



キャッチコピー&ロゴマークが決定

本市の環境の「ほどよさ」を表しました



▲多くの人に親しまれるよう、幅広く活用していきます。ロゴマークの中には「やっち」の姿も

市では、市のイメージ向上や、市民の皆さんに、より愛着や誇りを持っていただくことを目的に、キャッチコピー&ロゴマークの制作を進めてきました。3点の候補から皆さんの投票をもとに、「ほどよし。やちよし。」に決定しました。本市の環境の総合的な「ほどよさ」をストレートに表現し、ほのぼのとした雰囲気の文字が、都市機能や自然などのさまざまな魅力に囲まれた様子を表しています。

今号の紙面から

- ◆みんなで守ろう大切ないのち……………2
- ◆AEDの操作方法を身に付けましょう…3
- ◆地元の医療に貢献している看護師たち…4
- ◆こども親善大使がバンコク都を訪問……5

令和7年度障害者外出支援タクシー券および高齢者等外出支援タクシー券を交付します

4月1日(火)から利用できるタクシー券を交付します。なお、6年度にタクシー券を申請・交付されている人には、3月中旬に申請書などを送付します。

■障害者外出支援タクシー券 ▼交付開始日 3月17日(月)（22日(土)・23日(日)午前9時～午後3時の間で臨時の交付窓口を開設します）▼交付窓口 市役所2階障害者支援課 ▼対象者 次の(1)～(3)のいずれかに該当する人。(1)身体障害者手帳1級、2級または視覚、下肢、体幹、移動機能障害の3級の人、(2)療育手帳(ア)の1、(ア)の2、Aの1、Aの2の人、(3)精神障害者保健福祉手帳1級の人

■高齢者等外出支援タクシー券 ▼交付開始日 3月24日(月) ▼交付窓口 4月11日(金)までは市役所多目的棟会議室。14日(月)以降は市役所2階長寿支援課 ▼対象者 次の(1)・(2)の両方に該当する人 (1)事業対象者または介護保険で要支援もしくは要介護の認定を受けている人、(2)最新年度の市民税が非課税の人 ※7年度から事業対象者（基本チェックリストにより生活機能の低下が認められた人）が対象に加わりました。（障害者支援課(421)6740・長寿支援課(421)6737）

引っ越しをしたら住民票を移しましょう

選挙の投票は、選挙人名簿に登録されていなければできません。引っ越しをした場合、転入の届け出をした日から3か月経つと、新しい住所で名簿に登録されます。住民票の手続きについては、戸籍住民課(421)6719へお問い合わせください。

■引っ越してから3か月経たずに選挙があるとき 国政選挙や県政選挙の場合、引っ越し前の住所地（旧住所地）に3か月以上上住んでいれば、旧住所地で投票できます。県政選挙は、同一県内での住所移動に限りです。詳しくは、旧住所地の選挙管理委員会にお問い合わせください。

■旧住所に行けないとき 仕事などで旧住所に行けないときは、不在者投票ができます。投票用紙などの郵送に時間がかかるので早めに手続きをしてください。

（選挙管理委員会(483)1151）

八千代市長選挙の立候補予定者説明会は4月17日(木)に開催します

立候補に必要な手続きなどの説明や書類の配付を行います。

▼日時 4月17日(木)午後2時から ▼場所 市役所4階第1委員会室
(選挙管理委員会(483)1151)





みんなで守ろう 大切ないのち

～3月は自殺対策強化月間です～

自殺は、その多くが追い込まれた末のものであり、背景には精神保健上の問題だけでなく、過労や生活困窮、育児や介護疲れ、孤立などのさまざまな要因があることが知られており、誰にでも起こる可能性があります。自分自身や身近な人、家族、友人の命を守るため、できることから始めてみましょう。また、春は進学や就職など生活環境が大きく変化し、不安やストレスを抱えやすい時期です。心の健康を保つ上で重要な役割を担う睡眠や休養を、今一度見直してみませんか。この特集のお問い合わせは、健康づくり課画483-4646へ。

あなたも誰かのゲートキーパーに

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に「気づき、声をかけ」「話を聞いて」、必要な支援に「つなげ」「見守る」ことができる人のことです。特別な資格は必要なく、誰でもゲートキーパーになることができます。

人は誰でも落ち込むことがあります。周りに悩んでいる人がいたら、まずは優しく声をかけることから始めてみませんか。その行動が、ゲートキーパーの第一歩になります。

話をよく聞き、一緒に考えてくれる「ゲートキーパー」が身近にいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、大きな心の支えになるはずです。

気づき・声かけ

眠れない、食欲がない、口数が少なくなったなど、身近な人の様子がいつもと違うときは、悩みを抱えているサインかもしれません。いつもと違う様子に気づいたら…

「どうしたの？ なんだかつらそうだけど、よかったら話を聞かせてほしい」「何か力になれることはない？」などの声をかけましょう。



話を聞く（傾聴）

相手の感情を否定せずに誠実に対応しましょう。話を聞いたら「話してくれてありがと

う」「大変だったね」などのねぎらいの気持ちを言葉にして伝えましょう。

つなぐ

本人に相談窓口の情報を丁寧に提供し、早めに専門家に相談するように伝えましょう。相談窓口の詳細は右のコードからご確認ください。



見守る

温かく寄り添いながら、じっくりと見守り、いつでも、必要なときは相談に乗ることを伝えましょう。

参考 厚生労働省：誰でもゲートキーパー手帳【第2版】

こころの健康を保つためには

■ストレスを正しく理解しましょう

ストレスとは、外部からの刺激などによって生じる私たちの心身の反応のことです。ストレスの原因は、天候や騒音などの環境的なもの、病気や睡眠不足などの身体的なもの、不安や悩みなどの心理的なもの、人間関係や仕事が忙しいなどの社会的なものなどがあります。進学や就職、結婚や出産など喜ばしい出来事も含めて、日常生活の中で起こるさまざまな変化がストレスの原因になることがあります。

