



●八千代の人口 20万4,483人(+11人) 男 10万953人(-12人) 女 10万3,530人(+23人) ●八千代の世帯 9万4,931世帯(+78世帯) 9月末現在。()内は前月比

やちよが誕生10周年 たくさんのおメッセージありがとう

市制施行45周年記念事業の一環として誕生した市のイメージキャラクター「やちよ」が、誕生10周年を迎えます。やちよはバラの香りに誘われてやってきた鳥でも猫でもない生き物。バラや梨が大好きで、八千代市民の森に住んでいます。市内にはたくさんのお友達ができ、今年22日の誕生日を前に、バースデーメッセージも届きました。元気をもらったやちよは、八千代の魅力を探しに今日も市内のどこかを散歩します。



▲皆さんからたくさんのお誕生日メッセージが写真や塗り絵で届きました。ありがとうございました

今号の紙面から

- ◆ニューリバーロードレース交通規制…2
- ◆3年度八千代市の決算のあらまし…2~4
- ◆障害がある人もない人も暮らしやすいまちを目指して……………5

新型コロナウイルス情報

【オミクロン株対応ワクチン接種の予約日】11月16日(水)・30日(水)午前8時30分からです。16日に追加する予約期間は11月21日(月)~12月4日(日)です。

【小児(5~11歳)の1・3回目接種の予約日】11月22日(火)午前8時30分からです。予約期間は11月28日(月)~12月11日(日)です。



▲乳幼児の接種



▲小児(5~11歳)の接種



▲オミクロン株ワクチン

【乳幼児(生後6か月~4歳)の接種】11月18日(金)正午から予約を開始します。予約日は11月28日(月)と12月5日(月)です。1回目接種の予約をすると3週間後に2回目接種、2回目接種から8週間後に3回目接種がセットで予約されます。

▼予約方法 市コールセンター ☎0570(001)098 か WEB 申し込みフォームから。医療機関での直接予約も受け付け中。

12月・1月検針分の水道基本料金を追加で免除

官公署を除く全ての給水契約者の水道基本料金を、現在実施している10月・11月検針分に加え、12月検針分(検針期間11月23日~12月21日)と1月検針分(検針期間12月22日~5年1月24日)を追加で免除します。手続きは不要。検針時に投函する「使用水量のお知らせ」は免除前の金額となっておりますが、後日、水道基本料金を差し引いて請求します。検針は偶数月、奇数月の地域に分けて、2か月ごとに実施しているため、継続利用者は2か月分の水道基本料金が免除されます。引越などなどで使用期間が2か月に満たない場合でも、使用期間に応じて0.5か月単位で免除します。下水道使用料の免除はありません。(給排水相談課 ☎483)6155)

口径	基本料金
13mm	1,320円
20mm	2,684円
25mm	3,982円
30mm	6,226円
40mm	10,626円
50mm	22,330円
75mm	43,538円
100mm	73,194円

BOOK STREET 秋の本祭り2022

市内最大の本の交換市。本を3冊持ってくると好きな1冊と交換できます。歩行者天国となる会場では素敵な飲食店や雑貨屋なども多数出店します。

▼日時 11月27日(日)午前10時~午後3時。雨天中止 ▼会場 八千代台北本通り ▼問い合わせ 八千代台まちづくり合同会社 ☎(40)6419 (都市計画課まちづくり推進室)

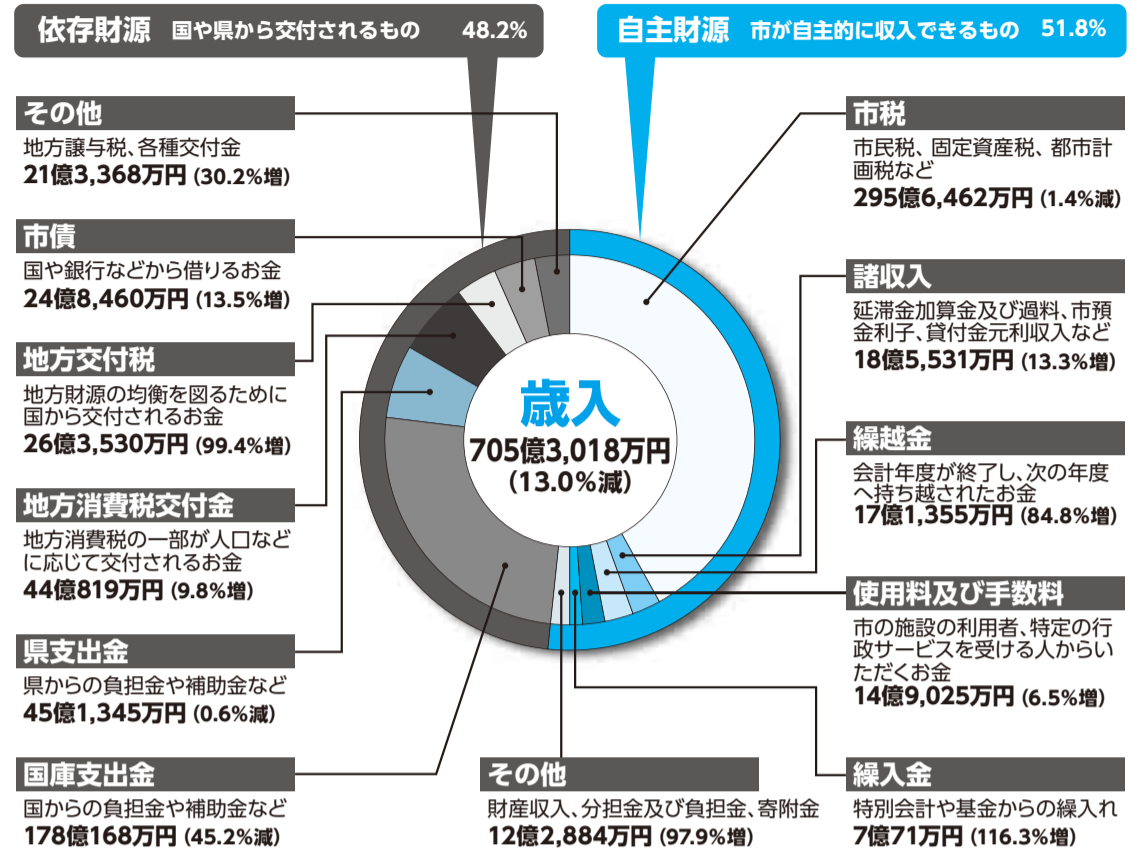
令和3年度

八千代市決算のあらまし

市のさまざまな仕事は、市民の皆さまが納めた税金を始め、国・県からの支出金や市債などを財源として行われています。3年度決算の概要をお知らせします（原則1万円未満を四捨五入していますので、公表した関係資料と異なる場合があります）。

