

申…申し込み 聞…問い合わせ

6月1日は「千葉県住宅用火災警報器普及促進デー」

消防法および旭市火災予防条例の改正により、平成20年6月1日から全ての住宅に、住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。まだ設置していない家庭は早めに設置しましょう。

消防職員が、住宅用火災警報器の訪問販売を行うことはありません。不適切な訪問販売などに注意しましょう。
 図消防本部予防課(☎63-5356)

防火・安全の合言葉

全国統一防火標語・危険物安全週間標語

本年度の全国統一防火標語が「消すまでは 心の警報 ONのまま」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。

また6月2日(日)～8日(土)は危険物安全週間です。標語は「あなたこそ無事故を担う 司令塔」に決まりました。無災害、無事故に努めましょう。
 図消防本部予防課(☎63-5356)

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」です

シートベルトなどの非着用が、乗車中の死亡の大きな要因となっています。自分や家族の安全のため、全席でシートベルトを着用し、またチャイルドシートも正しく着用しましょう。
 図市民生活課市民生活支援班(☎62-5396)

受給資格証の更新は期間内に「重度心身障害者医療費助成」

受付期間／6月3日(月)～21日(金)
 ※土・日曜日を除く。

受付場所／社会福祉課

必要書類／社会福祉課から送付された申請書、本人が加入している健康保険証の写し、身体障害者手帳・療育手帳または精神保健福祉手帳

〈各支所でも更新ができます〉

受付日／●海上支所：6月11日(火)

●飯岡支所：6月12日(水) ●干潟支所：6月13日(木)

時間／午前9時～午後5時

図社会福祉課障害福祉班(☎62-5351)

新緑と五月模様

市長 明智忠直



この4年余り、毎日散歩を欠かさず行っています。間もなく梅雨を迎えますが、季節の中ではやはり5月が一番爽やかな、心地よい季節だなと感じています。歩きながら周りを見ると、青葉や若葉の新緑が日一日と色濃くなり、水田の青さと水面の光とのコントラストが、素晴らしい田園風景をつくってくれます。そして、顔を渡る風も柔らかに伝ってきて、すがすがしい自然の美しさや優しさを味わえます。そんな気分になりながら、今日も一日が安全・安心でありますようにと願い、散歩の締めくくりに神社をお参りするという日課を続けています。

散歩は、日ごろの健康管理とウォーキングブームがきっかけで始めました。散歩は全身の筋肉をしっかり使うため、関節や筋肉の強化が行われ、心肺機能の向上などにも効果があるそうです。これからも健康維持のため、継続していきたいと思っています。

5月と言えば田植えの季節でもありました。昔なら「猫の手も借りた

い」といわれる農繁期。一家総出の作業や早乙女のかすりのもんぺ姿など、思い出すと本当に情緒もありました。私が小さいころによく歌われた田植えの歌にもある田園風景を懐かしく、歩きながら思いを巡らしております。

しかし、時代は本当に進化したんだと感じさせられます。この時期、水田を見渡しても大型田植え機が2、3台見られる程度。5～7日間くらいで全ての水田に苗が植え付けられ、田植えの時期は終わります。農家同士が互いに声を掛け合う機会も、人だかりも少なくなった今、農業の中では米作りが一番に省力化されたのかなと、あらためて感じているとともに、少し寂しさも覚えるところであります。

このように今の時期、緑に包まれ、自然の美しさを感じながらあぜ道を歩いていると、その田園の持つ魅力がずっと保たれてほしいと願います。そこは人々の心と体を癒し、忙しさから開放してくれる大切な時間と空間だから――。

送付されたら大切に保管を「年金の振込通知書」

金融機関などの口座振込で年金を受け取っている受給者に、毎年6月に「振込通知書」が日本年金機構から送付されます。通知書には1年分の年金支払額や支払(振込)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。扶養の認定を受ける場合などに提出を求められることがありますので、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。郵便局の窓口で支払いを受けている人には、支払い月ごとに「送金通知書」が送付されます。
 図ねんきんダイヤル(☎0570-051165)
 ※一部の電話からは(☎03-6700-1165)まで。

提出は期間内に！児童手当の「現況届」

児童手当は、父母などの所得状況などを確認し、支給が決定されます。現在受給している人には「現況届」を郵送しますので、引き続き受給する場合は、期限内に提出してください。

なお平成25年1月1日以降に転入した人は、1月1日に住所のあった市町村で発行される所得証明書が必要です。

受付期間／6月3日(月)～30日(日)

時間／平日の午前8時30分～午後6時 ※6月30日は閉庁日ですが、子育て支援課で午前8時30分～午後5時まで、申請を受け付けています。

図子育て支援課子育て支援班(☎62-8012)

