

# あさひ



広報おわりあさひ

特集

P2・3

市公式LINEが便利になりました



トピックス

P4

## 年末年始のお知らせ

- P6 お知らせコーナー あさひだより
- P12 育児リフレッシュ預かり「ぼけっと」が始まります
- P14 健康だより



特集

# 市公式LINEが便利になりました

問い合わせ先 / 市役所広報広聴課市政発信係 ☎76-8107

POINT  
01

## あなたの欲しい情報がLINEに届く!!

利用者の皆さんが欲しい情報を選択して、受け取れるようになりました。



子育て情報が  
知りたいあなたへ



趣味や講座に  
参加したいあなたへ



尾張旭市で  
学ぶあなたへ



尾張旭市への移住を  
考えるあなたへ

尾張旭市公式LINEアカウント(「友だち追加」)

受け取りたい情報を設定(受信設定)

子育てイベントが知りたい

趣味を見つけない

講座・教室に参加したい

市外・移住定住

選択できる分野

- 防災・防犯
- 消防・救急
- 妊娠・出産
- 子育て・教育
- 健康・医療
- 障がい・福祉
- 観光・文化・魅力
- 市からのお知らせ など

あなたに合わせた情報をお届け

※緊急情報は、友だち登録者全員へ配信します

POINT  
02

## メニューから欲しい情報に簡単アクセス!!

トーク画面の下に3つのメニュータブを設置。メッセージを受け取るだけでなく、欲しい情報へ簡単にアクセスできるようになりました。



基本メニュータブ

- ごみ・分別
  - 道路の損傷等通報システム
- など



防災メニュータブ

- 防災ガイドブック(ハザードマップ)
  - 災害情報の入手
- など



妊娠～子育てメニュータブ

- 小児救急医療
  - 相談窓口
  - チャットボットで調べる
- など

LINEから各種行政手続きがオンラインで申請可能に!  
オンライン手続きは、基本メニューからアクセスできます!



オンライン  
手続きアイコン



- 「尾張旭市イメージキャラクターあさびー」からのLINEの配信は終了します
- 新たに市公式アカウント「尾張旭市」の友だち登録をお願いします
- 受信設定で入力した情報は、市公式LINEからの情報発信のみに使用します

各種設定方法を  
動画で紹介



## STEP 01 市公式アカウントを「友だち追加」!

便利になったLINEを利用するには**友だち登録**が必要です。

「友だち追加」で  
市から情報を  
受け取ろう!



## STEP 02 受信設定で欲しい情報を受け取る

設定内容は  
いつでも  
変更できます



present

友だち登録  
したかたから  
抽選で**100**人

デジタルギフト  
**500**円分  
プレゼント!

登録期間 12月1月(金)~1月15月(月)

Amazonギフトや  
PayPayポイントに  
交換できます。



# 年末年始のお知らせ

## 公共施設などの閉庁・休館日

×：閉庁・休館・停止

施設・業務	12月				1月				
	28日	29日	30日	31日	1日	2日	3日	4日	5日
	木	金	土	日	祝	火	水	木	金
市役所・保健福祉センター・各子育て支援センター・各児童館・文化会館・リサイクルひろばクルクル・どうだん亭	○	×	×	×	×	×	×	○	○
図書館・尾張旭まち案内	×	×	×	×	×	×	×	×	○
新池交流館・ふらっと・多世代交流館いきいき・東部市民センター・渋川福祉センター・スカイワードあさひ・旭城・各ふれあい会館・城山コミュニティセンター・各老人いこいの家・各公民館	○ ※1	×	×	×	×	×	×	○	○
体育施設※2	○	×	×	×	×	×	×	○	○
戸籍の届け出(出生・死亡・婚姻など)	○	市役所宿直室(南庁舎東玄関横)で受け付け						○	○
コンビニ交付サービス(住民票の写し、印鑑登録証明書)	○	×	×	×	×	×	×	○	○
瀬戸旭休日急病診療所(瀬戸市西長根町)※3	×	×	○	○	○	○	○	×	×
市営バスあさぴー号	○	○※4			×	×	×	○	○

- ※1 受け付けは午後5時まで
- ※2 開館は12月28日(木)は午後5時まで、1月4日(木)は午前9時から
- ※3 事前に問診表(ホームページからダウンロード可)に記入しお持ちください(可能なかたのみ)。感染症の疑いのあるかたは、できるだけ付き添いのかたと来院してください
- ※4 12月29日(金)～31日(日)は土・休日(日・祝日)ダイヤで試験運行します。東ルート「森林公園」停留所は、施設が休園のため発着しません。試験運行時にはアンケート調査を実施しますので、ご協力ください


### 図書館業務

年末年始の休館に伴い、12月14日(木)～27日(水)は、貸出点数を15点までとし、貸出期間を約3週間とします。休館中の図書返却は玄関横のブックポストをご利用ください(地区公民館などへの返却不可。視聴覚資料、他館から借りた本は開館後に返却してください)。

問い合わせ先／図書館 ☎54-5544

### 漏水修理

家庭で漏水修理が必要な場合や、道路などで水道管の漏水を発見したときは、市管工事業協同組合(☎54-6232)へご連絡ください。



### 年末年始の火災予防

年末年始は何かと慌ただしく、注意力が散漫になりがちです。火の取り扱いには十分注意してください。この時期は家を空けることが多く、不審火(放火)にも注意が必要です。住宅の放火対策を行い「放火をされない・させない」環境を作り、大切な命と財産を守りましょう。**【住宅の放火対策】**●照明器具などを活用し、建物周囲に死角や暗がりを作らない●外出・就寝時には門扉・車庫・物置なども必ず施錠する●建物の周りにごみ・新聞紙・ダンボールなどの可燃物を置かない●郵便受けに新聞などをためない●ごみは収集日の朝に出す


