

申…申し込み 問…問い合わせ

お知らせ

Information

防災行政無線などを使った緊急情報の伝達試験を行います

市では、地震・津波などの災害時や武力攻撃が発生した際に、全国瞬時警報システム(J-ALERT)から送られてくる国からの緊急情報を、さまざまな情報伝達手段を使って伝えるための試験を行います。

日時 / 3月12日(火) 午前10時ごろと午前10時30分ごろの2回

伝達手段 / 防災行政無線、高性能スピーカー、防災メール(登録制)、エリアメール(緊急速報メール)など
 問 総務課地域安全班 (☎62-5311)



体育施設の利用再開と利用時間の延長

飯岡野球場・庭球場および海上野球場の災害復旧工事が完了し、4月1日(月)から利用が再開されます。

また午後5時までとなっていた旭文化の杜庭球場、海上野球場、飯岡野球場の利用時間が、午後6時まで延長されました。※飯岡野球場は芝生の養生のため、利用制限があります。

問 体育振興課施設班 (☎64-1101・総合体育館内)

震災後のまちづくりを考える「復興まちづくりコンペ」表彰式

日時 / 3月3日(日) 午後2時30分～4時

場所 / いいおかユートピアセンター
 問 旭市いいおか復興観光コンペ事務局・渡邊 (☎57-5769)

郷土の文化、風習と交流

市長 明智忠直



この1か月余りに私の参加した行事で特に印象に残る交流がいくつかありました。まず1月18日、西宮神社春の大祭の縁起物「とがらしごぼう」。みそと唐辛子、ゴボウなどを練り合わせたもので、怒って(とがって)はならないという教え(御法)の言葉から、とがらしごぼうと名付けられたそうです。地域安寧のため氏子の7地区が、毎年交代で作って神社に奉納。旭の名物として知られていることもあり、当日は未明から多くの参拝者が訪れていました。

また2月3日、市内各所の社寺で節分会が行われました。その地区の一年の厄よけ、招福の行事であり、それぞれの風習から歴史や文化が感じられました。そこに集まる人たちの、豆まきに対する真剣な姿にも触れ、今日を節目によい年になるようにと願う気持ちは、市民共通の思いなのだろうと感じたひとときでした。

同日、旭市飯岡しおさいマラソン大会が過去最多の3,572人が参加して行われました。そんな中素晴らしい交流がありました。私のよく行

くラーメン店での出来事。東京都と習志野市から大会に参加した人たちが入ってきました。この日知り合ったそうで、意気投合し立ち寄ったとのこと。素晴らしい大会で来年もぜひ参加したいと話していました。また千葉明德高校の3年生31人が卒業記念に、マラソンで完走した場合にスポンサーがお金を出す「スポンサーード・ラン」を行い、被災地である旭市に全額寄付しようと、クラス全員で参加。全員が完走し、後日支援金として届けてくれました。これらの交流が、旭市を発信する大きな力になってくれるものと感じたところでもあります。

最後に、2月1日～11日まで浦賀神社御巡行が行われました。昨秋に行われた御神幸祭を記念しての行事で、大勢の縁者や親戚、友人や知人などが集まり、大変な盛り上がりを見せていました。

このように旭の郷土の文化や風習に触れ、これらが地域の交流や活性化につながるものと確信をしたところでありました。

川づくりに地域の意見を「第6回栗山川流域懇談会」

日時 / 3月11日(月) 午後1時30分～

場所 / 横芝光町町民会館大ホール

内容 / 河川整備事業の事業再評価、津波対策など

問 千葉県山武土木事務所調整課 (☎0475-54-1134)

憲法市民集会 平和憲法の危機を語る～主権者としてどう考え行動するか～

日時 / 3月23日(土) 開場：午後1時、開演：午後1時30分

場所 / 千葉市民会館小ホール

内容 / 渡辺治さん(一橋大学名誉教授)による講演など ※手話通訳あり

入場料 / 無料

問 千葉県弁護士会 (☎043-227-8431)

公共下水道 3.3haが新たに利用開始

3月29日(金)から口地区の一部3.3haの地域で、新たに利用が始まります。

利用が始まる地域内の皆さんは、利用開始日から1年以内に下水道に接続するための排水設備工事をしてください。工事は、市の指定した「下水道排水設備指定工事店」に申し込んでください。工事の費用は自己負担ですが、市では補助金および利子補給の制度を設けています。

また利用が始まる区域内の皆さんは、受益者負担金を納めてください。なお下水道に接続し使用を始めると、使用料が掛かります。

問 下水道課管理班 (☎62-5357)

