

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

学校でのいじめや家庭内における児童虐待など、子どもを巡るさまざまな人権問題について、法務局職員や人権擁護委員が、電話相談を行います(秘密厳守)。一人で悩まず電話してください。相談は☎0120・007・110(8月28日(金)～9月3日(木)8時30分～19時(土・日曜日は10時～17時) 横浜地方法務局人権擁護課☎045・641・7926

市民からのお知らせ 10/15号原稿は9/3締め切り

自宅でもできる健康づくり

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、家で過ごす時間が長くなることで体を動かす機会が減り、筋力が低下するなど健康への影響が心配です。庭仕事や畑仕事、ラジオ体操など普段している用事や体操があれば続けましょう。市ホームページでは、あやせいきいき体操の動画を配信しています。この体操は前半はストレッチ中心の「のびのび体操」、後半は筋力アップを図る「もりもり体操」となっています。

神奈川県ホームページでは、タオル体操やコグニサイズの動画が配信されています。今だからこそ自宅で楽しく健康づくりに取り組みましょう。

健康づくり推進課 ☎77・1133



くらしの消費生活相談

新型コロナウイルスに便乗した詐欺に注意

新型コロナウイルスを口実に公的機関や携帯電話会社などに成り済まし、個人情報や口座情報をだまし取ろうとする相談が増えています。

【助成金詐欺】

携帯電話会社名で「携帯契約者に新型コロナウイルス関係の助成金を事態収束まで支給する」というURLを添付したメールが届いた。URLを開くと当選金として200万円を無料でもらえるとあり、振り込み口座を送信するようになっていた。

【成り済まし詐欺】

「水道局の者だが、新型コロナウイルスが水道水に混ざっている可能性がある。調査に行くので住所を教えてください」と電話があった。

信用金庫の職員を名乗り「新型コロナウイルスの関係で口座番号を確認しなければならない。口座番号の下3桁を教えてください」と電話があり伝えると、次は「上4桁を」と言われ、最終的には暗証番号まで教えてしまった。

桁を教えてください」と電話があり伝えると、次は「上4桁を」と言われ、最終的には暗証番号まで教えてしまった。

【アドバイス】

電話会社、水道局や金融機関が個人情報や口座番号などを尋ねることはありません。詐欺の疑いがあるので、電話はすぐ切り、メールは無視してください。トラブルや不審に思ったら消費生活センターへ相談してください。

同センター☎70・3335



開かれた市政を推進

文書法務課☎70・5631

情報公開制度

行政活動の透明性を高め、開かれた市政を推進するため、市が保有する行政情報(個人情報などを除く文書他)を請求に応じて公開しています。

昨年度の公開請求は30件(市長22件、教育委員会7件、農業委員会1件)で、公開は30件(うち一部公開21件)、非公開は0件でした。

市役所2階情報公開コーナーでは、行政資料の閲覧、市刊行物の有償頒布を行っているので利用してください。

個人情報保護制度

個人の権利利益を保護し、公正で民主的な市政を推進するため、市が保有する個人情報の取り扱いについて具体的なルールを定めています。これにより、市が保有する自分の個人情報の開示、訂正、利用停止を請求することができます。

昨年度の開示請求は2件(市長2件)で、開示が2件、不開示は0件でした。訂正と利用停止の請求はありませんでした。今後も個人情報の適正な取り扱いを徹底してまいります。

市民の皆さんも個人情報の保護を心掛け、他人の個人情報の取り扱いについても、そのプライバシーを侵害しないよう努めましょう。



総合計画でつくる持続性ある未来 第5回

地域の団結で災害を乗り越える!!

地震や台風、集中豪雨といった自然災害の頻発化・甚大化が懸念されています。さらに、今般の新

型コロナウイルス感染症のような、未知なる感染症やそれに伴う複合災害を踏まえた新しい防災の在り方も考えていく必要があります。

安全で安心して暮らせるまちづくりを進めるには、皆さん一人一人が防災意識を高め、自助・共助の観点から災害に備えることが極めて重要です。

次期総合計画では「地域と顔が

見える関係]をつくることで、誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指しています。人と人、人と地域がつながることで、市民・地域・行政が団結し、どんな災害も乗り越えられるような、自慢の綾瀬市を共に実現しましょう。

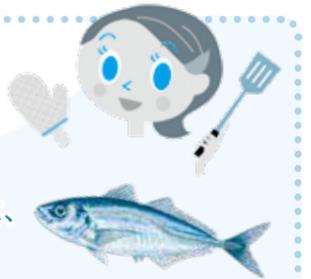
企画課 ☎70・5635



あなたの心に残っている「思い出の味」は?



綾瀬市食生活改善推進協議会が「思い出を伝える」をテーマに、会員71人にレシピを募集して「エピソード付きのレシピ集」を作成しました。その中から抜粋して紹介します。



《冷や汁》

1人分79kcal、塩分相当量0.6g

《材料4人分》アジ正味300g・みそ(麦)大さじ1・いりごま(白)大さじ1・キュウリ1本(150g)・大葉20g・だし汁600ml

- ①アジは内臓を取りこがりと焼き、皮と骨を取り除きすり鉢でする
- ②みそを鍋のふたなどに付けて焼きみそを作る
- ③キュウリは薄切り、大葉は千切りにする
- ④①に②を加えてさらにすり、だし汁を少しずつ加え全体を混ぜる
- ⑤④を器に盛り、③といりごまをのせる

《エピソード》

宮崎の夏の朝ごはんの定番です。夏休みに帰省すると、この冷や汁を炊き立てのごはんにかけて、おいしい一日の始まりです。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、家庭で調理を楽しむ時間が増えました。今だからこそ自宅で楽しく、さまざまな記憶に思いをはせながら食を通じた健康づくりに取り組みしましょう。

健康づくり推進課☎77・1133



【最近急増しています】

- ・後付けシャッター新設・・・強風や大雨対策、また防犯対策としても有効です
- ・スタイルシェードの新設・・・熱中症対策や周囲の視線を遮る効果もあります
- ・タッチレス水栓への交換・・・レバーに触らずに、手をかざすだけで水が出ます

毎月第3日曜開催の綾西バザール大市に出店しています。今月は8/22夕市になるそうですので、弊社はお休みです。御用の方は、どうぞお気軽にご連絡ください。

窓まわり・水まわりの Specialty

有限会社 ティー・エスラウンド

〒252-1108 綾瀬市深谷上8-3-30

フリーダイヤル 0120-33-5643

ティーエスラウンド

検索

市役所HPからもどうぞ

広告