

いこいのすこやか運動教室 その9

時 11月9日(日)・30日(日)、
12月7日(日)・14日(日)、
令和8年1月11日(日)・25日(日)
各日午前10時～11時
場 南部老人憩いの家
内 介護予防リーダーによる健
康体操、レクリエーション、
脳トレなど
対 市内在住60歳以上の方
定 各回12人(先着順)
費 無料

申 10月21日(火)午前9時から電
話または来所で申し込み。
※申し込みは本人のみです。
持 動きやすい服装、飲み物、
タオル
※感染症などの拡大状況によ
り変更する場合があります。
問 南部老人憩いの家
☎ 445・2976

はじめてでも安心 ヨガ体験講座

時 11月7日(金)・14日(金)・
21日(金)
各日午後1時30分～3時
場 老人福祉センターゆうゆう
内 心身のバランスを整える初
心者向けヨガ
講 ヨガインストラクター
山本 秀子氏
対 市内在住60歳以上で原則全
日(3回)参加できる方
申 10月21日(火)午前9時から電
話で申し込み。
※申し込みは本人のみです。
持 靴下、上履き、飲み物、ヨガ
マット(それに代わるもの)、
フェイスタオル
問 老人福祉センターゆうゆう
☎ 443・5211

第46回八街市婦人祭・輝く女性の研修会

講演内容
『脳活体操でリフレッシュ!』
講師 一般社団法人みんなの
認知症予防ネット代表理事
加藤 良江 氏
○アトラクション、バザー
午後0時10分～午後2時10分
場 中央公民館
費 無料
問 社会教育課
☎ 443・1464

開催日
11月9日(日)
○講演会
午前10時30分～正午

八街市教育委員会との共催
による輝く女性の研修会とし
て、『脳活体操でリフレッシ
ュ!』を講演します。
そのほか、婦人会会員によ
る踊りや歌のアトラクション、
バザーなどが行われます。
多くの方のご来場をお待ち
しています。

国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

日本年金機構では、国民年
金保険料を納めていない方に、
電話・通知・訪問により早期
に納付するよう案内していま
す。
未納のまま放置されると、
督促を行い、指定された期限
までに納付がない場合は、延
滞金が課されるだけではなく、
納付義務のある被保険者本人、
連帯して納付する義務を負う
配偶者および世帯主の財産を
差し押さえられることがあり
ます。
また、納め忘れの状態で、
障がいや死亡といった不慮の
事故にあった場合、障害基礎
年金や遺族基礎年金が受けら
れない場合があります。

令和7年度国民年金保険料
月額 17510円
納付書は、日本年金機構か
ら送付され、金融機関・郵便
局・コンビニエンスストア・
スマートフォンアプリで納付
できるほか、クレジットカード
による納付や口座振替、ね
んきんネットを活用した納付
も可能です。
所得が少ないなど納付が困
難な場合は、免除・猶予制度
があります。
国民年金課または幕張年金
事務所へご相談ください。
問 国民年金課
☎ 443・1139

「3キリ運動」で「食品ロス」の削減へ

食品ロスの多くは家庭から
発生しています。食品ロス削
減の取り組みとして、「3キリ
運動」にご協力をお願いします。
使いキリ
食材は必要な分だけ買い、
正しく保存して無駄なく「使
いキリ」しましょう。
食べキリ
料理は必要な分だけ作り、
残さず「食べキリ」ましょう。
水キリ
生ごみの80%は水分と言わ
れています。「水キリ」する
ことで、ごみの減量化につな
がります。
問 クリーン推進課
☎ 443・6937

11月は「ゼブラ・ストップ」強化月間

ゼブラ・ストップで
事故ストップ!
横断歩道での
歩行者優先の徹底を!
千葉県では2台に1台の車
が、信号のない横断歩道に歩
行者がいても停止しません。

運転者の方は、信号のない横
断歩道を横断している、また
はしようとしている歩行者が
いないか、手前から十分減速
してよく確認しましょう。
問 佐倉警察署
☎ 484・0110

八街市子ども・子育て会議の委員を募集

市では、子どもの福祉に関
する事項を調査審議する合議
制の機関として「八街市子ど
も・子育て会議」を設置して
います。本会議では、子育て
支援に関する幅広い分野の方
から意見を伺うため、委員を
募集します。

応募資格
・市内在住、在勤、通学の方
・八街市の職員、議会議員で
ない方
・2つ以上、八街市の審議会
などの委員に公募により委
嘱されていない方
・暴力団員などと密接な関係
を有さない方
・平日昼間の会議に参加でき
る方

募集人数 2人以内
任期
令和7年12月1日
～令和9年11月30日

報酬
会議出席1回 5000円
(年3回程度)
応募方法
申込書と「子育てや子育て
支援活動に対する思いや考え
方」をテーマとしたレポート
(800字程度)を持参また
は郵送してください。

応募期限
10月30日(木)午後5時(必着)
選考方法
選考委員会が、次の項目を
審査し選考します。
・応募の動機
・市民活動、児童福祉に関す
る活動の経歴
・現状と課題の把握
・理解力・提案力・目標
※応募書類は返却しません。

市役所エレベーター運転停止のお知らせ

「市役所第一庁舎エレベー
ター」は、老朽化に伴う更新
工事のため、次の期間は利用
できません。
ご不便をおかけしますが、
ご理解とご協力をお願いします。

運転停止期間
11月8日(土)～
令和8年3月25日(水)
問 財政課
☎ 443・1117

雑誌をさしあげます

図書館では、市民の方に有
効活用していただくため、保
存期間が過ぎた雑誌をさしあ
げます。
(休館日を除く開館時間内)
※無くなり次第終了します。
問 図書館
☎ 444・4946
(午前9時～午後5時)

時 11月5日(水)～30日(日)