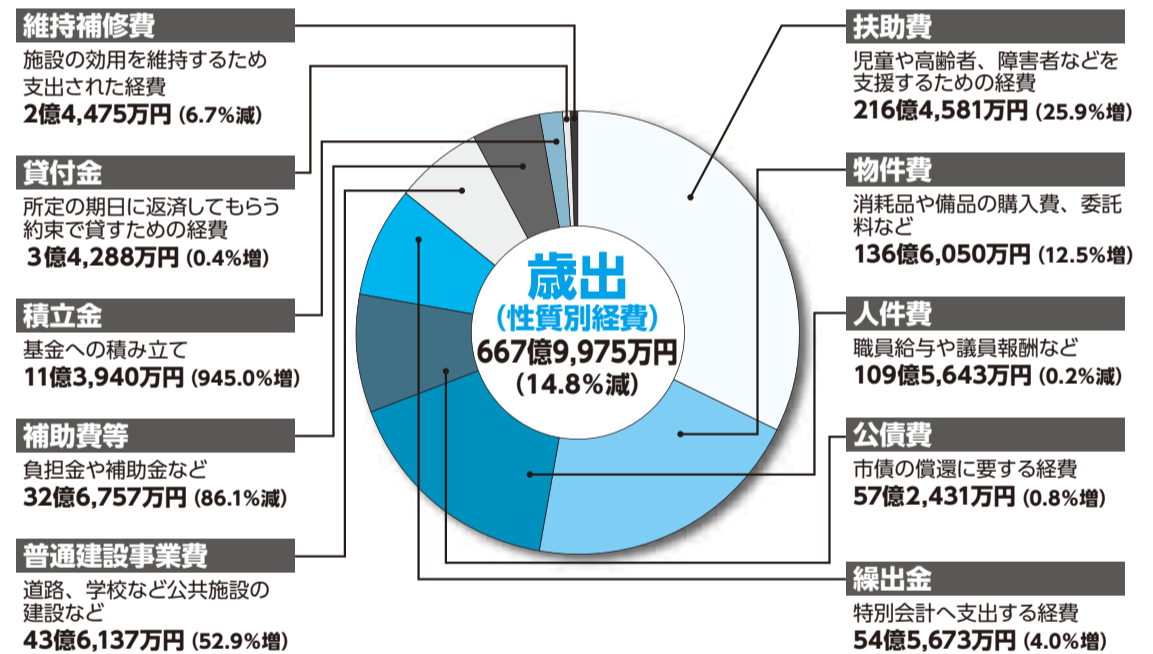
歳入

地方交付税、繰越金、地方消費税交付金、財産収入などは増となったものの、国庫支出金、市税などの減により、対前年度比で105億5,133万円、13.0%の減でした。グラフの（ ）内は前年度比。



歳出 (性質別経費)

扶助費、物件費などは増となったものの、補助費等、人件費などの減により、対前年度比で115億5,821万円、14.8%の減でした。グラフの（ ）内は前年度比。



※歳入決算額から歳出決算額を差し引いた額は37億3,043万円です。そのうち、7億2,219万円は翌年度に繰り越す財源で、残りの30億824万円は剰余金です。

市民文化祭12月上旬までの日程

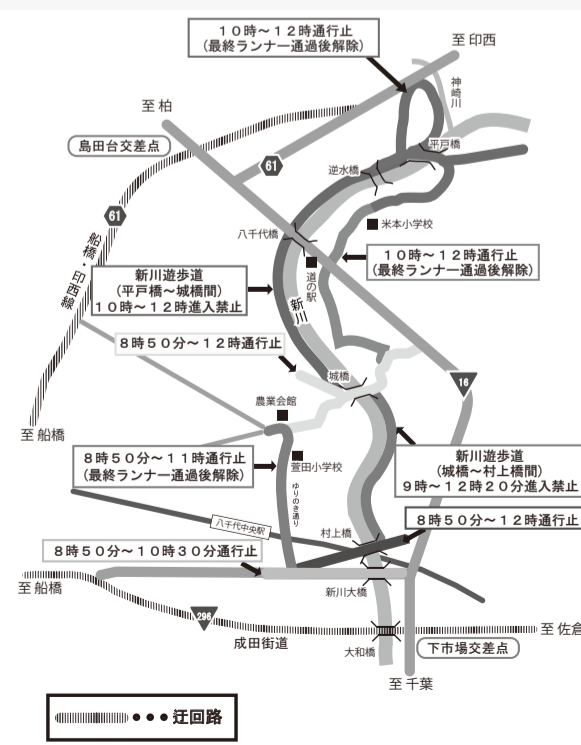
▼第42回八千代市芸文協美術展 11月18日(金)～24日(木)午前10時～午後5時、総合生涯学習プラザ多目的ホール(会場日程を変更しました) ▼第44回八千代市民合唱祭 11月20日(日)午後0時30分～午後4時、市民会館大ホール ▼市民美術展 11月25日(金)～12月2日(金)午前10時～午後5時(11月25日は午後1時から、12月2日は午後4時まで)、総合生涯学習プラザ多目的ホール(会場日程を変更しました) ▼八千代市謡曲大会 11月23日(祝)正午～午後4時30分、勝田台文化センターホール ▼やちよ市民活動フェスティバル 11月27日(日)午前10時～午後4時、勝田台文化センターホール ▼子どもの創造表現フェスティバル2022 ～ぼくたちの夢ステージ～ 11月27日(日)午後1時～午後4時、市民会館大ホール

(文化・スポーツ課) 481-0305

12月4日(日)ニューリバーロードレースの交通規制

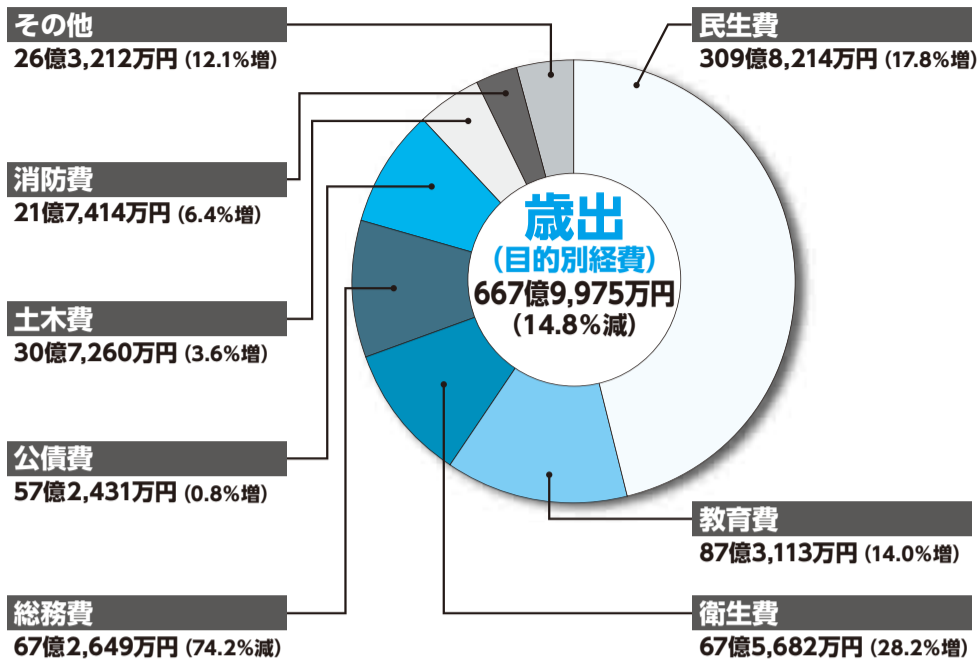
当日は、コースとなっている道路やその周辺で、通行止めなどの交通規制を行います。現場の警察官や係員の指示に従うようご協力をお願いします。

