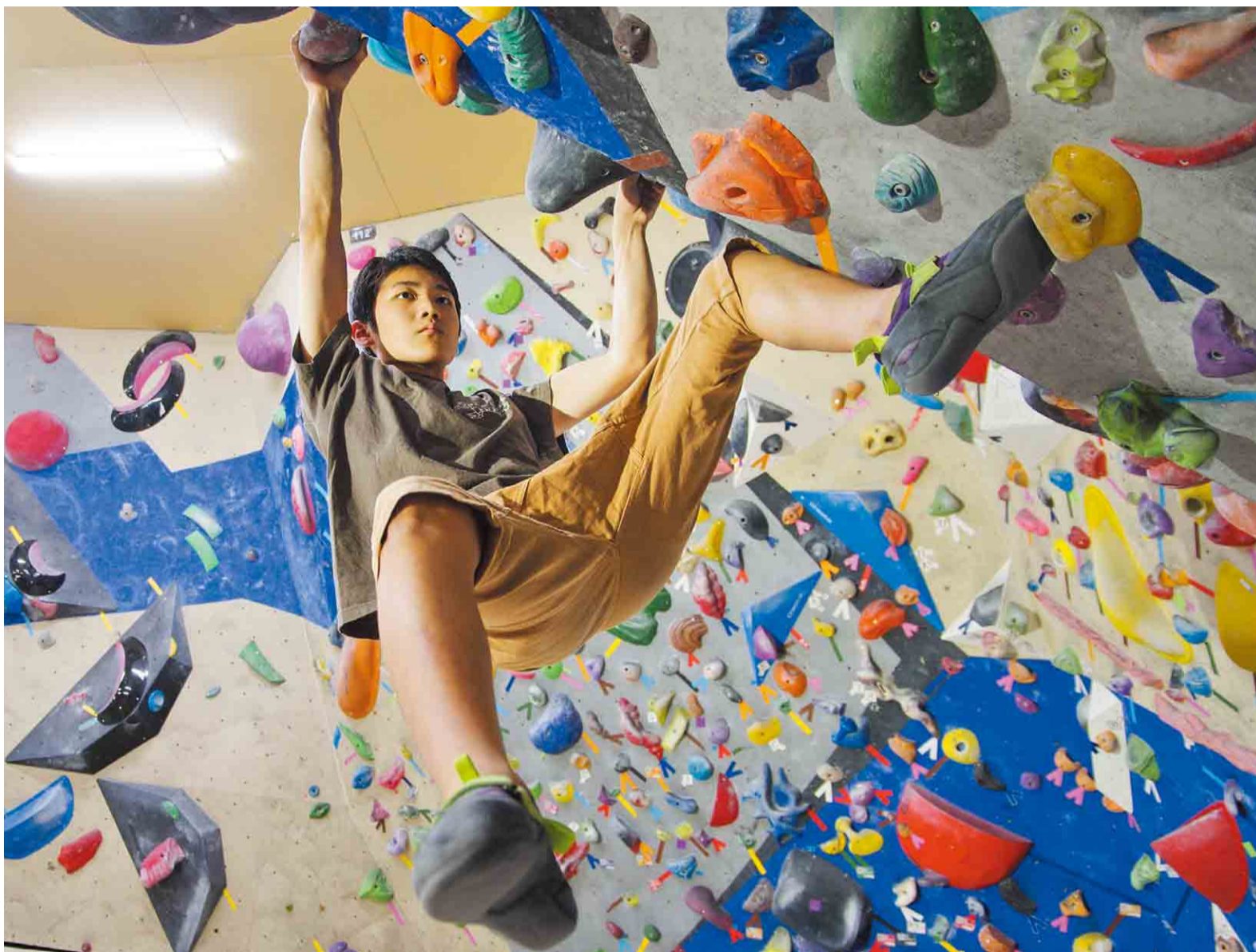




●八千代の人口 20万2,923人(+60人) 男 10万283人(+37人) 女 10万2,640人(+23人) ●八千代の世帯 9万3,100世帯(+51世帯) 8月末現在。( )内は前月比

## 大和田中・安楽宙斗さん金メダル

### クライミング世界ユース選手権、リードの部で



▲9月21日、市内のクライミングジムでトレーニングする安楽さん

大和田中学校3年生の安楽宙斗さんが現地時間8月23日、ロシア・ヴォロネジで開催されたクライミング世界ユース選手権のリード男子ユースB(14歳・15歳)部門で優勝。28日に行われたボルダリングでも準優勝し、初挑戦の世界大会で金銀2つのメダルを獲得しました。市内で生まれ育ったやちよこの安楽さん。八千代市から世界に羽ばたくアスリートと一緒に応援しましょう。

#### 今号の紙面から

- ◆4年度入園・入所児童を募集……………2・3
- ◆今秋衆議院議員総選挙が予定……………4
- ◆2年度決算の健全化判断比率などを公表…4
- ◆家の中こそ立って過ごすそう……………5

次回のワクチン予約は10月11日(月)と12日(火)中・高3年生の優先接種予約は10月10日(日)

#### ■新型コロナワクチンの予約

10月11日(月)8時30分から新型コロナワクチンの集団接種、12日(火)12時30分から同ワクチンの個別接種の予約を受け付けます。予約受付の対象は12歳以上です。なお、医療機関によって、予約方法、予約可能年齢が異なるので、市ホームページで確認してください。申し込みは、市コールセンター10570(001)098かWEB申し込みフォームから。

そのほか、医療機関での直接予約も受け付け中です。受付医療機関は市ホームページで確認してください。

#### ■中学3年生と高校3年生の優先接種

受験や就職を控える中学3年生と高校3年生が安心して準備が行えるよう、新型コロナワクチン接種の優先予約を実施します。予約時間など詳しくは、市ホームページで確認してください。

▼対象者 市内在住の中学3年生・高校3年生

▼予約日 10月10日(日) ▼予約方法 市コールセンターかWEB申し込みフォームから ▼接種期間 10月13日(水)～10月30日(土) ▼接種会場 オーエンス八千代市民ギャラリー(集団接種会場)

#### 市民便利帳を10月に全戸配布します

市の窓口業務や手続き・イベント・観光・防災情報・市内地図などをまとめた「暮らしのナビブック(市民便利帳)」を市内全世帯に配布します。配布期間は10月中で、自宅のポストにお届けします。10月末までに届かない場合は、11月中旬に広報広聴課(421)6704まで連絡してください。

#### 10月6日(水)に防災無線での試験放送 全国一斉情報伝達試験を行います

地震や武力攻撃などの緊急時に、国からJアラート(全国瞬時警報システム)により送られてくる情報を確実にお知らせするため、全国一斉情報伝達試験として10月6日(水)午前11時頃に防災無線の試験放送を行います。本市では、防災無線チャイムの後に「これは、Jアラートのテストです」と3回繰り返して「こちらは、防災やちよです」と放送、最後に防災無線チャイムが流れます。気象状況などによっては、中止する場合があります。今年度は、今回の訓練のほかに4年2月16日(水)にも実施が予定されています。(危機管理課(421)6716)

令和4年度

# 入園・入所児童を募集します

お問い合わせは、学童保育は子育て支援課 ☎421-6751、幼稚園・保育園等は子ども保育課 ☎421-6752へ

## 学童保育の申し込み

入所案内・申請書は10月8日(金)から各学童保育所と子育て支援課で配布します。市ホームページからもダウンロードできます。11月1日(月)～12月10日(金)（休日を除く月曜から金曜日）に、学童保育所または子育て支援課で申し込んでください。郵送の場合は12月10日