問い合わせ先／消防本部予防課予防査察係 ☎51-0352

### 消防団 年末夜警

消防団が地域の防火巡視を行います。防火巡視中は赤色灯の点灯や警鐘を鳴らして走行し、火災予防の警戒強化に努めます。

**とき** 12月27日(水)～30日(土)  
午後8時～10時30分

問い合わせ先  
消防本部消防総務課  
人事教養係 ☎51-0861



# 「尾張旭市高齢者保健福祉計画」の 素案への意見を募集します



概要	高齢者の保健・福祉・介護施策の推進と介護保険事業の円滑な運営を図ることを目的とした計画
公表期間	12月22日(金)～1月22日(月)
公表場所	●市役所長寿課・市政資料コーナー、スカイワードあさひ、東部市民センター、渋川福祉センター、新池交流館・ふらっと、多世代交流館いきいき、図書館、各公民館 ●ホームページ
意見の提出方法	公表期間中に①住所②氏名・ふりがな③意見を記入して郵送、メールか直接(様式不問。電話は不可)
その他	●提出された意見は内容を検討し、計画策定の参考とします ●意見に対して個別に回答はしませんが、意見の概要とそれに対する市の考え方はホームページで公表します

提出・問い合わせ先 / 市役所長寿課庶務係 ☎76-8138、✉choju@city.owariasahi.lg.jp

## 図書館だより [開館時間] 午前9時～午後7時 [1月の休館日] 1～4・15・29日

### 1月の催し

#### おはなし会

絵本、紙芝居の読み聞かせなど  
と き 毎週土曜日午後3時～3時20分  
対象者 3歳以上の子と保護者

#### かみしばいおじさんイッシーのおはなし会

絵本、紙芝居の読み聞かせなど  
と き 7日(日)午前10時～10時20分  
対象者 3歳以上の子と保護者



#### あかちゃんからのおはなし会

歌や手遊びを交えた絵本の読み聞かせ

と き 10日(水)午前11時～11時20分

対象者 6カ月以上の子と保護者

共通事項とところ おはなしのへや

定員 各回先着20組(予約不要。会場へ直接お越しください)

### 新着図書紹介

#### 一般書 ▶ ガチャガチャの経済学

小野尾勝彦 / 著、プレジデント社 / 刊

市場は610億円。各方面から大注目の「ガチャガチャ(カプセルトイ)」ビジネスのしくみや成功方法、最新トレンドなどを解説する。森永卓郎さんとの対談も収録



#### 児童書 ▶

#### クリスマスマーケット ちいさなクロのおはなし

降矢なな / 文・絵、福音館書店 / 刊

12月、街のクリスマスマーケットのツリーの下に子犬が捨てられていた。子犬はクロと名付けられ、マーケットでみんなの人気者に。ある日、なーちゃんがぬいぐるみの犬スノウを連れてやってくると、クロはスノウが気に入り…。



問い合わせ先 / 図書館 ☎54-5544

## 星の広場だより



### ★ キラッと輝く 今月の星 ★

おうし座のプレアデス星団とヒアデス星団を観望しましょう。ヒアデス星団には、赤い星アルデバランの位置に星がV字型に集まっています。

#### 🏠 夜間観望会 第1～4日曜日 午後6時～7時

● 12月	
17・24日	月、プレアデス星団、木星、土星
● 1月	
7日	木星、土星、プレアデス星団、ヒアデス星団
14日	月、木星、土星、天王星



#### ☀️ 太陽観望会 火・土・日曜日、祝日 午前10時～正午、午後1時～3時 ※年末年始を除く

共通事項 費用 無料 その他 ●申し込み不要 ●天候により中止する場合あり

#### 👨👩 親子天体観測教室 ★月、木星、天王星、オリオン大星雲

と き 1月26日(金)午後7時から 申込期間 1月9日(火)～16日(火)



問い合わせ先 / 中央公民館内生涯学習課生涯学習係 ☎76-8181、スカイワードあさひ ☎52-1850



## 子ども・家庭の悩みごと相談

保健福祉センター内子ども・子育て相談  
☎53-6102

**時** 月～金曜日午前9時～午後4時(祝日、年末年始を除く) **内** 育児・しつけ・いじめ・不登校・性格・非行・虐待など、18歳までの子どもに関する相談や、DV・ひとり親など家庭に関する相談に応じます。相談員以外に内容を知られることはなく、プライバシーは必ず守られます。一人で悩まずに、気軽に相談してください。**他** 匿名での相談可

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業



## すくすく子育て講座 乳幼児の救命法

保健福祉センター内子育て支援センター  
☎52-3132

**時** 1月23日(火)午前10時～11時30分 **場** 保健福祉センター 4階 **内** 市消防署職員による乳幼児向けの救命法の実技講習 **対** 市内在住の未就学児の保護者 **定** 先着25人 **申** 12月15日(金)～1月22日(月)に電話で(平日(年末年始を除く)午前9時～午後4時) **他** ●親子同室での受講可 ●更生保護女性会旭地区と共催

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業



## 新春ふるさとカルタ会

市役所文化スポーツ課文化振興係  
☎53-1144

**時** 1月21日(日)午後1時30分から **場** 渋川福祉センター くすのきホール **内** 市の名所や歴史を学ぶことができる「尾張旭ふるさとカルタ」を使ったかるた取り **対** 市内在住・在勤・在学のかた **定** ●小学生の部/60人 ●一般(中学生以上)の部/30人 **費** 無料 **申** 12月15日(金)～22日(金)に電話、直接か右記二次元コードから。定員を超えた場合は抽選