■自分のストレスサインを知りましょう

眠れない、お腹が痛くなる、気分が落ち込む、怒りっぽくなるなど、さまざまなストレスサインがあります。ストレスサインに気づかないままストレスを受け続けると、さらに調子を崩してしまうことがあります。

自分のストレスサインを知り、早めに気づいて、適切に休むことがこころと体の健康には重要です。

ぐっすり眠れていますか？

■良い睡眠とは？

良い睡眠には、量（時間）と質（睡眠で休養がとれている感覚）が重要です。必要な睡眠時間は年齢などに応じて変化します。

【子ども】

- ・小学生は9～12時間、中学・高校生は8～10時間を目安に睡眠時間を確保する
- ・朝は太陽の光を浴びて、朝食をしっかり摂り、日中は運動をして、夜更かしはほどほどに

【成人】

- ・睡眠時間は6時間以上を目安として必要な時間を確保する
- ・日常の食生活や運動、寝室の睡眠環境などを見直して、睡眠休養感を高める
- ・睡眠の不調・睡眠休養感の低下を感じる時は病気が潜んでいることもあるので注意が必要



【高齢者】

- ・寝床にいる時間は8時間以内が目安
- ・日常の食生活や運動、寝室の睡眠環境などを見直して、睡眠休養感を高める
- ・長い昼寝は夜間の良眠を妨げるので日中は長時間の昼寝は避け、活動的に過ごす

その他、生活の中での注意点には、嗜好品との付き合い方があります。カフェイン飲料（コーヒー・コーラ類・エナジードリンクなど）には、覚醒作用があり、寝つきの悪化や中途覚醒の増加、眠りの質を低下させる可能性があります。カフェインの代謝には個人差がありますが、成人は1日400mg（コーヒー700cc程度）以内に、夕方以降の摂取は控えるようにしましょう。また、深酒や寝酒、たばこに含まれるニコチンも睡眠の質を悪化させる可能性があります。

さらに、照明器具やスマートフォンの光も良質な睡眠を妨げる場合があります。寝る前はできるだけ暗い環境を整えることが重要です。詳細は右のコードからご確認ください。



自治会に加入しましょう

自治会では、温かく住みよい街をつくるため、会員同士が力を合わせて、活動しています。賃貸住宅、社宅または別の寮に居住している世帯や、一人暮らしの学生も自治会へ加入できます。自治会に加入したいときは、各地区の班長が自治会長へ申し出てください。新規結成もできますのでご相談ください。

●主な活動 ①ふれあいの街をつくる親睦活動、②美しい街をつくる環境美化活動、③安心の街をつくる防犯・防災活動など。

詳しい活動内容は、地域の自治会に確認してください。

●加入のメリット ①ふれあいの輪が広がる、②いざというときに協力や助け合いができる、③いろいろな行事に参加できる。詳しくはコミュニティ推進課画(421)6718へ。

BOOK STREET 春の本祭り2025

市内最大の本の交換市。本を3冊持つてくると好きな本1冊と交換できます。会場は歩行者天国となり、路上パフォーミングと素敵な飲食店、雑貨店なども多数出店します。

▼日時 3月23日(日)午前10時～午後3時。雨天中止 ▼会場 八千代台北本通り(八千代台駅西口徒歩1分) ▼問い合わせ 八千代台まちづくり合同会社画(770)0168

(都市計画課まちづくり推進室)

4月から市の組織の一部が変わります

子ども施策に係る多くの対応について他部局と連携しながら進めていくため、子育て支援課に子ども政策班を設置し、企画班を幼保施設・監査班に変更します。

また、上水道課の水道管に係る業務を迅速かつ効率的に行っていくため、建設班と維持班を管路工務班に統合します。

(総務課画(421)6711)

夜間の外出は控えましょう。千葉県青少年健全育成条例により、保護者は特別な事情がある場合を除き、青少年を午後11時から午前4時までの間、外出させないように努めなければなりません。また、保護者の同伴なしに16歳未満の者が午後6時以降にゲームセンターに立ち入ることは、風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律及び当該千葉県施行条例により禁止されています。

青少年相談をご利用ください。青少年の非行や生活の乱れなどの悩みについて、相談をお受けします。助言のほか、必要に応じて関係機関との連携を図ります。

▼相談方法 ①電話相談、②来所相談(要電話予約)。受付時間は月曜日(祝日を除く)午前9時～午後4時。問い合わせは、青少年センター／大和田13812教育委員会庁舎内画(483)2842へ。

いざという時のためにAEDの操作方を身に付けましょう

～一人でも多くの心臓突然死を減らすために～



救急車が到着するまでの 平均時間は10分（令和5年）

心臓突然死となる原因の多くは「心室細動」と呼ばれる重篤な不整脈です。心臓が正常な動きをすると全身に血液を送り出し、話したり身体を動かしたりすることができますが、心室細動を発症すると、心臓は震えている状態となり、全身に血液を送り出すことができず、数秒で意識がなくなり、数分で脳をはじめとした全身の細胞が死んでしまいます。

心臓の震えを取り除くことができる唯一の方法がAEDによる電気ショックです。電気

心臓突然死とは、心臓の収縮運動に異常が生じ、脳を含む全身に血液を送り出すことができず、死に至ってしまう病気です。

心臓突然死を減らすためには、その場に居合わせた人が救急車が来るまでの間、心肺蘇生法およびAEDによる電気ショックを実施する必要があります。この特集のお問い合わせは、警防課 459-7804へ。

ショックが1分遅れるごとに救命率が約10%ずつ低下するため、1秒でも早くその場に居合わせた人が心肺蘇生法およびAEDによる電気ショックを実施することが救命率の向上に繋がります。

