

歳のお子さんとその保護者対象。各回先着4組 時1月19日(木)①0歳向け：午前10時～10時30分、②1歳向け：午前11時～11時30分 申1月5日(木)午前9時から電話か直接同館へ **緑が丘図書館** 489-4946 ◆朗読劇

八千代市朗読劇団による朗読劇。「食」をテーマにした作品として志賀直哉「小僧の神様」、碧野圭「ズッキーニは思い出す」、向田邦子「ごはん」を上演。先着40人 時1月21日(土)午後2時から 所緑が丘プラザ集会ホール 申1月7日(土)午前9時から電話か直接同館へ



郷土博物館 484-9011

◆**伝統装束体験** 女性の十二単や女官装束、男性の束帯や貴族装束などの伝統装束を試着します。抽選11組。1組最大4人まで。1人1着のみ 時2月4日(土)午前9時30分～午後4時の間の指定した30分間 費1人500円 申1月19日(木)消印有効で、往復はがきに希望者氏名・年齢・代表者の電話番号・参加希望の時間帯(午前・午後・どちらでも可)・返信先を記入し、〒276-0028村上1170-2郷土博物館へ郵送

◆**子ども体験教室「昔の道具体験」**

洗濯板、火のし、七輪などの道具を使ってみることで、昔の暮らしを体験します。先着40人(同伴者含む)小学校3年生以下は保護者同伴。木綿のハンカチ、洗濯するための雑巾、(いらなくつ下等でも可)、ビニール袋持参 時2月12日(日)午後1時30分～3時 費50円 申1月5日(木)から電話か直接同館へ



八千代総合運動公園管理事務所 406-3010 ◆は

じめての青空エクササイ

ズ 普段あまり体を動かさない人でも無理のないようなエクササイズです。中学生以上対象、先着30人。タオル・飲み物持参。動きやすい服装で 時1月21日(土)午前10時～11時(雨天時28日(土))

所総合運動公園内芝生広場 費500円(保険料含む)

申1月5日(木)から電話か直接窓口へ

ふれあいプラザ 487-1511 ◆**Q-Ren・全2回**

骨盤や周辺の筋肉を調整し、疲れを癒すクラスです。介助なしで生活できる高校生以上対象、各回25人 時①1月7日、②1月21日いずれも土曜日午前11時15分～正午 費550円 申電話で同館へ

◆**お口の健康講座** 生涯おいしく食べる為、お口のことを楽しく学び、体の機能維持・改善する為の体操も実施します。市内在住か在勤の60歳以上対象。定員25人 時1月18日(水)午前10時～11時 申電話で同館へ

◆**ロコモ運動予防教室** いつまでも自力で生活できるよう健康寿命の向上を目指します。市内在住か在勤の60歳以上対象、定員15人 時1月25日(水)午前10時～11時 申電話で同館へ

◆**オーエンス八千代市民ギャラリー** 406-4116 ◆**「アート写真講座」** 日常をアートに切り取る方法 写真家の講師から撮影のこだわりを伺います。中学生以上対象、先着10人 時2月19日(日)午前10～正午 所市民会館 費1,000円 申電話か直接市民ギャラリー窓口へ

◆**「造形・工芸教室」** 手まりの香り玉づくり 粉殻を紙で包み糸で巻いて作る手まりの講座。中には粉殻と



共に香りを入れます。中学生以上対象、先着10人 時2月25日(土)午後1～3時 所市民会館 費1,000円

申電話か直接市民ギャラリー窓口へ **勝田台中央公園小体育館** 487-7667

◆**リズム&筋トレ・ストレッチ教室** 有酸素運動、筋トレ、ストレッチを行い、体力、筋力をつけましょう。先着15人。ヨガマット、タオル、飲み物持参 時毎週火曜日午後1時30分～2時30分 費1回600円(保険料含む) 申電話か直接同館へ

総合グラウンド 484-4222 ◆**キッズサッカークリニック** サッカーの基本技能の習得を目指します。市内在住か在学の未就学児から小学3年生対象。(保護者同伴) 先着100人 時2月12日(日)午前9時～正午(雨天中止) 費1人100円 申2月9日(日)までに電話かメール(件名に「キッズサッカークリニック」、本文に氏名・年齢・住所・電話番号を記載)で同グラウンド field@ycp.or.jp へ(火曜休業日)

消防本部警防課 459-7804 いずれも市内在住か在勤・在学の人対象。各講習先着15人。市内の感染状況により中止する場合があります

◆**普通救命講習 I** 成人に対するAEDを含む心肺蘇生法など。修了者には普通救命講習修了証を交付 時①1月22日(日)午前9時～正午、②2月2日(木)午前9時～正午、③2月