## 夜景茶会

スカイワードあさひ ☎52-1850

**時** ①12月23日(土)②24日(日)午後7時～9時

**場** スカイワードあさひ 展望室 **内** おいしい紅茶を飲みながら360度の夜景を楽しむ **費** 無料 **他** ●各日先着100人に紅茶(①ディンブラティー②アッサムティー)を提供 ●申し込み不要。会場へ直接お越しください ●雨天決行



## ご来光をみよう!

スカイワードあさひ ☎52-1850

**時** 1月1日(祝)午前6時～9時(日の出予定時刻は6時50分～7時) **場** スカイワードあさひ 展望室 **定** 先着50人(整理券が必要) **費** 無料 **整理券配布** 12月15日(金)～22日(金)にスカイワードあさひで(午前9時～午後9時。1人2枚まで)



## 「尾張旭外国人のための日本語教室会」による日本語教室

市役所多様性推進課多文化共生係  
☎76-8125

**時** 1月10日～3月13日(水曜日・10回) ●午前の部/10時～11時30分 ●午後の部/7時30分～9時 **場** 中央公民館 209会議室 **内** 入門・初級の日本語、漢字を学ぶ **対** 市内在住・在勤の外国人のかた **定** 先着各15人 **費** 1,000円(初回持参) **申** 尾張旭外国人のための日本語教室会 村田にメール(✉nihongo.owariasahi@gmail.com)で **他** 日本語を教えるボランティアを募集しています。詳細はお問い合わせください。

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業



## ファシリテーション講座 ～楽しく対話するコツ～

渋川福祉センター内市民活動支援センター  
☎51-2878

**時** 1月13日(土)午前10時～午後4時 **場** 渋川福祉センター 文化室 **内** 楽しい対話を促進するためのコツを知る市民活動講座 **対** まちづくりや市民活動に興味のあるかた **定** 先着20人 **費** 無料 **講** ファシリテーション協会 杉原廣二さん **申** 1月10日(水)までに電話、直接(平日(年末年始を除く)午前9時～午後5時)か右記二次元コードから **他** 昼食は各自

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業



## 📅 マンション管理まちかど相談会

県住宅計画課 ☎052-954-6569

**時** 1月16日(火)午後1時30分～4時30分  
**場** 市役所 302会議室 **内** マンション管理士による分譲マンションの管理に関する相談会(1組45分) **対** 分譲マンションの居住者、管理組合役員、区分所有者など **定** 先着4組 **費** 無料  
**申** 1月9日(火)までに電話で(平日(年末年始を除く)午前9時～午後5時)

## 📅 地域の居場所づくり ボランティアスタート講座

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

市社会福祉協議会 ☎54-4540

**時** 1月17日、24日(水)午後1時～3時 **場** 渋川福祉センター 会議室 **内** 人と人が安心してつながり、気軽に触れ合える「居場所」について考え、住民同士の交流の活性化に取り組むボランティアを養成 **定** 先着20人 **費** 無料 **講** 認定NPO法人絆代表理事 山崎紀恵子さん **申** 電話か直接(平日(年末年始を除く)午前8時30分～午後5時)

## 📅 ボランティアサロン

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

渋川福祉センター内社会福祉協議会  
渋川ボランティアセンター ☎51-5535

**時** 1月18日(木)午前10時～正午 **場** 渋川福祉センター 会議室 **内** 傾聴を体験する **定** 15人

**講** うさぎの会 **申** 1月11日(木)までに電話か直接(平日(年末年始を除く)午前9時～午後5時)。定員を超えた場合は抽選。定員に満たない場合は1月12日(金)以降先着順で受け付け

## 📅 尾張旭市歯科医師会 無料公開講座

保健福祉センター内健康課 ☎55-6800

**時** 1月18日(木)午前9時30分～11時 **場** 保健福祉センター シアタールーム **内** しばた歯科・矯正歯科院長 柴田敬介さんによる講演「いつまでも素敵な笑顔で～生涯を笑顔で過ごすために今できること～」 **対** 市内在住・在勤のかた **定** 先着30人 **申** 電話か直接(平日(年末年始を除く)午前8時30分～午後5時)

## 📅 クッキングボランティア講座 ～家事場のちから～

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

市社会福祉協議会 ☎54-4540

**時** 1月19日、26日、2月9日(金)午前10時～正午  
**場** 新池交流館・ふらっと 会議室1・実習室  
**内** 食事を通じて高齢者同士の交流や見守りに取り組むボランティアを養成 **定** 先着20人  
**費** 無料 **講** 名古屋学芸大学管理栄養学部教授 塚原丘美さん、修文大学健康栄養学部講師 小島真由美さん **申** 電話か直接(平日(年末年始を除く)午前8時30分～午後5時)



おわりあさひ

まちな話題をお届けします

## フォトレポート



11/14

火

### 地域の活性化に向けて 旭色プロジェクト意見交換会

紅茶やいちじくを使ってグルメ開発を行う「旭色プロジェクト」の、これまでの取り組みの振り返りや今後の在り方などについて、事業者や専門家たちで意見交換を行いました。

事業者からは、現実的な課題や地域の活性化に向けた自身の夢などが話題に挙げられ、意見を交換する中で事業者間のつながりの大切さを感じた様子でした。





## 地域ふれあい講座 バレンタインスイーツ教室 「ピスタチオクリームチョコレートケーキ」

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

渋川公民館 ☎53-8600

**時** 1月24日(水)午前10時～午後1時 **場** 渋川公民館 **内** 3種類のクリームで飾った風味豊かなケーキを作る **定** 先着12人(市内在住・在勤のかたを優先) **費** 1,800円(材料費を含む) **持** エプロン、バンダナ、布巾、持ち帰り用容器、ラップ、飲み物、筆記用具 **講** 中村真由美さん **申** 12月16日(土)～27日(水)に費用を添えて直接(午前9時～午後9時)