Live119映像通報システム

スマートフォンを活用して通常の119番通報に映像を加えることで、より正確な情報をリアルタイムに伝えることができるサービスです。

119番通報の際、消防指令員が現場の様子を映像で確認したい時、Live119を利用した映像伝送のご協力をお願いすること

があります。なお、映像通信にかかる通信料金は通報者側にかかりますので、ご理解とご協力をお願いします（通信料金は、ご契約の通信会社やプランによって異なります）。操作方法などの詳細は右のコードから。



市内のAED設置場所はこれから

AEDは市内の小・中学校や公共施設などに設置されています。設置場所は右のコードから。



AEDの操作方法

突然倒れた人や反応がない人を発見したらすぐに119番通報し、普段通りの呼吸をしていない時は、心肺蘇生法を実施します。その後、AEDを活用します。



- ①電源を入れる AEDにはいろいろな種類があり、操作者が自ら電源を入れるタイプや蓋を開けると自動で電源が入るタイプがあります。
- ②電極パッドを胸に貼る 電極パッドを保護シートからはがし、イラストに記載されているとおり、胸に貼ります。
- ③心電図の解析 電極パッドを胸に貼ると自動で心電図を解析するため、傷病者から離れます。
- ④ショックボタンを押す 電気ショックが必要な時は「ショックが必要です」などの音声メッセージが流れるため、誰も傷病者に触れていないことを確認し、ショックボタンを押します。電気ショック後は直ちに心肺蘇生法を継続します。



■電気ショックの必要がなかった場合

電極パッドを貼り電気ショックの必要がなかった場合は「ショックは不要です」などの音声メッセージが流れるため、電極パッドをはがさず、直ちに心肺蘇生法を実施します。AEDは2分ごとに心電図を解析しますので、AEDの音声メッセージに従ってください。

■電極パッドを貼る際の注意点

- ①傷病者の胸が濡れている場合 胸が濡れているときは、タオルなどで水分を拭き取ってから貼ります。
- ②胸に貼り薬がある場合 貼り薬をはがして、肌に残った薬剤を拭き取ってから貼ります。
- ③医療機器が胸に植込まれている場合 機器（皮膚が盛り上がり、下に固いものが触れる）を避けて貼ります。
- ④下着が邪魔をする場合 下着をずらして貼ります。その際、できる限り人目にさらさないよう配慮しましょう。

未就学児に対するAED

未就学児用の電極パッドが入っている場合は、それを使用します。AED本体に未就学児用モ

ードに切り替えるスイッチが付いている場合は、未就学児用モードに切り替えます。未就学児用の電極パッドがなく、また、未就学児用モードに切り替えることができない場合は、小学生～大人用電極パッドを使用します。その際、電極パッド同士が接触しないようにします。

オートショックAED

電気ショックが必要と解析した場合に、ショックボタンを押さなくても自動的に電気ショックが行われる機種です。傷病者から離れるように音声メッセージが流れ、カウントダウンまたはブザーの後に自動的に電気が流れます。この場合も音声メッセージなどに従って傷病者から離れる必要があります。

救命講習会を受けてみませんか

本市消防本部では、心肺蘇生法およびAEDの操作方法に関する救命講習会を定期的の実施しています。いざという時のために受講をお願いします。詳しくは、右のコードから。



▲救命講習会



▲心肺蘇生法（デモ）

の危険な運転はやめ、安全に利用しましょう。

配信の際には、学校から被害児童生徒の保護者に配信の意思、警察への通報状況、配信内容などを確認してから配信しています。また、声掛けなどの事実の場合、被害児童生徒・はつきり刑法犯と認知できない不審者について、個人を特定もしくは推測させるような情報は原則配信していません。

自転車の運転中における「ながらスマホ」は禁止 6年11月から、スマートフォンなどを手に保持して自転車に乗りながら通話する行為、画面を注視する行為が新たに禁止され、罰則の対象となりました。違反した場合、6か月以下の懲役又は10万円以下の罰金となります。その内、交通の危険を生じさせた場合は、1年以下の懲役又は30万円以下の罰金となります。自転車の危険な運転はやめ、安全に利用しましょう。

不審者に出会ったときの対応は？「いかのおすし」を合言葉に「いかにない・のらない・おお声を出す・すぐに逃げる・しらせる。」を合言葉に、危険から身を守る力を育てましょう。また、すぐに110番をしてください。

不審者情報を配信しています 青少年センターでは、やちよ情報メールと市LINE公式アカウントにて、子どもに対する声掛けをはじめとした不審者情報を配信しています。ご登録のうえ、お住まいの地域の防犯に役立ててください。登録は、市ホームページからお申し込みください。

春休みを安全に過ごすために

長期休業中は、子どもたちが事件・事故に巻き込まれやすい時期です。子どもたちが安全に過ごせるように、地域の皆さんの温かい見守りをお願いします。また、家庭での約束事を確認しましょう。

不審者に出会ったときの対応は？「いかのおすし」を合言葉に「いかにない・のらない・おお声を出す・すぐに逃げる・しらせる。」を合言葉に、危険から身を守る力を育てましょう。また、すぐに110番をしてください。

広報やちよに掲載する有料広告と市ホームページに掲載するバナー広告を募集しています。いずれも、広告の原稿や電子データなどの作成に係る費用は自己負担です。掲載できる広告は、八千代市有料広告取扱要綱および八千代市広告掲載基準に基づきます。要綱と基準は、市ホームページに掲載しています。

【広報やちよ】 広報やちよ4・5ページの下部に掲載。
▼規格 1枠で使用する場合：縦75mm×横118mm、2枠合わせて使用する場合：縦75mm×横240mm。配色はカラー4色（シアン、マゼンダ、イエロー、ブラック）。▼申し込み・問い合わせ 株式会社サンケイイちは企画／千葉市中央区中央4-17-13 袖ヶ浦ビル 043(202)8600