お知らせ

Information

期限内に手続きを！ 農振農用地除外申請

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、農水産課農業基盤整備班で除外手続きが必要です。農地の転用を予定している人は、事前に問い合わせてください。

土地改良事業などの実施中または事業完了後8年未満のものや、具体的な計画がないものは受け付けできません。

申請期限／3月29日(金)

㊦農水産課農業基盤整備班(☎68-1173)

「生と死を考える102結成記念講演会」

日時／3月2日(土) 午後3時～

場所／東総文化会館大ホール

演題／「柳田邦男、いのちを語る」

講師／柳田邦男さん(ノンフィクション作家)

費用／500円(資料代)

㊦生と死を考える102・大木(☎72-1525・匝瑳市民病院看護部内)

配布しています

「にじのファイル(旭市ライフサポートファイル)」

支援を必要とする子どもとその家族に一貫した継続的支援を実施するため、乳幼児期から成年期までの成育歴やケアの仕方を記録・整理できる、にじのファイルを配布しています。

配付対象／市内在住の18歳未満の障害がある人

配布場所／社会福祉課、健康管理課支援班(飯岡保健センター内)、学校教育課、子育て支援センター、中核地域生活支援センター海匠ネットワーク、ロザリオ発達支援センター

㊦社会福祉課障害福祉班(☎62-5351)

全国健康保険協会

平成25年度保険料率9.93%を維持

平成25年度の保険料率は、平成24年度と同率の9.93%になりました。景気低迷などによる保険料収入の減少で、協会の財政は厳しい状況ですが、医療費適正化への取り組みをさらに進めていきます。

㊦全国健康保険協会(協会けんぽ)千葉支部企画総務グループ(☎043-308-0522)

働くことに悩みを抱えている若者へ 相談会を開催

日時／3月25日(月) 午後1時～5時
※要事前予約

場所／働く婦人の家

対象／15歳以上40歳未満の就労・進路に悩む人、またはその保護者

費用／無料

㊦㊦ちば北総地域若者サポートステーション(☎0476-37-6844) ※土・日曜日、祝日を除く。

一人で悩まず相談を

「労災職業病なんでも相談会」

日時／3月30日(土) 午後1時～4時
※当日受け付け

場所／船橋市勤労市民センター3階第4会議室

費用／無料

㊦千葉中央法律事務所(☎043-225-4567)

市税の夜間納税窓口

日時／3月11日(月) 午後8時まで

場所／税務課

㊦税務課収税班(☎62-5322)



+ 健康 × モ +

「眠り」を大切にしましょう

睡眠に問題を抱える人が多い

国の最近の睡眠調査では「何らかの不眠がある」と答えたのは5人に1人、さらに高齢者では不眠を訴える人が3人に1人の割合になります。また平成23年度の県の調査でも、睡眠で休養が取れない人は全体の4分の1と多く、このうち全く取れないという人も2.5%います。

睡眠の役割は、心身のメンテナンス

体と脳を休息させるために睡眠は必要不可欠です。大脳はよく眠ることによりその機能を調整し、翌朝から再び正常な指令を送ることができます。また睡眠中に多くのホルモンが分泌されており、子どもの骨や筋肉の成長に欠かせない成長ホルモンは、午後10時～午前2時ころに大量に分泌されます。成人でも夜の睡眠中に分泌され、疲労回復に役立っています。赤ちゃんを育てている

お母さんは十分な睡眠が取れると、プロラクチンという母乳の出をよくするホルモンが分泌されます。

適切な睡眠時間は人それぞれ

年齢によって必要な睡眠時間は変化します。成人では7～8時間が目安ですが個人差が大きく、同じ人でも疲労の程度などにより変わってきます。「朝すっきりと目覚められるか」を基準に、自分に合った睡眠時間を見つけてみましょう。夜しっかり眠ると昼間しっかり活動できます。

寝酒に用心

寝る前の酒は、一時的に寝付きがよくなる場合もありますが、睡眠が浅くなりアルコール依存症につながる危険性もあります。「ぬるめの風呂でリラックスする」「カフェインのないハーブティーを飲む」など、自分なりの寝付きをよくする工夫も必要です。

不眠解消のための寝酒をやめられない人は、医療機関に相談しましょう。医療機関で処方される睡眠のための薬は、飲み方を守ればさまざまな副作用の大きいアルコールより安全です。