## 摂食嚥下障害予防教室 「つばめ教室」 ～飲み込み機能についての講演会～

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

市役所長寿課長寿支援係 ☎76-8143

**時** 1月25日(木)午前10時～正午 **場** スカイワードあさひ ひまわりホール **内** 飲み込みやむせなど、お口のフレイル予防に関する講演 **対** 65歳以上で水や食べ物にむせるなど、飲み込みが気になるかた **定** 先着80人 **費** 無料 **講** 日本赤十字豊田看護大学学長 鎌倉やよいさん **他** 12月15日(金)～1月12日(金)に電話か直接



## 女性の意見を聴く会～みんなで ジェンダーギャップを考える～

市役所議事課庶務係 ☎76-8186

**時** 1月28日(日)午後1時30分～3時30分 **場** スカイワードあさひ ひまわりホール **内** 講師による説明やワークショップで、市議会議員と共にジェンダーギャップについて考える **対** 市内在住・在勤・在学の18歳以上のかた **定** 先着20人

子ども・子育て

文化・スポーツ

催し・講座



募集

お知らせ



## クリーンシティ推進運動 入賞者が決定

小学4年生を対象に募集し、ポスター400点、標語336点の応募がありました。その中から各13点が入賞作品に選ばれました。

**ポスター**

**市長賞**

のぼり ゆい な  
**野堀 結渚さん**  
(旭小)



**標語**

**市長賞**

やまうち さな  
**山内 咲菜さん**  
(瑞鳳小)



**市議会議長賞**

ほそかわ しゆん  
**細川 舜さん**(東栄小)

**市教育委員会  
教育長賞**

さだまる なな  
**貞丸 菜奈さん**(本地原小)

**市議会議長賞**

はげ ちよこ  
**糠 千代子さん**(旭丘小)

**市教育委員会  
教育長賞**

とみなが ひろと  
**富永 浩人さん**(渋川小)

**入賞作品展示** **とき** 12月18日(月)～1月5日(金) **ところ** 市役所 ロビー

問い合わせ先/市役所環境課ごみ減量係 ☎76-8135



費 無料 申 12月18日(月)～1月10日(水)に右記二次元コードから【託児】生後3カ月以上の未就学児3人



## 農政講座 「1日のできるみそ作り」

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

市役所公園農政課農政係  
☎76-8133、FAX.52-3339

時 1月30日(火)、2月16日(金)、17日(土)午前9時30分～午後1時(参加はいずれか1日)  
場 宮浦公民館 生活改善室 内 豆こうじと米こうじを使ったみそ作り(仕込んだみそは各家庭で熟成、出来上がりは7kg程度) 対 市内在住のかた  
定 各20人 費 2,600円(材料費を含む。当日持参) 持 エプロン、バングナ、布巾、仕込み用密閉容器(10kg用程度)、ビニール袋、ラップ、筆記用具 申 1月4日(木)までに下記二次元コードからファクスで①講座名②希望日③郵便番号④住所⑤氏名・ふりがな⑥電話番号を記入)。定員を超えた場合は抽選。結果は全員に通知 他 お子さん連れでの参加不可



## 健康づくり推進委員会による 健康講座「笑いと健康」

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

保健福祉センター内健康課 ☎55-6800

時 2月1日(木)午後2時～4時 場 スカイワード あさひ ひまわりホール 内 素人寄席・天満天神の会愛知支部 阿知波民雄さんによる落語 対 市内在住のかた 定 先着150人(整理券が必要) 費 無料【整理券配布】12月18日(月)から健康課で(1人2枚まで)



## あさひ生活応援サポーター 養成講座

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

市社会福祉協議会 ☎55-7071

時 2月7日～21日(水曜日・3回)午前10時～正午  
場 保健福祉センター シアタールーム 内 高齢者のちょっとした困りごとを手助けする「生活応援サポーター」を養成 対 原則全ての日程に参加できるかた 定 先着15人 費 無料 申 1月31日(水)までに電話か直接(平日(年末年始を除く)午前8時30分～午後5時)



## 4月入校 障害者職業訓練生を 募集します

愛知障害者職業能力開発校  
☎0533-93-2102

【コース】①ITスキル科②OAビジネス科③CAD設計科④総合実務科(知的障がい者)⑤ワークサポート科(精神障がい者、発達障がい者)【募集期間】1月4日(木)～2月21日(水)【選考方法】筆記試験、面接 他 詳細はお問い合わせください。



## ヘルプマーク・ヘルプカードを 配布しています

市役所福祉課障がい福祉係 ☎76-8142

【配布場所】市役所福祉課 対 身体・知的・精神などに障がいのあるかた、難病のかた、その他支援を必要とするかた(手帳の有無は問いません) 他 郵送による配布は不可。1人につきヘルプマーク1個、ヘルプカード1枚まで



## まちの美化に取り組む アダプトプログラム

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

市役所土木管理課管理係 ☎76-8164

内 市民や事業者が道路などの清掃活動をボランティアで行っています。「自分たちのまちは自分たちの手で美しくする」アダプトプログラムへの積極的な参加をお待ちしています。 他 活動内容や参加団体などの詳細は、ホームページ(右記二次元コード)をご覧ください。