(文化・スポーツ課) 481-0305



歳出 (目的別経費)

民生費、衛生費、教育費などは増となったものの、総務費、商工費などの減により、対前年度比で115億5,821万円、14.8%の減でした。グラフの()内は前年度比。



一人当たりに換算すると…

決算額 (一般会計)	市税額
32万8,216円/人 前年度 38万6,836円/人	14万5,264円/人 前年度 14万7,957円/人
民生費 高齢者・障害者・児童の福祉など	15万2,228円
教育費 学校の管理運営や整備、文化・スポーツ振興など	4万2,900円
衛生費 医療、保健、ごみ処理、環境保全など	3万3,199円
総務費 市の運営や市民活動、防犯・防災など	3万3,050円
公債費 長期借入金の返済金など	2万8,126円
土木費 道路、橋、公園の整備など	1万5,097円
消防費 消防活動や施設の維持・管理、救急活動など	1万683円
その他 議会や農業・商工振興など	1万2,933円

※4年3月31日現在(20万3,524人)を基に一人当たりの決算額を計算しています。

一般会計の特徴

市の会計は、一般会計、特別会計、公営企業会計の3つに分かれており、3年度に市全体で使ったお金は合計1,119億8,095万円です。

そのうち一般会計における決算の特徴は、上下水道局移転工事及び多目的棟整備工事、阿蘇米本学童保育所建設工事などやワクチン接種のほか、子育て世帯や住民税非課税世帯等への特別給付金などの新型コロナウイルス感染症対策を実施した一方、総額約200億円の特別定額給付金が2年度のみ給付であったことにより歳出額が減少しました。

地方財政法第7条第1項の規定により、剰余金のうち2分の1以上の金額を基金へ積み立てるため、剰余金30億824万円のうち15億1,000万円を財政調整基金に積み立て、残りは4年度に繰り越しました。財政調整基金と特定目的のための基金を合わせた年度末の基金残高は、前年度と比べ28.2%増の79億1,763万円でした。

3年度の経常収支比率は92.2%に 公債費負担比率は13.0%に改善

地方税のように、使い道が限定されず、毎年度経常的に収入される財源“経常一般財源”

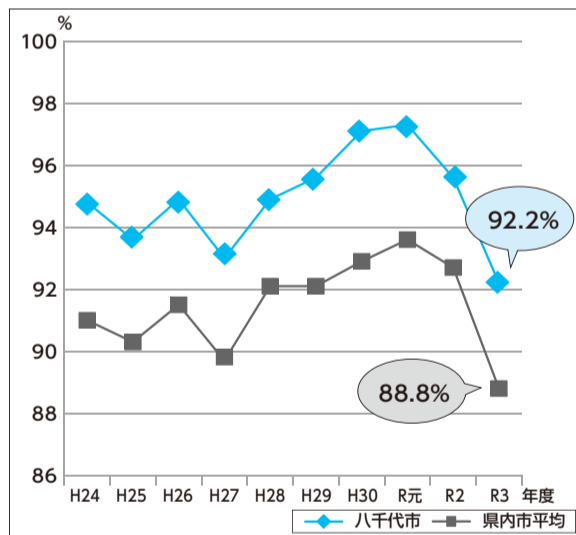
に対し、人件費・公債費や扶助費などの義務的経費のほか、物件費の一部など、毎年度経常的に支出される経費である“経常的経費”が占める割合を経常収支比率といいます。

この比率が高いほど、財政的なゆとりがなくなり、投資的経費や新たな住民要望に使える財源が少なくなります。

市の3年度の経常収支比率は、地方交付税の追加交付、地方消費税交付金などの増加により対前年度比3.4ポイント減の92.2%と改善しましたが、いまだ県内市平均よりも高い状況です。

公債費負担比率は、公債費に充当された一

〔経常収支比率の推移〕



般財源の一般財源総額に対する割合です。15%を超えると警戒ライン、20%を超えると危険ラインになり、比率が高いほど財政の硬直化が進行します。3年度は、対前年度比0.8ポイント減の13.0%と改善しました。

一般会計基金・市債等の残高

財政調整基金は、突発的な災害や緊急を要する経費等に備えるための基金です。

市債は、地方公共団体が資金調達のために負担する債務で、その返済が複数年度にわたって行われるものです。

債務負担行為は、複数年度の契約など、将来にわたって支払うことを約束するものです。

〔一般会計基金・市債・債務負担行為残高〕

基金残高 (うち財政調整基金)	市債残高	債務負担行為残高
79億1,763万円 (40億8,733万円)	449億5,131万円	207億8,861万円
3万8,903円/人 (2万83円/人)	22万865円/人	10万2,143円/人

※3年度末残高。「円/人」は、一人当たりの残高

この特集は次ページに続きます

やちよパンプロジェクト11月26日(土)～12月11日(日) 16種類のパンを市内6店舗で販売

市内のパン屋さんや八千代高校家政科の生徒が、八千代市をイメージしたパンを共同開発する産学官連携事業「やちよパンプロジェクト」。6回目を迎える今回は、「高校のグラウンドをイメージしたパン」や「やちよの形のパン」など女子高生ならではの16種類のパンを市内6店舗で販売します。購入者を対象に抽選でやちよパンプロジェクト限定エコバックをプレゼント。詳しくは下のコードから。

▼販売期間 11月26日(土)～12月11日(日) ▼販売店 ①リヨンス UDAコッペ館(486)6933/勝田台2-16-9、②リヨンス UDAちらすと(455)8628/緑が丘西1-12-1、③ラ・セン・デ・レーヴベル(406)3801/ゆりのき台1-31、④ピーターパン小麦の丘店(481)3401

12月18日(日)執行予定の市議会議員選挙の啓発ポスター・標語

市議会議員選挙の啓発ポスターは、3年度明るい選挙啓発ポスターコンクールにて入選した古賀彩音さん(八千代松陰高校2年(当時))の作品を採用しました。標語は、3年度明るい選挙啓発標語小学校の部で佳作を受賞した土屋直希さん(八千代市立西高津小学校6年(当時))の作品「自らの 想いを胸に 投票を」を採用しました。

(選挙管理委員会事務局(483)1151)

第4回定例会は11月4日に開会しました

■日程 ▼17日(木)総務・福祉常任委員会 ▼18日(金)都市・文教経済常任委員会 ▼29日(火)総括審議

■傍聴はできる限りお控えください 新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、本会議と委員会の傍聴はできる限りお控えください。傍聴の際は、マスクの着用、手指の消毒をお願いいたします。本会議は、午前10時から始まります。各委員会の開催時刻は市ホームページをご覧ください。議会事務局議事課までお問い合わせください。

■インターネット中継と会議録検索システム 本会議の様子はスマートフォンでも視聴できます。市ホームページで生中継するほか、会議の翌日(市の休日を除く)からは録画を見ることが出来ます。会議録は会議録検索システムをご利用ください。(議事課(483)1151)