【市ホームページ】トップページの下部に掲載。
▼規格 バナーのサイズ 縦60ピクセル×横150ピクセル／データの量 20キロバイト以内／データ形式 GIF、JPEG または PNG 形式（動画は不可）▼掲載料 1か月2万円 ▼申し込み 市が委託する広告代理店に申し込み（広報広聴課 421-6704）

地元八千代市の医療に貢献している看護師たち



私は、八千代医療センターで勤務して15年目になります。当院では、地元出身の看護師たちが患者さんの療養生活の場を想像しながらケアしています。今回協力してくれた看護師たちは、市内の市立小学校・中学校に通って看護師を志したスタッフたちです。(看護部 三好麻実子)

八千代で育ち、小さい頃からの夢だった看護師。慣れ親しんだ土地で働くことができて幸せです。ときどき、同窓生や後輩、指導してくれた先生に会えるのも嬉しいです。今度は、未来ある子どもたちのために、看護師として手助けできればと思っています。(Yさん)

患者さんとの話の中で、地元話に花が咲くことも多くて楽しいです。(Dさん)

地元八千代市で小児救急や周産期医療に力を入れた病院ができると聞いて、ここで働き始めて17年。これから子どもたちやご家族に元気に過ごしてもらえよう、頑張っていきたいです。(Sさん)



育ててもらった八千代で働けて幸せです。地域や生活環境を知っているのが患者さんのサポートに役立ちます。(Sさん)

自分が生まれ育った場所の地域医療に微力ながら関わることができて、嬉しく思っています。知っている場所だからこそ楽しく働けていると感じます。(Cさん)



地元にある八千代医療センターに転職を決めました。四季折々に花が咲く地元が好きだったので、仕事をしながら休みの日に八千代の自然に触れて、とても充実した時間を過ごしています。仕事も休みの日も楽しく働くことができる八千代医療センターに転職して本当によかったと思っています！(Bさん)



生まれ育った八千代で地域貢献できることに、やりがいを感じています！(Kさん)

患者さんが生活している地域のことを知っているのが、患者さんが治療を終えて自宅に戻る際に、生活に困ることが生じないか想像するように心がけています。(Tさん)



住み慣れた街の病院で働くことができ、地域に貢献できていると思うと嬉しいです。(Kさん)

地元で働くことで、地元の地域医療に貢献する一員となっていることを実感できています！患者さんの声がとても嬉しいです。(Aさん)

八千代生まれ八千代育ち、愛着ある地元で貢献できるよう日々精進します！(Kさん)



地元で働くようになって十数年になります。八千代について新たに知ることも多く刺激的です。地元で働くということは、子育てや介護との両立がしやすくなるんだと実感しています。これまでの経験を地元に戻元し、八千代に貢献できるよう頑張ります。(Kさん)

八千代市の医療に少しでも貢献でき、嬉しいです。これからも頑張ります。(Iさん)



市では看護師等の確保と質の向上に取り組んでいます

市の医療体制の安定的な継続と質の向上のため、市と八千代市医師会、八千代医療センター、秀明大学の4者が連携・協力し、看護師の養成や離職者の掘り起こしなどに取り組んでいます。

●**看護師等修学資金貸付制度** 看護師、助産師などの養成施設に在学し、将来市内で看護師などとして働く意思がある人に、修学に必要な資金を貸付けます。認定看護師教育課程も対象です。卒業または修了後、貸付期間と同じ期間（貸付期間が3年未満の場合は3年）市内で看護師などとして働いたときは、貸付金の返還が免除されます。

●**看護師復職研修** 離職している看護師、准看護師の看護現場への復帰をお手伝いするため、市内医療機関の協力で研修を開催しています。

広告

広告



▲バーンチャン校では、たくさんの人に歓迎されました

八千代こども親善大使が バンコク都を訪問



八千代こども親善大使一行が、1月22日～29日に7泊8日の日程でタイ王国バンコク都を訪問しました。八千代市とタイ王国バンコク都は、平成元年からこども親善大使による相互の交流を続けており、今回で33回目の訪問となりました。

12人のこども親善大使を派遣

今年度のこども親善大使は、市内の小学5年生と中学2年生を対象に募集を行い、約1,500人の中から選ばれた小学生9人と中学生3人です。昨年8月から、事前研修でタイについて調べたり、タイ語の学習に取り組むなど準備を進め、八千代市とバンコク都との友好の架け橋としてバンコク都を訪問しました。

表敬訪問などを通じて 互いの国の理解を深めました

バンコク都知事や都議会議長への表敬訪問では、都知事や議長の前でタイ語で自己紹介を行いました。また、タイで人気がある日本の食べ物やタイの産業、日本に対する印象などについて質問しました。

学校交流会で訪問したバーンチャン校では、日本とタイの国旗を手にした児童・生徒から歓迎を受け、伝統舞踊や料理、ムエタイなどさまざまな授業を体験しました。初めて見る楽器や見慣れない文字の書き取りなど、

タイの児童・生徒に教わりながら、交流を通して互いの国への理解を深めることができました。八千代こども親善大使からは、日本に関するクイズやソーラン節を披露し、会場は大いに盛り上がりました。

ホームステイで体験した タイでの生活

親善大使は3泊4日のホームステイも経験し、家族の一員としてタイの生活に触れる貴重な体験もできました。温かく迎えてくれたホストファミリーと、心の触れ合いを通じて絆を深められました。最後の夜にはさよならパーティが開催され、交流の証として歌い継がれてきた「心に花を」を歌い、互いに別れを惜しましました。

