雇用保険受給資格者証が必要です。

保険税の納付方法

●普通徴収(納付書、口座振替)

納期は6月から翌年1月までの年8回です。口座振替が市役所、納付書に記載のある金融機関、全国の地方税統一QRコード対応金融機関、地方税お支払サイト、コンビニ、スマホ決済アプリで納付できます。

●特別徴収(年金天引き)

一定の要件に当てはまる人は、年金から保険税が天引きされます。口座振替に変更することもできます。

保険税を滞納すると

納付期限を過ぎても納付しな

【表1】国民健康保険税の税率と課税限度額(令和5年度)

課税区分		医療分	後期高齢者支援金分	介護分(40歳以上65歳未満)
所得割額	(前年の所得-43万円)×税率	6.6%	2.3%	1.7%
均等割額	加入者1人当たり	21,000円	12,000円	14,000円
	未就学児の場合1人当たり*	10,500円	6,000円	—
平等割額	1世帯当たり	26,000円	—	—
課税限度額	世帯に課税される上限の額	65万円	20万円	17万円

※国保加入者に未就学児がいる場合、その未就学児にかかる均等割額は5割軽減されます。

【表2】均等割額・平等割額の軽減基準(令和5年度)

軽減割合	世帯内の国保加入者と世帯主の総所得金額などの合計が次の金額以下の世帯
7割	43万円+{10万円×(給与・年金所得者の数-1)}*以下
5割	43万円+(29万円×国保加入者数)+{10万円×(給与・年金所得者の数-1)}*以下
2割	43万円+(53.5万円×国保加入者数)+{10万円×(給与・年金所得者の数-1)}*以下

※世帯内の国保加入者と世帯主のうち、以下のいずれかに該当する人が2人以上いる場合は、その人数から1を減じた数に10万円を乗じた額を加えます。

- ・給与収入(専従者給与を除く)が55万円を超える。
- ・65歳以上(前年の12月31日現在)で公的年金収入(特別控除額15万円を差し引いた額)が110万円を超える。
- ・65歳未満(前年の12月31日現在)で公的年金収入が60万円を超える。

問い合わせ先

●課税の内容

税務課税務班

☎ 62・5321

●納税の相談

税務課税務班

☎ 62・5322

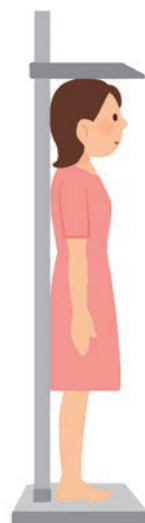
健診を受けて健康な人も通院中の人も健康づくりに役立てよう

「国民健康保険（国保）特定健康診査」 「後期高齢者健康診査」

健康診査は、生活習慣病の予防や早期発見のために欠かせません。

自分の健康状態を確認し、

健康管理を続けるために毎年健診を受けましょう。



国保特定健康診査

対象／35～74歳の国保加入者

検査項目／身長・体重・腹囲測定、血液検査、血圧測定、尿検査

後期高齢者健康診査

対象／後期高齢者医療制度の加入者

検査項目／身長・体重測定、血液検査、血圧測定、尿検査

〈共通事項〉

●本年度から健診時の尿で「一日推定塩分摂取量測定」を実施します。くわしい内容は、受診票で確認してください。

●費用は無料です。ただし、大腸・前立腺がん検診は有料です。健診と同時に受診できる医療機関は、受診票で確認してください。

●対象者には受診票が届きます。集団健診（表1）、個別健診（表2）のいずれかで受けましょう。

●昨年度に人間ドックを受けた人や昨年度の後期高齢者健康診査を受けていない人は、受診票が届かないため、受診を希望する場合は保険年金課へ連絡してください。

●本年度に人間ドックやJ.A.が実施する健診を受ける人は受診できません。

●受診には、受診票と保険証、受診当日の早朝尿を持参してください。

●健診の受診時は、感染症対策にご協力ください。

申し込み・問い合わせ先

●国保特定健康診査

保険年金課国民健康保険班

☎ 62・5401

●後期高齢者健康診査

保険年金課高齢者医療年金班

☎ 62・5882

●大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診

健康づくり課成人保健班

☎ 63・8766

【表2】個別健診

実施期間／6月1日（木）～9月30日（土）

受付時間／各医療機関の診療時間内

●旭市内実施医療機関（50音順）

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
青葉クリニック	60-5005	滝郷診療所	55-3017
穴沢医院	68-2003	田辺病院	62-0016
飯倉医院	63-1515	塚本クリニック	57-1151
磯村クリニック	60-2575	富岡クリニック	74-8081
樹クリニック	62-6878	浜医院	63-2331
伊藤医院	62-1000	水野クリニック	85-5065
江畑医院	55-3110	ゆうきクリニック	50-2555
ここからクリニック	85-5101		

●匝瑳市内実施医療機関（50音順）

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
石井医院	73-2150	城之内医院	72-4511
小川内科	73-2658	鈴木医院	72-0012
かしわくま内科クリニック	79-6800	福島医院	72-0175
九十九里ホーム病院	72-1131	藤田病院	72-0308
越川医院	84-0103	増田産婦人科	73-1100
佐藤クリニック	73-5567	守医院	73-5511
椎名医院	72-0032		

【表1】集団健診

受付時間／午前8時30分～11時

場 所	期 間
旭市保健センター（旧飯岡保健センター）	9月11日（月）～13日（水）
ひかた市民センター（旧干潟支所）	9月14日（木）～16日（土）
あさひ市民センター（旧第二市民会館）	9月19日（火）～30日（土）

※大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診を希望する人は、健康づくり課で事前に申し込んでください。



