

# 市の魅力を収めた良作集う

## 第2回 市観光フォトコンクール展示会



最優秀賞に輝いた住母家さんの作品「ボタン咲く飯高寺」

市観光協会が主催した観光フォトコンクルの展示会が開催されます。コンクールには28人から64点の力作が寄せられました。匝瑳市の魅力が詰まった力作ぞろいので、ぜひご覧ください。

日時 3月3日(土)～18日(日)

9時～17時(月曜を除く)

場所 八日市場公民館市民ギャラリー

受賞者(敬称略)

最優秀賞:住母家茂(片子) 優秀賞:磯

部博之(富谷) 市長賞:萩原孝(吉田)

市議会議長賞:椎名清(笹部田) 八日市

場商工会長賞:藤田暉也(千葉市) 野

商工会長賞:山崎豊(蕪里) 入選:平山

洋(飯高)熱田安夫(今泉)、小林盛司(椿)、

高木忠(亀崎)、松澤恭一(香取市)

問い合わせ 産業振興課商工観光班

☎73・0089

## 春らんまん

### 匝瑳市 のさかチューリップ祭り

色鮮やかに咲き競う7万本のチューリップと共に、春の一日を過ごしてみませんか。

開催期間:4月1日(日)～15日(日)

イベント日時:4月1日(日)10時～雨天決行

イベント内容:のさか太鼓、ピノゴ大会、ミニ動物園(花畑の中をボニーに乗って散歩)、もちつき大会、オーナー抽選会、景品付きもち投げ  
開催場所:のさか花の広場(野栄総合支所前)  
問い合わせ:のさかチューリップ祭り実行委員会・野栄総合支所地域整備室 ☎67・3114



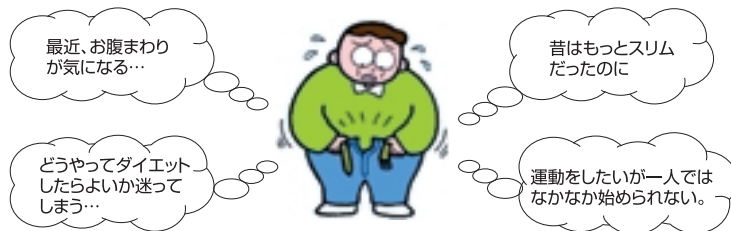
色とりどりのチューリップに囲まれて(昨年)

## もうメタボなんて呼ばせない!

### メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)改善教室

#### 匝瑳フィットネスクラス 参加者募集

メタボリックシンドロームを改善するには、食生活の見直しと定期的な運動習慣を身につけることが大切です。



このような方にぜひ参加していただきたい教室です。

#### 対象者

メタボリックシンドローム(疑い)の方で、住民健診や人間ドック等を1年以内(平成18年4月以降)に受診している方。おおむね65歳未満を対象にしています。

#### 内容

家庭で週4回(ウォーキングや簡単筋トレ)、保健センターで週1回(体組成測定、エアロバイクや簡単筋トレなどを約60～90分)、自分に合ったトレーニングを行います。

また食生活をチェックし自分に合った

食事のアドバイスも行います。

体力テストの結果に基づき個人別の運動プランを提示します。

日々の歩数や筋肉率、体脂肪率、エアロバイクでの運動のデータなどがデータベースに登録され、日々の変化をウェブサイト上で閲覧することができます。

#### クラス別開催時間

クラス1...10時30分～12時

クラス2...13時30分～15時

クラス3...15時～16時30分

会場 保健センター

メタボリックシンドロームとは内臓脂肪型肥満によって、さまざまな病気が引き起こされやすくなった状態をメタボリックシンドロームといいます。

メタボリックシンドロームの診断基準  
腹囲(へそ周り)...男性85cm以上、女性90cm以上  
・上記に加え以下の内の2項目以上(薬を服用していればそれぞれの項目に含める)が該当すれば、メタボリックシンドロームの疑いが強く、1つ該当すると予備軍です。  
血圧...最高血圧130以上/最低血圧85以上  
(どちらか一方または、両方)  
血糖...空腹時110以上  
血清脂質...中性脂肪150以上、HDLコレステロール40未満(どちらか一方または、両方)

日程 4月5日～9月25日

原則毎週月曜日実施

メディカルチェック(医師診察)を4月5日(木)、10日(火)に予約制で実施。体力テストを4月16日(月)に実施。

#### 参加費

教室参加費...月2,000円

高機能歩数計(教室指定の物)...5,500円

募集人数 各クラス10人 先着順

#### 申し込み方法

3月5日(月)～23日(金)に健康管理課(☎73-1200)へ電話で申し込み

## 《市内循環バス》 4月1日から ルート・ダイヤ改正



市内循環バスをより便利で身近な交通手段として、皆さんに利用していただくため、4月1日(日)に運行ルートとダイヤの改正を行います。

市内循環バスの運行については、改善を求める声が多く寄せられているため、市では、改正計画を策定し、利用者アンケート調査、ホームページなどを通じた意見募集、市民の代表などで構成する「市内循環バス利用向上対策委員会」での検討を行い、それらの結果をもとに新ルートとダイヤを決定しました。

6路線各5便の運行体系に変更はありませんが、すべての停留所の運行時刻が変更となります。

すので、3月下旬に新聞折り込みで、新しい路線図と時刻表を配布する予定です(広報そうさ)郵送世帯には送付します。なお、改正の詳細については広報4月号でお知らせしますが、事前に確認したい方は、環境生活課までご連絡ください。

環境生活課市民生活班

☎73・0088

## 都市計画説明会を開催します

銚子連絡道路(横芝光IC～県道八日市場野栄線バイパス間)

銚子連絡道路(横芝光インターチェンジ～県道八日市場野栄線バイパス間)について、都市計画説明会を開催します。本都市計画に対し、ご理解とご協力をお願いします。

### 計画の概要

都市計画道路の起点および終点  
(起点) 山武郡横芝光町芝崎  
(終点) 匝瑳市横須賀  
都市計画道路の延長約4.7km  
内、匝瑳市分の延長約3.4km  
横芝光町分の延長約1.3km  
都市計画道路の標準幅員9.5m  
都市計画説明会

日時：3月18日(日) 14時～16時

場所：八日市場公民館3階会議室

### 説明コーナーの開催

説明会に出席出来なかつた方や個別に相談したい方を対象とした事業予定者による説明コーナーです。

日時：3月23日(金) 10時～12時、14時～16時

場所：八日市場公民館3階会議室

匝瑳市都市整備課☎73・0091、

千葉県海匝地域整備センター調整課

☎72・1160



## 一日ハローワーク実施



「匝瑳市高齢者・パートタイマー職業相談室」が、3月31日限りで廃止になることに伴い、4月から「一日ハローワーク」を毎月第4水曜日の午前10時から午後3時まで市民ふれあいセ

ンターで実施します。

「一日ハローワーク」では、ハローワーク銚子の係員が匝瑳市へ出張して求人情報の提供や、職場適応相談・指導などを行います。また、求人情報を平日午

前9時から午後5時まで、市役所産業振興課内で閲覧できるようになります。

問 産業振興課商工労政室

☎73・0089