お知らせ

市民意識調査にご協力を

本市のまちづくりの目標や施策の方向性を明らかにする「第2次匝瑳市総合計画後期基本計画」の策定を進めています。策定に当たり、市民の皆さんの意見を参考にするため、まちづくりに関する市民意識調査を実施します。

対象は無作為に抽出した16歳以上の2000人で、対象となった人には11月上旬に調査票を発送予定です。

問企画課企画調整班 ☎73・0081

野焼きは原則禁止です

ごみの野外焼却（野焼き）は、煙や悪臭に加え、有害物質であるダイオキシン類の発生や火災の原因となるため、原則として禁止されています。

一般家庭のごみは、屋外で焼却せず、ごみステーションに出しましょう。

問環境生活課環境班 ☎73・0088

第54回匝瑳市健康マラソン会を開催

新春の恒例行事「匝瑳市健康マラソン大会」を開催します。

期日…令和9年1月24日（日）
集合…7時30分～8時までに野栄中学校　**参加費**…市外一般300円

※雨天中止。第1レースは9時スタート予定。詳細は、本紙次号以降でお知らせします。

問生涯学習課スポーツ振興班 ☎73・0097

歯と口の健康を見直そう 11月8日は「いい歯の日」

歯と口の健康は、全身の健康にもつながる大切なものです。80歳になっても自分の歯を20本以上保つ「8020（はちまるにいまる）」の目標を達成するためにも、歯と口の健康を見直してみましょう。

◆歯と口の健康を保つポイント

●夜の歯磨きは、時間をかけて丁寧に行う　●デンタルフロスや歯間ブラシなどを使用する　●年に1、2回は歯科健診を受診する

◆歯周病検診を実施中

市では、20、30、40、50、60、70歳の人（年度末年齢）を対象に、無料の歯周病検診を実施しています。まだ受診していない人は早めに受診しましょう。

問健康管理課☎73・1200

県収入証紙 12月28日で販売終了

県の収入証紙制度廃止に伴い、市役所および野栄総合支所での県収入証紙の販売を、12月28日（月）で終了します。

※詳細は、県ホームページをご覧ください。

問会計課☎73・0083

11月30日は「人生会議の日」

人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）とは、人生の最期に、どこでどのような医療や介護を受けたいのかを家族や友人と話し合い、共有することをいいます。

これからも続けたいことや大切にしたいこと、どこでどのように過ごしたいかなど、自分らしい暮らしについて考えることから始まります。考えた内容を家族や周囲の人と話し合い、書き留めておきましょう。

※人生会議は、本人の意思を尊重し、無理に話し合いを進めないことが大切です。

問高齢者支援課地域包括支援センター☎73・0033

狩猟期間が始まります

令和8年11月15日（日）～9年2月15日（月）の期間、狩猟が解禁されます。狩猟者はルールやマナーを守り、安全な狩猟に努めてください。山林や畑などの野外で活動する人は、目立つ服装でラジオなど音の出るものを携帯するなどの、安全対策を心掛けましょう。

問県自然保護課 ☎043・223・2972

動物による事故や迷惑を防止

11月は「動物による危害防止対策強化月間」です。次のことに注意して、動物による事故や迷惑を防止しましょう。

注意点…①飼い犬が人をかんだときは保健所（八日市場地域保健センター）に届け出ましょう。犬の放し飼いは禁止です。散歩は短い引き綱で犬を制御できる人が行いましょう。犬の登録と年1回の狂犬病の予防接種をしましょう。②猫は屋内で飼いましょう。③ワニや一部のサルなどの危害を加える恐れのある動物の飼育は、原則禁止です。

問八日市場地域保健センター ☎72・1281

1号広告

1号広告

国民年金保険料控除証明書 年末調整や確定申告に必要です

納付した国民年金保険料は、社会保険料控除の対象となります。また、自身の保険料だけでなく、家族の保険料を納付した場合も控除が受けられます。

1月1日～9月30日に保険料を納付した人には11月上旬に、10月1日以降に今年初めて保険料を納付した人には令和9年2月上旬に、日本年金機構から控除証明書が郵送されます。年末調整や確定申告を行うときは、この証明書（または領収証書）を添付してください。

