

**緑が丘公民館** 489-4919 ◆簡単！きれいな印象メイクセミナー スキンケアからポイントメイクまでの基本的なやり方を知ろう。市内在住の50歳以上の女性対象。抽選20人 時11月27日(月)午後1時30分～3時30分 申11月1日(水)午前9時から7日(火)午後5時までに電子申請は下のコードから。電話または直接同館の場合は平日の午前9時から午後5時まで。14日(火)までに抽選結果を通知



**図書館** TRC八千代中央図書館 486-2306 ◆読み聞かせ講座 読み聞かせの基礎や本の選び方など、ボランティアの「きららさん」と図書館スタッフが紹介。先着15人 時11月11日(土)午後1時～2時30分 申11月4日(土)午前9時から電話か直接同館へ

◆体の不調を改善！中高齢者のための経絡ストレッチヨガ 抽選8人 時11月15日(水)午後2時～3時30分 申11月2日(木)午前10時から5日(日)午後6時までに直接同館へ

◆文学講座「本を読んだらアウトプット」 ビブリオバトル優勝経験者が本を紹介するコツを伝授。高校生以上対象。先着10人 時11月26日(日)午後1時30分～3時30分 申11月8日(水)午前10時から電話か直接同館へ

◆自分らしい人生の最期を迎えるために「もしばなカード」を使って訪問看護師と考える医療健康情報講座。先着15人 時12月2日(土)午前10時30分～11時45分 申11月2日(木)午前10時から電話か直接同館へ

**勝田台図書館** 484-4946 ◆おはなし会と昔のあそび おとぎばなしの会による、絵本の読み聞かせや手遊び、パネルシアターや折り紙など。先着10人 時11月11日(土)午前10時～11時 申当日直接同館へ

**郷土博物館** 484-9011 ◆やちよの民俗行事「厄除けのワラヘビづくり体験」 イネのワラを使って市内各地に伝わる「ワラヘビ」を作ります。小学3年生以下は保護者同伴。先着20人 時11月23日(祝)午後1時～3時

30分 費400円(材料費) 申11月1日(水)午前9時から電話か直接同館へ

◆やち博講座「大名の村」 先着50人 時11月26日(日)午後1時30分～3時 申11月1日(水)午前9時から電話か直接同館へ

◆竹細工講座 竹と籐のみを使った竹かごを作ります。市内在住か在勤の人対象。先着10人 時12月3日(日)午後1時～4時 費1,000円(材料費) 申11月1日(水)より事前に電話か直接同館へ

**講座・教室** ふれあいプラザ 487-1511 ◆口腔講座 お口のトラブルを乗り越えるコツを教えます。簡単な体操も実施。市内在住か在勤の60歳以上対象。先着25人 時11月15日(水)午前10時～11時 申電話で同プラザへ

◆脳トレ教室 体を動かしながら脳のトレーニング。やちよ元気体操も実施。市内在住か在勤の60歳以上対象。先着25人 時11月15日(水)午前10時～11時 申電話で同プラザへ

◆脳トレ教室 体を動かしながら脳のトレーニング。やちよ元気体操も実施。市内在住か在勤の60歳以上対象。先着25人 時11月29日(水)午前10時～11時 申電話で同プラザへ

◆ノルディックウォーキング ポールを使い、景色を楽しみながら、身体を動かします。介助なしで生活出来る高校生以上対象。雨天時は室内。先着10人 時11月12日(日)午前10時～11時 費550円 申電話で同プラザへ

◆骨盤体操～Q-Ren～ Q-Renと呼ばれる疲れを癒す教室で、骨盤体操や腰痛・膝の痛み予防など。介助なしで生活出来る高校生以上対象。先着25人 時11月4日(土)・25日(土)ともに午前11時15分～正午 費各550円 申電話で同プラザへ

**八千代総合運動公園管理事務所** 406-3010 ◆はじめてのスケートボード教室 乗り方の基礎から教えます。先着10人 時11月19日(日)幼児クラス午前10時～11時、小学生クラス午前11時30分～午後0時30分。雨天延期11月26日(日) 所総合運動公園スケートボード広場 費500円 申11月2日(木)より電話か直接同事務所へ