ルールを守って正しく飼いましょう

正しい知識を持ち、責任を持って飼いましょう。

動物を飼う場合は、次のことに注意しましょう。

●犬の放し飼いは禁止されています。散歩は犬を制止できる人が短い引き綱で行い、しつけや訓練をして、近隣に迷惑をかけるないようにしましょう。

●猫は屋内で飼いましょう。ふん尿や鳴き声などによる周辺への被害を防ぎ、感染症や交通事故などの危険から猫を守ることができます。

●飼っている動物のふん尿は、飼い主が責任を持って処理しましょう。

●災害時に備えて、迷子札やマイクログリップなどを付け、飼い主が分かるようにしましょう。

●適切に飼うことができない子犬や子猫を増やさないために、不妊去勢措置をしましょう。

●飼い犬が人をかんだときや、生後91日以上の子犬を10頭以上飼うときは、保健所に届け出が必要です。

●愛護動物を虐待したり捨てたりすると、最大で1年の懲役または100万円の罰金が科せられ、殺傷した場合は、最大で5年の懲役または500万円の罰金が科せられます。

●やむを得ない事情により、どうしても飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探しましょう。

八日市場地域保健センターや動物愛護センターでは、新しい飼い主探しをお手伝いします。

千葉県動物愛護センターでは

「犬の正しい飼い方・しつけ方教室」を開催しています。

学校の授業や地元の勉強会などに講師を派遣して、動物愛護、犬猫の正しい飼い方などに関する講演を行っています。

問い合わせ先

八日市場地域保健センター

☎0479・72・1281

千葉県動物愛護センター

☎0476・93・5711

農業経営を支援 農業関連補助事業

農業の経営安定や生産力増強を目的に、各種補助事業を活用することができます。

「輝け!ちばの園芸」次世代産地整備支援事業

パイプハウスなどの施設整備、省力化機械や環境モニタリング装置、ドローンの導入などに要する費用の一部を補助します。

対象／認定農業者、3戸以上の農業者で組織する団体など

補助率／●認定農業者：4分の1以内または3分の1以内

●団体：3分の1以内

※令和6年度に計画している人は、6月30日(金)までに事前相談してください。

農業経営多角化支援事業

加工・流通・販売などで、新たな取り組みや販売拡大を行う場合に、機械や施設などの整備費を補助します。

対象／認定農業者、3戸以上の農業者で組織する団体など

補助率／2分の1以内で450万円まで

※令和6年度に計画している人は、6月30日(金)までに事前相談してください。

新規就農者育成総合対策事業

令和4年4月以降に独立・自営就農し、就農時に原則45歳未満の認定新規就農者に、機械の購入費や経営資金などの一部を補助します。

①経営発展支援事業

補助率／融資を活用して購入した機械や施設などの費用の4分の3以内で750万円まで

※②の交付対象者は375万円まで。

②経営開始資金

補助額／年間150万円(最長3年間)

新規就農者支援事業

経営に必要な農業機械や施設の取得費用、農地の賃借費用の一部を支援します。

対象／市内で農業経営する18歳以上50歳未満の認定新規就農者で、親族が市内で農業経営を行っていない人

補助率／●農業機械や施設：2分の1以内で50万円まで

●農地賃借：10a当たり2万円以内で20万円まで

親元就農チャレンジ支援金

親元で就農する人に支援を行います。

対象／次の全てに該当する人

●市内の農地で農業を営む人の子または孫で、就農したときの年齢が18歳以上50歳未満

●平成31年1月以降に就農し、親などの税務申告書類で親元に就農していることが確認できる

補助額／年間20万円(最長5年間)

転入者農業チャレンジ支援金

旭市に転入して農業を始めようとする若者などの、雇用就農期間中の家賃を補助します。

補助額／1か月当たり5万円まで(最長3年間)

こだわり旭ブランド創出支援事業

地域のイメージを生かした商品開発やPR活動など、新たな旭ブランドの創出に向けた取り組みを支援します。

対象／3戸以上の農水産業者で組織する団体、農水産業を営む法人など

補助率／2分の1以内で50万円まで

申し込み・問い合わせ先

農水産課振興班(☎74-3671)

「ハーバリウム作り恋活」

今回の恋活イベントは、ドライフラワーをガラス容器に入れ、専用のオイルで浸し、美しい発色を楽しむインテリア「ハーバリウム」を作りながら交流を行います。

ハーバリウム作りを楽しみながら、新しい出会いを探してみませんか。



日時／6月24日(土) 午後2時～4時

場所／市内 ※参加が決定した人にお知らせします。

対象／20～45歳の独身の人 ※男性は会員に限る。

定員／16人(男性8人、女性8人)

※応募者多数の場合は抽選。

費用／男性…2,000円、女性…1,000円

申込期限／6月12日(月)

申し込み方法／ホームページから申し込んでください。

最少催行人数／10人(男性5人、女性5人)



申し込み・問い合わせ先

旭市出合いコンシェルジュ事務局(市民生活課市民生活支援班内)

☎62-5396

ホームページ：https://www.asahishi-dc.com/

あさひのヒト掲載希望者を募集

あなたのおきのおきを紹介しませんか

旭市移住ポータルサイト「あったか旭」では、移住を検討している人が気軽に旭市のことを知ったり、質問したりできるように、市内に暮らしている人などを紹介しています。移住を検討している人が質問などをできるように、自身の写真とSNSやウェブサイトのリンクを1つ掲載できます。



対象／市内在住か、市内で活動している人

申し込み方法／QRコードか「あったか旭」のホームページから申し込んでください。

選考方法／応募内容による審査

そのほか／●掲載方法などの希望は受け付けません ●報酬はありません ●写真などの応募データは返却できません ●営利目的の宣伝・広告活動、政治・宗教活動などの目的での応募はできません



申し込み・問い合わせ先

企画政策課政策推進班(☎62-5382)

旭市いいおかYOU・遊フェスティバル2023

特別協賛花火の協賛者募集

今年は4年ぶりとなる海浜花火大会を実施します。お祝いや記念日などに、特別な花火を打ち上げてみませんか。



日時／7月29日(土) 午後7時30分～8時30分

※荒天時は30日(日)に順延します。

会場／飯岡海岸

特典／●協賛花火の色や演出プランを選べます ●花火打ち上げ時に、場内アナウンスにより企業情報などをPRします ●大会プログラムに企業・団体・個人名を掲載します ●協賛者席に招待します

協賛額／10万円(約130発)～

申込期限／6月30日(金)

申し込み・問い合わせ先

旭市いいおかYOU・遊フェスティバル実行委員会(☎62-5338・商工観光課観光班内)

情報ピックアップ

☎:問い合わせ ☑:申し込み

6月1日(木)

人権擁護委員の日

人権擁護委員法が定められた6月1日は「人権擁護委員の日」です。

人権は、人が幸せに生きていく上で最も大切な権利です。市では、10人の人権擁護委員が皆さんの人権に関する相談に応じています。日々の暮らしの中で差別やいじめなどで悩んでいる人は、遠慮なく相談してください。

市の人権擁護委員

岩井明廣(ハ)、林芳枝(中谷里)、鈴木志敏(ニ)、伊藤兼道(鎌数)、佐藤一則(飯岡)、神原春代(三川)、加瀬多喜男(後草)、浪川里子(後草)、宮穂広子(入野)、金杉光信(萬力) ※敬称略。

