

メタボリック シンドロームに該当する方は 特定保健指導を受けましょう

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)は、内臓脂肪型肥満に加え、高血圧・高血糖・脂質異常などが重なった状態のことです。自覚症状はほとんどなく、放っておくと心臓病・脳卒中・糖尿病などの生活習慣病を引き起こす危険性が高まるため、早めに生活習慣を改善する必要があります。

市が実施した特定健康診査を受診された方で、メタボリックシンドロームに該当した方には、市と委託先の特定保健指導実施業者から、特定保健指導の案内を送付します。

特定保健指導では、保健師や管理栄養士が生活習慣を改善するためのアドバイス

ふれあいウォーク

毎月21日は歩く日 みんなで歩こう



さわやかな秋の風を感じながら、ウォーキングを楽しみませんか。

日時 10月21日(金) 午前

スヤサポートを行います。この機会に特定保健指導を活用してください。

実施業者 (株)現代けんこう出版特定保健指導担当 問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

アダプト制度への参加募集

道路・水路・公園を定期的に市と協働で美化・清掃する2人以上で構成する団体を募集しています。

アダプトとは、英語で「養子縁組」という意味があり、アダプト制度は「里親制度」と訳されます。市民の皆さんが道路、水路、公園の「里親」となり、愛情と責任を持って美化(清掃)



9時30分集合(荒天時中止の場合あり)、午後0時30分解散(予定)

集合・解散場所 秋川駅前南口運動広場

目的地 雨武主神社

持ち物 飲み物、歩きやすい服装、タオル、スタンプカード(お持ちの方)

費用 無料

申込み方法 初めて参加される方は電話で申し込んでください。当日参加も受け付けます。

申込み・問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

五日市物語

みんなで育てよう

掃活動)を行い、これを市が支援する制度です。4月から実施し、現在4団体76人が登録しています。市は傷害保険加入、ごみ収集袋の提供などで活動を支援します。

申込み・問合せ 管理課(直通558・2035)

劇場公開場所・日程

ワナー・マイカル・シネマズ日の出:10月29日(土)から2週間の予定

立川シネマシティと銀座シネパトス:11月12日(土)から2週間の予定

前売りチケット販売場所 前売り1300円、前売り特典あり(数量限定)

あきる野商工会

あきる野とつきゆう

あきる野市観光協会五日

ダンボール方式 生ごみ(減量・堆肥化)講習会

ダンボール方式コンポストは、バクテリアの力で生ごみを分解するもので、生ごみを毎日入れてもダンボール箱の中の量はほとんど増えません。3、4か月間投入した後、約1か月で堆肥として使用できます。

講習会終了後、実践される方には材料キット(みかん箱程度の大きさ)をお渡しします。以前失敗した方も質問などを受けますので、再度挑戦してみてください。

ダンボール方式コンポストは、バクテリアの力で生ごみを毎日入れてもダンボール箱の中の量はほとんど増えません。3、4か月間投入した後、約1か月で堆肥として使用できます。

講習会終了後、実践される方には材料キット(みかん箱程度の大きさ)をお渡しします。以前失敗した方も質問などを受けますので、再度挑戦してみてください。

スポーツ祭東京2013

市観光案内所 秋川溪谷瀬音の湯 JAあきがわ本店・各支店

ワナー・マイカル・シネマズ日の出

立川シネマシティ

銀座シネパトス

スチール写真の展示 五日市交流センター3階展示室では映画の撮影シーンや出演者のスチール写真などを展示しています。また、五日市商店街でも五日市物語のポスターを掲示しているお店では、スチール写真を展示していますので、買い物帰りにご覧ください。

問合せ 地域産業推進室(直通558・1262)

行政相談週間 10月17日(月) ~ 23日(日)

市では2人の行政相談員を配置しています。国の仕事を

材料キットを渡した方には、3か月後くらいに簡単なアンケートに協力いただけます。

今年度すでに材料キットを渡した方には、今回お渡しできません。

日時 10月22日(土) 午前10時(1時間程度)