八千代市財政運営の 基本的計画の取組状況

近年の財政状況を踏まえ、平成28年2月に策定した八千代市財政運営の基本的計画を3年3月に改訂しました。10年度までの中長期財政収支見通しを基に、健全な財政運営の推進に向けた財政目標値を設定しています。

3年度決算を終えての現状と、6年度の間目標値及び10年度の最終目標値は下の表のとおりです。中長期財政収支見通しは、年2回見直しと、市民への公表を行うほか、予算編成の基礎資料などに活用しています。

〔財政運営の基本的計画における取組状況〕

財政指標	令和10年度末 最終目標値	令和6年度 中間目標値	令和3年度 決算値
経常 収支比率	93.0%以下	94.9%以下	92.2%
公債費 負担比率	13.0%以下	14.0%以下	13.0%
財政調整 基金残高	標準財政規模の 10.0%以上 (約33.6億円)		11.1% (約40.9億円)
市債残高	400億円以下	450億円以下	約450億円

特別会計

市には、4つの特別会計があり、保険料や使用料などの特定の収入がある事業ごとに会計を設け、一般会計と分けて経理することで、収支をはっきりさせているものです。

区分	歳入 (対前年度比)	歳出 (対前年度比)
(1)国民健康 保険事業	160億3,059万円 (2.5%増)	156億1,607万円 (1.5%増)
(2)介護保険 事業	136億634万円 (4.5%増)	133億1,992万円 (4.9%増)
(3)墓地事業	4,216万円 (12.7%増)	4,206万円 (12.6%増)
(4)後期高齢者 医療	26億7,832万円 (1.4%減)	26億6,434万円 (1.5%減)
合計	323億5,741万円 (3.0%増)	316億4,239万円 (2.7%増)

市ホームページで資料などを公表しています

決算の概要、年度ごとの予算の概要や編成過程、各種分析資料などを市ホームページで公表しています。

一般・特別会計については、トップページから「市政情報」→「財政・会計」へ、公営企業会計については、トップページから「八千代市上下水道局」→「上水道（または下水道）」へ。

広告

公営企業会計

公営企業会計は、経営に要する費用を料金などの事業収益で賄うもので、水道事業と公共下水道事業が対象となります。内訳は、当該年度の経営活動に伴う収支である収益的収支と施設の建設や改良などのための収支である資本的収支に分かれます。

水道事業会計

※税込額

区分	収入 (対前年度比)	支出 (対前年度比)
収益的収支	46億1,236万円 (1.1%増)	37億6,346万円 (4.4%増)
資本的収支	14億3,470万円 (92.6%増)	30億858万円 (9.9%増)

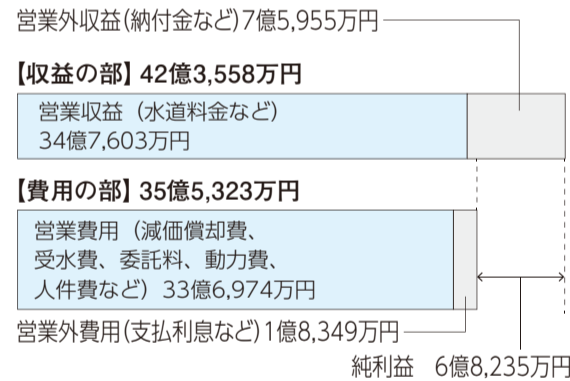
資本的収入額が資本的支出額に対して不足する額15億7,388万円は、損益勘定留保資金などで補てんしました。

〔貸借対照表(4年3月31日現在)〕

※税抜額

資産の部 (対前年度比)		負債の部 (対前年度比)	
固定資産	404億3,447万円 (1.7%増)	固定負債	130億7,089万円 (2.5%増)
流動資産	36億1,690万円 (12.2%増)	流動負債	10億4,973万円 (2.8%増)
		繰延収益	100億9,025万円 (0.7%増)
		負債合計	242億1,087万円 (1.7%増)
		資本の部 (対前年度比)	
		資本金	169億7,095万円 (4.4%増)
		剰余金	28億6,955万円 (1.1%減)
		資本合計	198億4,050万円 (3.6%増)
資産合計	440億5,137万円 (2.5%増)	負債・資本 合計	440億5,137万円 (2.5%増)

〔損益計算書〕※税抜額



公共下水道事業会計

※税込額

区分	収入 (対前年度比)	支出 (対前年度比)
収益的収支	37億3,972万円 (2.7%増)	34億5,624万円 (2.3%減)
資本的収支	23億6,107万円 (371.4%増)	33億1,053万円 (152.8%増)

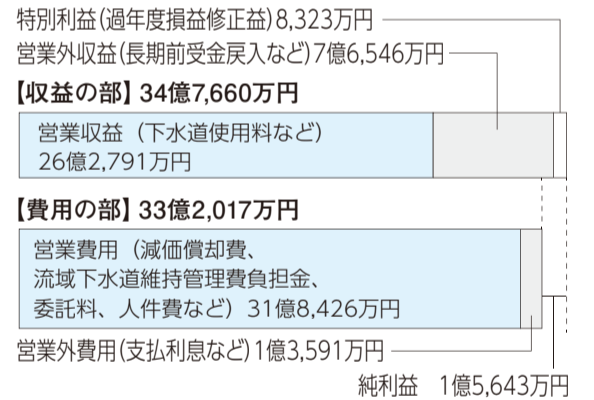
資本的収入額(翌年度へ繰越される支出の財源充当額4,565万円を除く。)が資本的支出額に対して不足する額9億9,511万円は、損益勘定留保資金などで補てんしました。

〔貸借対照表(4年3月31日現在)〕

※税抜額

資産の部 (対前年度比)		負債の部 (対前年度比)	
固定資産	400億3,420万円 (3.8%増)	固定負債	78億462万円 (7.1%増)
流動資産	20億9,948万円 (12.3%増)	流動負債	7億5,174万円 (2.1%減)
		繰延収益	199億6,050万円 (5.1%増)
		負債合計	285億1,686万円 (5.4%増)
		資本の部 (対前年度比)	
		資本金	126億7,793万円 (1.8%増)
		剰余金	9億3,889万円 (0.2%減)
		資本合計	136億1,682万円 (1.7%増)
資産合計	421億3,368万円 (4.2%増)	負債・資本 合計	421億3,368万円 (4.2%増)

〔損益計算書〕※税抜額



お問い合わせ

- 一般・特別会計に関すること
財政課 電話(487)5112へ
- 公営企業会計に関すること
上下水道局経営企画課 電話(483)6572へ

広告



障害がある人もない人も 暮らしやすいまちを目指して

12月3日(土)から9日(金)は障害者週間です。障害者週間とは、障害者が様々な分野の活動に積極的に参加する意欲を高めると共に、障害者の福祉について理解を深めることを目的に設定されています。
お問い合わせは障害者支援課 ☎421-6741、FAX 483-2665へ。