特設人権相談

家庭内や隣近所とのめんどろなど、日々の暮らしの中で起こ

るさまざまな人権に関する相談に、人権擁護委員が応じます。

相談日時／毎月第2火曜日(祝日の場合は翌日) 午後1時30分～3時30分 ※相談時間は1人30分で、事前予約は不要です。

費用／無料
場所／市役所
岡市民生活課市民生活支援班
(☎62・5396)

第69回旭市七夕市民まつり

「ミスあさひコンテスト」参加者募集

応募資格／市内や近隣に在住・在勤の18歳以上の未婚女性で、市のPR活動に積極的に取り組んでくれる人。 ※高校生、ほかのミスコンテストで任期中の人は申し込みません。

参加賞／本選出場者にギフト券1万円分(本選出場者を紹介した人にも旭市共通商品券5千円分)

応募期限／6月19日(月)

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
- 納付期限は6月30日(金)です
※国民年金保険料は毎月納付です。

コンテスト日時／7月15日(土) 午後1時30分

場所／東総文化会館

岡岡旭市商工会青年部ミスあさひ委員会(☎62・1348・旭市商工会内)

自分や家族の命を守る

6月はシートベルトとチャイルドシート着用推進強化月間

シートベルトやチャイルドシートは、交通事故発生時の被害軽減に欠かすことができません。

自分や家族の安全のため、後部座席を含めた全ての座席で、シートベルトやチャイルドシートを着用しましょう。

岡市民生活課市民生活支援班
(☎62・5396)

6月1日(木)～7日(水)は水道週間

「水道水安心・安全これからも」

水道水としての水質の条件は、きれいで、飲んでおいしく、し

かも衛生的で安心な水であることとです。市では、毎月法律で定められた検査を行い、皆さんが安心して飲む水を供給しています。

令和4年度の水質検査の結果、いずれの地域も安全なことを確認しました。水質の結果は上下水道課の窓口か市ホームページで見ることができます。

岡上下水道課工務班(☎62・5364)

火災・危険物事故ゼロを目指して 全国統一防火標語と危険物安全週間

今年の全国統一防火標語は「火を消して 不安を消して つなぐ未来」です。標語を合言葉に火災ゼロを目指しましょう。

6月4日(日)～10日(土)は危険物安全週間、標語は「意志つなぐ 連携プレーで 事故防ぐ」です。ガソリン、軽油、灯油などの危険物による事故の多くは「危険性を知らなかった」「うっかりした」ことが原因です。

この機会に、危険物の安全な取り扱いや保管方法を確認しましょう。

岡消防本部予防課(☎63・5356)

6月23日(金)～29日(木)

「男女共同参画週間」

今年のキャッチフレーズは「無くそう思い込み、守ろう個性 みんなでつくる、みんなの未来。」です。

一人一人の取り組みが、男女共同参画社会の実現につながります。私たちの周りの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか。

岡市民生活課市民生活支援班
(☎62・5396)

6月6日(火)、7日(水)

旭中継施設 点検のため臨時休所

一般の家庭などから直接持ち込まれるごみを受け入れる旭中継施設(旧旭市クリーンセンター)は、収集車両などを点検するため臨時休所します。

休所日／6月6日(火)、7日(水)

※ごみを直接持ち込む場合には、東総地区クリーンセンター(鉾子市野尻町1678・1)へ搬入してください。

岡東総地区広域市町村圏事務組合・東総地区クリーンセンター
(☎0479・30・2311)

叙勲・褒章

令和5年春の叙勲と第40回危険業務従事者叙勲、令和5年春の褒章が発表され、本市から4名が受章の榮譽を受けられました。

旭日双光章

[春の叙勲]

(地方自治功勞)

佐久間茂樹さん 76歳(三川)



平成11年に飯岡町議会議員に初当選し、町の重要施策の実現に尽力されました。平成17年の市町合併以降は旭市議会議員として、市議会議長などを歴任し、津波避難施設の整備や飯岡中の移転などの功績を残されました。通算6期22年8か月にわたり、豊富な経験と優れた見識をもって地方自治の発展に大きく貢献されました。

瑞宝双光章

[危険業務従事者叙勲]

(消防功勞)

加瀬寿勝さん 65歳(江ヶ崎)



昭和51年に旭市外三町消防組合消防士を拝命されて以降、42年の永きにわたり、住民の生命、身体、財産の保護のため消防業務に尽力されました。また、消防長として卓越した知識と指導力を発揮し、消防職員と消防団員の資質向上に大きく貢献されました。

瑞宝単光章

[危険業務従事者叙勲]

(警察功勞)

石毛實さん 73歳(三川)



昭和50年に千葉県巡査を拝命されて以降、36年の永きにわたり警察職務に尽力されました。特に交通部門において活躍され、総合的な交通安全対策の推進や悪質危険な交通違反者の指導取り締まりなどに努め、公共の安全と秩序の維持に大きく貢献されました。

藍綬褒章

[春の褒章]

(更生保護功績)

鶴野康雄さん 76歳(萬力)



平成13年に保護司として委嘱され、22年余にわたり、犯罪や非行をした人の立ち直りを支援したほか、地域の犯罪予防活動などの更生保護事業に尽力されました。地区保護司会では副会長などを歴任し、安全・安心な地域づくりに大きく貢献されています。

結婚50周年おめでとうございます

「旭市合同金婚式」参加者募集

結婚50周年を迎えた夫婦を招き、合同金婚式を行います。

永きにわたり、共に助け合いながら明るく健全な家庭を築くとともに、地域の発展に貢献された金婚夫婦の皆さんを祝福します。

日時／10月20日(金) 午前10時30分～

会場／いいおかユートピアセンター

対象／市内在住で、昭和48年9月1日から49年8月31日までの期間に結婚(事実婚を含む)した夫婦

申込期限／8月31日(木)

申し込み・問い合わせ先

旭市社会福祉協議会(☎57-5577)

社会福祉課社会班(☎62-5317)

50年前(昭和48年9月～49年8月)はこんな年でした

主な出来事

- 江崎玲於奈さんがノーベル物理学賞受賞…昭和48年10月
- オイルショック。国際石油資本5社が日本への原油供給約10%減を通知…昭和48年10月
- 日本テレビでユリ・ゲラーの超能力が放映。反響の電話が殺到し、電話局の交換機がパンク…昭和49年3月
- フィリピン・ルバング島で救出された元日本兵の小野田寛郎さん帰国…昭和49年3月