お知らせ

Information

提出期限は 6月28日(金) 「農業者年金現況届」

農業者年金を受給している人に、農業者年金基金から「現況届」が郵送されています。

必要事項を記入し、6月28日まで提出してください。

提出場所／農業委員会、各支所、市役所南分館 ※市役所南分館は、午前中のみ受け付け。

㊟農業委員会農地庶務班(☎68-1192)

研究などの参考に 「平成25年度教科書展示会」

期間／6月14日(金)～7月3日(水)
午前9時～午後4時30分 ※土・日曜日を除く。

場所／北総教育事務所東総研修所

期間／6月14日(金)～29日(土) 午前9時～午後4時30分 ※月曜日を除く。

場所／匝瑳市立八日市場図書館

㊟北総教育事務所海匝分室(☎62-2554)

7月10日(水)までに手続きを 労働保険料の申告と納付

年度更新の手続きは、平成24年度の概算保険料を精算する「確定申告」と平成25年度の見込み保険料(概算保険料)を申告するものです。申告・納付は、最寄りの金融機関で早めに手続きをしてください。

㊟千葉労働局労働保険徴収課(☎043-221-4317)

平成25年度千葉県介護支援専門員 実務研修受講試験

日時／10月13日(日) 午前10時～正午

受験資格／医療・保健・福祉分野の資格を持ち、一定期間以上の実務経験のある人

申込書配布期間／6月3日(月)～7月10日(水)

申し込み方法／市高齢者福祉課または、旭市社会福祉協議会にある申込書に必要事項を記入し、7月10日(消印有効)までに簡易書留で申し込んでください。

㊟㊟〒260-8508 千葉市中央区千葉港4-3 千葉県社会福祉協議会介護支援専門員養成班(☎043-204-1610)

県立八日市場特別支援学校 「学校公開」

日時／7月2日(火) 午前9時15分～11時45分 ※要事前申し込み

申込期限／6月17日(月)

㊟㊟県立八日市場特別支援学校(☎0479-72-2777)

契約トラブルと悪質商法に関する相談 「週末・出張消費生活センター」

日時／6月8日(土) 午前9時～午後4時

場所／干潟公民館

㊟旭市消費生活センター(☎63-7272)

市税の夜間納税窓口

日時／6月10日(月) 午後8時まで

場所／税務課

㊟税務課収税班(☎62-5322)

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7月1日(月)です。

※国民年金保険料は毎月納付です。



+ 健康 × モ +

幼児期、学童期の食事のポイント ～「食」を通し、心身ともに健康で楽しく生きる力を～

時間を決めて食事を取るようにしましょう

幼児期は意志が芽生えるころ。食べむらや食べ物の好き嫌いが出てきます。体の成長のためには、三度の食事をしっかり取ることが大切。しかし、いつまでも食べていたり、おやつが頻繁だったりすると、空腹感がなくなり食事を残すことにつながります。朝・昼・夕の食事、おやつの時間を決めて、食事のリズムをつくりましょう。

いろいろな味を経験し、薄味に慣れましょう

味覚は、幼児期から形成されるといわれています。この時期にさまざまな食材の味を経験させましょう。子どもとときの食習慣は、そのまま大人までつながるといわれています。菓子やジュースなどの甘い物の取り過ぎは、余分な糖分が脂肪として体に蓄えられてしまうため、肥満の原因になります。またスナック菓子やファストフー

ド、インスタント食品、市販の総菜、外食などは味が濃く塩分も多いため、高血圧などの生活習慣病にもつながります。おやつは食材を生かしたシンプルな物にし、食事でも薄味を心掛けるようにしましょう。

和食の良さを生かし、バランスの取れた献立を

肉類を中心とした洋食は、脂肪分が多く野菜も不足しがちになるので、あまり頻繁だと栄養が偏ってしまいます。ご飯を中心に、魚や大豆製品などの主菜、煮物やあえ物、汁物などの副菜をそろえた和食を取り入れることで、食品数も多く摂取でき、栄養バランスが取れます。

家族で食卓を囲み、食べ物への感謝を込めて

家族で食事をしながら、保育所や幼稚園、学校での給食のことなど、食の話題に触れましょう。子どもの様子を確認することができ、食への関心も高まります。さらに楽しい雰囲気ですと、胃液の分泌も高まり、食欲が増す効果もあります。また食べ物への感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつができるよう、声掛けもしましょう。

【健康管理課管理栄養士】

i 暮らしのインフォメーション

募集

Recruitment

子どもたちの笑顔と成長に触れる 臨時職員(保育士)

募集人数／3人程度

業務内容／公立保育所の保育業務

提出書類／履歴書(写真添付)、保育士証の写し

申込期限／6月28日(金)