の消印有効です。入所の可否通知は4年2月上旬に発送する予定です。詳しくは、入所案内をご覧ください。

▶**入所要件** 保護者の就労や病気などの理由により、放課後に保育を受けられない新小学1年生～6年生

## 幼稚園の申し込み

4年度の私立幼稚園の入園願書を、10月15日(金)から各園で配布し、11月1日(月)から願書を受け付けます。

認定こども園の入園願書の配布、受付日は私立幼稚園とは異なります。詳しくは各園にお問い合わせください。

学童保育所	所在地	問い合わせ
米本*	米本小学校内	488-7824
米本南*	米本南小学校内	488-7485
村上	村上小学校内	484-6314
村上北	村上北小学校内	486-0455
村上東	村上東小学校内	484-3551
上高野	村上1946-90 (第二勝田保育園内)	489-1133
睦	睦小学校内	459-2939
大和田	大和田小学校内	485-9672
大和田南	大和田南小学校内	483-7761
大和田第3	大和田新田409-15 (アルカンシエール内)	450-9113
大和田第3分室	大和田新田406	458-7107
萱田	萱田小学校内	484-2012
ゆりのき台第2	大和田新田511-1	450-9690
高津	高津小学校内	450-0911
南高津	南高津小学校内	458-0101
西高津	西高津小学校内	458-1071
新木戸	大和田新田1060-1 (新木戸保育園内)	450-4359
新木戸第2	新木戸小学校内	450-6008
緑が丘しおん	緑が丘2-31-2 (しおん教会内)	459-8884
みどりが丘	みどりが丘小学校内	458-5831
八千代台	八千代台小学校内	486-5013
八千代台西	八千代台西小学校内	485-6511
八千代台東	八千代台東小学校内	482-0910
勝田台	勝田台小学校内	485-0764
勝田台南	勝田台南小学校内	484-7321

\*米本・米本南学童保育所は4年4月1日から阿蘇米本学園内へ移転する予定です。

幼稚園	所在地	問い合わせ
第二八千代幼稚園 (新制度幼稚園) ※4歳児と5歳児の募集のみ	米本2205	488-2946
村上ひかり幼稚園	村上1122	484-0956
明青幼稚園	村上1672-29	482-0668
たんぽぽ幼稚園	上高野1151	483-0901
ちぐさ幼稚園 ※4年度新制度幼稚園に移行予定	大和田242-1	483-5980
八千代幼稚園	大和田新田231	482-8054
八千代富士幼稚園	高津団地3-37	459-2952
三愛幼稚園 (新制度幼稚園)	八千代台東4-5-15	482-4846
勝田台幼稚園	勝田台2-15	482-4703


※はなしま幼稚園は新入園児募集なし

認定こども園(1号部分)	所在地	問い合わせ
米本幼稚園	米本1394-1	488-2945
マリヤこども園	米本団地4-39	488-2471
若葉高津保育園	大和田新田76-18	450-5077
若葉ナースリ・スクール	大和田新田76-38	459-0377
さくら第二幼稚園	高津808	450-5075
高津幼稚園	高津1516	485-1809
まこと幼稚園	八千代台東2-5-2	482-8512
八千代わかば幼稚園	八千代台北7-9-4	482-4706
エンゼルガーデン幼稚園	勝田台南1-4-3	482-4613

### 消費生活センターをご利用ください

消費生活センターでは、消費生活に関する様々な相談について、専門の相談員が解決のための助言やあっせんを行います。消費者トラブルで困ったときは、一人で悩まずに、気軽に消費生活センターをご利用ください。

消費者ホットライン ☎188 (いやや!) は、全国どこからでも3桁の電話番号で、お住いの地域の消費生活センターにつながります。



▲消費者庁 消費者ホットライン イメージキャラクター イヤヤン

### 行政手続きの押印を廃止します

市民や事業者の皆さんの負担を軽減し、利便性を向上させるため、市に提出する約1000様式の申請書や報告書などの押印を廃止しました。

印鑑証明を必要とする手続きや補助金申請、同意書など、引き続き押印が必要な手続きもあります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

(総務課 ☎421-6711)

### 市民文化祭 10月中旬までの日程

イベント	日時	場所
大和田公民館まつり	10月2日(土)10時～16時まで 10月3日(日)10時～15時まで 作品展示	大和田公民館
八千代市 芸文協美術展	10月20日(水)～28日(水)10時～17時まで ※10月26日(水)休館	総合生涯学習プラザ

※新型コロナウイルス感染症などの影響で、中止になる場合があります。最新情報は市ホームページでお知らせします。

(文化・スポーツ課 ☎481-0305)

### 感染症対策に取り組む飲食店を支援します

千葉県では、飲食店が取り組む感染防止対策について、県が現地確認した上で、高いレベルでの対策を取られていることを認証する制度を県内全域で実施しています。認証基準の達成に必要な設備等の整備費用に対しても支援を行っています。

認証基準を満たした認証店では、「営業時間の短縮要請」や「酒類提供の制限要請」をしないこととしています。ただし、緊急事態宣言が発令されている時及びまん延防止等重点措置区域内の認証店に対しては、当面の間、営業時間の短縮などを要請します。※認証店は、千葉県感染防止対策協力金の申請対象とはなりません。

詳しくは、県ホームページ <https://www.pref.chiba.lg.jp/keishu/inshoku-taisaku/inshoku-ninsho-all.html> をご覧ください。

▼お問い合わせ・申請先 千葉県飲食店認証事務局 ☎043(307)9003 内 ☎043(307)9004 ✉ [chiba-ninsho@tobuoptours.co.jp](mailto:chiba-ninsho@tobuoptours.co.jp) (商工観光課)

## 保育園等の申し込み

4年度の保育園・認定こども園・小規模保育事業所の入園案内・申込書を10月8日(金)から各園と子ども保育課で配布します。市ホームページからもダウンロードできます。

4月入園の申し込みは本ページ記載の表の申し込み日程で行います。母子健康手帳と申込書類を持って、必ずお子さんと一緒に第1希望の園で手続きをしてください。入園の可否通知、支給認定通知などは4年2月上旬に発送する予定です。

都合がつかない場合は、12月2日(木)と3日(金)午前9時～午後4時、市役所新館6階第4会議室で受け付けます。その日程でも都合がつかない場合は、12月10日(金)までに子ども保育課に直接お越しください。※土曜・日曜日、祝日を除く

▶入園要件 4年4月1日現在、生後6か月から就学前のお子さんで、保護者が次のような状況により保育の必要性が認められる場合。①常勤・パートなどで働いている、②出産・病気で、長期入院や家庭での療養が必要、③長期間の病人や心身障害者(児)の介護・看護、④災害復旧、⑤就学・求職  
※母親が出産前と同じ職場に復帰する産後休業明けの場合、生後57日目から入園の対象になります。育児休業中で入園希望月中に職場へ復帰しない場合は申し込みできません。