主な流行歌

- 女のみち(宮史郎とぴんからトリオ)
- 学生街の喫茶店(ガロ)
- なみだの操(殿さまキングス)
- あなた(小坂明子)



旭市公式LINE



旭市公式フェイスブック



旭市公式Instagram



旭市公式YouTubeチャンネル

5/3

春のヘラブナ釣大会

釣りの腕前を競い合う

長熊釣堀センターで4年ぶりとなる春のヘラブナ釣大会が開催されました。大会には早朝から、97人の釣り愛好家が参加し、釣り上げたヘラブナの重量で競いました。

大会の結果は、次のとおりです。※3位まで掲載。敬称略。

優勝／鳥次稔(香取市)

準優勝／椎木敦行(茨城県鹿嶋市)

3位／国松勝美(鎌谷市)



栈橋に並んで釣りを楽しむ参加者

4/16

ものづくりの楽しさを体験 発明クラブが活動開始



完成した吹き矢的を狙って発射

旭青少年発明クラブの開成式が、海上庁舎東館の発明クラブ工作室で行われ、第41期生27人の活動がスタートしました。この日は折り紙とストローで吹き矢を製作。矢が的に命中すると、周りから歓声が上がっていました。

4/17

空き家などの利活用に 官民連携で空き家・空き地バンクが始動



空き家・空き地バンクの運用に向けた協定を締結

空き家・空き地の放置によって起こる問題を解消するため、市と千葉県宅地建物取引業協会北総支部が協定を締結。この協定により、物件購入や賃貸の仲介などを適切に行い、空き家・空き地の増加抑制と有効利用に取り組みます。

4/20~22

日本代表監督による トップクラスの技術指導

アジアユース卓球選手権大会・世界ユース卓球選手権大会の日本代表選考会が開催されました。試合後には、ジュニア日本代表監督による卓球教室が行われ、部活動などで卓球に取り組む生徒へ技術指導をされました。



日高監督からの指導を熱心に学ぶ生徒

4/24

自転車の正しい乗り方を学ぶ 交通安全教室

滝郷小で交通安全教室が行われ、3年生が自転車の乗り方や交通ルールを学びました。児童は警察官や交通安全指導員の説明を熱心に聞き、模擬コースでの実習では、しっかりと安全確認しながら、自転車を運転していました。



信号を確認して交差点を横断

4/25

東総工生が自転車盗難被害防止 キャンペーンで防犯意識の高揚に貢献



駅前で啓発物資を配布する東総工生

自転車盗難被害件数の増加を受けて、旭警察署が東総工業高校協力の下、干潟駅前などで自転車駐輪時の施錠を呼びかけ、啓発物資を配布しました。参加した生徒は「治安維持に貢献できてよかった」と話していました。

~6/30

旭市がロケ地となった作品を紹介



無料で入場できる展示スペース

市では映画やドラマのロケを通じて、市の魅力を全国に発信していくため、積極的にロケの誘致や支援を行っています。昨年度の実績を、ポスターや台本などで振り返る展示を、市役所1階「歴史を学ぶ場」で行っています。



4
23

おひさまテラス1周年記念イベント

おひテラ文化祭でお祝い

開館から1周年を迎えたおひさまテラスでは、利用者への感謝とさらなる交流促進のため、文化祭を開催しました。

普段、おひさまテラスで活動している団体によるダンスパフォーマンスや音楽ライブなどが披露されたほか、ワークショップや料理教室、音楽レッスンなど施設を存分に活用した多数の催しが行われ、多くの人が楽しんでいました。

- ①ステージでクラシックバレエを披露
- ②親子パンづくり体験
- ③ハーブ&スパイス入門教室でクラフトコーラづくり
- ④チョークアートでオリジナルのこいのぼりを描く



旭市出身・芝田沙季選手

ノジマTリーグ2022-2023シーズンMVP

卓球のプロリーグ「Tリーグ」で、日本ペイントマレッツから参戦した芝田沙季選手(ミキハウス所属)が、シングルス・ダブルス合計で20勝を挙げ、シーズンMVPに選ばれました。世界で活躍するライバルが数多くいる中での選出になります。

【主な成績】

- 2022 WTTフィーダーヨーロッパ夏季シリーズ女子シングルス3位
- 2023 全日本卓球選手権大会女子ダブルス3位



©ニッタクニュース



©日本ペイントマレッツ

トロフィーを受け取る芝田選手

随想

〈第十九回〉

大型連休中に感じた

旭の魅力

市長 米本 弥一郎



4月末から5月初めにかけての大型連休、新型コロナウイルスの感染が落ち着きを見せ、行動自粛やマスク着用も緩和されたことで、旅行やレジャーで外出した人も多かったのではないかと思います。

この連休中、市内でもさまざまなイベントが開催され、県内外から大勢の人に訪れていただきました。

5月3日の「幽学の里で米作り交流事業」では、都内などから参加した親子連れによる田植え体験が行われました。水が張られた田んぼに、初めは恐る恐る足を踏み入れていた子どもたちが、あつという間に慣れ、泥にまみれたり、生き物を見つけたりすることに興じながら、苗を植えている様子をほほ笑ましく見守りました。

同じ日に長熊釣堀センターで行われた「春のヘラブナ釣大会」では、

老若男女の釣り人が早朝から腕前を競い合いました。約100人の参加者のうち、その大多数が市外からの参加という人気ぶりです。表彰式では、釣果が発表されるたびに会場が沸き、賞品として市の特産品である肉や野菜などを受け取った入賞者のうれしそうな顔がとても印象に残りました。

この日は好天に恵まれ、ウグイスの澄んだ鳴き声が聞こえるなど、自然の豊かさを再認識した日でもありました。旭市には、この豊かな自然をはじめ、特産品や交流施設など多くの恵まれた地域資源があります。現在、シティプロモーションの一環として、映画やドラマなどのロケを誘致するためのPR動画を制作中ですが、より多くの人に訪れていただけるよう、旭の魅力を全国に向けて発信していきたいと思えます。

図書館へ行こう

開館時間／火～金曜日…午前9時～午後7時

土・日曜日、祝・休日…午前9時～午後5時

今月の休館日／毎週月曜日、16日(金)

関市図書館 ☎62-2560 <https://www.library-asahi-chiba.jp/>

おはなしの時間

幼児向けの絵本の読み聞かせ

日時／ 3日(土) 午前10時30分～11時

17日(土) 午前10時30分～11時

場所／県立東部図書館3階 研修室

今月のおすすめ



「27000冊ガーデン」

大崎梢 著 (双葉社)