なお、マイナポータルとねんきんネットの連携手続きが済んでいて電子送付希望の登録をしている人は、郵送が停止され、マイナポータルの「お知らせ」に控除証明書の電子データが届きます。

問ねんきん加入者ダイヤル☎0570・003・004

国民年金の任意加入

老齢年金は、保険料納付済期間や免除期間などが10年以上ある場合に受給することができます。受給資格を満たしていても、年金未加入期間や保険料の未納、免除期間があると、その期間に応じて受け取る年金額が少なくなってしまいます。そこで、老齢年金の受給権確保や増額のため、日本国内に住所を有する60歳以上で厚生年金に加入していない人は、国民年金に任意加入ができます。

受給資格がない人…受給要件（10年）を満たすために、最長70歳になるまで任意加入して保険料を納付することで、受給権を確保することができます。

老齢基礎年金を増やしたい人…20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が480月（40年）未満で老齢基礎年金を繰り上げ受給していない人は、最長65歳まで任意加入して老齢基礎年金を増やすことができます。

申請は、市民課（市役所1階）または野栄総合支所で受け付けています。金融機関の通帳と届出印を持参してください。加入は申請した月分からになります。

※外国籍の人は在留資格の条件があるので、ご相談ください。

申問市民課国保年金班☎73・0086

就職やスキルアップに活用を「ハロートレーニング」

ハロートレーニング（公的職業訓練）は、希望する仕事に就くために必要な職業スキルや知識を習得することができる公的制度です。一定の要件を満たす場合、訓練受講の生活支援のための給付金制度があります。

訓練コース…事務実務、IT、製造、介護、デザイン、システムなど

※テキスト代などの自己負担あり。一部有料の訓練コースあり。詳細は、左記までお問い合わせください。

問ハローワーク銚子☎0479・22・7406

個人事業税の納付をお忘れなく

個人事業税（第2期分）の納期限は、11月30日（月）です。eL（エル）お支払いサイトからのクレジットカード払い、スマートフォン決済アプリでの納付、または口座振替も利用できます。

問旭県税事務所☎62・0772

発明クラブの古い資料を探しています

八匝少年少女発明クラブは、令和12年5月に創立50周年を迎えます。記念誌の発行に当たり、古い資料を探しています。昔の記録、写真、賞状、作品などをお持ちの人はご連絡ください。

なお、寄稿も歓迎します。

問同クラブ会長・笹本✉sp2586lotte2659@plum.ocn.ne.jp

参加者募集

カラダ★チェンジクラス

30歳～74歳までの人を対象にした健康教室です。エクササイズや調理実習など、楽しみながら「理想のカラダ」を目指しましょう。3回通しての参加をお勧めします。場所はいずれも八日市場公民館です。

◆第1回

日時…11月27日（金）9時30分～12時

内容…エクササイズバンドの使い方、高血糖予防、汁物の塩分測定

◆第2回

日時…1月20日（水）9時30分～12時

内容…歯間ブラシの使い方、簡単ヘルシー料理の調理実習、高血糖と食事や歯周病の関係について

◆第3回

日時…2月2日（火）13時30分～16時

内容…エクササイズバンドを使ったエクササイズ、市民病院内科医・増田道男氏による糖尿病予防講話

定員…各回30人（申し込み順）

申問健康管理課☎73－1200

この家で日常がもっと好きになる

有限会社 ヤマトハウス YAMATOHOUSE EST.1969

注文住宅　リノベーション　不動産

TEL 0479-67-1136

匝瑳市野手 1328-8

千葉県知事（般-7）第39119号

家づくり相談会：随時受付
完成見学会：定期開催

施工例は→

1号広告

一人ひとりに愛と希望を

社会福祉法人 九十九里ホーム

看護・介護・薬剤師・栄養士・調理員等を募集します

詳しくはホームページをご確認ください ⇒

11月25日の匝瑳市雇用促進協議会合同説明会に是非おいでください。お問合せ：0479-72-1400

1号広告