2月16日に開催された帰国報告会では、お互いの文化を知って認め合うことの大切さを周囲の人たちにも伝えていきたいと、力強く語る姿がありました。勇気を持って新しいことに挑戦し、仲間と一緒に広い視野で日本や世界について考え、大きく成長した親善大使

たち。ジェスチャーなどで思いを伝えていくうちに、お互いを理解することができ、友情が芽生えました。こども親善大使を通じて、日本とタイ王国に広がる友情の輪は、これからも広がり続けます。

タイで学んだ大切なこと

親善大使代表

八千代中学校2年
宮川 結衣さん



楽しかったことも、大変だったこともたくさんあったタイへの派遣で、私はさまざまなことを学びました。中でも一番大切なことは「繋がることに言葉は必要ない」ということです。日本へ帰る前日、タイの子と一緒に踊ったり歌ったりして最後のひとときを楽しみました。短い期間だったけれど、いろいろな想いが込み上げ涙が溢れてしまいました。タイの子は何も言わずに、ただただ抱きしめてくれました。そこに言葉はありませんでした。言葉とは一見繋がることに不可欠なツールにみえても、実はそうではないことに気づくことができました。

今回タイを訪れたことは、私にとって言葉や形に表せない大切な思い出です。



▲バンコク都知事訪問時の記念撮影



▲アユタヤ遺跡でタイの歴史に触れました



▲学校交流会では、伝統楽器の体験やタイ語の書き取り練習などを行いました



▲さよならパーティーでは両国の言葉で一緒に歌いました

この特集のお問い合わせは
シティプロモーション課 ☎421-6703へ

情報ぎやらりー

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7年7月～8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。

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）

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

●3月16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（協力団体：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18日(火)午前9時～11時45分、午後1時～4時、株式会社 TOA シンプル本社（協力団体：八千代市献血推進協議会）
混雑回避のため、なるべく事前予約をお願いします。予約方法の問い合わせは、千葉県赤十字血液センター登録課☎0120-892-760（平日午前9時～午後5時）

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）
☎482-6870
外科系・その他の科目
☎482-6871
歯科 ☎482-6872
※小児科・その他の科目は、日曜・祝日・年末年始の8:30～17:00のみ。歯科は、日曜・祝日8:30～13:00、年末年始は8:30～17:00のみ

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

平日・土曜19時～23時
日曜・祝日・年末年始18時～21時
☎458-6090
※時間外☎450-6000へ

具合が悪くなり、当番医での受診が必要と判断した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電話からは
☎03-6810-1636

は、7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(火)～30日(水)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 ▶場所 資産税課（資産税課☎421-6693）

赤十字活動資金へのご協力
ありがとうございました

6年度赤十字活動資金の募集に多大なご協力いただき、日本赤十字社千葉県支部八千代市地区においては総額337万5,070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）

募集 休日における部活動指導員

市立中学校・義務教育学校後期課程の部活動指導員（休日のみ）として働いてみませんか。募集種目は、陸上、サッカー、野球、ソフトボール、ソフトテニス、バスケットボール、バレーボール、卓球、剣道です。詳しくは電話で保健体育課☎481-0303へ。（保健体育課）

募集 介護保険相談員
（会計年度職員）

▶勤務内容 介護保険施設などを訪問し、利用者の相談などに応じます。資格不問。▶募集人数 2人
▶任期 5月1日～8年3月31日（再任可能）▶勤務日数 1か月あ

納期限は3月31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

けんこうかんりコーナー

No591 充実した日々を過ごすために、
骨粗しょう症を予防しましょう

健康づくり課

皆さんは、骨粗しょう症という言葉を知っていますか？骨粗しょう症とは、骨の量（骨量）が減って薄くなり骨折しやすくなる病気です。骨は、骨芽細胞によって新たに作られる「骨形成」と壊される「骨吸収」を繰り返しています。このバランスが崩れ骨吸収が上回った状態が続くと骨量が減少してしまいます。

特に高齢女性は、閉経により骨芽細胞を活性にする女性ホルモンが減るため、発症リスクが高いと言われています。しかし、生活習慣の悪化が影響し、若い世代でも骨折しやすくなることがあります。

そこで、予防方法の一つに食事の

たり2～3回 ▶報酬月額 1万5,000円（交通費などを含む）▶選考方法 面接 ▶応募方法 3月31日(月)までに応募書類（履歴書・申込書）必着。詳しくは電話で長寿支援課☎421-6735へ（長寿支援課）

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

健康づくり課 新型コロナワクチン
定期接種

3月16日から4月1日までに65歳になる人の予診票は、接種可能期間（3月31日まで）が短いため、希望により発行します。詳細は電話で健康づくり課へ。

習志野保健所から

■3月24日は世界結核デー“結核はまだ身近な病気です”

結核は、結核菌による我が国の主要な感染症の一つです。2023年は全国で年間10,096人（千葉県は467人）の新規患者が登録されました。近年の傾向として、全国・千葉県ともに65歳以上の人が新規結核患者の半数以上を占めています。受診の遅れが依然として多いことも指摘されています。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☎475-5154へ

火災・救急時には 119 番		
出動件数	2月	1月～2月
救急	953件	2,122件
火災・その他	63件	158件

火災・救急時には 119 番
救命車の適正利用にご協力ください



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 大和田公民館☎482-0845
◆3B体操で健康に・全2回

健康で快適な生活のためには適切な運動が必要です。初心者向けのボール、ベル、ベルトという3種の用具を使った健康体操です。音楽のリズムに合わせて楽しく体を動かしてみませんか？運動しやすい服装で参加してください。市内在住が在勤の成人対象。抽選10人。タオル、飲み物持参 ㊦4月7日・14日いずれも月曜午前10時～11時30分 ㊦3月17日(月)午前9時から24日(月)午後5時までに右下のコードから電子申請か電話または直接同館へ。抽選結果は28日に通知