◆はじめての青空ヨガ教室 中学生以上対象。先着30人 時11月25日(土)午前10時～11時。雨天延期12月2日(土) 所総合運動公園芝生広場 費500円(保険代込) 申11月2日(木)から電話か直接同事務所へ

◆パラコードでオリジナルホルダーをつくろう ペットボトルなどの持ち運びに便利なホルダーをパラシュートコードで作ります。小学校高学年以上対象(ペット同伴可)。各回先着8人 時11月18日(土)①午前10時30分～11時15分、②午前11時30分～午後0時15分、③午後1時30分～2時15分。雨天延期11月19日(日) 所総合運動公園事務所前 費1,500円、わんわんパトロール隊員1,300円 申11月2日(木)より電話か直接同事務所へ

**地域振興財団緑化推進事務所** 458-6446 ◆緑の講習会「ビオラで作るリングバスケット」 色鮮やかな複数のビオラを組み合わせてリングバスケットを作ります。市内在住か在勤の成人対象。先着15人 時12月7日(木)午後1時30分～3時30分 所村上公民館 費2,800円 申11月22日(水)までに電話か同事務所HPへ

**八千代台地域包括支援センター** 406-5576 ◆自宅でできる運動講座 ストレッチや運動をして介護予防に努めましょう。先着30人 時11月14日(火)午前10時～11時30分 所東南公共センター 申平日午前9時～午後5時までに電話か直接同センターへ

◆口腔機能向上講座 歯科医師と一緒に口から始める介護予防を学びましょう。先着20人 時11月29日(水)午前10時～11時30分 所八千代台公民館 申平日午前9時～午後5時までに電話か直接同センターへ

**高津・緑が丘地域包括支援センター** 489-4655 ◆いきいき教室 椅子ヨガで体づくり。先着20人 時11月16日(木)午後2時～4時 所緑が丘公民館 申平日午前9時～午後5時までに電話か直接同センターへ

**村上地域包括支援センター** 405-4177 ◆大人の体力測定会 65歳以上対象。いずれも2回コースで各回先着15人 時①11月20日(月)・27日(月)午前10時～11時30分。雨天中止の場合は11月22日(水)・29日(水)午前10時～11時30分、②11月21日(火)・28日(火)午前10時～11時30分、③11月30日(木)・12月7日(木)午前10時～11時30分 所①台町公園、②上高野原連合自治会館、③村上公民館 申平日午前9時～午後5時までに電話か直接同センターへ

**男女共同参画センター** 485-6505 ◆男性のための介護基礎講座「あなたもケアメンになろう」 介護の基

礎知識を学び、車いすの操作などを体験します。市内在住か在勤・在学の男性対象。先着18人 時12月15日(金)午後1時～3時 所八千代台東南公共センター 申電話か直接男女共同参画センター窓口(午前9時～午後5時)かメール(件名に「男性の介護基礎講座」、本文に氏名・電話番号・住所・年齢を記載)を danjo@city.yachiyo.chiba.jp へ

**農業交流センター** 406-4778

◆お正月料理講座 おせち料理を手軽にワンプレートに仕上げます。先着16人 時12月6日(水)午前10時30分～午後1時 費2,000円 申11月3日(祝)午前9時からWEB申し込み

◆子ども味噌づくり教室 お味噌を1キロ作り、専用容器でお持ち帰ります。年中以上対象。抽選10人 時12月2日(土)午前10時～正午 費1,500円 申11月3日(祝)午前9時から5日(日)正午まで直接かWEB申し込み

**総合グラウンド** 484-4222 ◆「キッズサッカークリニック」参加者募集 コーチの指導を受け、基本技能の習得を目指し、ゲームを通して交流を深めます。市内在住か在学の未就学児～小学3年生対象(保護者同伴)。先着100人 時11月19日(日)午前9時～正午。雨天中止。受付9時 費1人200円 申11月16日(木)までに電話かメール(件名は「キッズサッカークリニック」とし、本文に参加者の氏名・カナ・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)

**ファミリー・サポート・センター** 487-8300 ◆クリスマス会 「人形劇サークル どーなつ」の人形劇やみんなでダンスをします。市内在住か在勤・在学の人対象(小学生以下は保護者同伴)。先着50組 時12月2日(土)午前10時30分～11時45分(受け付けは午前10時から) 所セントラルスポーツ生涯学習プラザ 申11月29日(水)までに電話で同センターへ(平日の午前9時～午後4時)

