

■思春期相談（予約制）

お子さんの発達面や思春期に関する悩み等について、臨床心理士が相談をお受けします。

▶日時/場所 7月18日(火)午前9時30分から/習志野保健所 ▶申し込み 地域保健課☎475-5153

生涯学習
特に表示されていないものは受講無料です。詳しくは各主催者に問い合わせてください。

公民館 高津公民館☎450-0353
◆初めて楽しむ布ぞうりづくり・全2回（初心者のみ）古着などをリサイクルして、おしゃれな布ぞうりを作る講座です。市内在住か在勤の成人で初心者対象。先着8人。上履き、飲み物持参 時7月20日(木)、8月2日(水)午前10時～正午 費300円 申午前9時から電話か直接同館へ

八千代台公民館☎483-5553 ◆没後31年 清張の社会派ミステリーを楽しむ 松本清張の作品を読み解きます。筆記用具、飲み物持参。市内在住か在勤・在学の対象。抽選24人 時7月2日(日)午後2時～3時30分 申6月15日(木)午前9時～25日(日)午後9時までに右のコードから電子申請または電話か直接同館へ



睦公民館☎450-2390 ◆新室内スポーツ「ポッチャ」を体験してみませんか？全2回 市内在住かIn勤・在学の対象。先着12人。室内用運動靴・汗拭きタオル・靴入れ用袋持参。動きやすい服装で参加 時7月4日・25日いずれも火曜日午後1時30分～3時30分 申6月15日(木)午前9時から電話か直接同館へ

八千代台東南公民館☎485-4811
◆親子でメダカの飼育講座 メダカの飼育方法を学びます。参加者にはメダカをプレゼント。市内在住かIn勤の小学3年～6年生と保護者対象。定員8組。応募多数の場合は抽選 時7月9日(日)午前10時～正午 申6月15日(木)午前9時～6月22日(木)午後



9時までに右のコードから電子申請または6月22日(木)午後5時までに電話か直接同館へ



緑が丘公民館☎489-4919 ◆布を染めてガーベラを作ろう 花びらの形の布を染めてコテで成形し、ガーベラを作ります。市内在住の成人対象。抽選8人。エプロン、はさみ、絵筆(ある人)、タオル、作品を入れる袋持参 時7月14日(金)午後1時30分～3時30分 費500円(材料費) 申6月15日(木)午前9時～19日(月)午後9時までに右のコードから電子申請。26日(月)までに抽選結果を通知



図書館 TRC八千代中央図書館☎486-2306

◆夏休み 調べる学習のための保護者向け講座 図書館や本を使った自由研究や調べる学習のテーマの決め方、図書館の使い方、結果のまとめ方をわかりやすく教えます。各回先着8人 時6月21日(水)～25日(日)、27日(火)、28日(水)午前10時30分～正午 申6月16日(金)午前10時から電話か直接同館へ

◆初めての調べる学習のための保護者向け講座 調べる学習の基本的な情報から具体的な進め方まで、調べる学習が初めての方にもわかりやすく教えます。各回先着8人 時6月23日(金)・24日(土)・25日(日)午後2時～3時 申6月16日(金)午前10時から電話か直接同館へ

勝田台図書館☎484-4946

◆夏休み 調べる学習のための保護者向け講座 図書館や本を使った自由研究や調べる学習のテーマの決め方、図書館の使い方、結果のまとめ方をわかりやすく教えます。各回先着6人 時7月5日(水)・7日(金)・9日(日)午前10時～11時30分 申6月16日(金)午前10時から電話か直接同館へ

◆大人のための朗読を楽しむ会 虹の会による、小説やエッセイ、文学作品等の朗読会です。耳で聴く読書を楽しんでみませんか。先着8人 時6月24日(土)午後1時30分～2時30分 申当日直接同館へ

◆本だいすき！の会によるたなばたおはなし会 パネルシアターや紙芝居など楽しいおはなし会です。0歳～3歳のお子さんと保護者対象。各回先着5組 時7月2日(日)①午前10時～10時30分、②午前11時～11時30分 申6月15日(木)午前9時から電話か直接同館へ

緑が丘図書館☎489-4946 ◆夏休み 調べる学習のための保護者向け講座 図書館や本を使った自由研究や調べる学習のテーマの決め方、図書館の使い方、結果のまとめ方をわかりやすく教えます。各回先着8人 時6月20日(火)・23日(金)・27日(火)・29日(木)午前10時～11時30分 申緑が丘プラザ4階講習室 申6月16日(金)10時から電話か直接同館へ

郷土博物館☎484-9011
◆企画展「発掘やちよ新情報～古代集落と中世城館～」古代の集落遺跡や中世城館を中心に市内発掘調査の成果を紹介。時7月15日(土)～9月18日(祝) 展示解説会を7月30日、8月13日、9月10日いずれも日曜日に開催

◆植物標本づくり講座・全2回 1日目に博物館周辺で植物を採取し、2日目に名前を調べて植物標本を作ります。先着15組（一組2人まで、小学3年生以下は保護者同伴）。長袖・長ズボン・大きめのビニール袋・筆記用具・新聞紙1日分・植物を切るはさみ持参 時7月22日(土)（雨天時は23日(日)に延期）、8月20日(日)午前9時30分～正午 費100円（材料費）申6月15日(木)午前9時から電話か直接同館へ