19日(日)午前9時～正午 費550円(任意で教材費として) 申①1月12日(木)まで、②1月23日(月)まで、③2月9日(木)までに電話か同課へ

◆**普通救命講習 III (小児・乳児)** 小児・乳児に対するAEDを含む心肺蘇生法など。修了者には普通救命講習修了証を交付 時2月11日(祝)午前9時～正午 費550円(任意で教材費として) 申2月1日(木)までに電話か同課へ

◆**救命入門コース (小児・乳児)** 小児・乳児に対するAEDを含む心肺蘇生法など。参加者には参加証を交付 時1月26日(木)午前9時30分～11時 申1月16日(月)までに電話か同課へ

◆**上級救命講習** 成人・小児・乳児の普通救命講習に対するAEDを含む心肺蘇生法に加え外傷の手当てなど。修了者には上級救命講習修了証を交付 時2月26日(日)午前9時～午後5時 費2,498円(任意で教材費として) 申2月16日(木)までに電話か同課へ



消防本部消防総務課 459-7802 ◆**消防出初式**

式典のほか、消防音楽隊による演奏、八千代松陰高校による書道パフォーマンス、消防団員による一斉放水の演技を披露します 時1月7日(土)午前10時～11時30分 所市民体育館ほか

1月1日～3日の休日当番医と受診案内

急に具合が悪くなったときは、まずは下表の当番医に必ず来院前に電話連絡をし、受診をお願いします。診療時間は、午前9時～午後5時(昼休みあり)です。休日体制のため新型コロナウイルス感染症の検査には対応できません。電話が繋がらない場合は、当番医が変更になっている場合がありますので市HPまたはテレホン案内で最新の情報を確認してください。診療時間外の場合は、左の「夜間・休日急病診療」をご覧ください。

診療日	診療科目	当番医/住所	電話番号
1/1 (祝)	外科系	勝田台病院/勝田622-2	482-3020
	内科系	勝田台病院/勝田622-2	482-3020
	その他	八千代ももたろうクリニック/ゆりのき台4-1-8 ベエルジェールゆりのき2階C室	405-3588
	その他	勝田台病院(泌)/勝田622-2	482-3020
	歯科	河田歯科クリニック/八千代台東4-7-22 城橋歯科医院/米本28	486-8601 488-3006
1/2 (休)	外科系	新八千代病院/米本2167	488-3251
	内科系	新八千代病院/米本2167	488-3251
	その他	アリスこどもクリニック/高津694-1	489-4232
	その他	八千代台皮膚科/八千代台西1-6-1扇屋ビル2階	486-8278
1/3 (火)	外科系	ししくら歯科/大和田474-4コーポ城1-2	484-2559
	内科系	柴崎歯科医院/ゆりのき台3-3-1プレルディオ2階	485-4682
	外科系	おかざき外科クリニック/大和田新田917-6	450-1331
	内科系	さとう内科医院/大和田新田251	481-5115
1/3 (水)	その他	なないろこどもクリニック/大和田新田458-10	459-3311
	その他	勝見産婦人科/村上1113-1村上団地1-51	486-8400
	歯科	豊歯科/八千代台南1-3-1扇ビル4階 庄司歯科クリニック/勝田台5-30-8	482-0100 487-4487

夜間・休日急病診療 月～金曜日 19:00～翌8:30 土曜日 17:00～翌8:30 日曜日・祝日 年末年始 8:30～翌8:30	◆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	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 482-8000 ※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは 403-242-9939 【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 482-7009 ※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは 403-6735-8305
	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。	

冬の医療現場ひっ迫回避のために

■日頃からの備えを 新型コロナの検査キット(国が承認した医療用または一般抗原定性検査キット)、解熱鎮痛剤、食料などの生活必需品を備えておきましょう。

■発熱したときは コロナかなと思う症状がある65歳以上の人、基礎疾患のある人、つらい症状(息苦しさ・高熱など)がある人、妊婦、子どもなどの重症化リスクの高い人は日頃通院している医療機関か、発熱外来医療機関に電話で相談を。発熱外来は県のHPで連絡先を確認するか、ネット環境がないなどの場合は下記相談窓口へ。受診の際は必ず事前予約を。

重症化リスクの低い人は、まず検査キットで新型コロナの自己検査を。陽性の場合は県の陽性者登録センターへ。陰性の場合で受診を希望する人は県のオンライン診療センターへ。詳細は市HPで確認を。

相談窓口

- 千葉県発熱相談コールセンター(土日祝含む24時間) 487-200-139
- 八千代市健康づくり課(平日8時30分～17時) 487-483-4646

千葉県のHPへの二次元コード

県内の発熱外来

陽性者登録センター

オンライン診療センター