## 多世代交流館 いきいき



### 臨時休館 1月6日(土)

害虫駆除などのため、  
屋外トイレも使用できません。

多世代交流館いきいき ☎54-8202

## 合格祈願「マンホールカードお守り」を配布します

市役所経営政策課下水経営係 ☎76-8194

【配布日時】12月18日(月)午前10時から 場 尾張旭まち案内(木曜日、年末年始を除く午前10時～午後6時) 内 マンホールのふたは、「落ちない」「すべらない」「丸く収まる」と縁起が良いので、これにあやかり作製した合格祈願のお守りを配布し、受験生の皆さんを応援します。費 無料 配布枚数 先着300枚(1人1枚)



## 水道管の防寒対策を

市役所上水道課給水係 ☎76-8170

内 家の北側などの日当たりが悪く、風が強くなる場所にある水道管は凍結することがあります。防寒対策をして凍結による水道管の破損、漏水などの事故を防ぎましょう。

### こんな工夫が効果的

- 水栓柱などには、毛布などを巻きつけ、ビニー

ルなどをかぶせる ● メーターボックスの中に布などを入れて凍らないようにする ● 水道管が凍ってしまったらタオルをかぶせてその上からぬるま湯をかけて溶かす。熱湯をかけると水道管などが破損することがあります

## 下水道接続のお願い

市役所下水道課排水設備係 ☎76-8167

内 下水道は、衛生的で住みよい生活環境の実現をはじめ、川や海の水質保全など、大きな役割を担っています。下水道が整備された地域にお住まいで、まだ接続していないかたは、早めに接続してください。なお、指定工事店、各種制度の詳細は、ホームページをご覧ください。

### 排水設備工事は指定工事店で

内 くみ取り便所や浄化槽を廃止して公共下水道に接続する排水設備工事は、市指定工事店へお申し込みください。

### 融資あっせん制度

内 排水設備工事を実施する場合、一定の条件の下で工事に必要な費用の一部を無利子で借りることができます。

### 雨水貯留施設転用補助制度

内 下水道接続時に不要となった浄化槽を改造し

# 冬の予防救急

救急車で搬送されるような病気やけがに対し、意識して行動することを「予防救急」といいます。日頃から意識して病気やけがを防ぎましょう。

## 窒息

年末年始は、特に餅やかまぼこなどをのどに詰まらせる、窒息の事故が増えます。

### 予防方法

- 食べ物は食べやすいサイズに小さく切る
- 食べるときは姿勢を良くして、食べることに集中する
- 食べ物は一度にたくさん口の中に入れず、よくかんで食べる



## ヒートショック

冬は、暖房の効いた部屋から寒い場所に行くなど急激な温度変化が起こりやすく、体に負担のかかるヒートショックが起こりやすくなります。

### 予防方法

- トイレや脱衣所を暖める
- 食事や飲酒の直後の入浴は控える
- 入浴前に家族に声を掛け、入浴していることを意識してもらう
- 浴槽から急に立ち上がらない

問い合わせ先 / 消防署日勤救急係 ☎53-2410

て雨水貯留施設として転用する場合、一定の条件の下で改造工事費の一部を補助します(改造工事に要した経費の2分の1以内、上限10万円。融資あっせん制度との併用不可)庭木の水やりなどに利用すれば、上下水道料金を節約できます。

## 建設工事・物品の納入などの入札には、資格者登録が必要です

市役所総務課契約係 ☎76-8110

**内** 令和6・7年度に市が発注する契約に係る入札への参加を希望する場合は、資格者の登録申請をしてください。**申** 1月4日(木)～2月15日(木)(システム稼働は平日午前8時～午後8時) **他** 詳細は、ホームページ(右記二次元コード)をご覧ください。



## 荒天時のごみ収集

環境事業センター ☎52-8000

**内** 降雪、積雪、強風などの荒天時も原則ごみ収集は行います。ただし、天候や道路状況により収集時間や、かん・びんかごの配置時間を変更することがあります。また、荒天時のごみ出しは転倒や飛散物との衝突などにより、けがや事故の恐れがあるため十分にご注意ください。

北原山土地区画整理組合

## 保留地販売



令和5年度の販売をしています(先着順)。今後も、事業進捗に応じて販売します。詳細はお問い合わせください。



■ 施工済道路(今年度施行予定を含む)  
□ 計画道路(地区内)

番号	地積(m <sup>2</sup> )	分譲総額(円)
10	177.69	25,054,290
11	107.80	15,092,000
12	294.89	44,233,500

申し込み・問い合わせ先  
北原山土地区画整理組合 ☎54-2888

## 障害者差別解消法が変わります



～令和6年4月1日から「合理的配慮の提供」が義務化されます～

ホームページ

令和3年に障害者差別解消法が改正され、これまで事業者による障がいのあるかたへの「合理的配慮の提供」について努力義務とされていたものが「義務化」されます。

「合理的配慮の提供」とは、事業者や行政機関などに対して、障がいのあるかたから社会の中にあるバリア(障へき)を取り除くために何らかの対応を求められたときに、負担が重すぎない範囲で対応を行うこととされています。

### 具体的な例

- 聴覚障がいのあるかたに筆談でコミュニケーションを行う
- 飲食店で備え付けの椅子を片付けて、車いすのまま利用できるようにする

### 障がい者差別に関する相談窓口

- 市役所福祉課障がい福祉係
- 市役所障がい者基幹相談支援センター  
☎76-8140、FAX.53-2280

問い合わせ先 / 市役所福祉課障がい福祉係

☎76-8142、FAX.52-3749、✉ fukusi@city.owariasahi.lg.jp

# 育児リフレッシュ預かり「ぽけっと」が始まります

「ぽけっと」では、心身のリフレッシュをし、育児疲れや子育ての不安を解消することで新たな気持ちで育児に向かえるよう、一時的にお子さんを子育て支援センターでお預かりします。詳細は、ホームページをご覧ください。

