

第73回東総毎日駅伝大会

出場チームを募集します

第73回東総毎日駅伝の一般の部と青年の部への出場チームを募集します。師走の東総路で、仲間と共にたすきをつなぎませんか。

◆日時

12月1日(日) 10時から

※雨天実施

◆募集部門

- ・一般の部(距離:34.7km)
- ・青年の部(距離:17.8km)

◆チーム構成

選手5人と補欠2人。性別は問いません。

◆参加費

1チームに付き5000円
※申し込み後の返金はありません。

東総毎日駅伝大会コース図(1周17.8km)



そうさ記念公園(市役所北側)を発着点に、10時から順次スタートします。
《出場部と距離》
■中学生(17.8km) ■青年(17.8km) ■女子(17.8km)
■一般(34.7km) ■高校(34.7km)



東総路でたすきをつなぐ(昨年)

◆申し込み

11月1日(金)までに、参加費を添えて左記まで申し込んでください。

関市体育協会事務局(八日市場ドーム内) ☎73・0021

ふれあい健康ウォーク秋
七福神と歴史を巡る旅

JR佐倉駅で下車し、江戸時代に城下町として栄えた佐倉市内を歩きます。

◆日時

11月4日(月・祝) 8時20分に八日市場駅前集合

◆参加費

700円(入館料、保険料)
※交通費は自己負担です。

◆コース内容

七福神巡りの他、国立歴史民俗博物館や武家屋敷を巡ります(行程は約7km)。
七福神巡り: ①甚大寺 ②嶺南寺 ③宗圓寺 ④妙隆寺 ⑤松林寺 ⑥麻賀多神社 ⑦大聖院

◆申し込み

10月25日(金)までに、左記まで申し込んでください。
※八日市場ドーム(☎73・0021)でも受け付けます。

関生涯学習課スポーツ振興班

☎73・0097



健康的で女性らしい体づくり

ナイスミディ運動教室



※イメージ

冷え症や便秘、腰痛、骨粗しょう症の予防など、女性特有の悩みへのワンポイントアドバイス講座と、ストレッチや有酸素運動、筋力トレーニングを行う教室です。

日時...①10月30日(水)、②11月8日(金)の両日13時30分~15時30分(1回のみ参加可)
場所...八日市場公民館大会議室(3階)
対象...市内在住の40歳~70歳ぐらいまでの女性
参加費...無料
申し込み...10月21日(月)までに下記まで

申問 健康管理課 ☎73-1200

頭と体を動かし脳を活性化

認知症とフレイル予防教室

認知症予防のために、頭と体を動かして脳を活性化する楽しい教室です。認知症やフレイル*に関する講義や、筋力などをチェックする体力測定も実施します。



*フレイルとは、加齢に伴い筋力や気力など、心身の活力が低下していく状態のこと。

日時...①10月24日(木)、②11月21日(木)の両日13時30分~15時
場所...市民ふれあいセンター
対象...市内在住の65歳以上で両日参加できる人
参加費...無料
定員...20人(申し込み順)
申し込み...10月18日(金)までに下記まで

申問 市地域包括支援センター(高齢者支援課内) ☎73-0033

総合計画前期基本計画(素案)のパブリックコメント

ご意見をお寄せください

市では、計画などを策定する際に、その案を公表して市民の皆さんの意見を伺っています。このたび、計画の素案がまとまりましたので、より良いものとするため皆さんのご意見をお寄せください。

市では、令和2年度～5年度の4か年を計画期間とした「第2次匠瑳市総合計画前期基本計画」の策定を進めています。

この計画は、「第2次匠瑳市総合計画基本構想」に示した施策の大綱の具体化に必要な施策および事業を総合的・体系的に明らかにするものです。

意見を募集する期間

10月8日(火)～11月6日(水)

素案を公表する場所

- 市ホームページおよび次の①～⑦の施設で公表します。
- ①市役所 ②野米総合支所 ③市民病院 ④市民ふれあいセンター ⑤八日市場公民館 ⑥八日市場ドーム ⑦のさかアリーナ

意見を提出できる人

市民、市内の事業者、市内に通勤または通学している人

意見の提出方法

「第2次匠瑳市総合計画前期基本計画(素案)」に対する意見」と明記し、住所、氏名を記入の上、次のいずれかの方法で提出してください。書式の指定はありません。

- メール…k.kikaku@city.sosa.jp
- ファクス…72・1114
- 郵送・持参…〒289-2119 8匠瑳市八日市場ハ793番地2 匠瑳市役所企画課

提出された意見への対応

意見募集期間内に提出された意見(住所・氏名の記載がないものを除く)およびこの意見に対する市の考え方を、市ホームページで公表します。なお、意見提出者の公表や意見提出者個人に対する回答は行いません。

企画課企画調整班

☎73・0081

10/30開催

心の健康セミナー
相手を尊重し、自分の思いを伝えよう

“自分の言いたいことがうまく言えなかった”“思ったことをそのまま口にして失敗した”という経験はありませんか。

相手の考えを尊重しながら自分を表現する方法を学びコミュニケーションスキルを高めましょう。申し込みは不要です。

日時…10月30日(水) 13時45分～15時30分

場所…八日市場公民館視聴覚室(2階)

内容…藤田病院精神科医・畑達記先生を招いての講演と情報交換

※5人以上の団体で参加する場合は、事前に下記まで申し込んでください。

☎福祉課障害福祉班 ☎73-0096

社会保険料の控除対象にも

農業者年金に加入しましょう

農業者年金は、農業者のための、安定した積立式の公的年金です。積み立てた金額に応じた年金が、65歳から生涯支給されます。

80歳を迎えずに亡くなられた場合は、80歳までに受け取る予定であった分の金額を遺族が受け取れます。また、納めた保険料の全額が、社会保険料の控除対象となります。

加入できる人

- ①国民年金の第1号被保険者
- ②農業に60日以上従事している人



③20歳以上60歳未満の人

詳しい内容や相談は、左記または農業者年金基金(☎03・3502・3492)までお問い合わせください。

問農業委員会事務局

☎73・0090

困ったときは相談を

10月7日～13日は「行政相談週間」

行政相談とは、公正・中立の立場で、行政などへの苦情や意見・要望を受け付け、その解決や実現を促進し、制度や運営の改善に生かす仕組みです。

本市では、総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員2人が、無料で相談に応じています。

◆10月の人権・行政合同相談

日時/場所…10月10日(木) 10時～15時/市民ふれあいセンター、10月21日(月) 13時～15時/野米総合支所

※予約不要で秘密厳守です。

◆その他の相談窓口

・行政苦情110番 ☎0570・090110(受付時間は土・日曜日、祝日を除く8時30分～17時15分)

・総務省千葉行政監視行政相談センター ☎043・246・9821

▼インターネット相談受け付けへのリンク(総務省)



問秘書課秘書班 ☎73・0080