◆仲間と共に川柳を楽しみませんか・全5回 川柳の基本と文化を学び仲間と一緒に楽しく川柳を作ってみませんか。市内在住が在勤の成人対象。先着15人。筆記用具、飲み物持参 ㊦4月15日、5月20日、6月3日、7月15日、8月19日いずれも火曜午前10時～11時30分 ㊦3月17日(月)午前9時から電話か直接同館へ

村上公民館☎485-5452 ◆初心者ヨガ体験～心と身体をリラックス～ 市内在住が在勤・在学の成人対象。先着14人。敷用バスタオル、汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装 ㊦4月17日(木)午前10時～11時30分 ㊦3月17日(月)午前9時から電話か直接同館へ



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、運動靴を着用 ㊦4月24日(木)午前9時30分、緑が丘公民館集合。午後1時頃解散。雨天の場合28日(月)に延期、同日が雨天の場合中止 ㊦バス代は自費 ㊦3月17日(月)午前9時から26日(水)午後9時までに右下のコードから電子申請か電話または直接同館へ。電話、窓口は平日のみ午前9時から午後5時まで。4月8日(火)までに抽選結果を通知

図書館 勝田台図書館☎484-4946
◆えほんとわらべうたで

あそぼう！春 講師と一緒に親子で絵本とわらべうたを楽しみましょう。0歳～1歳のお子さんとその保護者対象。各回先着4組 ㊦4月10日(木)、0歳向け：午前10時～10時30分、1歳向け：午前11時～11時30分 ㊦3月15日(土)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、文学作品などの朗読会です。耳で聴く読書を楽しんでみませんか。中学生以上対象。先着10人 ㊦3月22日(土)午後1時30分～2時30分 ㊦当日直接同館へ

講座・教室 農業交流センター ㊦406-4778 ◆親子寄せ植え 講座 親子で春の寄せ植えを作ります。先着10組 ㊦4月5日(土)午前10時～正午 ㊦3,500円 ㊦3月17日(月)午前9時から。詳細、申し込みは道の駅やちよHPへ

◆お菓子作り講座 八千代市産のにんじんを使ってキャロットケーキを作ります。先着16人。エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具、飲み物持参 ㊦4月17日(木)午前10時30分～午後1時 ㊦2,000円 ㊦3月17日(月)午前9時から。詳細、申し込みは道の駅やちよHPへ

勝田台中央公園小体育館 ㊦487-7667 ◆ジュニア卓球教室 小学4年～6年生(4月時点)対象。先着8人。運動できる服装で参加。上履き持参 ㊦4月以降の毎月第2・第4水曜日午後5時～7時 ㊦6か月分7,200円(一括納付、保険料含む) ㊦電話か直接同館へ

◆フラダンス教室 フラダンスは年齢や体力に関係なく楽しみ、未経験でも無理なく踊れます。フラダンスを始めませんか。先着5人。動きやすい服装で参加 ㊦毎週金曜日午前11時50分～午後0時50分 ㊦1回900円(保険料含む) ㊦電話か直接同館へ

八千代台近隣公園小体育館 ㊦483-4977 ◆入門卓球教室 卓球を楽しみたい50歳以上の卓球未経験者または初心者対象。①②ともに先着20人 ㊦4月2日(水)①午前9時10分～10時30分、②午前10時40分～正午。以後第1・第3水曜日 ㊦1回500円(保険料含む) ㊦電話か直接同館へ

オーエンス八千代市民ギャラリー ㊦406-4116 ◆美術サークル・美術教室の合同展 参加団体募集 展示期間10月3日(金)～13日(休)、応募には要件あり。募集要項はHPまたは同施設で配布中。申し込みは4月15日(火)から。

セントラルスポーツ生涯学習プラザ ㊦487-3719 ◆なわとび教室 なわとびを上達したい小学生集まれ！技を増やしたいお子さんも苦手なお子さんもお待ちしています。みんなで楽しくスポーツをしましょう。先着15人。運動できる服装、汗拭きタオル、飲み物、上履き持参 ㊦3月27日(木)午前9時30分～10時30分 ㊦3月15日(土)午前10時から 電話または直接同施設へ



市民スポーツ大会

■硬式テニス 市内在住が在勤・在学の人、協会加入者対象。トーナメント方式。種別は男子シングルス・ダブルス(クラス別)/女子シングルス・ダブルス(クラス別)/ベテラン混合ダブルス ㊦5月10日～6月15日の金曜・土曜、日曜日 ㊦八千代総合

運動公園テニスコート(No. 3～10) ㊦一般3,000円、協会加入者2,500円/組 ㊦参加料振込後(ゆうちょ銀行・普通10590-48948341、他行からの振込の場合は普通058-4894834、振込先・八千代市テニス協会)振込用紙と申込書を同封し4月4日(金)必着で米本1-240-1二宮 ㊦409-5752へ郵送か持参。詳しくは、同協会HPへ

市LINE公式アカウント 友だち登録をお願いします

友だち登録すると、LINEで暮らしに役立つさまざまな情報を受け取ることができます。

■欲しい情報だけを受信するセグメント配信機能 受信設定をすると自分が欲しい情報だけを選んで受信することができます。受信設定をしない場合、受信設定を勧奨するメッセージを含め、すべてのメッセージを受信します。なお、受信設定に関わらず緊急時には災害やライフライン



に関する情報、行方不明者情報、広報やちよの発行情報はすべての人に配信します。

■定期お知らせ機能 お住まいの地域を設定すると、ごみの収集日のお知らせを受け取れます。また、市税などの税目を選択すると納期限をお知らせします。

■各種電子申請も簡単 子育てや福祉に関することなどの申請や施設予約システム、マイナポータルへのリンクを集約しており、電子申請を行う際に簡単にアクセスできます。詳細は右のコードから市HPへ。

(広報広聴課)



