

# 情報ぎゅらりー

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

## 庭球場の利用休止について

6年9月から7年3月まで八千代総合運動公園庭球場のハードコート(3番～10番コート)を人工芝コートに改修する工事を予定しています。期間中は対象の庭球場が利用できなくなりますのでご注意ください。

(文化・スポーツ課 ☎481-0305)

## ペットボトルは 潰して出してください

ペットボトルを資源として出す場合は、必ず潰してから出してください。運搬効率向上のため、皆さまのご協力をお願いします。(クリーン推進課 ☎421-6768)



## 固定資産の価格などが 縦覧できます

市内に固定資産を所有する納税者は、6年度土地価格等縦覧帳簿・家屋価格等縦覧帳簿で、自分の資産の価格が適正であるか比較できます。

▶縦覧期間 4月1日(月)～4月30日(火)午前8時30分～午後5時(土曜・日曜日、祝日を除く) ▶対象者と持ち物 ①納税者か納税管理人は身分証明書(運転免許証など)、②代理人は委任状と身分証明書。法人の場合は代表者印も必要です ▶場所 資産税課 (資産税課 ☎421-6693)

## 国民年金保険料免除など 申請者は市・県民税の申告を

国民年金保険料の納付が困難な人で、6年7月～7年6月の①保険料の免除申請(継続申請対象者含む)または②納付猶予申請(継続申請対象者含む)をする場合は、前年の所得で審査されるため、市・県民税の申告が必要です。

①は申請者・申請者の配偶者・世帯主それぞれの前年所得、②は申請

者・申請者の配偶者それぞれの前年所得で審査されますので、市・県民税の申告をしてください。

また、20歳前傷病による障害基礎年金を受給している人や旧法の障害福祉年金を受給している人も、受給者の市・県民税の申告が必要です。

なお、所得のない人で、同一世帯の控除対象配偶者や扶養親族になっている人は、申告の必要はありません。(国保年金課 ☎421-6744)

## 赤十字活動資金へのご協力 ありがとうございます

5年度赤十字活動資金の募集に多くの皆さまにご協力いただき、日本赤十字社千葉県支部八千代市地区においては総額349万3,088円が寄せられました。この資金は、災害救護や献血事業などの赤十字事業資金として有効に活用されます。

(健康福祉課 ☎421-6731)

### 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

## 母子保健課 離乳食教室

栄養士による離乳食の進め方についての講話、離乳食の試食(保護者)などを行います。市内在住の生後7か月～1歳くらいの子を持つ保護者対象。先着10組。

▶日時 4月18日(木)①午前11時～午後0時10分、②午後2時～3時10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 アプリ「やちよ子育てナビ」から予約を



▲やちよ子育てナビ

## 健康づくり課 習志野保健所から

■3月24日は世界結核デーです。症状が長く続く場合は、早めに医療機関を受診



しましょう。

結核は、今でも全国で新たに年間約11,000人(千葉県は約600人)が発症しています。近年の傾向として、70歳以上の結核患者が新規患者の半数以上を占め、さらに増加する傾向にあるといわれています。

受診の遅れが依然大きいことも指摘されていますので、次のことに注意し、結核の早期発見・早期治療に努めましょう。

▶結核の初期症状は風邪とよく似ています。せき・たん・微熱・だるさなどが2週間以上続く場合は、必ず医療機関を受診しましょう ▶職場や学校などの健診や市町村の結核健診の対象者は、必ず受診しましょう ▶問い合わせ 習志野保健所疾病対策課 ☎475-5154

### ■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。

▶4月23日(火)午前9時30分から ▶会場 習志野保健所 ▶問い合わせ 習志野保健所地域保健課 ☎475-5153

## 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。

### 公民館 勝田台公民館 ☎485-5202

◆ぼかぼか子育てひろば ～おはなし会と栄養士に聞こう!食育ってなあに?～ 「本だいきすき!」の会による読み聞かせと手遊び、栄養士による子どもの食事と栄養・おやつ役割などの話とおしゃべり会。遊具スペース有り。市内在住の4年4月2日～5年4月1日生まれの子とその保護者対象。抽選12組。飲み物持参。 ☎4月10日(水)午前10時～11時30分 ☎3月15日(金)午前9時から24日(日)午後5時までに電話か直接同館へ。または下のコードから電子申請。結果は当選者のみ3月27日(水)までに通知