開設日時	2月5日(月)以降の、0と5がつく日の平日(年末年始を除く) ●午前9時～正午 ●午後1時～4時
ところ	子育て支援センター 子育てサロン室(保健福祉センター 4階)
対象者	市内在住で保育園や幼稚園に在籍していない 生後3・4カ月(首が座った頃)～未就学の子
費用	無料



利用方法	<b>利用するには事前に登録・面談が必要です。</b>
	(1)登録用紙を受け取る 配布場所 保健福祉センター内子育て支援センター、藤池・川南保育園内 子育て支援センター
	(2)登録・面談 ①右記二次元コードから登録・面談日を予約 ②予約日に、保健福祉センター内子育て支援センターで登録・面談 (3)利用する 登録・面談後、右記二次元コードから予約し、利用する。 予約開始日 1月22日(月)
その他	●既に登録されたかたは、今回の登録は必要ありません ●試行期間に「ぽけっと」を利用したかたは、「2回目以降利用予約」の二次元コードから予約してください



問い合わせ先 / 保健福祉センター内子育て支援センター ☎52-3132



クリスマスや  
洋風おせちにも



## ミートローフ

### ひと口メモ

- 子どもの大好きなハンバーグと同じ具材をオーブンで簡単調理
- 野菜嫌いな子もしっかり野菜が摂取できるメニューです

### 1人分の栄養価

- エネルギー / 273kcal ●たんぱく質 / 16.9g ●脂質 / 16.5g ●カルシウム / 34mg ●食塩相当量 / 1.2g
- 食物繊維 / 2.1g

### 材料(4人分)

- 玉ネギ…………… 200g
- A ニンジン…………… 60g
- 生シタケ…………… 中2個
- サラダ油…………… 小さじ2
- 合いびき肉…………… 300g
- 塩…………… 小さじ1/5
- こしょう…………… 少々
- B ナツメグ …… 小さじ1/3
- 卵…………… Mサイズ1個
- パン粉…………… 1/3カップ
- ケチャップ…………… 大さじ2
- C ウスターソース…………… 大さじ1
- デミグラスソース…………… 大さじ2
- 水…………… 大さじ2
- 付け合わせの野菜

### 作り方

- ① Aをみじん切りにし、サラダ油で炒め、冷ましておく
- ② ボウルに合いびき肉と① Bを入れて粘りが出るまでよく混ぜる
- ③ オーブン皿にアルミホイルを敷き、サラダ油適量(分量外)を塗り、②をかまぼこのように成型し、中央にくぼみをつける
- ④ 肉汁がこぼれないように、③のアルミホイルの縁を作る
- ⑤ 200℃に予熱したオーブンで30分焼き、中央に竹串を刺して、透明の肉汁が出るまで焼く
- ⑥ 小鍋にCと⑤で出た肉汁を混ぜ合わせ火にかけ、ふつふつとしてきたら火を止める
- ⑦ ⑤を切り分け皿に盛り、⑥をかけ、付け合わせの野菜を添えて完成





**向町**  
 にし むら し おん  
**西村 柗音**くん(1歳)

いつも癒やしをありがとう♡  
 これからも元気いっぱい過ごしてね!



**桜ヶ丘町**  
 おか ひろ と りく と  
**岡 広人**くん(4歳) **陸人**くん(10カ月)

いつもニコニコ仲良しの2人♡ これからも家族で健康に楽しく過ごしていこうね!



**東栄町**  
 ほり こし そう すけ あや と  
**堀越 創介**くん(4歳) **絢斗**くん(5カ月)

絢ちゃん、無事にお誕生おめでとう！  
 創ちゃん、いつも弟に優しくしてくれてありがとう♡

お子さんの  
 写真を掲載  
 しませんか？

**対象者** 市内在住で掲載時に小学校入学前のお子さん(きょうだいで応募可)  
**応募方法** 市役所広報広聴課へ写真を添付の上、メール(kouhou@city.owariasahi.lg.jp)で次の①～③を連絡。メールのタイトルは「スクスクこんにちは」としてください  
 お子さんの ①氏名・ふりがな ②生年月日 ③性別  
 保護者の ④氏名⑤郵便番号⑥住所⑦電話番号⑧コメント(40字程度)



柴田市長コラム



vol.9

司馬史観に酔う

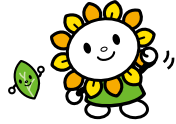
間もなくお正月ということもあり、今月は読書のお勧めにしました。今年、国民的作家・司馬遼太郎さんの生誕100年の年です。彼の作品に登場する主人公は、フィクションの域を超えた限りなくリアルなヒーローで、描かれる人物像を自らの人生の師として慕う読者も多いはず。私たちは、『坂の上の雲』では秋山好古・真之兄弟に、『竜馬がゆく』では坂本龍馬に、『燃えよ剣』では土方歳三に憧れ、あたかも冒険活劇のように、心躍らせながら読み進めたものです。司馬さんは、人物批評や歴史解説をナレーションのごとく文中に差し込んでくれるので、かなりの大作でも中学生になれば十分に理解し楽しめます。問題があるとすれば、人物の描き方が見事過ぎて、司馬さん独自の歴史の見方「司馬史観」を鵜呑みにして信じ込んでしまうことです。今は、テレビでも歴史検証番組