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。

◆絵画会 講師の指導のもとに、色鉛筆・水彩・アクリル・油彩など自由に描き楽しむ会です。第2・4木曜日前午10時～正午、緑が丘公民館。月2,000円。松澤 ㊦458-1566

◆リズム&ストレッチ なつかしい音楽を聴きながら、元気な体で行っています。第2・4金曜日前午9時30分～11時30分、高津公民館。入会1,000円、月2,500円。小林 ㊦450-3682

◆男のだいどこ 専任の講師のもと、調理実習を通じて料理の技術と知識の向上を図っています。第2火曜日前午10時～午後1時、東南公共センター。月1,000円。小西 ㊦090-4455-9077



◆もめんの会 講師よりパッチワークを教えていただいています。第1水曜日前午10時～11時45分、村上公民館。会費1,500円。丹羽 ㊦485-3209

◆和裁教室 和服の仕立てだけでなく、いろいろなものをリメイク

して楽しんでいます。第1・3木曜日前午9時～正午、勝田台公民館。入会500円、月500円。松尾 ㊦488-5528

◆歌声オレンジハウス ボイトレ・舌喉筋トレも毎回。童謡・唱歌・昭和歌謡を合唱。健康志向のお楽しみ会。第2月曜日前午1時30分～3時、むらかみ福祉センター。月700円。小野澤 ㊦090-5445-5193

◆八千代花と緑の応援団 市の花バラで駅前広場をバラでいっぱいにしましょう。お待ちしております。第2土曜日(八千代中央駅)、第3土曜日(緑が丘駅)、第4土曜日(村上駅) いずれも午前9時～10時30分。濱野 ㊦070-4131-8134 ㊦shunsuke1945920@yahoo.co.jp

◆グリーンヒルズトーストマスターズクラブ 会員相互に英語を使ってコミュニケーション力を高め合いたい人募集中。第2・4火曜日午後7時～9時、緑が丘公民館。入会3,000円、月2,000円。伊藤 ㊦090-5305-6393

◆さつき会 女性のみの卓球サークル。初心者歓迎。毎週金曜日午後1時～3時30分、ふれあいプラザ、八千代台近隣公園。入会1,500円、月2,000円。西 ㊦450-1823

◆中国語会話ラーツ 中国人講師による、初級～中級の会話教室です。見学自由、大歓迎。第1・3土曜日午前9時30分～11時30分、緑が丘公民館。月2,000円。友杉



㊦090-4241-5663

◆押し花スイートビー 草花を押し花にして額や小物作りを楽しんでいます。見学・体験してみませんか。第1金曜日午後1時～5時、八千代台東南公民館。月2,000円。山下 ㊦486-0743

◆写団光友 写真互選会、自由勉強会、会員による講評、撮影会及び写真展示。第1・3水曜日9時30分～正午、福祉センター。入会2,000円、年2,000円。小西 ㊦090-4455-9077

◆卓球サークルさざんか 卓球を通じて体力向上と親睦。小学生、障害者歓迎。毎週土曜日午後1時～3時、旧米本小体育館。月200円。涉 ㊦488-3714

◆悠遊テニスクラブ 会員の健康増進と親睦を目的とした硬式テニスの会です。70歳前後でテニス経験のある人募集。毎週火曜・金曜日午前9時～11時、新川テニスコート。入会1,000円、半年5,000円。塩谷 ㊦080-1078-4079

◆玄気道 親子空手、女性護身術、武道、チャンバラ、ヌンチャク。毎週土曜日午後5時～5時50分、勝田台文化センター。入会3,000円、月4,000円。岩木 ㊦405-5430

◆福祉芸能部 新舞踊で健康的に足腰を軸に着物を着て体を動かしませんか。初心者歓迎。第2・4金曜日午前10時～正午、福祉センター。月2,500円。勝又 ㊦482-4636





祝 ダイヤモンド富士観測

2月14日にユアエルム八千代台店立体駐車場屋上で「ダイヤモンド富士でバレンタイン」イベントが開催されました。

当日は晴天に恵まれたものの、日中は霞んで富士山は見えませんでした。夕日が山頂に近づくにつれ、稜線のシルエットが浮かび上がり、ついにダイヤモンド富士が現れました。イベント開始以来初の観測に会場に集まった約500人の観衆からは大きな歓声が上がりました。



▲富士山の頂上に夕日が沈み、ダイヤモンド富士が観測できました

八千代中央リトルシニアが 全国大会に出場します



▲八千代中央リトルシニアの皆さん

3月25日から31日に大阪で開催される第31回日本リトルシニア全国選抜野球大会に出場する八千代中央リトルシニアの皆さんが、2月17日に市長と教育長へ報告するため、市役所を訪れました。主将の千葉皇毅選手は、「八千代の看板を背負って、全国大会優勝を目指して頑張ります」と意気込みを話してくれました。

ミニ・ガイド

■網戸の張替え講習会 60歳以上の市内在住の人対象。定員3人。3月21日(金)午前9時30分～11時30分。福祉センター5階作業室。申し込みは3月18日(火)までに八千代市シルバー人材センター ☎484-4680へ

■7年度前期技能検定 ▶等級 1級、2級、3級（一部職種）、単一等級 ▶職種 園芸装飾、金属プレス加工など40職種70作業 ▶受付期間 4月7日(月)～18日(金) ▶問い合わせ 千葉県職業能力開発協会 ☎043-296-1150か同協会ホームページへ

2050ゼロカーボン・ヤチヨ・シンポジウムが開催されました

2月8日にセントラルスポーツ生涯学習プラザで、2050ゼロカーボン・ヤチヨ・シンポジウムが開催され、地域脱炭素に関心がある市民64人が参加しました。

本市は、2020年12月に脱炭素社会への取り組みを通じて地球温暖化に向き合う姿勢を示すため、2050年までに二酸化炭素の排出量実質ゼロを目指すゼロカーボンシティを宣言し、再生可能エネルギーの導入や省エネルギーの推進などに取り組んでいます。