舞台は県立高校の図書館。次々と持ち込まれる、本にまつわる謎や事件を、学校司書・駒子と出入りの書店員・針谷の二人がひもとく、図書館ミステリー。



「オール・ノット」

柚木麻子 著 (講談社)

苦学生の真央が出会った試食販売の四葉は、栄華を誇った山戸家の生き残りだった。不思議感漂う彼女と仲を深めた真央は宝石箱を託され、やがて人生に変化が…。

新着図書

- | | | |
|---------------------------------|-----------------------------|-----------------------|
| ● 久住昌之の終着駅から旅さんぽ
(久住昌之) | ● 牧野富太郎の植物図鑑
(高知県立牧野植物園) | ● 上海灯蛾
(上田早夕里) |
| ● 日本再起動
(橋下徹) | ● 脳の闇
(中野信子) | ● やさしさを忘れぬうちに(川口俊和) |
| ● 18歳までに知っておきたい契約のはなし
(神坪浩喜) | ● 自分が高齢になるということ
(和田秀樹) | ● 夜空に浮かぶ欠けた月たち(窪美澄) |
| ● 熱くなれ
(稲盛ライブラリー) | ● 日本列島改造論
(田中角榮) | ● 勿忘草をさがして
(真紀涼介) |
| ● 保育士よちよち日記
(大原綾希子) | ● 音楽と生命
(坂本龍一) | ● いのちの十字路
(南杏子) |
| ● 世界で一番美しい太陽系図鑑
(マーカス・チャウン) | ● うたかたモザイク
(一穂ミチ) | ● 街とその不確かな壁
(村上春樹) |
| | ● 内角のわたし
(伊藤朱里) | ● シン・養生論
(五木寛之) |
| | | ● マリコ、東奔西走
(林真理子) |
| | | ● 月と散文
(又吉直樹) |



相談室

一人で悩まず相談してみませんか！

日々の暮らしの中で発生するさまざまな問題を解決するため、
各種の無料相談を行っています。秘密は守られます。

相談名	内 容	期日・時間	場 所	問い合わせ
交通事故相談	示談、賠償額の算出、 自賠責保険の請求の仕方など	6月19日(月) 午前10時～午後3時 ※予約制	市役所 1 階	市民生活課 ☎62-5396
市の法律相談	法律問題 ※時間は1人30分。市民を 対象(相談は年度内1回限り)	6月12日(月) 午後1時20分～4時30分 ※予約制 1日(木)午前8時30分から受け付け 6月26日(月) 午後1時20分～4時30分 ※予約制 15日(木)午前8時30分から受け付け	市役所 1 階	市民生活課 ☎62-5396
人権・行政相談	人権問題、行政への要望・ 意見など ※時間は1人30分	6月13日(火) 午後1時30分～3時30分	市役所 1 階	市民生活課 ☎62-5396
心配ごと相談	家庭内の心配事など	6月 7日(水) 午後1時30分～3時30分 6月14日(水) 午後1時30分～3時30分 6月21日(水) 午後1時30分～3時30分 6月28日(水) 午後1時30分～3時30分	飯岡福祉センター あさひ市民センター 飯岡福祉センター あさひ市民センター	旭市社会福祉協議会 ☎57-3133
消費生活相談	物品購入時のトラブル、 多重債務の相談など	月～金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時	旭市消費生活センター (市役所 2 階)	旭市消費生活センター ☎62-8019
こころの 健康相談	精神障がい(統合失調症、 うつ病、アルコール依存症など)	6月16日(金) 午後2時～4時 ※予約制	市役所 1 階	八日市場地域保健センター ☎0479-72-1281
ピアサポート 個別相談(精神)	ピアサポーターによる 病気や生活上の困りごと などの相談	6月14日(水) 午後1時30分～3時30分 ※予約制	市役所 1 階	地域活動支援センター 友の家 ☎60-0608
子育て相談	子育てに関する質問や 情報提供など	月～土曜日 午前8時30分～午後5時	旭市子育て支援 センターハニカム(市役所 2 階)	旭市子育て支援センター ハニカム ☎62-7099
	妊娠中から乳幼児期の 子育てや健康の相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 ※予約制	子育て世代包括支援 センターぽけっと(市役所 2 階)	子育て世代包括支援センター ぽけっと ☎74-7102
家庭児童相談	児童虐待・児童養育問題 など	月～金曜日 午前9時～午後4時	家庭児童相談室 (子育て支援課内)	家庭児童相談室 ☎62-5362
教育相談(学校)	学校教育についての悩み など	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	市役所 4 階	教育総務課 ☎62-5353
教育相談(家庭)	家庭教育・子育ての悩み など	月～金曜日 午前8時30分～正午	市役所 4 階	生涯学習課 ☎85-8629
市民健康相談	生活習慣病をはじめ子ども からお年寄りまでの健康相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	(電話相談)	健康づくり課 (成人) ☎63-8766 (母子) ☎63-8711
福祉の総合相談	障がい者への虐待問題、 権利擁護など福祉(生活) 全般にわたる相談	365日24時間 訪問相談も実施 夜間は電話転送にて対応	海匠ネットワーク (旭市口の838)	旭市基幹相談支援センター・ 旭市障害者虐待防止センター (海匠ネットワーク) ☎60-2578 FAX60-2579
介護相談	介護に関する相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	Mado-ka (旭市口の838) 飯岡福祉センター 第二やすらぎ園	旭市中央地域包括支援センター ☎85-5371 旭市東部地域包括支援センター ☎74-3433 旭市北部地域包括支援センター ☎68-2055
職業相談	職業相談、求人情報の 提供など	月～金曜日 午前9時～午後4時30分	地域職業相談室 (あさひ市民センター)	地域職業相談室 ☎62-5359
なんでも 労働相談	労働に関する相談	月～金曜日 午前9時30分～午後5時	(電話相談)	日本労働組合総合連合会・ 千葉県連合会 ☎0120-154-052
行政書士会	相続、遺言、許認可申請、 農地転用など	6月17日(土) 午後1時～4時 ※前日までに電話予約	海上公民館	千葉県行政書士会東総支部・宮貝 ☎68-3175
司法書士会	相続、不動産登記、法律 問題の相談など	6月10日(土) 午後1時～5時 ※8日(木)までに電話予約	海上公民館	司法書士飯嶋事務所 ☎0479-25-0567
税理士会	税務全般にわたる相談	6月20日(火) 午前10時～午後4時 ※予約制 受け付けは平日の午後1時～4時	銚子商工会館	千葉県税理士会銚子支部 ☎0479-22-3901