【海匠健康福祉センター(海匠保健所)】

① 暮らしのインフォメーション

募集

Recruitment

臨時職員(看護師)

勤務日数/週2日程度

業務内容/医療業務など

提出書類/履歴書(写真添付)、看護師免許証の写し

申込期限/3月11日(月)

☎ 匝沓滝郷診療所(☎55-3017)

旭市育英資金育英生

募集人数/高校生8人、大学生など(大学、高専、専修、各種学校など)8人

給付条件/●特に優れた資質があり、経済的な理由により修学困難な人で、校長または所属長の推薦があり、身元確実な保証人がいること ●家族の年収が審査基準の収入基準額以下であること

給付予定額(月額)/●高校生…9,900円 ●大学生など…14,400円

募集期間/3月1日(金)~29日(金)

申し込み方法/学校教育課にある申請書で申し込んでください。

☎ 匝沓学校教育課学務班(☎55-5724・海上支所2階)

科学工作の楽しさに触れる 旭少年少女発明クラブ第31期生

活動日時/毎週日曜日 午前9時~11時30分 ※第4日曜日を除く。

活動場所/旭少年少女発明クラブ工作室(青年の家体育館南側)

対象/小学校3年生~中学校2年生

定員/35人

費用/年額6,000円(保険料、教材費)

申込期限/3月30日(土)

☎ 匝沓青年の家(☎63-1525)



工作を体験する児童たち

千葉県障害者スポーツ大会出場者

期間/4月21日(日)~12月8日(日)

場所/県総合スポーツセンター(千葉市)ほか ※参加種目により開催日、年齢、障害区分などが異なります。

申込期限/3月22日(金)

☎ 匝沓社会福祉課障害福祉班(☎62-5351)

ガールスカウト千葉県第69団 指導員になってみませんか

子どもたちと共にボランティア活動をしてくれる女性を募集します。またガールスカウト新入団の募集もしています。

〈説明会〉

日時/3月16日(土) 午前10時30分~11時30分

場所/青年の家和室

☎ 匝沓ガールスカウト千葉県第69団・高橋(☎62-2633)

催し物

Events

がんばろう日本!

震災復興「テニスで笑顔を!!」in 旭市

日時/3月17日(日) 午前9時30分と午後1時の2回 ※少雨決行

場所/東総運動場テニスコート

内容/全日本選手権優勝経験者の岩淵聡さんによるテニスクリニック

対象/経験者(中級以上)

定員/各回20人

費用/500円(保険料含む)

持ち物/テニスシューズ、ラケット、テニスウェア

☎ 匝沓旭テニス協会・関本(☎080-3452-7463)

土気シビックプラスアンサンブル 「スプリングコンサートあさひ」

日時/3月9日(土) 午後3時~

場所/飯岡保健センター多目的ホール

曲目/演歌・ディズニーメドレーなど

入場料/無料

☎ 匝沓土気シビックプラスアンサンブル・安藤(☎080-6638-6311)

いろんな文化を楽しもう

「文化まると発見フェスタ in 東総」

日時/3月10日(日) 午前10時~午後4時

場所/東総文化会館

内容/地域の文化団体の公演、文化フォーラム(基調講演、パネルディスカッション、ミニコンサート)など

※伝統文化体験講座、東総うまいもんまつりも同時開催。

入場料/無料

☎ 匝沓東総文化会館(☎64-2001)

名画に触れるひととき

名作映画鑑賞会「命のビザ」

日時/3月16日(土) 午後1時30分~(受け付け:午後1時15分~)

場所/県立東部図書館

内容/第二次世界大戦下のリトアニアで、ユダヤ人難民にビザを発給し、多くの命を救った杉原千蔵を描いたドキュメンタリードラマ

定員/60人

費用/無料

申し込み方法/電話または窓口で直接申し込んでください。

☎ 匝沓県立東部図書館(☎62-7070)

航空部品などを格安で販売

「航空ジャンク市」

日時/3月9日(土)、10日(日) 午前10時~午後5時 ※10日は午後4時まで。

場所/航空科学博物館1階多目的ホール

費用/入館料のみ

☎ 匝沓航空科学博物館(☎78-0557)

置き物や箸などを作ろう

「木工クラフト体験」

日時/3月23日(土)~4月6日(土)

午前9時~午後3時 ※要事前申し込み

場所/県立東庄県民の森

対象/小学生以上

定員/5組10人(1日当たり)

費用/200~500円(制作内容による)

☎ 匝沓県立東庄県民の森管理事務所(☎0478-87-0393)