

のコードから電子申請か電話または直接同館へ。抽選結果は当選者にのみ28日(木)までに通知



◆お正月の輪飾りを作ろう！ 市内在住か在勤・在学の成人対象。抽選16人。はさみ、袋2枚、上履き、飲み物持参 時12月25日(水)午前9時30分～11時30分 費300円 申11月15日(金)午前9時から25日(月)午後5時までに右下のコードから電子申請か電話または直接同館へ。抽選結果は当選者のみに28日(木)までに通知



八千代台公民館 483-5553 ◆簡単マクラメ～縁起のいい飾り結びで壁掛けを作ろう～ 縁起の良い水引の技法を取り入れたコットンロープの壁掛け作りを楽しみましょう。市内在住か在勤・在学の人。抽選10人。はさみ、セロハンテープ、木工用ボンド、洗濯ばさみ2個、筆記用具、飲み物持参 時12月14日(土)午前10時～正午 費1,000円 申11月15日(金)午前9時から24日(日)午後9時までに下のコードから電子申請(電話および窓口は開館時間内)。抽選結果は28日(木)までに通知。電話、窓口は当選者にのみ通知



村上公民館 485-5452 ◆小学生折り紙教室「クリスマスの飾りをつくろう」 オリジナルのクリスマス飾りを折り紙でつくります。市内在住の小学4年～6年生対象。先着20人。木工用ボンド、はさみ、のり、定規、筆記用具、持ち帰り用紙袋、飲み物持参 時12月21日(土)午後2時～3時30分 費150円 申11月15日(金)午前9時から電話か直接同館へ

睦公民館 450-2390 ◆平安貴族とその時代 光さす王朝文化～398年続いた秘密を解き明かします～(全3回) 市内在住か在勤・在学の成人対象。定員15人(多数の場合抽選)。筆記用具、上履き、靴入れ用袋、飲み物持参 時12月14日(土)、7年1月

11日(土)、2月1日(土)いずれも午後1時30分～3時30分 申11月15日(金)午前9時から25日(月)午後5時までに下のコードから電子申請か電話または直接同館へ。抽選の場合抽選結果は当選者にのみ11月28日(木)までに通知



八千代台東南公民館 485-4811 ◆公民館って、どんなところ？サークル体験・見学会を行います 八千代台東南公民館で活動しているサークルの体験・見学会を行います。市内在住か在勤・在学の成人対象。開催日や活動内容など詳細については市HPをご覧ください 時12月1日(日)から26日(木)のサークル活動日 申体験を希望の場合は、実施日の5日前までに電話か直接同館へ

◆東南子ども書き初め教室 書き初めを練習し書を楽しみます。市内在住か在学の小学3年～6年生対象。定員13人(多数の場合抽選)。書道用具一式、お手本(課題)、書き初め用紙、新聞紙、ぞうきん、筆記用具、飲み物持参 時12月26日(木)午前9時30分～正午 申11月15日(金)午前9時から21日(木)午後5時までに下のコードから電子申請か電話または直接同館へ。抽選結果は22日(金)までに通知



図書館 T R C 八千代中央図書館 486-2306 ◆分析力を鍛えよう！海外ボードゲーム会 ボードゲーム案内人と海外のボードゲームで遊びながら分析力を鍛えます。中学生以上の学生対象。先着15人 時12月7日(土)午後2時～4時30分 申11月15日(金)午前10時から電話か直接同館へ

◆江戸・明治 八千代の村の教養人 昔の人の「学び」について市内に残された資料をもとに紹介します。高校生以上対象。先着24人 時12月14日(土)午後1時30分～3時 申11月19日(火)午前10時から電話か直接同館へ 大和田図書館 482-3240 ◆手話

のおはなし会 手話で絵本の読み聞かせをします。手話の実演は八千代市聴覚障害者協会です 時11月23日(祝)午前10時～10時15分 申当日直接同館へ

◆ぬいぐるみおとまり会 ぬいぐるみが図書館に2泊しその様子を撮影した写真でアルバムを作ります。3歳～小学生とその保護者対象。先着6組 時①預かりは11月28日(木)午後4時～4時30分、②アルバム作成は11月30日(土)午前10時～11時30分 申11月15日(金)午前9時から電話か直接同館へ

勝田台図書館 484-4946 ◆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、文学作品などの朗読会です。耳で聴く読書を楽しんでみませんか。先着10人 時11月23日(祝)午後1時30分～2時30分 申当日直接同館へ

◆こどものための華道教室～クリスマスリースをつくろう～ 華道の先生とクリスマスリースを作ります。小学生対象。先着6人 時12月1日(日)午後2時～3時30分 申11月15日(金)午前9時から電話か直接同館へ