Healthy Square



健康ワンポイントアドバイス

筋力トレーニングで基礎代謝を上げよう！

筋肉が衰えると、それに伴い基礎代謝も落ちていきます。そのため、若い頃と同じだけ食べて動いても少しずつ太り、その蓄積が肥満へとつながります。

基礎代謝とは

心臓を動かす、呼吸をするなど、生命を維持するために最低限必要なエネルギーのことです。エネルギーは筋肉で最も多く消費されるため、筋肉量の多い人は基礎代謝が高くなります。

筋力トレーニングで基礎代謝を上げよう

筋肉は何もしないと減る一方です。若い頃と体重が変わらなくても、何もしなければ筋肉が脂肪に置き換わり、体の中では脂肪が多い状態になっている可能性があります。

筋力トレーニングを継続して取り組むことで、基礎代謝も上がり、太りにくい体になります。まずは、簡単な筋力トレーニングから始めてみましょう。

○スクワット

- ①背筋を伸ばして足を肩幅に開き、つま先が平行になるように床に両足をつける。
- ②膝を120度程に曲げた位置まで腰を落とし3秒程、保持する。このとき、膝はつま先より前に出ないようにする。
- ③元の位置までゆっくりと戻す。

○つま先立ち

- ①いすに手を添え、ゆっくりと両足のかかとを上げてつま先で3秒程立つ。
- ②ゆっくりとかかとを下ろす。

回数は10回1セットで、1日2セットが目安です。慣れてきたら回数を増やしてみましょう。ウォーキングやストレッチもお勧めです。

食後に動くとさらに効果的

摂取したエネルギーを動かためのエネルギーとして使うことができるので、血糖値の上昇を抑え、余分なエネルギーをため込みません。

【健康づくり課 保健師】

旭中央病院便り



<https://www.hospital.asahi.chiba.jp/>
 岡旭中央病院(☎63-8111・代表)

旭中央病院 開院70周年記念式典・講演会 参加募集



当院は昭和28年3月の開院から本年度で70周年を迎えました。

10月14日(土)に開催する記念式典と記念講演会には、地域住民の方々も参加いただけます。皆さまの申し込みをお待ちしています。

日時／10月14日(土) 午後1時～3時10分 開場：午後0時30分

会場／東総文化会館 大ホール

定員／200人 ※入場には整理券が必要です。応募者多

数の場合は、抽選になります。

参加費／無料

申し込み方法／往復はがきか、旭中央病院ホームページから申し込んでください。詳細は、ホームページか院内掲示のポスターをご覧ください。

申込期限／8月31日(木)

内容／記念式典、記念講演「医療がつくる地方創生」
 講師：株式会社日本総合研究所 藻谷浩介氏

問い合わせ先／旭中央病院70周年記念行事運営委員会事務局(☎63-8111・内線2465・広報患者相談課内)



地域向け広報誌「こんにちは」を発行しました

最新刊の内容(vol.35)

- 開院70周年特集
 - 理事会紹介、副理事長・理事アンケート
 - 「前編」病院完成への道～旭中央病院のあゆみと目指すもの～(年表)
 - 明日の地域医療を担う医療従事者座談会
- 健康ノート「予防医学～その2～」
- かかりつけ医を持ちましょう「おうち診療所銚子」



親と子の健康づくり

☎問健康づくり課母子保健班(☎63-8711)

場所：旭市保健センター(旧飯岡保健センター)

種 別	期 日	対 象・内 容
健康 診 査	乳児健康診査	6月 7日(水) 令和 5年 1月17日～ 1月31日生まれ
		6月23日(金) 令和 5年 2月 1日～ 2月23日生まれ
	1歳6か月児健康診査	6月14日(水) 令和 3年11月15日～12月 3日生まれ
	2歳児歯科健康診査	6月29日(木) 令和 2年12月 6日～令和3年1月3日生まれ
	3歳児健康診査	6月16日(金) 令和 元年11月24日～12月13日生まれ
		6月28日(水) 令和 元年12月14日～令和2年1月8日生まれ
相談 ※申込制	離乳食教室	対象：令和4年12月～令和5年2月生まれ 内容：離乳食の進め方など
	両親学級	妊娠中の過ごし方と注意点、お口と歯の健康、赤ちゃんとママの栄養
	子育て学級	対象：令和5年1月11日～4月1日生まれ 内容：遊びの紹介や救急法など(パパも参加できます)



健康インフォメーション

令和5年度大腸・前立腺・子宮頸がん
個別検診を実施します

大腸がん検診

対象／40歳以上(昭和59年3月31日までに生まれた人)

内容／便潜血反応検査(2日法)

自己負担金／200円

検診期間／6月1日(木)～9月30日(土)

申込期限／8月31日(木)

前立腺がん検診

対象／50歳以上の男性(昭和49年3月31日までに生まれた人)

内容／血液検査(P S A測定)

自己負担金／300円

検診期間／6月1日(木)～9月30日(土)

申込期限／8月31日(木)

子宮頸がん検診

対象／20歳以上の女性(平成16年3月31日までに生まれた人)

内容／子宮頸部細胞診

自己負担金／1,000円

検診期間／6月1日(木)～8月31日(木)

申込期限／7月31日(月)

〈共通事項〉

場所／各指定医療機関

申し込み方法／健康づくり課の窓口で申し込んでください。

※集団検診は、大腸・前立腺がん検診のみ9月に実施します。

☎問健康づくり課成人保健班(☎63-8766)

献血に協力を！

期 日	場 所	受付時間
7月2日(日)	ショッピングセンター サンモール	10：00～12：00 13：30～16：00

※献血カードがある人はお持ちください。

☎問健康づくり課庶務企画班(☎63-8831)



予防接種

☎問健康づくり課(☎63-8711)