文化伝承館☎484-9011
◆子ども邦楽（箏・尺八）教室・全14回 日本の伝統楽器の箏・尺八に触れ演奏を習います。小学3年生～中学3年生対象。箏は先着13人、尺八は先着2人 時7月22日・29日、8月5日・19日、9月2日・16日、10月7日、11月11日、12月9日、6年1月13日、2月17日、3月2日いずれも土曜日、11月12日、6年3月

6月の納期
納期限は6月30日(金)です
納め忘れのない口座振替が便利です
市民税・県民税……………1期

3日いずれも日曜日。練習は主に午前10時30分～12時30分。11月12日(日)は市民文化祭で発表 費3,000円(楽器借用代・テキスト代など) 申6月30日(金)までに電話か直接同館へ
地域振興財団緑化推進事務所☎458-6446 ◆緑の講習会「キッチンガーデン」野菜づくりや土の特性について学び、実技では種まきや幼苗の鉢上げをします。市内在住かIn勤の成人対象。先着10人 時7月12日(水)午後1時30分～3時30分 申八千代台公民館 費400円 申7月5日(木)までに電話か同事務所HPから
農業交流センター☎406-4778

◆韓国料理教室 ヤンニョムチキンと夏野菜チヂミ、スイカゼリーを作ります。先着16人。エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具、飲み物持参 時7月20日(木)午前10時30分～午後1時 費2,000円 申6月17日(土)午前9時からWEB申し込み

西八千代調理場☎406-5621 ◆西八千代調理場の見学 見学コースでは調理、配缶・配送、洗浄など一連の作業が見られ、体験コーナーではエアシャワーの体験や実物大の釜に触れることができます。希望者には食育ミニ講習会も行います。市内在住の人、市内で活動する団体対象。各回先着20人 時毎月第2・4火曜日 ①調理/午前9時から、②配缶・配送/午前10時30分から、③食器具などの洗浄/午後1時30分から 申同所に電話予約後、申請書を提出

【お詫びと訂正】 広報やちよ6月1日号7ページ「甲種防火管理新規講習」の記事中、申し込み期間に誤りがありました。訂正してお詫びします。訂正箇所は次のとおりです。(誤) 6月23日(金)～30日(金) (正) 6月15日(木)～22日(木)

6月の献血
●6月17日(土)午前10時～11時45分、午後1時～4時30分、フルルガーデン八千代(八千代市献血推進協議会)
●6月25日(日)午前10時～11時45分、午後1時～4時30分、イオンモール八千代緑が丘(八千代ライオンズクラブ)

熱中症に注意しましょう

熱中症は、気温や湿度が高い日、風が弱い日、急に気温が上昇した日(梅雨明け直後など)に起こりやすいと言われています。また、梅雨のこの時期は、体が暑さに慣れていないため、汗を上手にかけず、熱中症に注意が必要な時期です。

■症状 筋肉痛や大量の汗、めまい、頭痛や吐き気など。重症になると命に関わることもあります。

■予防方法 ①日頃からウォーキングなどで汗をかき、暑さに備えた体づくりをしましょう。②暑さを避ける工夫：外出時は適宜休憩し、頑張

らない、無理をしない。自宅では扇風機やエアコンを使用する。ゆったりとした衣服や吸汗・速乾素材の衣服を着る。③こまめに水分・塩分を補給する。④睡眠を十分に取る。休息も定期的な。

乳幼児や高齢者は特に注意が必要です。また、短時間でも子どもを車内に置き去りにしないようにしましょう。

■熱中症を疑う時は ①涼しい場所に移動する。②衣類をゆるめ、体を冷やす。(わきの下や足の付け根が効果的。)③水分や塩分などを補給する。④自力で水分補給ができない場合や症状がよくなる場合は、医療機関を受診しましょう。

募集 市民水泳大会の参加者

市内在住かIn勤・在学及び近隣のクラブチーム対象。小学生以上年齢制限なし。男女各種目別競技 時7月30日(日)午前9時から受け付け 申総合生涯学習プラザ 費1種目500円、泳力検定受験者は受験料500円加算。参加費を千葉銀行勝田支店、普通預金、口座番号3614579、八千代市民水泳大会宛てに振り込んでください(手数料参加者負担)。合格者は申請料700円を当日徴収します。振り

込み後のキャンセルは返金できません。申6月30日(金)必着で、往復はがきに①氏名(ふりがな)、②生年月日(西暦)、③性別、④年齢(学年)、⑤住所、⑥電話番号、⑦学校名又は所属団体、⑧参加種目(自分のタイムがわかれば記入)、⑨検定受験の有無、⑩返信面に住所を記入し、〒276-8799八千代郵便局留八千代市民水泳大会事務局へ郵送。小中学生ははがきに保護者の署名・押印が必要。

問い合わせは市水泳協会・白取☎090-6474-7861へ。障がい者については午後8時以降に新谷☎482-9844へ。