## 保育園

所在地	問い合わせ	申し込み日程
八千代台保育園	八千代台東1-19-6	483-0903 11/4(木) 10:00～12:00、13:30～15:00 予約
八千代台南保育園	八千代台南1-24-1	482-0922 11/5(金) 10:00～12:00、13:30～15:00 予約
勝田保育園	勝田台南2-1-10	482-5045 11/9(火) 9:30～15:00
第二勝田保育園	村上1946-90	483-0902 11/9(火) 9:30～14:00
八千代台西保育園	八千代台西7-23-2	484-6465 11/9(火) 10:00～12:00、13:30～15:00 予約
村上南保育園	村上1113-1 (1街区40)	484-1588 11/10(水) 9:30～15:00
村上北保育園	村上1113-1 (2街区19)	482-0921 11/10(水) 10:00～11:30、14:00～15:30 予約
ソレイユナーサリーゆりのき台	ゆりのき台3-11-1	407-3730 11/10(水) 9:00～12:00 予約
高津南保育園	高津390-278	450-0927 11/10(水) 10:00～12:00、13:30～15:00 予約
ChaCha Children Yachiyo	八千代台北16-9-1	405-3060 11/11(木) 13:30～17:00
ベビーエンゼル保育園	勝田台南1-2-15	407-0711 11/12(金) 10:30～12:00
ゆりのき台保育園	ゆりのき台3-7-1	486-6711 11/15(月) 10:00～12:00、13:30～15:00 予約
睦北保育園	島田1004	488-1149 11/17(水) 9:00～11:30 予約
大和田西保育園	八千代台北17-7-10	482-0121 11/17(水) 9:30～12:00、13:30～16:00
まこと村上保育園	村上南1-5-22シンセリティ村上Ⅲ2階	487-1675 11/18(木) 9:30～12:00
明優保育園	大和田新田59-107	450-0914 11/18(木) 9:30～12:00 予約
新木戸保育園	大和田新田1060-1	450-4359 11/19(金) 13:00～15:00
あい・あい保育園八千代中央園	ゆりのき台1-8-3	406-5189 11/20(土) 9:00～12:00
米本南保育園	米本2246	488-1627 11/24(水) 13:30～15:30 予約
緑が丘はぐみの杜保育園	緑が丘西3-17	458-7005 11/25(木) 10:00～14:00
虹のこころ保育園	緑が丘西4-10-4	409-1710 11/25(木) 9:30～11:30 予約
ベビーエンゼル八千代中央保育園	ゆりのき台2-1-1ステージア八千代中央2階	407-0054 11/26(金) 13:30～14:30
あい・あい保育園八千代緑が丘園	大和田新田982-1	411-8703 11/26(金) 13:00～16:00
ソレイユナーサリー八千代台	八千代台西9-6-12	406-5806 11/26(金) 9:00～15:00 予約
エーワン緑が丘保育園	緑が丘西1-1-5	409-3875 11/27(土) 13:30～15:30 予約
みつわなかよし保育園	大和田新田469-359	458-7007 11/30(火) 10:00～15:00 予約
八千代しらゆり保育園	萱田2240-1	481-3331 12/1(水) 13:30～15:00
緑が丘こひつじ保育園	緑が丘西1-10-5	409-3939 12/3(金) 10:00～16:00
あい・あい保育園大和田園	大和田1024-1	489-5975 12/4(土) 10:00～12:00
ソレイユナーサリー高津東	高津東2-8-21	455-8387 12/4(土) 13:00～16:00 予約
緑が丘ひよこ保育園	緑が丘西1-8-76	455-8066 12/6(月) 14:00～16:00

※「予約」の記載のある園は、事前に予約が必要となります。

## 小規模保育事業所

所在地	問い合わせ	申し込み日程
チャイルドタイム 八千代エンゼルホーム	大和田新田747-1グリーンハイツ八千代1階	480-3113 11/5(金) 10:00～16:00
チャイルドタイム 緑が丘エンゼルホーム	緑が丘3-1-6リーセントヒルズB棟1階	458-7703 11/16(火) 10:00～12:00
大和田駅前 ちぐさ保育園	大和田474-8	411-8887 11/25(木) 9:30～12:00、14:00～15:30
みどりが丘保育園	緑が丘1-1-1公園都市プラザ	450-7035 11/27(土) 10:00～11:30
ことり保育園 勝田台園	勝田台1-17-4	456-8346 12/1(水) 10:00～11:00
クレヨンキッズ 八千代緑が丘園	大和田新田15 (1-15-104)	411-4605 12/2(木) 10:00～11:00

## 認定こども園

所在地	問い合わせ	申し込み日程
若葉ナースリ・スクール	大和田新田76-38	459-0377 11/1(月) 9:00～15:00 見学・予約
まこと幼稚園	八千代台東2-5-2	482-8512 11/1(月) 8:30～17:00
八千代わかば幼稚園	八千代台北7-9-4	482-4706 11/5(金) 10:00～15:00 見学・予約
マリヤこども園	米本団地4-39	488-2471 11/9(火) 10:00～16:00
若葉高津保育園	大和田新田76-18	450-5077 11/11(木) 9:00～15:00 見学・予約
さくら第二幼稚園	高津808	450-5075 11/29(月) 10:00～12:00 見学・予約
エンゼルガーデン 幼稚園	勝田台南1-4-3	482-4613 9:00～12:00 12/1(水) 前に見学説明会。園に問い合わせを
米本幼稚園	米本1394-1	488-2945 園に問い合わせてください
高津幼稚園	高津1516	485-1809 園に問い合わせてください

※「見学・予約」の記載のある園は、前に見学・予約が必要となります。

## ごみ及び資源物の収集時間について

ごみ及び資源物の収集は午前8時30分から順次開始しますが、ごみ及び資源物の量や交通事情、天候などにより収集時間やルートが変わることがあり、決まった時間に収集することができません。また、限られた収集車両で作業を行っているため、収集後に出されたものは再収集できません。必ず収集日の午前8時30分までに集積場へ出していただくよう、ご理解とご協力をお願いします。

### 不法投棄通報受付専用電話

フリーダイヤル (ファクス兼用)  
やちよし ゴミゼロ  
**0120-844-530**

### 粗大ごみ受付専用電話

(収集依頼受付・要予約)  
**483-4506**  
平日9時～16時30分  
(祝日を除く)

10月の資源物・ごみ収集日	コメ	該当地域	指定袋使用		資源物		コメ	該当地域	指定袋使用		資源物			
			不燃・有害ごみ	可燃ごみ	びん 缶類 ペットボトル	紙 布類 紙パック			不燃・有害ごみ	可燃ごみ	びん 缶類 ペットボトル	紙 布類 紙パック		
1	1	大和田(成田街道南側) 村上(3200・3300・3500番台の成田街道南側) 萱田町(成田街道南側) 大和田新田(県道幕張八千代線から東側) 高津(県道幕張八千代線から東側)	5(第1火) 19(第3火)	月・水・金	木	土	9	村上(成田街道北側で新川西側)、萱田町・萱田・大和田(成田街道北側から東葉高速線南側)、大和田新田(300・400・500・700番台の成田街道北側から東葉高速線南側)、ゆりのき台1・2丁目	7(第1木) 21(第3木)	月・水・金	火	土	◆お問い合わせは、クリーン推進課(421)6768 または清掃センター(483)4521(486)1001へ	
		2	八千代台北					12(第2火) 26(第4火)	高津(県道幕張八千代線から西側)、高津東 大和田新田(100・200番台の成田街道南側で県道幕張八千代線から西側)					14(第2木) 28(第4木)
		3	八千代台西、八千代台南					5(第1火) 19(第3火)	高津団地 大和田新田(1～99番地の成田街道南側)					7(第1木) 21(第3木)
		4	八千代台東					12(第2火) 26(第4火)	大和田新田(900・1000・1100番台の成田街道北側から東葉高速線南側)、緑が丘2～4丁目、緑が丘西(東葉高速線南側)					14(第2木) 28(第4木)
		5	上高野					6(第1水) 20(第3水)	勝田台					1(第1金) 15(第3金)
		6	村上団地					13(第2水) 27(第4水)	勝田台南、勝田、麦丸、ゆりのき台3～8丁目、萱田町(500番台を除く東葉高速線北側) 萱田(東葉高速線北側)					8(第2金) 22(第4金)
		7	村上(新川の東側)、下市場、村上南、勝田台北					6(第1水) 20(第3水)	萱田町(500番台の東葉高速線北側)、大和田新田(東葉高速線北側)、吉橋、尾崎 緑が丘1・5丁目、緑が丘西(東葉高速線北側)					1(第1金) 15(第3金)
		8	神野、保品、下高野、米本、米本団地、堀の内					13(第2水) 27(第4水)	真木野、小池、佐山、平戸、神久保、島田台、島田、桑橋、桑納、大学町					8(第2金) 22(第4金)

# 今秋、衆議院議員総選挙が予定されています

今秋、衆議院議員総選挙が予定されています。具体的な選挙期日や投票時間などの詳細については、決まり次第、お伝えします。お問い合わせは選挙管理委員会 ☎483-1151へ。

