



## 「やちよ元気体操」で健康長寿に



▲3月15日、市民会館でやちよ元気体操応援隊300人が一斉に「やちよ元気体操」を行いました

昨年の日本の平均寿命は男性81歳、女性87歳と過去最高。100歳以上の人は約7万人になりました。八千代市では、市民一人ひとりが生きていることの幸せを実感できるまちを目指し、健康都市を宣言してから20年を迎えました。

「やちよ元気体操」は転倒防止を目的に、いつでも・どこでも・だれでもできるように作られました。一人だとなかなか始められない人のために月2回「お試し体操広場」も行っています。健康長寿の秘訣の一つとして、体を動かしたり、誰かと会話をしたりすることは、精神的な充実にもつながります。今日から新年度です。家の外には、新しい趣味や仲間との出会いが待っているかもしれません。

### 今号の紙面から

- ◆施策方針と31年度予算編成……………2
- ◆千葉県議会議員選挙の投票日 ……3
- ◆雑誌と雑がみの分別にご協力を ……4
- ◆市民文化祭の  
ポスターデザイン画を募集 ……5
- ◆4月29日祝からこいのぼり大遊泳 ……5

### 募集 八千代フリーマーケット出店者

市内在住者の成人対象。応募者多数の場合は抽選。不用品の有効利用が目的です。営利目的の出店やパネル展示、チラシ配り、飲食物・動植物、手作り品の販売は禁止です。

▼日時 5月11日(土)午前9時～午後1時(雨天時は12日(日)に順延。12日も雨の場合は中止) ▼場所 市役所駐車場 ▼出店料 500円。1区画は、概ね縦4.3m×横2.3m ▼申し込み 往復はがきに住所、氏名、電話番号、出店予定品の詳細、出店参加者の人数、返信先を記入し、4月13日(土)消印有効で〒276-8501市役所クリーン推進課内八千代フリーマーケット実行委員会へ郵送。応募は、同一グループ・同一住所につき1通、1区画のみ。複数枚の応募があった場合や記載内容に不備がある場合は無効 ▼抽選会 4月19日(金)午前10時から、福祉センター5階第5会議室 (クリーン推進課)

### 高齢者の外出を支援するタクシー券 31年度の申請受け付けが始まりました

市では、鉄道やバスを利用することが難しい区域に住んでいる高齢者が、指定された事業者のタクシーを利用したときに、料金の一部を助成する高齢者外出支援事業を行っています。31年度のタクシー券の申請受け付けを始めました。対象者には、3月下旬に申請書などを郵送しましたので、申請してください。届いていない人でも要件を満たしていることが確認できれば、随時申請を受け付けます。詳しくは、長寿支援課へ。

▼対象 鉄道駅や一日の運行回数が9回以上のバス停留所から、地図上の直線距離で500m以上離れている建物に住む75歳以上で、①介護保険で要支援1・2、要介護1・2の人、②同一の世帯の人が全て75歳以上のいずれかに該当する人 ▼助成内容 対象者に利用1回につき500円を助成するタクシー券を48枚交付します (長寿支援課)

### 看護師等修学資金の貸し付けを行います

看護師などの養成施設での修学に必要な資金を無利子で貸し付けを行います。原則返還が必要ですが、一定の条件を満たした場合は、貸付金の返還を猶予・免除します。

▼貸付対象 看護師などの養成施設に在学中、将来市内で看護師などとして働く意思のある人 ▼貸付額 大学・大学院、助産師学校：月5万円。看護師養成所・准看護師養成所：月3万円 ▼募集人数 5人程度 ▼申し込み 申請書に必要な書類を添付し、5月15日(水)必着で〒276-8501市役所健康福祉課に郵送または持参。応募多数の場合は選考。詳しくは市ホームページか同課で配布の「修学資金貸付のしおり」を確認を (健康福祉課)