

5月13日(土)に、田島地域で行われた田植え体験の様子です。市ではさまざまな農業体験を実施しており、随時、広報あさかの「催し・講座」のページに掲載しています。興味のある方は、ぜひご応募ください。

目次

CONTENTS

- 2 へるすアップ
- 3 風水害に備えましょう
- 4 市の家計簿を公表します
- 6 あなたが所有または管理されている「空き家」は適正に管理されていますか？
- 7 朝霞和光資源循環組合からのお知らせ
- 8 議会だより
- 10 市長コラム、彩夏祭グッズの販売が始まります
- 11 情報BOX
- 21 ようこそ！あさかの生涯学習へ
- 26 わたくしたちの健康
- 27 みんなすこやか、市民伝言板
- 28 PHOTO NEWS



朝霞市キャラクター
ぼぼたん

健康づくりを応援するページ **へるすアップ**

☎・問 / 健康づくり課 ☎465-8611

健康増進計画「あさか健康プラン21(第3次)」策定市民意見交換会

みんなでヘルストーク!

～健康なまち「あさか」を一緒に考えよう～



あなたにとって「健康」とは？新たな「健康」を発見できるかも！？学生さんから子育て世代の皆さん、シニアの方々など大歓迎！興味のある講座(テーマ)のみの参加OKです！

ASAHA
健康ラウンジ
同時開催!

日時	講座(意見交換テーマ)
6月19日(月) 午前10時～正午	〇〇絵本とおすすめ間食(食生活・休養こころ)
8月24日(木) 午前10時～正午	目から〇〇〇の歯磨きレッスン(歯科口腔ほか)

※〇〇の答えは当日発表!

■会場 / 保健センター ■対象 / 市内在住の方 ■申込方法 / 電話で

コバトン健康マイレージ応援キャンペーン企画

講演会 もっと食べたくなる野菜の魅力～元気に美味しく健康寿命を更新～



講師：野菜ソムリエ
わたなべ よしえ
渡邊 由恵さん

日時 / 7月2日(日) 午後1時30分～3時30分
※あさか健康プラン21策定の市民意見交換会を含む
会場 / 保健センター
対象 / 市内在住の方
内容 / 講師講話、健康長寿サポーター講座、ヘルストーク
申込方法 / 6月5日(月)午前9時から市ホームページの申込フォーム・電話・窓口で
定員 / 35人(先着順)

6月は食育月間～新鮮な野菜で食卓に彩りを～