## 投票時間は午前7時から午後8時まで

### 衆議院議員総選挙

候補者に投票する「小選挙区選出議員選挙」と政党に投票する「比例代表選出議員選挙」の二つの選挙が行われます。

小選挙区選出議員選挙は、全国を289、千葉県を13の選挙区に分けます。八千代市は千葉県第2選挙区です（八千代市、千葉市花見川区、習志野市）。定数は1です。比例代表選出議員選挙は、全国を11ブロックに分け、千葉県は南関東選挙区です（千葉県、神奈川県、山梨県）。定数は22です。

### 最高裁判所裁判官国民審査

最高裁判所裁判官は、任命された後に初めて行われる衆議院議員総選挙の投票日に国民審査を受けます。また、その後10年を経過した後に初めて行われる衆議院議員総選挙の投票日に審査を受けます。

### 投票の順番と投票・選出方法

投票は、まず、①小選挙区選出議員選挙を行います。候補者名を記載してください。次に、②比例代表選出議員選挙を行います。政党名を記載してください。候補者名を記載すると、無効になります。

最後に、③最高裁判所裁判官国民審査を行います。裁判官ごとに、辞めさせたい意思があれば「×」を記載し、なければ何も記載しないでください。

### 当日、投票に行けない人は期日前投票ができます

投票日に仕事などで投票できない人は期日前投票ができます。※当日投票所の混雑などにより新型コロナウイルスへの感染が懸念される人も、期日前投票ができます。

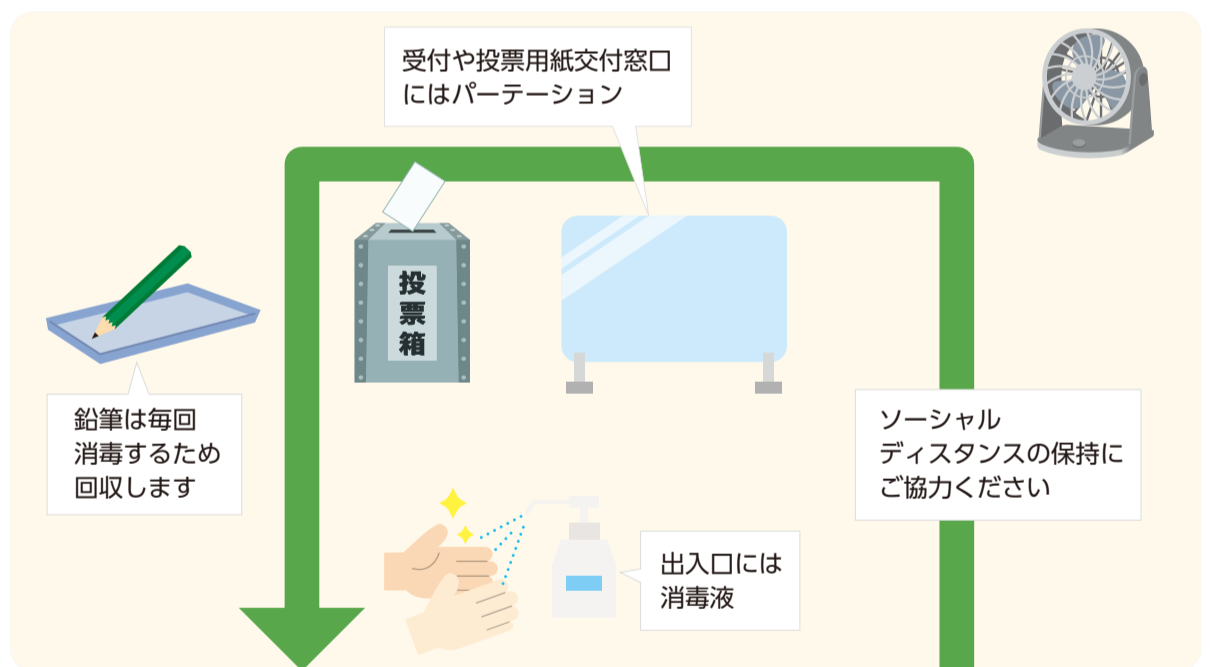
■病院や施設に入院・入所している人の投票  
都道府県の選挙管理委員会が指定した病院や施設に入院・入所している人は、その病院や施設の長に申し出ると、その場所で不在者投票ができます。入院・入所先へ確認してください。

■郵便などによる不在者投票 次の表の要件に該当する人は、郵便などによる不在者投票ができます。郵便などで不在者投票を行うには郵便等投票証明書が必要です。選挙管理委員会に身体障害者手帳などを添えて、事前に交付申請してください。申請書は市ホームページでダウンロードするか、選挙管理委員会で入手できます。

	障害の内容	障害の程度
身体障害者手帳	両下肢、体幹、移動機能	1級または2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	1級または3級
	免疫、肝臓	1級から3級
戦傷病者手帳	両下肢、体幹	特別項症から第2項症
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓	特別項症から第3項症
介護保険被保険者証	「要介護5」である者として記載されている人	

また、郵便などでの不在者投票ができる人で、次の要件に該当する人は代理記載制度が利用できます。

### ■投票所では感染対策を徹底しています



▶身体障害者手帳に上肢、または視覚の障害の程度が1級と記載されている人 ▶戦傷病者手帳に上肢、または視覚の障害の程度が特別項症から第2項症までと記載されている人。利用には事前の届け出が必要です。

### 投票所での皆さんへのお願い

①マスク着用・せきエチケット、②ソーシャルディスタンスの保持、③来所前後の手洗い・手指消毒。ご持参の筆記用具で投票用紙に記入できます。鉛筆又はシャープペンシルの使用を推奨しています。

### 新型コロナで療養中の人へ

新型コロナウイルス感染症により療養等されている人は、一定の要件を満たす場合、郵便などによる不在者投票ができます（特別郵便等投票）。詳しくは、市ホームページへ。

◆訂正 広報やちよ9月15日号、3ページの「郵便などによる不在者投票」の表において身体障害者手帳における免疫、肝臓及び戦傷病者手帳における両下肢、体幹の「障害の程度」に誤りがありました。正しくは左の表のとおりです。お詫びして訂正します。

## 2年度決算に基づく健全化判断比率などを公表

地方公共団体の財政の健全化に関する法律に基づき、健全化判断比率及び資金不足比率を公表します。

健全化判断比率の指標は、①実質赤字比率（財政規模に対する一般会計等の赤字割合）、②連結実質赤字比率（財政規模に対する全会計の赤字割合）、③実質公債費比率（財政規模に対する借入金の返済額の割合）、④将来負担比率（財政規模に対する借入金などの負債の割合）です。

資金不足比率は、公営企業の資金不足額の事業規模に対する割合です。いずれかの比率

が国の定める基準以上となった場合、財政健全化計画等を策定する義務があります。

2年度決算では、両比率とも国の定める早期健全化基準及び経営健全化基準を下回りましたが、今後も様々な行政需要が想定され、厳しい財政運営が見込まれます。「八千代市財政運営の基本的計画」等に掲げる財政健全化の取り組みに沿って今後も運営します。詳しい内容は市ホームページへ。

問い合わせは、健全化判断比率／財政課 ☎487-5112、資金不足比率／上下水道局経営企画課 ☎483-6572へ。

### ■健全化判断比率 ※赤字額がない場合は「-」で表示

区分	2年度(元年度)	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	- (-)	11.62%	20.00%
連結実質赤字比率	- (-)	16.62%	30.00%
実質公債費比率	6.2% (6.4%)	25.0%	35.0%
将来負担比率	15.3% (21.0%)	350.0%	

### ■資金不足比率 ※資金不足額がない場合は「-」で表示

特別会計の名称	2年度(元年度)	経営健全化基準
水道事業	- (-)	20.0%
公共下水道事業	- (-)	20.0%

座りっぱなしの  
からだにさよなら!