☎閩子育て支援課保育班(☎62-5313)

旭幼稚園

「2歳児親子サークル」

日時／6月19日(水) 午前9時30分
受け付け開始 ※要事前申し込み

場所／旭幼稚園ホール

費用／500円(年間、バッジ代)

☎閩旭幼稚園(☎62-0788)

「第5回旭市長杯争奪パークゴルフ大会」参加者

日時／7月2日(火) 午前8時受け付け開始 ※荒天時順延

場所／あさひパークゴルフ場

定員／160人程度

費用／1,300円 ※月極会員は500円。
ホールインワン賞、参加賞あり。

申し込み方法／総合体育館、生涯学習課、いいおかユートピアセンター、干潟公民館、あさひパークゴルフ場にある申込書に必要事項を記入し、6月7日(金)までに費用を添えて提出してください。

☎閩体育振興課体育振興班(☎64-1132・総合体育館内)

旭市いいおかYOU・遊フェスティバル2013 「ビーチバレーボール大会」参加チーム

日時／7月28日(日) 午前8時～(受け付け：午前7時30分～) ※小雨決行

場所／飯岡海岸

チーム編成／1チーム4人

費用／5,000円

申し込み方法／商工会、市役所、公民館などにある申込用紙に必要事項を記入し、6月28日(金)までに提出してください。 ※応募多数の場合は抽選。

☎閩旭市商工会飯岡支所(☎57-2226)

すてきな出会いがきっとある！ 「婚活パーティⅢ」参加者

日時／6月21日(金) 午後7時～

場所／市内

参加資格／●男性：独身で市内在住の人 ●女性：独身の人(市外も可)

定員／男女各10人

費用／男性5,000円、女性3,000円

申し込み方法／6月7日(金)までに、メールまたは電話で住所、氏名、電話番号、生年月日を知らせてください。
※定員を超えた場合は抽選。

☎閩旭市出会いコンシェルジュ事務局(☎62-5396・市民生活課市民生活支援班内) ✉deai-con@city.asahi.chiba.jp

いざ日本の頂点へ！

「親子で参加する富士登山」参加者

期間／8月24日(土)、25日(日)

※雨天決行、荒天時中止

対象／市内在住の小学校5・6年生とその保護者 ※事前説明会とオリエンテーションへの参加が必要。

定員／24人(12組)

費用／10,000円(1人当たり)

申込期限／6月10日(月) ※定員を超えた場合は抽選。

☎閩社団法人旭青年会議所・伊藤(☎62-1348・旭市商工会内)

適正な運営を図るため

旭市公共下水道事業審議会委員

公共下水道事業の適正な運営を図るため年2回程度、審議会を開催しています。

応募資格／公共下水道計画区域内に住む20歳以上の人

公募人数／3人(女性2人、男性1人)

選任の時期／8月 ※任期2年

申し込み方法／下水道課にある申込書に必要事項を記入し、6月17日(月)までに持参または郵送、ファクスで申し込んでください。

選考方法／書類選考 ※面接の場合あり。

☎閩〒289-2504 旭市二の5911-1 下水道課管理班(☎62-5357、FAX62-2161)

今年の夏から自分で着られる 「ゆかたの着付け講座」参加者

日時／6月29日(土) 午後1時30分～3時30分

場所／第二市民会館

定員／20人(成人女性)

費用／無料

☎閩第二市民会館(☎63-8755)

催し物

Events

旭市復興支援企画

「つながる・つづける旭の“和”2013」

日時／6月8日(土) 午前10時～午後1時30分

場所／いいおかユートピアセンター

内容／野菜販売、カイトプラクティク施術、二中吹奏楽部と和太鼓「歩」による演奏、城西国際大学福祉サークルによる手話コーラスなど

☎閩生活協同組合パルシステム千葉旭センター(☎0120-867518)

お知らせ

Information

生ごみ処理機などの購入者に 補助金を交付

ごみの減量化やリサイクルを推進するため、家庭から排出される生ごみを減量化、たい肥化することができる容器や機器を購入し、交付要件を満たしている人に補助を行っています。

☎閩環境課環境政策班(☎62-5328)

6月は環境月間

ストップ・ザ・不法投棄！

個人の土地に捨てられた廃棄物の廃棄者が分からない場合などは、原則として土地所有者が撤去しなければなりません。自分の土地が不法投棄の被害に遭う可能性もあります。土地所有者の皆さんは、適正管理に努めましょう。☎閩海匝地域振興事務所地域環境保全課(☎64-2825)、市環境課環境政策班(☎62-5328) ※夜間、休日の緊急の場合は産廃県民ダイヤル(☎043-23-3801)まで。