### 八千代台東南公民館 ☎485-4811

◆クラフトバンド体験～飛ばし編みのミニバッグ作り クラフトバンドの扱い方などを学びながら、かわいいミニバッグを作ります。市内在住か在勤・在学の成人対象。抽選10人。飲み物持参。 ☎4月20日(土)午前10時～正午 ☎1,200円 ☎3月15日(金)～25日(月)午前9時から午後5時までに電話か直接同館または、3月15日(金)午前9時から25日(月)午後9時までに右のコードから電子申請。27日(水)までに抽選結果を通知



### 緑が丘公民館 ☎489-4919 ◆春の里山散策

島田谷津付近を歩き自然観察をします。市内在住の成人対象。延期日も参加可能な人。抽選10人。飲み物、筆記用具持参、長袖、長ズボン、帽子を着用、運動靴で参加。 ☎4月16日(火)午前9時20分～午後1時。雨天の場合は、4月19日(金)に延期。19日が雨天なら中止。 ☎交通費は自費 ☎3月15日(金)午前9時から21日(木)午後5時まで。電子申請は下のコードより。電話や窓口は平日午前9時～午後5時のみ。 ☎4月2日(火)までに抽選結果を通知



### 大和田図書館 ☎482-3240 ◆大人のための朗読会

朗読ユニット「ゆらぎ」による、小説などの朗読会です。中学生以上対象。 ☎4月7日(日)午後2時～3時30分 ☎当日直接同館へ

### 勝田台図書館 ☎484-4946 ◆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、文学作品などの朗読会です。耳で聴く読書を楽しんでみませんか。先着8人。 ☎3月23日(土)午後1時30分～2時30分 ☎当日直接同館へ

## 火災・救急時には 119 番

出動件数	2月	
	1月～2月	
救急	929件	2,005件
火災・その他	57件	129件



## けんこうかんりコーナー

### No.582 TCHを知ってますか?

TCHとは「歯の接触癖」のことを言います。歯が接触するタイミングは会話、咀嚼(食べ物を噛むこと)、嚥下(食べ物やつばを飲みこむ)の3つのタイミングで起こります。それ以外は実は上下の歯は隙間が1～3mm開いていなければいけません。もちろん、口をぽかんと開けるのではなく上下の唇が軽く接触して、歯は接触しないのが理想です。歯は水晶程度の硬さがあるから上下の歯が当たると壊れてしまいます。一日の間で上下の歯が接触する時間は約20分と言われています。

### 八千代市歯科医師会



それ以上接触している方はTCHの可能性がります。ご自宅出来る、TCHの判定方法があります。

- ・舌に圧痕がないか? 舌の左右の側面にギザギザとした歯の痕がないかをみる。
- ・くさび状欠損がないか?

歯の根元がくさびの形でえぐる(知覚過敏の原因で一番多いです)などがあります。TCHは何か集中しているときに起こりやすいです。(スマホやパソコンをよく見る方にも多いです) 気になる方は、お近くの歯科医院に相談してみてください。

## 3月の献血

●3月17日(日)午前10時～11時30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)

## 3月の納期

納期限は4月1日(月)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……………9期  
介護保険料……………9期  
後期高齢者医療保険料……………随時期

## 夜間・休日 急病診療

月～金曜日 19:00～翌8:30	内科系(小児科) ☎482-6870
土曜日 17:00～翌8:30	外科系・その他の科目 ☎482-6871
日曜日・祝日 年末年始 8:30～翌8:30	歯科 ☎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

◆急病のときは、まず、当番医で受診を

☎テレホン案内

つながらないときは、市役所 ☎483-1151か消防本部 ☎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 ☎458-6090  
※23時以降は ☎450-6000へ

具合が悪くなり、当番医での受診が必要に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】こども急病電話相談

毎日19時～翌朝8時 局番なしの ☎#8000  
※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは ☎043-242-9939

### 【小児以外】救急安心電話相談

平日・土曜18時～翌朝8時、日曜・祝日・年末年始・GW  
9時～翌朝8時 局番なしの ☎#7119  
※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは ☎03-6810-1636