長引く自粛生活で、つい家の中で長時間座ったまま過ごしていませんか。

体力をキープするために、立って過ごす時間を増やしましょう。

お問い合わせは健康づくり課 ☎483-4646へ。

### 家の中でじっと過ごすといつのか筋肉が落ちてしまう

座って過ごす時間が増えると、体の不調や筋力の衰えに繋がってしまうこともあります。自宅で過ごす日も、出来るだけ立って過ごす時間を増やすことが大切です。

また衰えがちな下半身の筋肉を鍛えることも大切なポイントです。「自分は大丈夫」という人も「自分の下半身の筋力が維持されているかどうか分からない」という人も、下半身の筋力を確認するための簡単な方法で、一度チェックしてみたいかがでしょうか。

### ふくらはぎで筋力チェックトライ!



掴めない ちょうど掴める 隙間ができる

両手の親指と人差し指で輪っかをつくって、ふくらはぎの一番太いところを掴んでみてください。右にいくほど下半身の筋力が衰えています。

### 立って過ごす時間を増やすことから取り組んでみませんか

運動が苦手な人もまずは立って過ごす時間を増やしてみませんか。「少しなら運動できそう」という人には、「やちよこれだけ体操」がおすすめ。気軽にできる、簡単なスクワットと踵の上げ下げで、衰えがちな下半身の筋力をキープしましょう。やちよこれだけ体操については、動画で確認できます。右のコードから市ホームページをご覧ください。



## 家の中こそ

# 立って過ごそう

まずは  
ここから!

STEP 1

日常生活で動くことを意識

▶▶座って過ごす時間を減らそう

こまめに立ち上がる  
積極的に家事などで、からだを動かす



ストレッチングや軽い運動

▶▶下半身の筋肉を鍛えよう

やちよこれだけ体操の動画を見ながらやるとGood!

その調子

STEP 2

やれば  
できる

STEP 3

ウォーキング・ジョギング

▶▶全身を使った運動をする

屋外などで汗をかくのもGood!



## お試し体操広場



お試し体操広場では、理学療法士、保健師が分かりやすくポイントを確認しながら「やちよこれだけ体操」の方法をお伝えしています。たくさんの体操仲間と一緒にからだを動かしましょう。感染状況に応じ中止する場合には、ホームページでお知らせします。

一人ではからだを動かす気になれない、そんな人を待っています!

10/ 6(水)・26(火)、  
11/17(水)・24(水)

9:00~9:30  
市民体育館噴水広場

※小雨中止。毎月の日程は広報やちよ各月1日号の保健コーナーでご案内しています。

## 教室に参加して健康寿命を延ばそう

### 健康寿命を延ばす運動

毎日楽に続けられる運動を取り入れて、健康寿命を延ばし自立した生活維持に繋がります。勝田台在住の65歳以上対象。先着10人。10月7日(木)か14日(木)午後2時~4時、勝田台中央公園。申し込みは、勝田台地域包括支援センター ☎481-3515へ予約を。

### 運動教室 (男性限定)

理学療法士が教える要介護にならないためのからだの動かし方。65歳以上の男性対象。先着20人。10月14日(木)午後2時30分~4時、緑が丘公民館集会ホーム。申し込みは、高津・緑が丘地域包括支援センター ☎489-4655へ予約を。

丘公民館集会ホーム。申し込みは、高津・緑が丘地域包括支援センター ☎489-4655へ予約を。

### 口腔教室 (男性限定)

口腔のプロが教えるマスクによる口腔環境の弊害など。65歳以上の男性対象。先着20人。10月28日(木)午後2時30分~4時、緑が丘公民館集会ホーム。申し込みは、高津・緑が丘地域包括支援センター ☎489-4655へ予約を。

### コグニサイズ

簡単な運動をして認知症予防と健康促進を目指します。65歳以上対象。先着15人。10月

22日(金)か29日(金)午前10時~正午、東南公共センター5階ホール。申し込みは、八千代台地域包括支援センター ☎481-7411へ予約を。

### 脳の健康と衰えないからだ作り

運動する事や地域で集まる楽しさを感じながら、知識の普及や運動の継続が出来るよう支援。65歳以上対象。各会場2日間コース。

●台町公園 先着20人。午前10時~11時。①10月6日(水)、②10月8日(金) ●栄町公会堂 先着15人。午後2時~3時。①10月11日(月)、②10月14日(木) ●上高野原連合自治会館 先着15人。午後2時~3時。①10月19日(火)、②10月21日(木) 申し込みは、村上地域包括支援センター ☎405-4177へ予約を。

# 情報ぎゅらりー

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

## 募集 市営住宅の入居者

入居にあたり所得制限があります。申込者か同居親族が家を所有している人(登記簿上の名義人及び共有名義人)、UR賃貸住宅や公営住宅に入居している人は申込みできません。ただし、事情により申込みできる場合もあります。詳しくは、健康福祉課へ。入居時期は11月下旬予定。

▶資格 市内在住または在勤の人  
▶申し込み 10月15日(金)までに、同課で配布している申込書に必要事項を記入し、必要書類を添えて提出

①ほしぼ団地/下市場2-10-18 ▶募集戸数 母子世帯用2戸(1階1戸、2階1戸、単身者不可) ▶間取り 6畳2間、4.5畳、DK ▶家賃 月額1万6,000円～3万1,500円

②第二ほしぼ団地/下市場2-17-17 ▶募集戸数 母子世帯用1戸(1階1戸、単身者不可) ▶間取り 6畳2間、4.5畳、DK ▶家賃 月額1万8,200円～3万5,800円

③よなもと団地/米本1359 ▶募集戸数 一般世帯用1戸(3階1戸、単身者不可) ▶間取り 6畳、4.5畳2間、K ▶家賃 月額1万4,300円～2万8,100円(別途共益費2,600円)

**10月の献血**  
10月1日～14日は市内で一般向けの献血はありません。市外の献血バスや献血ルームについては、県赤十字血液センターのホームページへ

④よなもと団地/米本1359 ▶募集戸数 一般世帯用2戸(3階2戸、単身者可) ▶間取り 6畳2間、DK ▶家賃 月額1万2,800円～2万5,200円(別途共益費2,600円)  
いずれも浴槽、風呂釜付き。駐車場はありません。  
(健康福祉課☎421-6731)

## 軽自動車税(種別割)グリーン化特例(軽課)の延長と対象の見直し

3年度税制改正により、自家用乗用車以外の種別について、対象車両の重点化及び基準の切替えを行った上でグリーン化特例(軽課)の適用期間が延長されます。  
軽貨物自動車は、電気軽自動車と要件を満たした天然ガス軽自動車に対象を限定し、営業用乗用車は、12年度燃費基準へ基準の切替えを行った上で2年間延長されます。  
(市民税課☎421-6692)

**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 1歳6か月児 歯科健康診査

乳歯のむし歯予防のために歯科健康診査を行います。対象者には、個別に通知します。▶日程 10月13日(水)・22日(金)・25日(月)、11月16日(火)・25日(木)▶場所 保健センター▶対象 元年12月、2年1月生まれ \*通知の日時でご都合の悪い場合や通知が届いていない人は、電話で母子保健課へ



## 2歳6か月児 歯科健康診査 (予約制)

歯科医師による健康診査や歯科衛生士による相談を行います。▶日時 11月17日(水)、受付は①午後1時15分～1時30分、②午後1時40分～1時55分、③午後2時05分～2時20分のいずれか▶場所 保健センター▶対象 元年5月生まれ▶申し込み 健診日の1週間前までに電話で母子保健課へ

## 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

◆家庭教育講座 育児の毎日 心とからだのケア～助産師から伝えたいこと～ 助産師による、出産後のからだの回復や心のケア、いのちやからだのことについての講話。市内在住の1歳児(平成31年4月2日～2年4月1日生まれ)とその保護者対象。先着10人。☎10月26日(火)午前10時～正午 ㊦午前9時から電話か直接同公民館へ

◆第9回音楽の散歩道 マンドリンとギターによる季節の曲などを鑑賞します。市内在住の人対象。先着10人。飲み物持参。☎11月7日(日)午後1時30分～3時30分 ㊦午前9時から電話か直接同公民館へ