シンポジウムでは、環境エネルギー政策研究所主席研究員の松原弘直氏による「ゼロカーボンシティ実現に向けた地域の課題と展望」に関する基調講演のほか、企業・団体・自治体での脱炭素などに向けた事例



▲パネルディスカッション参加者紹介の様子

発表が行われました。

パネルディスカッションでは、市内で作ったエネルギーを市内の事業者が使う地産地消の仕組みづくりや行政・事業者・市民が集まり地域脱炭素を話し合う場を設けることが必要ではないかとの提案が行われるなど、なごやかな雰囲気の中、情報を共有することができました。

角田夏実選手が柔道グランドスラム・ バクー大会で優勝しました

2月14日から16日にアゼルバイジャンで開催された柔道グランドスラム・バクー大会に、本市出身で柔道女子48kg級の角田夏実選手が出場しました。

パリオリンピック以来、初の実戦となった今大会。ケガの影響で不安の残る中、「ずっと夢見ていた」というオリンピック金メダリストのみ着が認められるゴールドゼッケンを背に見事優勝を果たしました。



▲表彰台での角田選手

市民伝言板 /

●精神障害者家族 対話の集い 精神障害者を身内に持つ家族が、悩みや心配ごとなどについて話し合う「対話の集い」を開催します。3月27日(木)午後1時30分～4時、プラッツ習志野（習志野中央公民館）北館集会室1。申し込みは、電話またはファクスで習志野八千代心の健康を守る会・渡邊 ☎453-6760へ

●県指定文化財「木造釈迦如来立像」指定65周年記念行事 正覚院の木造釈迦如来立像が昭和35年に県指定文化財に指定されてから65周年を迎えるに当たり、花祭りの御開帳に合わせて記念行事を開催します。4月6日(日)午前9時～午後5時、正覚院。問い合わせは、正覚院花祭り実行委員会・川嶋 ☎090-1125-4084へ

●囲碁初心者講習会・全8回 初歩から勝ち負けまで教えます。男女問わず、幼稚園児から高

齢者まで対象。4月6日(日)～5月25日(日)まで毎週日曜日午前10時～正午。勝田台囲碁クラブ。資料代1,000円。申し込みは、3月29日(土)までに勝田台囲碁振興会・野原 ☎484-5855へ（午後1時～5時）

●ワイワイみんなの歌会 みなさんからのリクエストでワイワイ楽しく童謡・唱歌・昭和歌謡曲をたくさん歌います。ハンドベルもやります。4月13日(日)午後2時～4時30分。八千代台文化センターホール。ワイワイ音絵本クラブ・加藤 ☎482-5228

●伝統文化親子いけばな教室・全20回 いけばなの指導・実技。幼稚園児から中学3年生対象、先着10人。保護者も参加可。4月26日～8年1月24日の第2・4土曜日。栄町公会堂。花代1回800円。申し込みは、4月5日(土)までに八千代伝統文化親子教室実行委員会・鈴木 ☎080-1125-0529へ

やちよ文芸コーナー

短歌

鶴岡 美代子選

残照の茜の空に雁が飛ぶ竿から鉤へと形変えつつ

山茶花の小えた五本と初生りのレモン二個青いテルさん

訪い来 (桑 納) 石上 文枝

「晩ごはん出来たよ」とお嬢の呼ぶ声に七十の娘は目覚め涙

す (八千代台西) 田崎 木実

九十九里の日の出めがけて釣竿を振り抜く夢をい度も見

る (大和田新田) 諏訪 俊一

久しぶりに現金払いでバスに乗り値上げの現実しつと知りぬ

(大和田新田) 上野久美子

哲学を易しく説く本手に取って八十歳の脳フル回転す

(米本団地) 橘 靖子

ああ、いずれ全部が記憶の中になる街も私もあの月さえも

(勝田台) 栗山 浩輔

ごつごつと吹雪くゆきに負けぬよに君に向かいし私の思い

は (村 上) 植村 恭子

選評 一首目、日本画にあるような光景で美しい。且つ、竿

から鉤へとの表現で動きが出た。二首目、言葉が多い

のですねと読めないが、よく読むと、心温まる歌だ。同

世代の老友が手に持った土産をリュックで持つて来られたの

だ、心の籠った上座で、大層な物でないのはい。三首目の「お

は「亡くなった母」のこと。追慕の念を深くしている。

川柳

八千代川柳連盟選

読み聞かせ早く寝てよと祈りつつ 米 本 西澤はるか

鼻炎でも春の訪れ待ち焦がれ 勝田台 板橋神無月

宇宙ステーション冬の銀河をくり抜け 勝田台 松野久美子

替え時の家電重なる物価高 大和田 伊藤 なが

追い抜かれた追いついて友になる 大和田 羽生田はる

喝采の波止まぬまま幕降り 萱田町 倉林おさむ

晩学の脳おぼえてはすぐ忘れ 緑が丘 黒木 麗

新米の高値に押されダイエット 島田台 齊藤 洋子

俳句

村上 喜代子選

ひたすらに赤子眠るや大晦日 米本団地 拝詞 妙子

亡き夫に留守をたのみて年用意 勝田 草野 純子

冬田踏む跡に遠き日の思ひ 上高野 吉田 一朗

底冷えや止まりしままの観覧車 ゆりのき台 矢尾鐵太郎

凍蝶や朝日と共に飛び立てり 村上団地 浜西 幸子

流木の白き乾きや冬の浜 米本団地 佐藤 豊

白味噌の嫁のご当地雑煮食む 勝田台北 一條 修子

春障子枝の動きで風を知る 八千代台西 加田 和子