



お知らせ

総合体育館

トレーニングルームが休室

「国民体育大会卓球競技会」の開催のため、トレーニングルームを休室します。

休室期間／9月21日(火)～10月6日(水)

※月決め会員の方は、休室分の日数を延長します。くわしくは、窓口にお問い合わせください。

問い合わせ先／総合体育館 (☎64-1101) ※月曜休館

あなたにもできる心肺蘇生法

日時／9月9日(木) 午後1時30分～

場所／旭中央病院1階総合受付前

内容／心肺蘇生法(成人・小児)の実演と講習、小児科医による相談、応急処置のパンフレット配布

参加費／無料 ※事前申し込み不要

問い合わせ先／旭中央病院救命救急センター外来 (☎62-6199)

草や木の枝が道路に出ていませんか

道路の見通しを悪くし、枯れ草などが火災の原因となることもあります。所有者は、生け垣や枝葉を刈り取って、道路上に出さないように管理しましょう。

問い合わせ先／建設課管理班 (☎57-1191)

平成22年度 後期技能検定試験

等級／特級(該当職種)、1級、2級、3級(一部職種)、単一特級

職種／49職種53作業

受検資格／原則として各職種とも所定の実務経験が必要

受検手数料／実技16,500円、学科3,100円

受付期間／9月27日(月)～10月8日(金)

試験実施日程／11月29日(月)～平成23年2月20日(日)の間の指定する日

受け付け・問い合わせ先／千葉県職業能力開発協会技能検定課 (☎043-296-1150)

原因不明の症状で悩んでいる人へ 膠原病系難病無料相談

日時／9月22日(水) 午後1時30分～3時45分(予約制)

場所／海匠健康福祉センター

予約・問い合わせ先／海匠健康福祉センター (☎0479-22-0206)

市税の夜間納税窓口

日時／9月10日(金) 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

- ◆固定資産税 第3期
- ◆国民健康保険税 第4期
- ◆介護保険料 第4期
- ◆後期高齢者医療保険料 第3期

納期限は9月30日(木)です

国民年金保険料は毎月納付です

健康メモ

出産後の体と心

女性にとって出産は、人生の大きなイベント。しかし、出産後は息つく間もなく育児が始まり、体も心も休まる暇がありません。

【出産後の体】

出産後6～8週間の間で、妊娠・出産によって変化した体が、妊娠前の状態に戻っていきます。授乳やオムツ交換など昼夜を問わず、やることがたくさんありますが、まず体をゆつくり休める必要があります。家のことも気になるでしょうが、赤ちゃんと一緒に横になることが重要です。家事は軽いことを出産後3週目ぐらいから始め、1か月健診で医師の許可が下りたら、徐々に妊娠前の生活に戻していくのが良いでしょう。

【出産後の心】

出産後はホルモンの変化によって気持ちが不安定になったり、育児などで疲れがたまったりして「マタニティーブルーズ」という状態になることがあります。出産後2日目～1週間ごろまでに起こる一過性の気分障害と体調の障害で病気ではありませんが、3、4人に1人の割合でかかります。

○どんな症状があるの？

疲れやすい、涙もろくなる(理由

もなく涙が出る)、不安になる、眠れない、頭痛など。

○マタニティーブルーズかな？と思ったら

産婦さん(ママ)はまず、自分がつらいことを誰かに話して、抱え込まないようにしましょう。

周囲でサポートする人たち(パパや家族、友人)は、ママの話を否定せずに聞いてあげてください。数日で自然に治ることが多いですが、長引く場合は受診をお勧めします。

「おっぱい出てるの?」「赤ちゃん泣いてばかりいるけど大丈夫?」など、周囲の人たちが何気なく発した言葉が気に掛かり、傷つけてしまっていることがあります。出産後の心は、とてもデリケートなので「大変だね、手伝ってあげるよ」「よくやってるね」など、ママへのねぎらいの言葉を掛けてあげてください。

市では、新生児・産婦訪問を実施しています。訪問した際は、育児に関すること、体調や気分のことなど気軽に相談してください。くわしくは健康管理課支援班(☎57-3113)へ。