八千代台公民館☎483-5553 ◆家庭教育学級 思春期の子育て～心と身体が楽になる5つの方法～・全5回 思春期の子どもとの接し方・親のリフレッシュ方法などを学びます。市内在住か在学の小学5年生から中学生の保護者対象。先着10人。☎10月13日・27日、11月10日・24日、12月8日いずれも水曜日午前10時～正午 費200円(材料費) ㊦午前9時

●戸籍住民課の窓口(1階)  
10日(日)午前8時30分～正午  
※取り扱いできない業務もあります。

●納税相談(3階)  
●国民健康保険料(1階)  
31日(日)午前9時～正午

から電話か直接同館へ  
◆ちぎり絵体験～柿をつくろう～  
和紙の風合いを楽しみながら秋の風物詩である柿を作りませんか。市内在住・在勤の成人対象。先着10人。☎10月28日(木)午前10時～正午 費1,300円(材料費) ㊦10月4日(月)午前9時から電話か直接同館へ 村上公民館☎485-5452 ◆「村上いきいき元気教室」全3回 健康の講話とスポーツ吹矢の実習。市内在住の65歳以上の高齢者対象。先着10人。☎10月～12月の第3水曜日。午前10時～11時30分 費実費(100円程度) ㊦午前9時から電話か直接同館へ 睦公民館☎450-2390 ◆美味しいハロウィンお菓子作り教室 かぼちゃのプディングを親子で作ります。市内在住の小学生とその保護者対象。先着4組。☎10月30日(土)午前10時～午後1時 費1組500円 ㊦午前9時から電話か直接同館へ 八千代台東南公民館☎485-4811

◆和本づくりにチャレンジ 製本方法の紹介と、針と糸を使い四ツ目綴じ和本を作ります。市内在住・在勤の成人対象。先着15人 ☎11月4日(木)午後1時30分～3時30分 費100円 ㊦午前9時から電話か直接同館へ

◆初めてのスマホ教室(全2回) 検索方法や便利なアプリなど実際に触りながら基本操作を学びます。市内在住・在勤の成人対象。(両日とも出られる方優先) 先着15人 ☎11月1日・8日いずれも月曜日午前10時～正午 ㊦午前9時から電話か直接同館へ

◆一步踏み込むスマホ活用講座 LINEの基本的な使い方を学びます。市内在住・在勤の成人対象。先着15人。☎11月9日(火)午前10時～正午 ㊦10月4日(月)午前9時から電話か直接同館へ

緑が丘公民館☎489-4919 ◆ときめき倶楽部(後期)・全4回 レクダンスやギター鑑賞など。市内在住の60歳以上対象。先着18人。☎10月25日、11月22日、12月13日、1月24日いずれも月曜日午後1時30分～3時30分 ㊦午前9時から電話か直接同館窓口へ



**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  
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

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。新型コロナウイルスに関する電話相談窓口は7ページをご覧ください。

**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と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6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6時、日曜・祝日・年末年始9時～翌朝6時 局番なしの☎#7009  
※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは☎03-6735-8305

## 10月の相談案内

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止・変更することがあります。\*祝日はお休みです。

ふれあい相談	心配ごと	生活困窮・成年後見に関する相談	緑の相談	消費生活相談	高齢者総合相談	福祉総合相談	子どもの総合相談(0～18歳)	青少年の非行に関する相談	教育相談	適応支援相談	のこぼと発達相談	成人の健康相談	女性、こころの悩み電話相談	ごとの相談	人権・悩み	地域職業相談室	職業相談室(1階)	住宅耐震診断	行政相談	登記・測量相談	行政書士相談	予約制					
																						交通事象相談	法律相談	法律相談			
火・木曜日 13時～16時	13日(水) 16時予約制	6日(水) 9時～17時	10月28日(木) 10時～15時30分	月～金曜日 13時～16時	月～金曜日 8時30分～17時	8月(金) 8時30分～17時	8月(金) 8時30分～17時	9月(金) 9時～16時	9月(金) 9時～16時	9月(金) 9時～17時	9月(金) 9時～17時	8月(金) 8時30分～17時	9月(金) 9時～16時	14日(木) 13時～16時	9月(金) 9時～17時	18日(月) 13時～16時	7日(木) 10時～13時	21日(木) 10時～13時	27日(水) 9時30分～15時	25日(月) 9時30分～15時	25日(月) 14時～15時	第2水曜日 13時～15時	第1火曜日 9時30分～12時	第1火曜日 9時30分～12時			
社会福祉協議会相談専用 ☎487-2940	社会福祉協議会 ☎483-3021	社会福祉協議会 ☎486-9787	地域振興財団 ☎458-6446	消費生活センター ☎485-0559	大和田 ☎421-6738	高津緑が丘 ☎489-4655	八千代台 ☎481-7411	村上 ☎405-4177	阿蘇・睦 ☎488-9525	勝田台 ☎481-3515	福祉総合相談室 ☎421-6732	直通 ☎484-2954	子ども相談センター ☎483-2665	青少年センター ☎483-2842	教育センター ☎486-8866	フレンド八千代 ☎486-1019	ことばと発達の相談室 ☎486-9887	健康づくり課 ☎483-4646	男女共同参画センター相談専用 ☎485-7333	健康福祉課 ☎421-6731	職業相談室(1階) ☎483-1151(代表)	職業相談室(1階) ☎483-1151(代表)	職業相談室(1階) ☎483-1151(代表)	職業相談室(1階) ☎483-1151(代表)	職業相談室(1階) ☎483-1151(代表)	職業相談室(1階) ☎483-1151(代表)	職業相談室(1階) ☎483-1151(代表)



TRC八千代中央図書館  
☎486-2306 ◆郷土博物館講座「八千代市のいま・むかし」

八千代市で江戸時代から受け継がれてきたものと、時代と共に変化してきたことについて学ぶ講座です。中学生以上。先着9人  
☎10月24日(日)午前10時30分～正午  
☎10月5日(火)午前10時から電話か直接同館へ

◆体の不調を改善！中高齢者のための経絡ストレッチヨガ つば刺激などで体の不調を改善して病気の予防につなげます。先着6人  
☎10月15日(金)午後1時30分～3時  
☎10月8日(金)午前10時から直接同館へ

◆電子図書館使い方講座 電子図書館の使い方を図書館スタッフが教えます。先着5人  
☎10月14日(木)午後2時～3時  
☎10月7日(木)午前10時から電話か直接同館へ

◆命を守る予防の知識「循環器疾患について」 八千代医療センターの専門認定看護師から循環器疾患について学びます。先着8人  
☎11月6日(土)午前10時30分～11時30分  
☎10月6日(水)午前10時から電話か直接同館へ

勝田台図書館☎484-4946 ◆勝田台図書館朗読劇 劇団ラビットエンジンによる朗読劇。2回公演。各回先着12人。  
☎10月23日(土)①午前10時30分～正午、②午後2時30分～4時  
☎勝田台文化センター2階音楽室  
☎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。先着20人  
☎10月16日(土)午後1時30分～2時30分  
☎勝田台文化センター2階展示室  
☎当日直接同館へ



郷土博物館☎484-9011  
◆第3回子ども体験教室「楽しい紙飛行機づくり」

世界一の記録を持つ紙飛行機や筒型飛行機などを作ります。(小学校3年生以下は保護者同伴) 各部先着40人(同伴者を含む)  
☎10月24日(日) 午前の部 10時～11時30分、午後の部 1時30分～3時  
☎材料費20円  
☎電話か直接当館窓口



農業交流センター☎406-4778 ◆おもてなし料理&テーブルコーディネート講座

料理実演後季節のテーブルコーディネートをセットし、写真を撮るポイントを学びます。先着12人。  
☎11月6日(土)午前10時30分～午後0時30分  
☎500円  
☎WEB申し込みまたは電話で同センターへ