**オーエンス八千代市民ギャラリー** 406-4116 ◆浅井昭/星裏一「Art of Dialogue」展 常設展示室の特別展示として浅井昭の作品と星裏一の収蔵品を展示 時12月24日(日)まで。時間は午前9時～午後8時(月曜休館)

**催し EVENT** ◆クリスマス会 「人形劇サークル どーなつ」の人形劇やみんなでダンスをします。市内在住か在勤・在学の人対象(小学生以下は保護者同伴)。先着50組 時12月2日(土)午前10時30分～11時45分(受け付けは午前10時から) 所セントラルスポーツ生涯学習プラザ 申11月29日(水)までに電話で同センターへ(平日の午前9時～午後4時)

**オーエンス八千代市民ギャラリー** 406-4116 ◆浅井昭/星裏一「Art of Dialogue」展 常設展示室の特別展示として浅井昭の作品と星裏一の収蔵品を展示 時12月24日(日)まで。時間は午前9時～午後8時(月曜休館)

可)を添付し12月3日(日)必着で〒276-0035高津団地5-2-402市テニス協会・望月よし子 090-8844-5562へ郵送か持参

◆合気道 演武形式。市内在住か在勤・在学の小学生以上対象 時11月5日(日) 所市民体育館 申11月2日(木)までに電話かファクスで市合気道連盟・佐藤 0465-4992へ

◆アーチェリー インドア。市内在住か在勤・在学の小学4年生以上対象 時11月18日(土) 所市民体育館 申事前申し込みは、市アーチェリー協会・田中 482-6453へ。当日申し込みは、午前9時まで。

**コロナに関する受診・相談**

発熱などの症状が出たときは、かかりつけの医療機関か下のコードにて「県内外来対応医療機関」を検索し、受診前に電話で連絡を。どこで受診したらよいかわからない場合や、自宅療養中に症状が重くなったとき等の困ったときの相談は下記相談窓口へ。

**相談窓口**

- 千葉県新型コロナウイルス感染症相談センター(土日祝日含む24時間) 0570-200-139
- 八千代市健康づくり課(平日8時30分～17時) 047-483-4646
- 県内外来対応医療機関

千葉県HP

**市民体育大会**

■弓道 近的個人戦(三段以下の部、四段以上の部)。市内在住か在勤・在学の人または市弓道連盟会員対象 時11月3日(祝) 所市民体育館 申事前申し込みは、市弓道連盟・山屋 090-5492-6315へ。当日申し込みは午前9時まで

■硬式テニス ジュニアテニストーナメント。トーナメント戦。種目によりリーグ戦あり。10、12、14、16、18歳以下の男女シングルスSとダブルスD。市内在住か在学习または市テニス協会加盟団体所属の人対象

時6年1月6日(土)10歳以下男女S/12歳以下男女S/18歳以下男女D、1月7日(日)16歳以下男女S、1月14日(日)18歳以下男女S/14歳以下男女S、1月21日(日)16歳以下男女D/14歳以下男女D/12歳以下男女D/10歳以下男女D、1月28日(日)予備日 所総合運動公園テニスコートNo.3～10 費シングルス1人・ダブルス1組とも2,000円 申参加費をゆうちょ銀行からの振り込みは口座番号10590-48948341へ、他行からは口座番号058-4894834へ。申込書(HPからダウンロード可)に必要な事項を記入のうえ、払込金受領書(コピー

可)を添付し12月3日(日)必着で〒276-0035高津団地5-2-402市テニス協会・望月よし子 090-8844-5562へ郵送か持参

◆合気道 演武形式。市内在住か在勤・在学の小学生以上対象 時11月5日(日) 所市民体育館 申11月2日(木)までに電話かファクスで市合気道連盟・佐藤 0465-4992へ

◆アーチェリー インドア。市内在住か在勤・在学の小学4年生以上対象 時11月18日(土) 所市民体育館 申事前申し込みは、市アーチェリー協会・田中 482-6453へ。当日申し込みは、午前9時まで。