(健康管理課 保健師)



秋のウォーキング講習会

日時／9月11日(土) 午前9時30分～正午

場所／東総運動場陸上競技場

定員／50人(申し込み順)

参加費／300円(テキスト代、保険料)

持ち物／運動ができる服装、運動靴、タオル、飲み物

申し込み・問い合わせ先／東総運動場管理事務所(☎68-1061)

お知らせ

歯周疾患検診実施中

口の中の健康チェックをしてみませんか。希望する人は早めに申し込んでください。

対象／今年40、50、60、70歳になる市民

実施期間／12月28日(火)まで

検診場所／市内指定歯科医院

内容／歯周病・虫歯などのチェック、歯磨き指導

費用／検診内容に含まれるものは無料

申し込み・問い合わせ先／健康管理課支援班(☎57-3113)

「千葉県林地開発行為等の適正化に関する条例」が施行されます

乱開発や無秩序な林地開発行為を防ぎ、森林の各種公益的機能が十分に生かされることを目的とした「千葉県林地開発行為等の適正化に関する条例」が10月1日(金)から施行されます。

これにより、林地開発行為を行う場合、各種手続きの義務化や条例義務違反者に対する措置命令などの処分規定が設けられました。

問い合わせ先／県農林水産部森林課(☎043-223-2955)、海匠農林振興センター企画振興課(☎62-0156)

ゆめ半島千葉国体

旭市卓球競技開催2010年9月30日まで

(基準日2010年9月1日)



〈13〉

市長 明智忠直



夏季観光と交流の郷

例年になく厳しい暑さが続いた今年の夏も、終わろうとしております。ビールなどの飲み物、電化製品、夏物衣料等々、経済効果も大いに上がったのではないかと思います。しかし何と云っても、海のレジャー、プールのにぎわいが、断然多かったのではないかと思います。今年の夏の催し物の入り込み者数は、あさひ砂の彫刻美術展に3万600人、いいおかY・O・U・遊フェスティバル(花火大会、ビーチバレー、宝探し)に14万人、サマーフェスタin矢指ヶ浦に5、000人、七夕市民まつりに10万人、そして海水浴場は、7月ですでに昨シーズンを上回った来遊者があったようでありま

す。こうして、大勢の人たちが夏のレジャーを通して旭の夏季観光を楽しんでいたのだけ

たわけであり、まちづくりの1つの柱である交流の郷づくりに大変な効果があつたと思っております。一つ一つのイベントについても非常に特徴あるものとなっており、あさひ砂の彫刻美術展では、石川県、高知県からの友情出演も含めて、素晴らしい展示会となりました。特に、今年は、夜空に打ち上げられる花火を見

水道メーターの交換に協力を

計量法により定められた使用期間(8年)が満了となる水道メーター(量水器)の交換を行います。該当する家庭や事業所などへ、市の「指定給水装置工事事業者」が伺います(交換費用は無料です)。

対象地域／旭地域および飯岡地域

作業日／9月1日(水)～21日(火)

問い合わせ先／水道課工務班(☎63-8882)

薫蒸作業のため 旧宅の見学ができません

作業日／9月28日(火)～10月10日(日)

問い合わせ先／大原幽学記念館(☎68-4933) ※月曜休館

農振農用地除外申請は期限内に

農業振興地域内にある農用地を農用地以外の目的で使用する場合は、除外手続きが必要です。農地の転用を予定している人は事前に問い合わせ

してください。

申請期限／9月30日(木)

問い合わせ先／農水産課農業基盤整備班(☎68-1173)

申請期限は9月30日まで！ 子ども手当は早めに申請を

4月に送付した子ども手当での申請書をまだ提出していない人は、9月30日までに申請してください。

申請・問い合わせ先／子育て支援課(☎62-8012)

募 集

米の力再発見！ 「米粉を使った料理教室」

<第1回>

日時／9月24日(金) 午前10時～午後2時

場所／いいおかユートピアセンター

<第2回>

日時／10月5日(火) 午前10時～午後2時

場所／萬歳地区多目的研修センター

<共通事項>

募集人数／各20人

内容／米粉を使ったレシピ

参加費／300円(材料費)