◆クラフトジンジャーエール講座 スパイスを使ったジンジャーエールの作り方を学びます。(実演のみ) 先着12人。  
☎11月13日(土)午前10時30分～正午  
☎500円  
☎WEB申し込みまたは電話で同センターへ  
オーエンス八千代市民ギャラリー☎406-4116 ◆オンラインギャラリー市の収蔵作品や過去の常設展示作品、企画展などを、WEBで無料公開しています。パソコンやスマホから好きな時間に場所を選ばずアートが楽しめます。詳しくは右のコードへ。



ふれあいプラザ☎487-1511 ◆やさしいヨガ全2回 運動が苦手な人や初めて運動する人でも参加しやすいヨガのクラスです。介助なしで生活出来る高校生以上対象。各回20人  
☎①10月12日(火)、②10月26日(火) 午前10時～11時  
☎550円  
☎電話で同プラザへ

◆パワースタイルヨガ全2回 ヨガの動きに慣れている人向け。介助なしで生活出来る高校生以上対象。各回20人  
☎①10月12日(火)、②10月26日(火) 午前11時15分～午後0時15分  
☎550円  
☎電話で同プラザへ

◆体幹エクササイズ全2回 身体の機能低下を防ぎ代謝アップを目的としたエクササイズ。高校生以上対象。各回20人  
☎①10月8日(金)、②10月29日(金) 午後2時～3時  
☎550円  
☎電話で同プラザへ

男女共同参画センター☎485-6505

◆講演会「出産と禁忌—民俗学の視点から—」 国立歴史民俗博物館副館長、関沢まゆみ氏が、出産習俗の今と昔について語ります。市内在住か在勤の人対象、先着20人  
☎11月7日(日)午後1時30分～3時30分  
☎八千代台東南公共センター5階ホール  
☎電話か直接窓口かメール(件名を「民俗学」、本文に氏名・電話番号・住所・年齢を記載) ☎danjo@city.yachiyo.chiba.jpへ送付

消防本部警防課☎459-7804 ◆普通救命講習Ⅰ 成人に対するAEDを含む心肺蘇生法など。市内在住か在勤・在学の人対象。先着15人。  
☎①10月24日(日)午前9時～正午、②11月11日(木)午前9時～正午  
☎いずれも550円(教本代)  
☎①10月15日(金)まで、②11月2日(火)までに電話か同課窓口へ

◆普通救命講習Ⅲ(小児・乳児) 小児・乳児に対するAEDを含む心肺蘇生法など。市内在住か在勤・在学の人対象。先着15人。  
☎10月31

日(日)午前9時～正午  
☎550円(教本代)  
☎10月22日(金)までに電話か同課窓口へ



総合グラウンド☎484-4222

◆チャレンジスポーツ大会 家族でストラックアウトなど10のゲームを楽しみます。市内在住か在勤・在学対象。中学生以下は保護者同伴。先着100人。当日参加不可  
☎11月7日(日)午前9時～午後1時。雨天中止。  
☎1人300円(保険料込)。2歳未満無料  
☎11月4日(木)までに電話かメール(件名に講座名、本文に参加者全員の氏名・年齢・住所・電話番号を記載)で総合グラウンド☎field@ycp.or.jpへ

◆女子サッカー教室 市内在住かIn勤・在学の小学生以上の女性対象。中学生以下は保護者同伴。先着100人  
☎10月24日(日)午前9時～正午。  
☎1人100円(保険料込)  
☎10月21日(木)までに電話かメール(件名に講座名、本文に住所・氏名・年齢・電話番号記載)で☎field@ycp.or.jpへ。

地域振興財団緑化推進事務所☎458-6446 ◆緑の講習会「無農薬でバラを丈夫に咲かせる土づくり」 有機物をバラの株もとに施す四節のマルチングなど。先着20人  
☎10月21日(木)午後1時30分から3時30分まで  
☎福祉センター  
☎250円(材料費)  
☎10月15日(金)までに電話または直接緑化推進事務所へ

◆花壇写真コンテストを開催 地域の愛好会や学校などがつくった花壇の写真コンテスト。花壇の出来ばえを見て投票をお願いします  
☎10月1日(金)から7日(木)  
☎フルルガーデン八千代1F  
☎地域振興財団緑化推進事務所へ

環境政策室☎421-6767 ◆里山歩き 勝田地区の歴史と自然を歩くをテーマに約3kmの里山歩き。先着10人。少雨決行。  
☎10月27日(水)午前10時から正午。勝田台公民館集合、八勝園市民の森解散。  
☎電話で同室へ



里山楽校の受講生

里山楽校(里山整備ボランティア人材養成講座)では、楽しみながら里山整備に必要な知識や技術が習得できます。18歳以上で、講座終了後に市内で里山整備活動をしたい人対象。先着10人。  
☎10月23日(土)、11月6日(土)、27日(土)、12月19日(日)、1月15日(土) 午前10時から午後3時  
☎市役所及び市内の里山など  
☎1,500円(保険代等)  
☎電話で環境政策室☎421-6767へ



「友・遊・カレッジ」受講者

良好な人間関係を育むためにコミュニケーション力を高めよう。市内在住・在勤・在学の人で2回とも参加できる人。定員20人。  
☎1回目・10月16日(土)、2回目・11月20日(土) いずれも午後1時～4時  
☎教育委員会庁舎第1・2会議室  
☎10月8日(金)までに電話または直接生涯学習振興課青少年班☎481-0306へ



市民体育大会の参加者

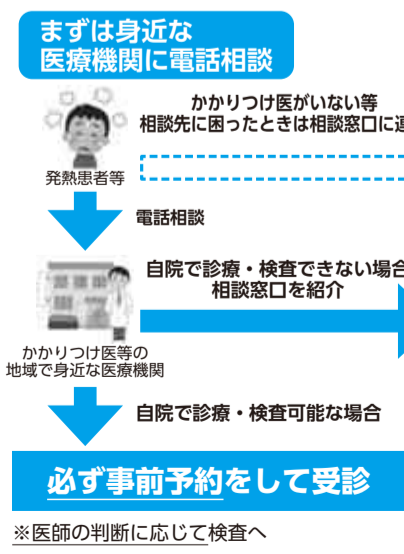
少林寺拳法 市少林寺拳法連盟会員対象。演武形式(組演武・単演武) トーナメント方式  
☎10月23日(土) 午後6時  
☎勝田台小学校  
☎無料  
☎10月16日(土)までに支部ごとに同連盟・小野寺☎483-8956へ

ライフル射撃 SB、AR、APは所持許可者、DPは制限なし。個人戦 AR-P30、AR-S30、DP-20、SAG-10  
☎11月3日(祝)  
☎千葉県営射撃場  
☎無料  
☎金坂☎450-3817へ

バドミントン 市内在住または在勤、在学(高校生以上)、協会加入者対象。混合ダブルス1～3部  
☎11月6日(土)、男子・女子ダブルス各1～4部  
☎11月28日(日)  
☎市民体育館  
☎1人1,000円(高校生700円)  
☎混合ダブルスは10月20日(水)、男子・女子ダブルスは11月10日(水)までに市バドミントン協会ホームページへ  
☎同協会☎080-6547-7625

### 新型コロナウイルス感染症の相談・診療・検査の流れ

発熱などの症状がある人は、まずは日ごろ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など困ったときは、相談窓口へご連絡を。



■発熱相談医療機関 看護師等が医療機関の案内などを行える相談体制を整備した医療機関  
■発熱外来 発熱患者を受け入れる意向を表明した医療機関のうち、県の指定を受けたもの

相談窓口

- 千葉県発熱相談コールセンター 4月1日から番号が変わりました(土日祝含む24時間) ☎0570-200-139
- 八千代市健康づくり課 (平日8時半～17時) ☎047-483-4646
- 発熱相談医療機関 連絡先は千葉県HPに掲載

↓

近くの発熱外来を案内

必ず事前予約をして受診

※医師の判断に応じて検査へ

講座・イベントへ参加するに当たり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、参加時は必ずマスクを用意のうえ着用してください。以下の場合には講座・イベントへの参加を控えてください。