が多く放送されていて、偉人の人物像が、最新の研究で大きく変わることもまれではありません。司馬史観とのギャップを楽しむことも、歴史ファンの新たな楽しみになりつつあります。ちなみに昨夏、書店で『峠』(新潮文庫全3巻)を手に取りました。戊辰戦争時の越後長岡藩の家老、北越の麒麟児・河井継之助の半生を描いています。ほとんど無名であった人物に光を当て、ラストサムライとして死んでいく希代の英雄の存在を世間に知らしめたわけ。継之助は、時代を正確に読み解く才覚と小藩に踏みとどまるかたくなな忠義が、矛盾なく同居する不思議な人物です。彼と勝海舟の違いは？ 歴史に何を残したのか？ 考え出すと面白いですね。お薦めです。それにしても、司馬さんが日本人や日本という国の在り様を問い続けた熱量には感服するのみです。正に知の巨人。



司馬遼太郎『峠[上]』(新潮文庫刊)

# 健康だより



申し込み・問い合わせ先

保健福祉センター内健康課 ☎55-6800(平日午前8時30分～午後5時15分)



あさびー子育て応援ナビ

## 健康トピックス ～感染症予防のポイント「冬の水分補給」～

本格的な冬が到来。寒さとともに空気が乾燥し、感染症の流行がますます気になる季節です。風邪対策のうがい、手洗いに加えて「水分補給」も大切な予防策の一つということをご存じでしょうか。

風邪の原因となるウイルスは、乾燥した状態で活発に活動します。水分補給は、喉や鼻の粘膜を潤してウイルスの侵入を防ぐと同時に、侵入したウイルスを痰や鼻水によって体外に排出する作用を助けます。喉が乾いていなくても、起床時、食事のとき、入浴前後、寝る前など、小まめに水分補給をして、健康に過ごしましょう。



## 成人向けの事業

ところ:保健福祉センター

あさび健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

事業名	とき	対象者・定員	内容・申し込み方法
認知度 チェックテスト あたまの元気まる	【来所】12月18日(月) 1月15、29日(月) 【電話】1月12、26日(金) 午前9時20分～11時20分	40歳以上の要支援・要介護認定を受けていないかた 先着各7人	内容 約15分で認知機能を高い精度で判別。結果を基に、保健師がアドバイス 申し込み方法 電話で
1月の 元気まる測定	【標準コース 半日×2回】 ①1月10、17日(水)午前 ②1月15、22日(月)午後 いずれか1コース	いずれも市内在住の18歳以上のかた 先着各10人	内容 生活習慣の振り返りと体力測定を実施し、一人一人に合わせたプログラムシートを作成。結果を基に健康づくりをアドバイス 申し込み方法 実施1週間前までに電話で

### 離乳食教室(予約制)

あさび健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

とき 1月17日(水)午前9時30分から  
(2時間程度)

ところ 保健福祉センター

内容 管理栄養士による講話、調理実習、試食など

対象者 生後4カ月以上の子を持つ保護者

定員 先着15人(託児あり)

費用 無料

申し込み方法 12月18日(月)から電話か  
右記二次元コードから



### 職員出前講座～市政街D<sub>o</sub>～

ガイド

あさび健康  
マイスター  
チャレンジ  
対象事業

健康課では「あたまの元気まる」や、生活習慣病の予防講座などを出前講座として行っています。

高齢者の団体向けの身体的フレイル測定ができる「ザリッツを用いた元気まる測定」も実施しています。

ところ 市内の公共施設など

対象者 市内在住・在勤・在学のおおむね10人以上の団体

費用 無料

申し込み方法 開催希望日の1カ月前までに直接(事前に希望のテーマなどを電話で相談)

### 8020運動

11月9日に8020運動表彰式を開催し、173人のかたが受賞しました。80歳になっても20本以上自分の歯を保とうという8020(ハチマルニイマル)運動達成を目指して、毎日のデンタルケアと定期的なかかりつけ歯科医院でのケアを続けましょう。



