

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カ月前納（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）

国民年金保険料の免除・猶予・学生納付特例制度

保険料の納付が困難な人は、審査により、申請時点の2年1か月前の月分までさかのぼって、納付が免除、猶予されます。年金手帳、学生は学

生証のコピー、退職が理由の人は雇用保険被保険者離職票か雇用保険受給資格者証のコピーを持って、国保年金課か支所・連絡所で手続きを。同居親族が申請する場合は、申請者の身分証明書、同居親族以外の場合は、そのほかに委任状が必要です。所得確認に、市・県民税の申告が必要となる場合もあります。詳しくは国保年金課☎421-6744へ。

市民体育館の駐車場・駐輪場が使用できなくなります

市民体育館では、11月下旬から3か月程度の前で屋根の補修工事を行うため、敷地内の駐車場や駐輪場が使用できなくなります。体育館は使用できます。

（文化・スポーツ課☎481-0305）

狩猟期間が始まります

狩猟期間は11月15日(月)から4年2月15日(火)までです。狩猟者はマナーを守り安全な狩猟に努めましょう。また、器具などの消毒、泥の洗い流しなど、CSF（豚熱）の感染拡大防止にご協力お願いいたします。野外で活動するときは、目立つ服装をしたり、ラジオなど音の出る物を携行するなど、安全対策を心がけてください。▶問い合わせ 県自然保護課☎043-223-2972（環境政策室）

不法な野焼きを行わないでください

ごみなどを燃やす野焼きは法律で禁止されています。農林業に係る稲わらやせん定木の焼却、日常生活上の軽微な落ち葉たきなど一部の例外はありますが、煙や臭いで近隣の住環境に影響が及ぶ場合は、指導の対象となることがあります。ご注意ください。（環境保全課☎421-6765）

11月の納期
納期限は11月30日(火)
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

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 **子どもの歯のことQ&Aを**
ホームページ市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、ぜひ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、下記のコードから。



▲乳児編



▲幼児編

妊婦・乳児健康診査を受けましょう

母子健康手帳と共に交付する「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、千葉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、転入などで八千代市の受診票の交付を受けていない人は、電話で同課までご連絡ください。



健康づくり課 アンケート調査にご協力を

市民の健康に関する考えや生活状況を把握し、市民の健康増進や自殺対策に関する八千代市第2次健康まちづくりプランおよびいのち支えるまちづくりプランに反映するため、下記の対象の人へアンケートを郵送しています。

▶対象者 0歳～6歳のお子さんの保護者より無作為抽出した500人、18歳以上の市民より無作為抽出した2,000人 ▶回答期限 12月3日(金)ま

八千代市医師会
すみれ眼科
竹内 紀一郎



治療ですが、萎縮型には有効な治療法はありません。滲出型には現在では「抗VEGF薬」が一般的です。これは、新生血管を沈静化させる薬剤です。硝子体内（眼内）に直接注射します。その他には、光に反応する薬剤を体内に注射し、光線を照射して新生血管を破壊する「光線力学的療法」があります。

新生血管の位置や大きさにより異なりますが、早期発見できれば、治療後の視覚障害を最小限に抑えることができます。

加齢黄斑変性に限らずどの疾患でも、日頃から、片目ずつの見え方をチェックして、早期の発見に努めることができます。

でに投函をお願いします
なお、市立中学校5校の生徒および市立小学校5校の児童とその保護者には、10月に学校を通して依頼しました。

コロナを乗り越え！健康バランスアップ術～食事とお口の健康編～

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14人。筆記用具持参。

▶日時 12月15日(水)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

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
◆日本の伝統文化と江戸しぐさ「衣食足りて礼節を知る」古来より綿々と受け継がれている美しい日本の礼節を体験し、基本動作の立ち姿や、心の通う挨拶とお辞儀に挑戦してみませんか。八千代市在住・在勤の成人、先着10人。飲み物持参。☎12月15日(水)午前10時～正午 費100円(材料費) 申午前9時から電話か直接同公民館へ

◆冬のおはなし会 大和田図書館との連携事業。季節のおはなしやおすすめの絵本などの紹介をします。市内在住・在学の小学生以上対象。小学校3年生以下は保護者の送迎をお願い致します。各回先着10人。飲み物持参。☎12月23日(木)①13時30分～15時 ②15時～16時30分 申午前9時から電話か直接同公民館へ

◆お正月の寄せ植え（ハンギングバスケット）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。市内在住または在勤・在学の成人対象。先着14人。園芸用ハサミ、雑巾持参。☎12月8日(水)午前9時半～正午 費3,500円 申午前9時から電話か直接同館窓口へ

勝田台公民館☎485-5202 ◆お正月の寄せ植え（ハンギングバスケット）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。市内在住または在勤・在学の成人対象。先着14人。園芸用ハサミ、雑巾持参。☎12月8日(水)午前9時半～正午 費3,500円 申午前9時から電話か直接同館窓口へ

村上公民館☎485-5452 ◆ステンシルエコバッグを作ろう ステンシルを使ってオリジナルのエコバッグを

市民伝言板

●ふるさとの歴史展「語り継がれてきた神野の歴史」
神野地区の歴史・民俗に係わる研究成果を発表します。
☎11月20日(土)午後1時～5時、21日(日)午前9時30分～午後4時 八千代市総合生涯学習プラザ 申八千代市郷土歴史研究会 鈴木☎(459)25506
✉Nippon-mobile@yahoo.co.jp

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	812件	7,757件
	火災・その他	50件	436件

火災場所の問い合わせは☎459-0119へ

11月の献血
●20日(土)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（八千代東ライオンズクラブ主催）
●27日(土)午前10時～11時45分、午後1時～4時30分 フルルガーデン八千代（八千代市女性団体連絡協議会主催）

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
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・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】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

けんこうかんりコーナー

No.560 **加齢黄斑変性**

加齢黄斑変性とは、その名の通り、網膜の中心部分に位置する黄斑という組織が、加齢とともに変性する疾患のことです。ゆがんで見える、視野の中心が暗くなる・欠ける、視力が低下するなどの症状が出ます。

加齢黄斑変性には「萎縮型」、「滲出型（しんしゅつがた）」の2種類があります。

萎縮型は、黄斑組織が加齢とともに萎縮する病型です。症状はゆっくりと進行し、急激に視力が低下することはありません。滲出型は、黄斑部に新しい血管（新生血管）が発生し、この新生血管から成分が漏出したり、出血したりして、黄斑を変形させ、様々な視覚障害を引き起こします。