- 発熱などの体調不良の場合
- 過去14日以内に政府から入国制限、

入国後の観察期間を必要とされている国、地域などへの渡航・当該在住者との濃厚接触がある場合

なお、参加者の名簿を作成し、感染者が確認された場合、保健所などの公的機関に提出することがありますのでご協力をお願いします。



### ありがとうございました

高崎桃子様から手作りのフェイスシールド188個を寄附いただきました。新型コロナウイルス感染症対策のため活用させていただきます。

### 夢は世界で継続して活躍できるクライマー

小学2年生のときにお父さんと一緒にクライミングジムに行ったことがきっかけで、スポーツクライミングを始めた安楽宙斗さん。最初から夢中で壁にチャレンジしていたそうです。

練習は週に4~5日、1回2~3時間。普段は市内のジムで、限界まで登っては下りてを繰り返す基礎的なトレーニングをし、月に1~2回は土日に県外のジムに行き、実践的な壁を相手に登っています。指への負担が大きいため、練習しない日を設け、休息を大事にするなど、ケガが一番気を付けています。

今回メダルを獲得したリードクライミングは、ロープを付けた状態で高さ12~15メートルの壁を、制限時間内にどこまで登れたかを競う持久力が試される

競技です。ボルダリングは4~5メートルの複数の壁(課題)を、制限時間内にいくつクリアしたかを競う競技で、パワーや瞬発力が必要とされます。

両方の競技を得意とする選手が少ない中、安楽さんは、持久力と瞬発力の両方を武器にトップ選手として活躍しています。夢は世界で継続して活躍できるクライマーです。



▲安楽さんとクライミング世界ユース選手権で獲得した金銀のメダル

### 阿蘇小学校5年生 地域の田で稲刈り体験

9月8日、阿蘇小学校5年生26人が稲刈りを体験しました。同校では、農業に親しみ、理解を深めてもらうと、毎年地域の田を借りてコメ作りをしています。稲の世話や体験の運営にPTAや地元農家など、地域住民が協力しているのが特徴です。



▲稲穂を手にハイチーズ

最初は稲刈り鎌の使い方に戸惑っていた子どもたちですが、PTA役員の指導のもと要領を得ると、見守る先生や保護者が驚くほどの手際で稲を刈り取りました。収穫したコメは、校庭の鉄棒に干して乾燥させた後に脱穀まで行い、全校児童で食べる予定です。

### 夏のフォトコン2021 観光協会大賞が決定

9月14日、八千代市観光協会が6月14日~8月31日に募集した「夏のフォトコン2021」の入選作品が発表されました。

応募総数84点の中から大賞に選ばれたのは、桑納でひまわりを撮影した作品「暑い日」。「太陽を意識して撮りました。」と撮影者の奥山雅夫さんはコメントしました。



▲八千代市観光協会大賞作品「暑い日」

「地元の魅力を再発見してほしい」と企画されたフォトコンテスト。入選作品は、同協会ホームページから見るすることができます。

### アーチェリー男子準優勝、女子3位 千葉英和高等学校、全国高校総体で

8月の全国高校総合体育大会で、千葉英和高等学校アーチェリー部男子が準優勝、女子が3位に入賞。顧問の先生と選手たちにコメントをもらいました。顧問・渡辺先生 コロナ禍で今までのやり方では時間が足りず、ジレンマの中での活動でした。その中で、一人ひとりが高い意識を持って練習を積み、大会でも千葉英和らしく常に笑顔で戦えたことが結果に繋がったと思います。村田遥紀(3年)表彰でメダルをかけてもらったとき、メダルの重さに今までの練習の成果を体感し、努力が報われたように思いました。小川幸大(3年)大変嬉しく思うと同時に驚いています。このステージに行けるようサポート



▲男子部員と渡辺先生



▲女子部員。同校提供

してくれた方々に感謝したいです。細谷和真(2年)決勝戦はいつも通りのパフォーマンスを発揮し、とにかく楽しもうと思ひ臨みました。来年こそは優勝を目指して頑張ります。張宇茵(3年)たくさんの方の応援に応え、仲間と一緒にメダルを取れたことが嬉しかったです。中新井田かほる(3年)プレッシャーはありましたが、楽しんで試合ができました。メダルを獲得できて嬉しかったし、ホッとしました。青木素愛(2年)先輩方と素晴らしい成績を残せたことが嬉しかったです。しかし、表彰を受けたときは優勝・準優勝にあと一步届かなかったことをとても悔しく感じました。

### 八千代市地域振興財団振興事業 市民会館画483-5111 www.ycp.or.jp/

#### YMF Special!!

実行委員会と協賛団体がセレクトした出演者が演奏します。ロックやポップスなど。

▶日時 10月24日(日)午後1時30分 ▶場所 市民会館大ホール ▶料金 無料 ▶申し込み 不要。当日直接同館へ

#### でんじろう先生の学べる科楽劇場

TVでおなじみ米村でんじろうさんによる科学を楽しく学べる驚きあり笑いありのステージをご家族揃ってお楽しみください。

▶日時 11月20日(土)、第1回13時30分、第2回16時開演 ▶場所 市民会館大ホール ▶料金 全席指定3,000円 フレンド・賛助会員2,800円 ▶申し込み 電話か直接同館へ



### 市民伝言板

■子どもネット八千代の事業 ①ママのためのYOGA 乳幼児を育児中のママへ癒しの時間とお友達の作り。ヨガとコンサートの3回コース。先着10人。ヨガ10月23日(土)、11月13日(土)いずれも10時45分~11時30分、市民会館1階ホール。コンサート12月18日(土)10時30分~11時10分、勝田台文化センター。4000円。②ガキ大将の森であそぼう。森でクラフト体験 森の中でたき火体験や染物体験。幼児・小学生親子対象。先着30人。10月24日(日)10時30分~15時、ガキ大将の森。一人500円。申し込みは子どもネット八千代事務・三浦画(486)4699へ(平日10時~16時) ■ガキ大将の森のキャンプ 工作、野外炊事、森の中で遊びます。3歳以上の親子対象。小学4年生以上は子どものみの参加可。10月17日(日)10時~15時、ガキ大将の森。一人500円。申し込みはファクスでガキ大将の森の会・千葉画(488)2283へ ■第2回フォトU同好会写真展 コロナ禍で各地の行事も自粛となり厳しい撮影環境の中ですが、会員21人の想いのこもった写真展です。10月21日(木)~24日(日)10時~17時(初日は正午から。最終日は16時まで)、勝田台文化センター2階。無料。同会・横山画090(4368)0674

### ミニガイド

■10月の習志野演習場訓練日程 気象条件などにより一部変更または中止する場合があります。【ヘリコプター離発着訓練】2日(土)、3日(日)、4日(月)、15日(金)、18日(月)7時~21時。【落下傘降下訓練】11日(月)、13日(水)、14日(木)、18日(月)7時~21時。火薬などを使用する訓練は毎日あります。最新の日程は、陸上自衛隊第1空挺団のホームページをご覧ください。習志野駐屯地広報班画(466)2141 ■マンション管理のためのセミナーと相談会 セミナー先着30人。第1部:改正マンション管理適正化法の概要と管理組合の今後の取組。第2部:漏水事故と損害保険を素材にした組合活動のヒント。相談会先着4組、要予約。10月23日(土)13時~16時30分、福祉センター2階第1会議室。申し込みは(一社)千葉県マンション管理士会ホームページか市ホームページから申込用紙をダウンロードし、メールかファクスで同管理士会画043(244)9094 info@chiba-mankai.jpへ

### リサイクルガイド

消費生活センター画483-1151(代表) ●受け付けは、土日、祝日を除く午前8時30分~午後5時。市内在住の人が対象です。企業・営利団体は利用できません。【ゆずります。無料】▼刺しゅう糸・ビーズ/多種多色