障害の有無にかかわらず 助け合えるまちを目指して

私たち人間は、障害の有無にかかわらず、支えあって生活をしています。

普段生活をしている中で、落とし物を拾ってもらったり、迷子になって道を教えてもらうなど、困っている時に手を差し伸べてもらうことがあります。

障害者は、その時の状況に応じて、様々な配慮や支援が必要なことがあります。これらの支援を受けやすくするために「障害者手帳」が存在します。

障害者手帳とは？ 聞いたことはあるけれど…

「障害者手帳」という言葉を一度は耳にしたことがあるのではないのでしょうか。「障害者手帳」とひとくくりにしても次の3種類の手帳があります。

■身体障害者手帳

身体障害者手帳は、身体の機能に一定以上の障害があると認められた人に交付される手帳です。身体障害には肢体不自由・視覚障害・聴覚障害・内部機能障害・音声機能障害など様々な種類があります。

判定内容は、障害の種類や日常生活での支障がどの程度あるかで判断されます。

■療育手帳

療育手帳の対象は、おおむね18歳未満の発達時期に、知的障害があると認められた人に交付される手帳です。判定内容は知能指数(IQ)と生活への支障がどの程度あるかで判断されます。自治体によって呼び名が異なり、東京都では「愛の手帳」、名古屋市では「愛護手帳」と呼ばれています。

■精神障害者保健福祉手帳

精神障害者保健福祉手帳は、精神疾患のため長期に渡り日常生活や社会生活への制約がある人に交付される手帳です。

対象となる精神疾患は統合失調症、うつ病、てんかん、高次脳機能障害、発達障害などです。

障害者手帳を持っていなくても 支援を受けられる人がいます

例えば、難病疾患をお持ちの人や、自立支援医療の精神通院を利用されている人でも、支援の対象になることがあります。

支援を受けたいと思っている人や、手帳の新規取得を考えている人は、障害者支援課までご相談ください。



ヘルプマーク・ヘルプカードで 支援をスムーズに

手帳の有無は関係なく障害を持っている人も多くいます。また、健常者の人たちと同じように見えても、義足や人工関節を使用している人、心臓や腎臓機能に障害がある内部障害の人などがいます。

外見からは分かりにくい人が、「ヘルプマーク」や「ヘルプカード」を身に着けることで、周りの人に配慮等を必要としていることを知らせることができます。

このマークを見かけた時は、交通機関では席を譲ったり、街中でも助けを必要としないか、優しく声をかけてあげてください。

障害者支援課では「ヘルプマーク」と「ヘルプカード」の配布を行っています。

▶配布場所 障害者支援課 ▶配布方法 希望者(代理人含む)の申し出によりお渡しします。手帳などの提示の必要はありません。



◀ストラップ型のヘルプマーク

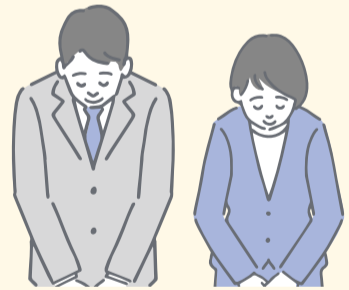
「生活のしづらさなどに関する調査」 ご協力をお願いします

厚生労働省が、障害者施策の推進に向けた基礎資料を得るための調査を、一部の地域を対象に実施します。調査を行う地区には、11月下旬にお知らせを配布し、12月から調査員が訪問します。

対象者がいると確認がとれた世帯には、調査票などを配布しますので、ご協力をお願いします。

■対象

- ・障害者手帳所持者
- ・難病等患者
- ・これまでの法制度では支援の対象とならないが、長引く病気やけが等により生活のしづらさがある人



情報ぎゅらりー

市役所 〒276-8501 大和田新田 312-5
☎483-1151 (代表)

国民年金保険料は 便利でお得な口座振替で

納付には、納め忘れのない口座振替が便利です。通常の振替日は当該月の翌月末ですが、①当月末振替、②6か月前納（4月、10月末振替）、③1年前納（4月分から翌年3月分を4月末振替）、④2年前納（4月分から翌々年3月分を4月末振替、2年に1回振替）にした場合、割引があります。

口座振替の手続きは年金手帳か納付書、預貯金通帳、通帳届け出印を持参し、口座を開設している金融機関などで行ってください。口座振替が開始されるまで、2か月程度かかりますので、早めに申し込んでください。（国保年金課☎421-6744）

各保険料の納付済確認書を 1月下旬に送付します

5年1月下旬に下記の納付済確認書を送ります。年末調整などで事前に必要な人は各担当課へ連絡してください。

▶国民健康保険料/国保年金課保険料班☎421-6743へ ▶後期高齢者医療保険料/国保年金課高齢者医療班☎421-6745へ ▶介護保険料/長寿支援課資格・徴収班☎421-6733へ

木造耐震診断・危険ブロック塀等 撤去の補助申請は12月23日金まで

木造住宅耐震診断費補助、危険コンクリートブロック塀等撤去費補助は、12月23日金（金）が申請期限となっています。希望者は申請期限が近づいているため、お急ぎください。詳しくは、建築指導課建築指導班☎421-6774へ。

要介護認定を受けている人へ

65歳以上で要介護認定済み（要支援は対象外）の人で条件を満たす場合に、身体障害者手帳がなくとも所得税や住民税の控除を受けるための障害者控除対象者認定書が発行できます。年末調整などで必要な人は見込みで発行もできます。おむつ代の「医療費控除」を受ける場合に、1年目の控除は医師が発行するおむつ使用証明書が必要ですが、2年目以降は証明書を市で発行できます。それぞれ5年1月4日（水）から受け付けます。詳しくは長寿支援課☎421-6736へ。

火災・救急時には 119 番

救急車の適正利用にご協力ください	出動件数	10月	1~10月
	救急	860件	9,442件
	火災・その他	49件	559件

火災場所の問い合わせは☎459-0119へ

20歳の人を対象に 成人式の案内状を送付します

4年4月から成年年齢が18歳となりましたが、進学や就職など進路の決定時期であることから、4年度以降の成人式も20歳の人を対象に開催します。

11月中旬ごろに10月末時点で本市に住民登録されている平成14年4月2日～15年4月1日生まれの人を対象に案内状を送付します。成人式の受付で提示してもらいますので、大切にお持ちください。11月以降に転入した人や、12月になっても案内状が届かない人は、生涯学習振興課☎481-0306 syougaku3@city.yachiyo.chiba.jp へ。

11月25日（金）～12月1日（木）は 「犯罪被害者週間」です

犯罪被害はいつどこで誰に起きるかわかりません。犯罪被害にあわれた人やその家族・親戚の人は、精神的・身体的・経済的といった様々な問題に苦しめられています。千葉県警では相談サポートコーナー☎043-227-9110（短縮ダイヤル#9110）や、性犯罪110番☎0120-01-8103（短縮ダイヤル#8103）などを設置しています。また、千葉県くらし安全推進課☎043-223-2267や市では、相談機関や支援機関の紹介をしています。

（コミュニティ推進課☎421-6718）

消費税のインボイス 制度の登録申請案内

5年10月から始まる消費税のインボイス制度において、制度開始と同時にインボイス発行事業者となるための手続期限は、原則として5年3月末です。多くの事業者に影響する制度ですので、早めに検討・準備してください。一般的な相談は、専用ダイヤル☎0120-205-553（無料）。説明会の開催日程などは右のコードから確認してください。