【集団接種】

B C G：6月の実施はありません。

【個別接種】 場所：各指定医療機関

種 別	対 象
ヒブ	生後 2～60か月未満
小児の肺炎球菌	生後 2～60か月未満
4種混合、ポリオ	生後 2～90か月未満
水痘	生後12～36か月未満
麻しん・風しん混合	1期：生後12～24か月未満 2期：平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ
日本脳炎	1期：生後6～90か月未満 2期：9～13歳未満 特例対象者：平成19年4月1日以前生まれの20歳未満で、接種していない人
B型肝炎	生後12か月未満
ロタウイルス感染症	ロタリックス：出生6週0日後から24週0日まで
	ロタテック：出生6週0日後から32週0日まで
ヒトパピローマウイルス感染症	●小学6～高校1年生相当の女子 ●平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれの女子で、定期回数の3回接種をしていない人(キャッチアップ接種)
高齢者の肺炎球菌	65・70・75・80・85・90・95・100歳、60～64歳で心臓などに障がいのある人 ※令和5年4月2日～令和6年4月1日に対象年齢になる、23価肺炎球菌ワクチンを今までに一度も接種をしていない人に限り、3,000円を助成(助成は1回)。助成期間は令和6年3月31日(日)までです。
成人男性麻しん・風しん混合 (風しん抗体検査の結果が陰性の場合)	昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性 ※クーポン券を使用して風しんの抗体検査が済んでいない人は、令和4年度に発行したクーポン券を使用してください(転入の人も含む)。

年金の振込通知書が届きます 確認しよう 4月からの年金額

口座振込で年金を受け取っている人に、毎年6月に日本年金機構から振込通知書が届きます。

通知書には、1年分の年金支払額や支払予定日、年金から特別徴収される介護保険料額などが記載されています。

扶養の認定などで提出を求められることがあるので、大切に保管しましょう。内容に変更があった場合には、その都度通知されます。紛失した場合は、再発行できます。くわしくは、ねんきんダイヤル(☎0570-051165)、050で始まる電話からは(☎03-6700-1165)まで問い合わせてください。閩佐原年金事務所(☎0478-54-1442)、保険年金課高齢者医療年金班(☎62-5332)

不安を抱え込まないで 「認知症家族交流会」を開催

日時／6月16日(金) 午後1時30分～
場所／旭市社会福祉協議会(飯岡福祉センター内)

対象／認知症の人を介護している、または介護を経験した人など

申し込み方法／6月15日(木)までに電話で申し込んでください。

☎閩旭市東部地域包括支援センター(☎74-3433)

インボイス制度登録要否 個別相談会

免税事業者を対象に、インボイス制度の基本的な仕組みや登録の要否など状況に応じた相談会を開催します。

日時／6月14日(水)、28日(水) 午前10時～正午、午後1時～3時

場所／市役所1階 市民ホール
※相談は、受け付け順になります。
閩銚子税務署(☎0479-22-1571)

千葉県による イノシシの捕獲を実施

6月から11月にかけて、農作物に被害を及ぼすイノシシのわな猟による捕獲を実施します。

閩千葉県自然保護課鳥獣対策班(☎043-223-2058)

広い園庭・園舎で遊ぼう 2才児親子サークル

親子で行う体育遊び、楽しく作って遊べる製作や、紙芝居・大型絵本など楽しく過ごせるものを用意しています。

日時／6月26日(月) 午前9時30分～
場所／旭幼稚園ホール

費用／年額500円 ※名札バッチ代、教材費など含む。

申し込み方法／事前に電話で申し込んでください。

☎閩旭幼稚園(☎62-0788)

建築士が住宅の相談に応じる 無料の住宅相談会

日時／6月25日(日) 午前10時～午後4時

場所／イオンタウン旭2階 おひさまテラス

閩一般社団法人千葉県建築士会海匠支部(☎55-4585・株式会社小林建築)

悪質商法・契約トラブルの相談 「週末消費生活センター」

日時／6月10日(土) 午前9時～午後4時

場所／市役所
閩旭市消費生活センター(☎62-8019)

調査に協力を 労働力調査を実施

国の経済政策や雇用対策の基礎資料を作成するため、千葉県知事発行の調査員証を携帯した調査員が訪問します。

期間／7月～9月

対象／見広・倉橋地区の一部の世帯
閩千葉県総合企画部統計課(☎043-223-2220)

市税の 夜間納税窓口

日時／6月12日(月) 午後8時まで
場所／税務課

閩税務課収税班(☎62-5322)



文化施設から

イベント情報のお知らせ



海上ふれあい館(JR飯岡駅)

休館日 毎週月曜日

さざなみ俳句会作品展

期間／6月1日(木)～14日(水)

加瀬瑤子個展「揺展」

期間／6月15日(木)～30日(金)

〈共通事項〉

時間／午前9時～午後5時 ※最終日は午後3時まで。

閩海上ふれあい館(☎55-5115)



まちかどギャラリー「銀座」

「雅」押し花会 押花の展示

期間／6月5日(月)～11日(日)

時間／午前10時～午後5時 ※最終日は午後4時まで。

閩「雅」押し花会・加瀬(☎63-1875)

干潟写真部 写真展

期間／6月13日(火)～18日(日)

時間／午前10時～午後5時 ※最終日は午後4時まで。

閩干潟写真部・元嶋(☎090-2339-2138)

※まちかどギャラリー「銀座」の使用に関する問い合わせは、商工観光課商工労政班(☎62-5874)へ。



東総文化会館

6月の休館日 5日、12日、19日、26日

創立35周年記念

銚子吹奏楽団 第27回演奏会

昭和63年6月に発足し、地元で活動する銚子吹奏楽団の演奏会が4年ぶりに開催されます。

日時／6月11日(日) 開場：午後1時 開演：午後1時30分～

場所／東総文化会館 大ホール

入場料／無料

プログラム／「オペラ座の怪人」セレクション、富士山～北斎の版画に触発されて～、ジブリ・メドレー ほか

閩東総文化会館(☎64-2001)

i 暮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

旭市水道事業 運営協議会の委員

対象／市内在住で20歳以上の上水道を利用している人 ※本市のほかの審議会委員などになっていないこと。

募集人数／若干名

任期／8月25日から2年間

申込期限／6月12日(月) ※必着。

申し込み方法／上下水道課からホームページから入手できる申込書に必要事項を記入し、郵送・持参してください。

選考方法／書類選考

☎問 〒289-2504 旭市二の5911-1 上下水道課経營業務班 (☎62-5357)

海外研修で学ぶ世界の農業 「海外派遣農業研修生」

研修先／アメリカ、オーストラリアなど
対象／日本国籍を持つ独身で、明確な研修意識を持っている人など ※条件は研修先の国により異なります。

申込期限／8月10日(木)

申し込み方法／公益社団法人国際農業者交流協会ホームページ(<https://www.jaec.org/program/entry.htm>)から申し込んでください。

☎問 農水産課振興班 (☎74-3671)



