

「健康づくり教室」受講生募集

ちよつとの運動で

健康になれる秘訣を教えます！

今年も、テレビに講演に全国
ひっぱりだこの「古田裕子先生」
をお招きして、健康づくり教室
を開催します。

この教室に出ると、①まず楽
しくなる②体が軽くなる
③もっと体を動かしたく
なる④自宅で毎日やってみ
たくなる⑤家族や友達、隣
近所に教えなくなる……などな
ど、「なる、なる効果」がいっ
ぱいの教室です。

受講者には、あさひ健康福祉



センターの利用券もプレゼント
します。

健康になりたいあなた！ぜひ、
この教室に参加して先生といっ
しょに楽しみませんか。

日時／4月21日(金)午後1時30分
～3時

場所／あさひ健康福祉センター
(中谷里浜)

①①⑨だより

携帯電話からの119番通報

旭市内から、携帯電話で11
9番通報すると旭市消防本部指
令課で受信されますが、市境付
近や電波の状態で他市の消防本
部へつながる場合があります。

今いる場所の市、町名をはっき
りと伝えてください。

■携帯電話からの119番通報
局番なしの119番をダイヤ
ルしてください。

通報はあわてず、ゆっくゆっ
く落ち着いて、はっきりと、大き
な声で伝えてください。

●何がありましたか「火事で
す」「救急です」

●場所はどこですか「市町名を
はつきりと」「〇〇市〇〇番地、

講師／古田裕子さん（早稲田大
学非常勤講師）

内容／生活習慣病予防のために
自宅で出来る簡単トレーニング
（動きやすい服装でお越しくだ
さい）。

参加費／無料

募集人員／50人（申し込み順）
募集期間／4月14日(金)まで

＜申し込み・問い合わせ先＞

保険年金課国民健康保険班
☎62-5331

〇〇という家です」。住所が
分からないときは「□□交差
点から東へ50メートルのここ
ろです」

●どのような状況ですか「具体
的に「家が燃えています。け
が人はいないようです」「交
通事故です。車の中に人が閉
じ込められています」

●あなたのお名前と電話番号は「
〇〇〇です。番号は△△です」
※サイレンが聞こえたら、でき
るだけ誘導をお願いします。

＜問い合わせ先＞
旭市消防本部指令課
☎63-0119

旭の味覚を贈りませんか



贈った方にも、受け取った方にも好評の旭市
農産物直売館の「旭フレッシュ宅配便」。今回は
収穫したばかりの新鮮野菜、こだわりの加工品
の詰め合わせです。お世話になった方やお友達
に贈ってみませんか。

発送日／4月23日(日)～25日(火)

内容／タケノコ、新鮮野菜、手造りみそなど

価格／1ケース2,980円または5,000円（大家族
用）※税・送料込

締め切り／4月15日(土)

申し込み先／旭市農産物直売館（☎62-6048）

※年中無休

県立海上キャンプ場体育館の 予約を受け付けます

利用できる方／県内在住・在勤
の方

＜利用日＞

◆1～4月、11・12月＝火曜日

～日曜日（ただし年末年始、ゴー
ルデンウィークは使用不可）

◆5・6月、9・10月＝火曜日

～金曜日（ただしゴールデンデ
ンウィーク、秋分の日は使用不
可）

◆7・8月＝利用できません

利用時間／午前9時から午後9
時まで

料金／無料

予約受付／利用2か月前の1日
から先着順で受け付けます（1
日が休館日の時は翌日）。ただし、
4～6月分については、4月11
日(火)午前9時から受け付けます。

申込方法／来場または電話にて
仮予約。その後申請書を提出。

受付時間／午前9時～午後5時
休館日／月曜日（月曜日が祝祭
日の場合は火曜日）。

＜問い合わせ先＞

千葉県立海上キャンプ場
☎55-5250