# くらしのひろば 1月の市民相談

※の相談を除き、申し込みは不要です。相談室などへ直接お越しください。正午～午後1時、祝日・年始(1～3日)はお休みです



相談名	とき	ところ・申し込み方法
経営※	5日(法律)、9日(税務)、10日(労務・IT) 午後1時30分～4時	商工会館 相談室 ※電話(☎53-7111)で
お仕事探し	月～金曜日 午前9時～午後4時30分	市役所ふるさとハローワーク(☎52-1626)
消費生活	月・水・金曜日 午前9時～正午 火・木曜日 午後1時～4時	市役所消費生活センター(☎53-2111)
法律※1 不動産 登記	5・12・19日(金) 10日(水) 10日(水)	市役所 市民相談室 ※1 各開催日前週の火曜日の午前8時30分から市役所暮らし政策課に電話(☎76-8155)で。午前9時までに定員を超えた場合は抽選
労働※2 行政	18日(木) 16日(火)	※2 開催日の前日正午までに市役所産業課に電話(☎76-8185)で
人権こまりごと	9日(火) 23日(火)	※3 開催日の2日前までに市役所都市計画課に電話(☎76-8158)で
相続・遺言手続 建築※3	25日(木) 17日(水)	
ひとり親家庭	月～金曜日 午前9時～午後4時	市役所こども課(☎76-8149)
保育	月～金曜日 午前9時～午後4時	市役所保育課(☎76-8147)
女性の悩みごと※	9・16日(火)	保健福祉センター内子育て相談課 ※電話(☎53-6101)で
子ども・子育て	月～金曜日 午前9時～午後4時	子ども・子育て相談は☎53-6102
子どもの発達 医師による 子どもの発達専門※	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 10・24日(水) 午後2時～5時	保健福祉センター内 子どもの発達センターにここに ※電話(☎53-6103)で
言語聴覚士による ことばの専門※	17日(水) 午前9時～正午	
臨床心理士による こどもの心理専門※	23日(火) 午前9時～正午	
精神保健福祉士による こころの健康※	水曜日 午前10時～午後3時20分	保健福祉センター内健康課 ※電話(☎55-6800)で
栄養※ 保健師による健康	26日(金) 月～金曜日 午前9時～11時 午前9時～11時	
労働者のための こころの健康※	31日(水) 午後2時～4時	瀬戸旭医師会館 相談室(瀬戸市西長根町) ※瀬戸地域産業保健センターに電話(☎84-1139)で
出張がん相談	11日(木) 午後2時～4時	市役所 市民相談室 公立陶生病院がん相談支援センター(☎070-5038-6270)
青少年と その保護者の悩み (スマイルダイヤル)	月～金曜日 13・27日(土) 午前9時～午後5時 午前9時～午後4時30分	中央公民館内少年センター ☎0120-48-7830 (携帯電話からは☎52-0700) 来所相談は事前に連絡。土曜日は電話相談のみ
高齢者	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	保健福祉センター内地域包括支援センター (☎55-0654)
成年後見制度※	4日(木) 午後1時30分～4時15分	市役所 市民相談室 ※尾張東部権利擁護支援センターに電話(☎75-5008)で
障がい者	月～金曜日 午前9時～午後5時	市役所障がい者基幹相談支援センター (☎76-8140)
生活の困窮※	月～金曜日 午前9時～午後5時	市役所福祉政策課 ※電話(☎76-8139)で 来所相談は事前に連絡

## 10月の犯罪・事故・火災など (本年の累計 / 前年同期比)

犯罪発生状況		人身交通事故	
刑法犯	37件(305件/21件)	件数	25件(210件/23件)
うち窃盗犯	27件(207件/△2件)	死傷者	27人(244人/9人)
火災発生	0件(13件/5件)	うち死者	0人(0人/±0人)
救急車出動	356件(3310件/165件)		

## 納期限のお知らせ

12月25日(月)	国民健康保険税(普通徴収)第6期、介護保険料・後期高齢者医療保険料(普通徴収)第5期
1月10日(水)	固定資産税・都市計画税 第3期



## 紅茶を飲んで元気に!

こんにちは。尾張旭まち案内の広報担当「あさひかんこ」です。  
食後の一杯やリラックスタイムに飲みたくなる紅茶。今回は、紅茶の効能について、お伝えしたいと思います。

まず、紅茶を飲むとトイレが近くなる傾向にあります。利尿が促されるとナトリウム(塩分)が排出されるため、血圧を下げる効果があると考えられています。次に、紅茶は茶葉を発酵させて製造します。この発酵が冷え性を改善し、体温を保つ効能があるといわれています。そして、紅茶の主成分の一つであるポリフェノールには、血糖値の急激な上昇を抑える効果があります。また、紅茶にはダイエットに効果的な成分も含まれているそうです。他にも活性酸素の除去、疲労回復、殺菌作用などの効能があると考えられています。冬の一服の候補に紅茶も入れてみてください。

## 尾張旭まち案内商品情報

ふるさとガイド旭さんが編集した「尾張旭市域 史跡めぐり資料集」を販売しています。尾張旭市域の歴史と文化を解説したものです。市内にある銅像になった人物や神社、寺院などの解説が掲載されて、とても興味深い冊子です。1冊1,000円(税込み)です。



尾張旭市の魅力を紹介

あさひ情報局  
Asahi Information Bureau

No.16



## 尾張旭まち案内

〒488-0801 東大道町原田34-1  
グリーンシティビル1階  
開設時間/午前10時~午後6時  
定休日/木曜日(祝・休日を除く)、  
年未年始  
問い合わせ先/  
(一社)市観光協会 ☎52-6500

## 広告

※広告の内容に関するお問い合わせは、直接広告主へお願いします

家族みんなの健康を支える、身近な存在でありたい。

医療法人

あらかわ医院 健診部門

健康診断 専用ダイヤル 0561-53-9668

市民健診・子宮・乳腺検診

各種がん検診・特定健診・法定健診

人間ドック・脳ドック・レディースドック

他多数オプション・コースのご用意しております

健康受診者さま専用の「無料」託児サービスあります

火・木曜日 午後の健診あります (一部コース限定)

〒488-0006 尾張旭市大久手町中松原 39 番地  
<http://arakawa-cl.com/>



- 全国健康保険協会(協会けんぽ)生活習慣病予防健診実施機関
- 愛知県中小企業共済「健康診断受診助成」提携先医療機関

LIXIL不動産ショップ

三郷駅  
西すぐ

売買仲介

相続・  
資産活用

賃貸仲介

買取り・  
開発分譲

賃貸管理



愛知県知事免許(10)第13338号(公社)愛知県宅地建物取引業協会会員

トーエー不動産株式会社

〒488-0011 尾張旭市東栄町1-16-26 ●定休日/水曜日 ●営業時間/9時30分~18時00分

携帯でもOK フリーダイヤル さんこう。 トー エー

0120-35-1080



相続の問題は、公正証書遺言を作っておくと回避できます。

公証人に出張をお願いすることで  
当事務所でも、作成できます。  
まずは、お気軽にご相談ください。

予約専用 0120-0871-97  
平日9時~18時「瀬戸旭法律事務所」で検索

弁護士法人瀬戸旭法律事務所  
尾張旭事務所 弁護士 水野 秀志  
(愛知県弁護士会) 三郷駅 徒歩5分