場所 市役所1階コミュニケーションホール

対象 市内在住の20歳以上の方

定員 50人(申込み順)

申込み方法 電話で申し込んでください。

申込み・問合せ 環境課清掃・リサイクル係(直通558・1830)

「あきる農を 知り隊」を募集

農家の方と市内の農地を散策し、生産現場の見学と栽培の説明や秋の収穫体験などを行います。

あきる農を知り隊in五日市

日時:11月4日(金) 午前8時30分~午後1時

場所:上ノ台周辺の農地

内容:きゅうり・さつまいも収穫体験、花き栽培見学、イチゴ栽培ハウス見学、郷土料理試食

6キロ程度歩きます。

対象 18歳以上の方

定員 30人(申込み順)

費用 500円(保険代金など)

申込み方法 電話で申し込んでください。

申込み・問合せ 農林課農政係(あきる野市農業委員会事務局、直通558・1849)

有害鳥獣の捕獲をおこなっています

市内で、野生動物による農作物への被害がたびたび

くらしの知恵袋

消費生活相談情報



事例

突然、福祉団体を名乗るところから、封書がどつき、ポストカードが10枚入っていた。中には、振込用紙が入っていたが、申し込んだ覚えがない。

アドバイス

このようなケースは、業

発生しています。そのため、市では東京都猟友会五日市支部に委託し、「銃器」や「はこわな」を使用した有害鳥獣(農作物に被害を与えるイノシシ・ハクビシン・カラスなど)の捕獲を、年間を通じて行っています。

ハイキングなどで山へお出かけの際には、安全確保のため、目立つ服装にするなどご協力をお願いします。

また、野生動物にえさを与えたり、食物やごみを屋外に放置したりすることはやめましょう。動物が人に慣れてしまえば、民家や農地を荒らすことにつながるのであります。

なお、野生動物を許可なく捕獲することは法律により禁止されています。農作物

者からの一方的な契約の申し込みであり、消費者が承諾しない限り契約は成立しませんので、代金を支払う必要はありません。

特定商取引に関する法律では、商品が送られてきた日から14日間、または販売業者に引取りを請求した場合はその日から7日間を過ぎれば、消費者は保管義務がなくなり、販売業者は商品などの返還請求や代金請求ができないと定められていますので、消費者は商品を自由に処分できます。

ただし、商品の保管期間中に商品を使用すると、購入を承諾したものとみなされ、代金の支払い義務が発生しますので注意しましょう。

あきる野市消費生活相談窓口 消費者が事業者と結んだ契約で、困ったと

物が野生動物の被害にあっているときはご相談ください。

場所 市内全域(ただし、住宅地では銃器は使用しません。)

その他 捕獲従事者はオレンジ系の帽子をかぶり、ベストと黄色の腕章を着用しています。

問合せ 農林課農政係(直通558・1849)

東京都が 浄化槽の維持管理を行います

都から委託された調査員が浄化槽を使用している家庭や事業者を訪問し、浄化

きやおかしいなと思ったときは、ひとりで悩まずに気軽にご相談ください。

開設日時:毎週月曜・木曜日 午前9時~午後4時(正午~午後1時を除く)

場所:市役所1階市民相談室

問合せ:商工観光課商工振興係(直通558・1867)

東京都消費生活総合センター

開設日時:毎週月曜日、土曜日 午前9時~午後4時(架空請求110番は午後5時まで)

消費生活相談・多重債務相談:03・3235・1155

架空請求110番:03・3235・2400

高齢者110番:03・3235・3366

槽の使用状況を調査しながら、適正な維持管理の方法などを説明します。浄化槽の機能を十分に発揮させ、水環境保全のためにご協力をお願いします。

対象 浄化槽を使用されている方

調査期間 10月から平成24年3月(予定)

説明事項 浄化槽の適正な維持管理など

家庭でできる生活排水対策

実施機関 (社)東京都生活水環境システム協会(042・589・8782)

問合せ 東京都環境局廃棄物対策部一般廃棄物対策課施設審査係(03・5388・3583)