（市民税課）



千葉県下一斉滞納整理強化期間 滞納は絶対に見逃さない！

県税・市町村税の収入未済額の圧縮及び滞納の発生を防止するため、「滞納は絶対に見逃さない」を合言葉に、千葉県と県内全54市町村は10

11月の献血

●19日（出）午前10時～11時45分、午後1時～4時30分、イオンモール八千代緑が丘（八千代ライオンズクラブ・八千代中央ライオンズクラブ合同）

11月の納期

納期限は11月30日（水）です。スマホアプリで納付ができます。または、納め忘れのない口座振替が便利です
国民健康保険料……………5期
介護保険料……………5期
後期高齢者医療保険料……………5期

月から12月を「千葉県下一斉滞納整理強化期間」として、市町村税・県税の滞納者に対する徴収対策（文書催告や勤務先・取引先などへの財産調査、自宅などの搜索、給与・預貯金などの差し押さえ、自動車のタイヤロック）を強化しています。

税金は納期限までに、必ず納めましょう。お問い合わせは県税は各県税事務所または県税務課☎043-223-2127へ。市町村税は市納税課☎421-6726へ。

保健

保健センター
〒276-0042 ゆりのき台2-10
母子保健課 ☎ 486-7250
健康づくり課 ☎ 483-4646



離乳食教室

栄養士による離乳食の進め方などの講話。離乳食の見本の展示も。先着15組。▶対象 市内在住の生後7か月～1歳くらいの子（第1子）を持つ保護者 ▶日時 12月21日（水）午前10時30分～11時15分、午後1時45分～2時30分のいずれか。15分前から受け付け ▶場所 保健センター ▶申し込み 電話で母子保健課へ

妊婦・乳児健康診査を受けましょう

母子健康手帳と一緒に交付した母子健康手帳別冊に綴じられている妊婦・乳児健康診査受診票を利用し、妊娠中に14回、生後3～6か月と9～11か月に各1回ずつ、県内の医療機関で健康診査が受けられます。里帰り出産などで県外の医療機関や助産所での受診を希望する人、転入などで本市の受診票の交付を受けていない人は、電話で母子保健課へ。

パパとママの子育て教室

赤ちゃん人形を使ったお風呂の入れ方・オムツの替え方の実習。市内在住のはじめて赤ちゃんを迎える夫婦対象。先着順。目安は妊娠7か月前後。受講前に右上のコードで事前

学習を ▶持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ▶日時 12月14日（水）①午前9時30分から、②午前11時から、③午後1時30分から、④午後3時からの4部制（1時間程度）。15分前から受け付け ▶場所 保健センター ▶申し込み 電話で母子保健課へ



子どもの歯のことQ&Aを 市HPに掲載しています

お子さんの歯のこと、お口のお手入れ、歯みがきなど、お口の健康について困ったら、参考にしてください。閲覧方法は、市HPの「やっちの歯っぴいスマイルページ」で検索するか、下のコードから。



▲乳児編



▲幼児編



With コロナの健康 バランスアップ術

お昼にぴったりの簡単ワンプレートレシピの紹介や歯みがきのポイントなど。先着20人。筆記用具持参。

▶日時 12月19日（月）午前10時～11時30分 ▶場所 保健センター ▶申し込み 電話で健康づくり課へ

習志野保健所から

■精神保健福祉相談（予約制） 精神疾患や心の健康について、精神科医が相談をお受けします。

▶日時/場所 12月6日（火）午後2時から/八千代市障害者福祉センター、12月13日（火）午後2時から/習志野保健所 ▶申し込み 地域保健課☎475-5152

■思春期相談（予約制） お子さんの発達面や思春期に関する悩みなどについて、臨床心理士が相談をお受けします。

▶日時/場所 12月20日（火）午前9時30分から/習志野保健所 ▶申し込み 地域保健課☎475-5153

けんこうかんりコーナー

No.569 脂質の管理

健診で考える脂質は、総コレステロール（TC）、悪玉（LDL）、善玉（HDL）、中性脂肪（TG）があります。HDLは低いこと（HDL<40mg/dL；以下単位は省略します）が、それ以外は高いことが問題となり、まとめて脂質異常症といいます。以前は高脂血症と呼ばれていました。

脂質異常症は心臓、脳、大動脈、腎臓、足等の血管の動脈硬化をきたし、最終的に狭心症、心筋梗塞、脳梗塞、大動脈瘤、腎不全、閉塞性動脈硬化症などの発症につながるため、早期からの改善が重要です。

そのためにはまず、LDL値を下げるのが優先されます。目標値は抱えているリスクにより大きく異なる

八千代市医師会
八千代循環器内科
山田 雄一郎



り、健診結果が「正常値」であれば良いとは限らないことにご注意ください。これまでにかかったことがある病気（既往）や遺伝的要因によって目標値は変わります。例えば、最も緩い目標値は、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞の既往がない場合（一次予防）でLDL<160です。しかし糖尿病や遺伝的要因のある家族性高コレステロール血症、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞の既往がある場合（二次予防）はLDL<100、その中でも高リスク者はLDL<70です。

また、TGは食事により変動するため、空腹時でTG<150、食事を考慮しない場合はTG<175と定められました。

生涯学習

特に表示されていないものは受講無料です。詳しくは各主催者に問い合わせてください。



大和田公民館 電話482-0845

◆お正月飾りを作ってみよう 新年を迎える前に玄関先に飾る、伝統的に受け継がれている正月飾りを自分で作って新しい年を迎えませんか。市内在住か在勤・在学の成人対象。先着10人。手拭きタオル、持ち帰り用袋持参 時12月11日(日)午前10時～正午 費1,500円 申午前9時から電話か直接同館へ



高津公民館 電話450-0353

◆クリスマスのお菓子作り教室 クリスマスリース型クッキーを作ります。市内在住の小学4年生以上対象。親子での申し込み可。先着8人。エプロン・バングナ持参 時12月17日(土)午前10時～正午 費800円 申午前9時から電話か直接同館へ



勝田台公民館 電話485-5202

◆お正月の寄せ植え講座 寄せ植えの知識と手法を学び創作の楽しさを体験します。市内在住か在勤・在学の成人対象。先着15人。園芸用ハサミ、雑巾、エプロン持参 時12月14日(水)午前10時～正午 費2,500円 申午前9時から電話か直接同館へ



TRC八千代中央図書館 電話486-2306

◆プログラミング講座①「おはなし動画をつくろう！」専用のアプリを使って、自分だけの物語動画を作成します。簡単な操作を繰り返し、プログラミング的思考を育てます。5～8歳対象。先着7人 時12月3日(土)午前10時～11時45分 申11月16日(水)午前10時から電話か直接同館へ

◆プログラミング講座②「プログラミングにチャレンジしよう！」専用のアプリを使って、プログラミングの基礎から応用まで様々な課題に挑戦します。7～12歳対象。全2回。

夜間・休日急病診療

◆急病のときは、まず、当番医で受診を
テレホン案内
月～金曜日 19:00～翌8:30
土曜日 17:00～翌8:30
日曜日・祝日 年末年始 8:30～翌8:30
内科系(小児科) 電話482-6870
外科系・その他の科目 電話482-6871
歯科 電話482-6872
※小児科・その他の科目・歯科は、日曜・祝日・年末年始の8:30～17:00のみ