申込期間／9月1日(水)～10日(金)(土・日曜日を除く)

※申し込み多数の場合、抽選。

申し込み・問い合わせ先／農水産課振興班(☎68-1175)



農業のスペシャリストを目指す 千葉県農業大学校学生(推薦入試)

募集人員／農学科約40人、研究科約10人

受験資格／農学科：高等学校を卒業した人、または平成23年3月卒業見込みの人で学校長の推薦がある人。研究科：都道府県の農業大学校の農学科などを卒業した人、または平成23年3月に卒業見込みの人で学校長の推薦がある人。

選考日／10月27日(水)

場所／千葉県農業大学校

選考方法／書類審査、小論文、面接
願書受け付け／9月21日(火)～10月8日(金)

申し込み・問い合わせ先／千葉農業大学校(☎0475-52-5121)

県立旭高等技術専門学校 平成23年度入校生(推薦入学)

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／9月27日(月)～10月8日(金)

選考日／10月18日(月)

問い合わせ先／県立旭高等技術専門学校(☎62-2508)

車いす社交ダンス・ボランティア インストラクター養成講座

日時／9月19日(日) 午前9時～午後5時

場所／海匠ネットワーク

費用／3,000円(教材費、DVD)

※障害がある人は無料

持ち物／上履き、筆記用具

申し込み・問い合わせ先／車椅子レクダンス普及会・加瀬(☎62-2052)

旭市民チャリティーゴルフ大会

日時／10月20日(水) 午前8時スタート(受け付け：午前7時30分)

コース／東庄ゴルフ倶楽部

競技方法／18ホールストロークプレー(新ペリア方式)

参加資格／市内在住または在勤の定員／160人(申し込み順)

参加費／4,000円(チャリティー、賞品代などを含む)

プレー代／10,700円(キャディ代込み)、8,200円(セルフ)

申し込み／参加費を添えて9月30日(木)までに、旭市ゴルフ協会事務局(☎62-2101・東洋ゴルフ内)へ。

催 し 物

マニア必見 航空ジャンク市

航空部品やエアライングッズなどを格安で販売します。

日時／9月11日(土)、12日(日) 午前10時～午後5時(12日は午後4時まで)

会場／航空科学博物館1階多目的ホール

問い合わせ先／航空科学博物館(☎78-0557)

企画展「協同の源流を訪ねて ～幽学の先祖株組合とその遺伝子～」

期間／9月14日(火)～12月19日(日)

会場／大原幽学記念館展示室

入館料／300円

問い合わせ先／大原幽学記念館(☎68-4933) ※月曜休館。8月20日からエレベーターの使用が開始され、2階の展示室への利用が便利になりました。

旭中央病院附属看護専門学校 彩花祭(学校祭)

テーマ／「DREAM」

<講演会>

日時／9月10日(金) 午後1時30分～

会場／旭中央病院3号館5階大講堂

テーマ／「夢と…身体と…想像力」

講師／服部宣子さん(パントマイム研究家)

<校内公開>

日時／9月11日(土) 午前9時30分～午後2時

場所／旭中央病院附属看護専門学校

内容／軽食、フリーマーケット、華道、マッサージ、血圧測定、ゲームなど

問い合わせ先／旭中央病院附属看護専門学校(☎63-8111内線7705)

県立東部図書館 「名作映画鑑賞会」

日時／9月18日(土) 午後1時30分上映開始

会場／東部図書館3階研修室

<内容>

「殞の森」(2007年、日本、98分)

定員／60人 ※入場無料

申し込み・問い合わせ先／県立東部図書館(☎62-7070)

錦織健 テノールリサイタル

日時／9月18日(土) 午後2時開演

会場／東総文化会館大ホール

入場／3,000円(学生は2,000円)

※全席指定

問い合わせ先／東総文化会館(☎64-2001)

佐原混声合唱団30周年記念演奏会

日時／9月26日(日) 午後2時

会場／香取市佐原文化会館

入場料／無料

問い合わせ先／小山(☎0478-54-0671)