催し物

Events

ハニカムの「わくわくタイム」が おひさまテラスに出張します

親子のふれあいあそびなどを行います。育児相談も受け付けます。

日時／6月20日(火) 午前10時30分～11時30分

場所／イオンタウン旭2階 おひさまテラス

対象／市内在住、未就園でおおむね3歳未満の子どもと保護者

定員／13組 ※要予約、先着順。

申し込み方法／6月5日(月)午前8時30分から電話で申し込んでください。

☎問 旭市子育て支援センターハニカム (☎62-7099)

消防団が訓練の成果を披露

4年ぶりに旭市消防操法大会が開催

消防団員が、日ごろの訓練の成果を披露し、小型ポンプの部とポンプ車の部で、海匠大会を目指して競います。当日は、子ども用防火衣を着ての記念撮影会や消防団募集PR活動も行います。

日時／6月4日(日) 午前9時～

場所／旭文化の杜公園 ふれあい広場
☎問 消防本部総務課 (☎63-5355)



お知らせ

Information

東部図書館 文学講座

「高村光太郎・智恵子と房総」

日時／6月24日(土) 午後2時～4時

場所／県立東部図書館3階 研修室

定員／30人 ※要予約、先着順。

申し込み方法／来館、電話、ファクスまたはメールで申し込んでください。

※手話通訳や車いすなどが必要な人は6月10日までに申し出てください。

図書館では、引き続き定期的な換気を行い、感染防止に努めます。

☎問 千葉県立東部図書館 (☎62-7070、FAX62-7466、elilib-kouza@mz.pref.chiba.lg.jp)

読書ボランティア養成講座

「絵本の読み聞かせ はじめの一步」

日時／7月1日(土) 午後1時30分～3時

場所／県立東部図書館3階 研修室

講師／木内桂子氏(図書館司書、JPLC読書アドバイザー)

対象／読み聞かせ活動に興味のある人

定員／25人 ※要予約、先着順。

☎問 旭市図書館 (☎62-2560)

調査・研究の参考に

「令和5年度教科書展示会」

場所・期間／●北総教育事務所東総研修所：6月14日(水)～7月3日(月)

※土・日曜日を除く。●匝瑳市立八日市場図書館：6月14日(水)～29日(木)

※月曜日を除く。

時間／午前9時～午後4時30分

☎問 北総教育事務所海匠分室 (☎62-2554)

文化振興を図るため

助成金が支給されます

基礎医学、伝統芸能や音楽・演劇、絵画や工芸などの活動を行っている個人や団体に、選考の上、助成金が支給されます。

提出期限／8月1日(火) ※消印有効。

助成金上限／100万円 ※一度受給した個人や団体は、応募できません。

☎問 公益財団法人土屋文化振興財団 (☎047-364-3689)

期限は6月30日(金)

農業者年金の現況届

農業者年金を受給している人には、農業者年金基金から現況届が届きます。必要事項を記入し、忘れずに農業委員会事務局へ提出してください。

提出期限／6月30日(金)

☎問 農業委員会事務局農地庶務班 (☎74-7187)

資源ごみの集団回収に

奨励金を交付しています

集団回収は家庭から出た古紙や空き缶などを、回収業者へ引き渡すリサイクル活動です。市への団体登録後に、回収を実施した団体は、回収量に応じて奨励金が交付されます。

対象／10世帯以上で構成されている団体(区、自治会、子ども会など)

奨励金／1kg当たり5円で、年度内20万円まで

☎問 環境課環境政策班 (☎62-5328)

無料で受けられる

歯科口腔健康診査を受診しましょう

後期高齢者医療制度の被保険者を対象に歯科健診を実施します。

対象／昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生まれの被保険者

期間／6月1日(木)～12月28日(木)

健診項目／^{こうくう}口腔診査、口腔衛生指導

受診方法／通知が届いたら、健診協力医療機関に直接予約をし、受診してください。 ※健診後の治療費は有料。

☎問 千葉県後期高齢者医療広域連合給付管理課 (☎043-216-5013)、保険年金課高齢者医療年金班 (☎62-5882)

イキイキ あさひっ子

“イキイキあさひっ子”を大募集

掲載を希望する人は、秘書広報課広報広聴班(☎koho@city.asahi.lg.jp・〒289-2595 旭市二の2132・☎62-8070)まで。対象は小学校入学前の子どもです。くわしくは市ホームページを確認してください。



毎日のお散歩と
パパと一緒に入るお風呂が大好き！



なつき
夏輝くん

令和4年7月22日生まれ
〔後草〕

ギュッとするのもされるのも大好き、
いつもニコニコ仲良し兄妹♪



しゅんた
駿匠くん(右)

平成28年7月14日生まれ

ほの
穂海ちゃん(左)

令和3年1月19日生まれ
〔神宮寺〕

アンパンマンとあんパンが
大好きです♡♡



こはくちゃん

令和3年11月19日生まれ
〔口〕

あさピーが行く! no.86

ぼくの名前は「あさピー」。市のイメージアップキャラクターとして、いろんなイベントやキャンペーンに参加して市のPRをしています。ぼくを応援してね！



みんな仲よし♪

4月8日(土) 天気 はれ

3年ぶりに開催された「袋公園桜まつり」に参加
してきたよ！

桜とこいのぼりがきれいで、歌やダンスもあっ
て、とっても楽しかったよ！

あさピー活動予定

ぼるぼる

11日(日) 飯岡海岸

あさピーの活動は市ホームページ
にも掲載しています。
<https://www.city.asahi.lg.jp/site/pr/>

あさピー



6月くらしのカレンダー

1日(木) 人権擁護委員の日

4日(日) 旭市消防操法大会(午前9時～ 旭文化の杜
公園ふれあい広場)

15日(木) 県民の日

25日(日) 海匠支部消防操法大会(午前8時30分～ 千
葉科学大学マリーナキャンパス前駐車場)



川口沼親水公園のアヤメとハナショウブ

編集こぼれ話

旭市の公式Instagramをご存知ですか？
「#あったか旭」を付けて投稿していただいた旭の
風景、食べ物、人物などを紹介しています。

先日投稿があった田園風景がすてきで、雰囲気
から場所を想定して向かってみました。写真を見
ながら市内を散策するのは、宝探しをしているよ
うな感覚で楽しかったです。実際にその場に立っ
て景色を見ると、とてもきれいで旭の新たな一面
を発見できました。旭のイチオシを探しています。
皆さんのお勧めも教えてください！(A)