つながらないときは、市役所電話483-1151か消防本部電話459-2441へ。当番医は、市ホームページでも見られます。

やちよ夜間小児急病センター
東京女子医科大学八千代医療センター内
毎日18～23時 電話458-6090
※23時以降は電話450-6000へ

具合が悪くなり、当番医での受診が必要か判断に迷う時などに看護師や医師が電話で相談に応じます。

【小児】子ども急病電話相談
毎日19時～翌朝6時 局番なしの 電話#8000
※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは 電話043-242-9939

【小児以外】救急安心電話相談
平日・土曜18時～翌朝6時、日曜・祝日・年末年始 9時～翌朝6時 局番なしの 電話#7009
※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは 電話03-6735-8305

各回先着7人 時12月3日(土)①午後1時30分～2時30分、②午後3時～4時 申11月17日(木)午前10時から電話か直接同館へ

勝田台図書館 電話484-4946

◆こどものための華道教室～クリスマスリースをつくろう～ クリスマスリースを作ります。小学生対象。先着6人 時12月11日(日)午後2時～3時30分 申午前9時から電話か直接同館へ

◆絵本の読み聞かせ講座「読み語り、基本のキ」 朗読指導者による絵本の読み聞かせ講座です。絵本の読み方を中心に教えてもらいます。高校生以上対象。先着6人 時12月4日(日)午前10時～正午 申午前9時から電話か直接同館へ

◆大人のための朗読を楽しむ会 虹の会による小説やエッセイ、文学作品等の朗読会です。先着8人 時11月26日(土)午後1時30分～2時30分 申当日直接同館へ



郷土博物館 電話484-9011

◆竹細工講座 最も古くから行われている基本的な編み方で、竹と籐のみを使った竹かごを作ります。かご作りを通して、竹特有のあたたかみや昔ながらの文化に触れます。市内在住か在勤の人対象。先着10人 時12月4日(日)午後1時～4時 費1,000円(材料費) 申事前に電話か直接同館へ



長寿支援課地域包括支援センター 電話421-6738

◆認知症サポーター養成講座 認知症状のある人の特徴や接し方、地域社会でのサポート方法などを学びます。認知症の人の介護を支える相談機関や制度の紹介もあります。市内在住か在勤の人対象。先着40人 時11月26日(土)午前10時～11時30分 申市役所2階第1・2会議室 申11月24日(木)までに電話で同センターへ

地域振興財団緑化推進事務所 電話458-6446

◆緑の講習会「つるバラの管理術」 乱雑に絡み合った枝をきれいに整理して、春のつるバラをたくさん咲かせる方法など実演を交え学びます。先着20人 時12月16日(金)午

後1時30分～3時30分 申勝田台公民館 申12月12日(月)までに電話または緑化推進事務所HPから

◆緑の講習会「ミニ門松とクリスマスリース」 自然素材で、ミニ門松とクリスマスリースを作ります。先着10人 時12月20日(火)午後1時30分～3時30分 申福祉センター 費500円(材料費) 申12月13日(火)までに電話または緑化推進事務所HPから

農業交流センター 電話406-4778

◆クリスマス料理教室 米粉でクリスマスロールケーキを作ります。先着16人。エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具持参 時12月6日(火)午前10時30分～午後1時 費1,800円 申11月18日(金)午前9時からWEB申し込み

◆クリスマス料理教室② クリスマスアイシングクッキーとカラフル冬野菜キッシュを作ります。先着16人。エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具持参 時12月14日(水)午前10時30分～午後1時 費1,800円 申11月18日(金)午前9時からWEB申し込み

◆一日で仕込める味噌作り教室 味噌を約5kg仕込み、持ち帰りできます。各回先着10人。エプロン、三角巾、布巾、筆記用具、味噌容器(7.5リットル程度)持参 時12月10日(土)・15日(木)・18日(日)・21日(水)、1月13日(金)・22日(日)・25日(水)、2月1日(水)・4日(土)・7日(火)午前9時30分～午後0時30分 費3,500円 申11月19日(土)午前9時からWEB申し込み

◆寄せ植え教室 季節の花々で寄せ植えを作ります。先着20人。筆記用具、軍手持参、作業に適した服装で参加 時12月10日(土)午前10時～午後1時 費1,800円 申11月18日(金)午前9時からWEB申し込み



オーエンス八千代市民ギャラリー 電話406-4116

◆絵画教室「季節の花の水彩画」 透明水彩を使った季節の花の描き方を学ぶ水彩画の基礎講座。中学生以上対象。先着10人 時12月10日(土)午後2時～4時 申市民会館 費1,300円 申電話か直接同ギャラリーへ

会員募集

市民の皆さんからの依頼に基づき掲載しておりますので、内容についての責任は負いかねます。

◆八千代ハイキング 中高年の山歩きを楽しむ会、登山好き集合! 毎月第1木曜日午後7時～8時、八千代台東南公民館。第3日曜日、日帰り登山。主に関東一円の山々。半年5,000円(スポーツ安全保険料、バス代補助費用等含む)。伊東 電話090-3536-2145(午後7時以降) 申 itouhidekijp@yahoo.ne.jp

◆ソロギターサークルドルチェ 女性だけのサークルです。個人レッスンと合奏も行います。初心者歓迎です。第1・3月曜日午後1時～4時30分、八千代緑が丘公民館。入会金1,000円、月3,000円。鈴木 電話090-7906-9339

◆八千代アートサロン NPO活動として、絵画製作を通じ、皆さんが楽しく活動しています。毎週木曜日午後1時～3時30分、東南公民館。月1,000円。中村 電話070-6999-4361 申 garasora@yahoo.co.jp

◆伝承館囲碁クラブ 囲碁を楽しみませんか、初心者歓迎。水曜日午前または午後、文化伝承館。入会金1,000円、年会費1,200円。松

原 電話070-5366-1665

◆八千代台バドミントンクラブ 学生一般初級者歓迎。ゲーム中心の活動。メールにて事前に連絡を。ビジター不可。毎週土曜日午後6時～9時、八千代台小学校体育館。入会金1,000円、月1,000円。森 電話484-1525 申 yachi.bad@gmail.com

◆レディーステニスサークル・ポパイ 初級・月1回のコーチレッスンとミニゲームで楽しんでいます。毎週火曜日午前11時～午後1時、新川テニスコート。月2,000円。平田 電話458-4564

◆水彩会ひまわり 講師のもと楽しく学ぶアットホームな水彩教室。初心者大歓迎! 第2・4金曜日午前9時～正午、緑が丘公民館4階。月2,500円。黒田 電話080-8081-5148 申 nskst142@ymobile.ne.jp

◆ウクレレサークル プア・アイナ ウクレレにより、ハワイアンや他ジャンルの歌も楽しんでいます。第1・2木曜日午後1時30分～4時、緑が丘公民館。入会金2,000円、月2,000円。松川 電話459-9178

◆PCサクラ会 パソコン操作のスキルアップと会員の親睦を図ります。第1・3金曜日午前9時30分～11時30分、大和田公民館。月1,500円。中岡 電話090-6535-6951

熱があるときは

コロナかなと思う症状があり、症状が重い人や重症化リスクのある人、自分で検査して陽性と思われる結果が出た人は、日頃通院している医療機関か、お近くの医療機関に電話で相談してください。かかりつけ医がいないなど、困ったときは、千葉県のHPで発熱外来の連絡先を確認し、ネット環境がないなどの場合は下記相談窓口へ。受診の際は必ず事前予約をしてください。

相談窓口

●千葉県発熱相談コールセンター(土日祝含む24時間) 電話0570-200-139

●八千代市健康づくり課(平日8時30分～17時) 電話047-483-4646



千葉県HP

講座・イベントへ参加するときは

■感染症対策にご協力ください
新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため、参加時、屋内で身体的距離(2m以上を目安)がとれない場合、距離がとれるが会話する場合、屋外で距離がとれず会話する

場合は、マスク着用を推奨します。発熱などの体調不良の場合は参加を控えてください。

■最新情報を確認してください
感染状況により、イベントなどは中止・延期になる場合があります。市HPや主催者に問い合わせ、最新情報を確認してください。



▲八千代緑が丘駅北口ロータリーのライトアップが11月23日祝まで楽しめます。24日(休)からはイルミネーションが始まります

おめでとうございます(敬称略)

危険業務従事者叙勲 【瑞宝双光章】 ▶消防功労 円藤憲治(勝田台)、湯浅文久(大和田) ▶警察功労 高木利信(大和田新田)【瑞宝単光章】 ▶警察功労 梅田康則(大和田)、白井一満(大和田新田)、長峰廣光(米本) ▶防衛功労 多田登(大和田新田)

ありがとうございました

●勝田台北口商店会様から、一般寄附金として520万7,690円の寄附をいただきました。
●小久保製氷冷蔵株式会社から、市立中学校・義務教育学校に図書「大研究!こだわりと情熱!かちわり氷」を寄贈いただきました。



▲同社顧問・田久保渡様(左)と小林教育長。9月15日の贈呈式で

わからないことは個別に指導

八千代市長寿会連合会がスマホ講座

10月31日、市長寿会連合会主催のスマホ基本講座が小坂橋公会堂で行われました。大和田地区内のみのり会の会員20人が参加。ソフトバンクから招いた講師やサポーターから、地図の検索などスマートフォンの使い方を学びました。市長寿会連合会のこの講座はデジタル活用による不安のある高齢者等の解消に向け、年内に29クラブ480人の会員の受講が予定されています。



▶わからないことはサポーターが個別に指導

18組が自慢の歌声披露

市制施行55周年記念「NHKのど自慢」

10月23日、市制施行55周年記念「NHKのど自慢」の公開生放送が市民会館で行われました。前日の予選会を突破した18組の皆さんが、ゲストの布施明さん、Little Glee Monsterさんと大勢の観客の前で自慢の歌声を披露しました。



災害が起きたときも助け合えるように

大和田中学校で防災寺子屋

10月22日、大和田中学校で、市社会福祉協議会協力のもと、防災寺子屋が開催され、中学2年生や保護者、有志の地域住民、八千代東高校の生徒などが参加。学校を避難所と想定し、疑似的に運営するカードゲーム「HUG」を体験しました。進行役が避難者の年齢や抱える事情が書かれたカードを読み上げると、その人を校内のどこへ誘導するかなどをみんなで考えました。同校の渡邊仁那さんは「いざ災害が起きたときも避難所で助け合えるように絆を大切にしたい」と語りました。



▲カードを読み上げる進行役の保護者とそれを聞く生徒

ミニ・ガイド

■精神障害者「家族対話の集い」

精神障害者の患者を身内に持つ家族が集まって、悩みや心配なことなどを話し合います。11月24日(木)午後1時30分～4時、プラッツ習志野北館音楽室。申し込みは電話かファクスで習志野八千代心の健康を守る会・渡邊 ☎453-6760へ

■創業スクール 経験豊かな中小企業診断士を講師に、創業計画書の作成をゴールとして、創業スクールを開催。県内で創業を考えている人、創業して間もない人対象。抽選30人。5年1月14日～2月4日の毎週土曜日。松戸商工会議所中会議室。受講料無料。千葉県信用保証協会のWEBサイトから申し込み。同協会 ☎043-311-5001

市民伝言板 /

●会長杯卓球大会 市内在住か在勤・在学か市卓球連盟登録者対象。一般男子シングルス・一般女子ダブルス・シニア男女(50歳以上)・グランドシニア男女ダブルス(一部60歳以上、二部70歳以上)。5年1月15日(日)午前9時受け付け。市民体育館。参加費1,000円。12月15日(木)まで

に同連盟ホームページから申し込むか郵送で〒276-0042ゆりのき台7-17-1 徳永勝美 ☎484-3051へ
●ふるさとの歴史展 佐山地区の古代～近代の歴史・民俗の研究の展示発表やミニ講演会。12月4日(日)午前10時～午後5時、5日(月)午前10時～午後4時。総合生涯学習プラザ(会場・日程を変更しました)。市郷土歴史研究会・鈴木 ☎090-3593-3103

八千代歌壇

鶴岡 美代子選

観音の足の人差し指長く母に似ていてそっと手を置く
(八千代台西) 伊藤 智子
外は雨あじさいの花静かなりまたしてもひらく終活手引書
(村 上) 新井 豊子
半歩行き一呼吸してまた半歩歩行器上げる友のがんばり
(八千代台西) 藤野 宏子
ノアアウト満塁となるピッチャーの心拍音は吾に届きそう
(大和田新田) 上野久美子
続けざま車擦りて保険屋に電話しながらよぎる返納
(大和田) 井上 正則
街路樹の日陰求めて立ち止まる信号待ちのわずかな時間
(ゆりのき台) 大倉 和子
夕闇にますます白く蕪の花吹く風かわり秋の気配す
(八千代台北) 水野大佳代
傍らの息子の教科書を参考に大河ドラマに日本史習う
(下市場) 村越喜美子
来年の手帳が並ぶ書店にて過ぎゆく日々を早さを思う
(八千代台北) 野原 隆志

やちよ川柳

八千代川柳連盟選

虫の音に誘われ遠く夕散歩 大学町林 茂一
手の平にそっと指文字思ひ人 緑が丘 神山佳代子
一つ詰め二つ出ていく老いた脳 勝田台 古川 大晴
面接に自分らしさで体当たり 勝田台 板橋神無月
七五三露店の前で根が生える 八千代台東 栗川 幸雄
残り物詰めるお昼のおべんとう 大学町 伊藤ばん子
さくさくと梨の歯ざわり旨さ増す 村上団地 山田 純子
さくさくのクッキー甘い乳児の香り 村 上 井上 すす
優しさに触れると背筋ピンと伸び ゆりのき台 石田 らく
オベスるかしないか迷う医者腕の腕 村 上 島村 呆眼
雑草と共存してる老いの庭 八千代台北 中村 たえ

リサイクル・ガイド

消費生活センター ☎483-1151(代表)