◆絵本の読み聞かせ講座 基礎編・応用編 朗読指導者の中島浩子さんによる絵本の読み聞かせ講座です。高校生以上対象(全2回参加可能な人)。先着6人 時①基礎編12月7日(土)、②応用編7年1月18日(土)いずれも午前10時～正午 申11月15日(金)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～テーマ「家族」～ 八千代朗読劇団による朗読劇です。小森香折「ワンダフル・ライフ」、観世元雅「隅田川」、オリジナル作品「一人っ子」を上演。先着50人 時12月1日(日)午後2時から 所緑が丘プラザ 申11月15日(金)午前9時から電話か直接同館へ

郷土博物館 郷土博物館 484-9011 ◆くらしのうつりかわり展～衣食住と学～ 衣食住を中心としたさまざまな生活道具や写真などをもとに、八千代の昔のくらしやうつりかわりを紹介します 時12月14日(土)～7年2月24日(休)



講座・教室 高津・緑が丘地域包括支援センター 489-4655

◆介護予防教室 足裏は第二の心臓！足の秘密を学びながら冷え予防！転倒予防！ 先着10人(予約制)。飲み物持参 時12月19日(木)午後1時30分～3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

土曜日のアトリエ YouTube配信中！

小学生向けの簡単な工作教室「土曜日のアトリエ」が、家にいながら楽しめます。施設キャラクターほんべんのきせかえや工作の作り方を動画で紹介。詳しくはオーエンス八千代市民ギャラリー(☎406-4116)HPをご覧ください。

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 スケートボードに乗ったことのない人や、何からはじめてらよいかわからない人に乗り方から教えます。各回先着10人。スケートボード、ヘルメット、肘当て、ひざ当て、手袋、飲み物持参 時12月1日(日)①幼稚園児クラス午前10時～11時、②小学生クラス午前11時30分～午後0時30分 ※雨天延期12月8日(日) 所八千代総合運動公園 費500円 申11月16日(土)から電話か直接同事務所へ

農業交流センター 406-4778 ◆お正月料理講座 丸餅で作る白味噌仕立てのお雑煮、栗蒸し羊羹、八幡巻きを作ります。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12月1日(日)午前10時～午後1時 費2,500円 申11月17日(日)午前9時から道の駅やちよHPより申し込み

◆子ども味噌作り教室 お味噌を1.2kg作り、専用容器で持ち帰ります。各回先着16人。エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具、飲み物持参 時12月7日(土)①午前9時30分～11時、②午前11時30分～午後1時 費2,000円 申11月17日(日)午前9時から道の駅やちよHPより申し込み

◆キムチ作り講座 ヤンニョム(調味料)から作るキムチを仕込み持ち帰ります。各日先着16人。エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具、飲み物持参 時12月13日(金)・14日(土)午前10時30分～正午 費2,000円 申11月17日(日)午前9時から道の駅やちよHPより申し込み

暖をとろう！ 八千代の味覚を召し上げれ

焼き芋・つきたてのお餅・豚汁など八千代の味覚を楽しむイベントです 時11月24日(日)午前10時～午後3時。詳細は道の駅やちよ(☎406-4778)HPをご覧ください。

会員募集

市民の皆さんからの依頼に基づき掲載しておりますので、内容についての責任は負いかねます。

◆八千代花と緑の応援団 市の花ばらで駅前広場をいっぱいにしましょう。お待ちしております。毎月第2土曜日(八千代中央駅北口)、毎月第3土曜日(緑が丘駅北口)、毎月第4土曜日(村上駅ロータリー広場)いずれも午前9時～11時。入会金、会費無料。濱野 ☎070-4131-8134✉shunsuke1945920@yahoo.co.jp

◆清水会 かな書道。平安のかな文字を先生の手本を見ながら書いてみませんか。見学大歓迎。第2・4水曜日、午前10時～11時30分、八千代台公民館。月1,500円。川原☎483-4655

けんこうかんりコーナー No.587 粉瘤(ふんりゅう)って何？ 治療したほうがいいの？

粉瘤って知っていますか？粉瘤はおできの一つですが、放っておくとだんだん大きくなり、化膿すると、すごく痛い思いをするので、早めに診断し取ってもらうことをおすすめします。

“おでき”といっても、見分けるのは難しいと思います。自分で気になるおできのある人が受診の手掛かりになるよう、粉瘤の特徴をご紹介します。一つ目はおできの真ん中に小さな穴があること。全てではないですが、こりこりとした玉のようなものの上に小さな穴が見つかることがあります。二つ目は臭いにおいで。粉瘤は皮膚のかす(あか)を溜める袋状になっているため、あかの塊が皮膚の中にある状態です。その

八千代市医師会
やちよゆりのき
形成外科・皮膚科
長田 篤祥



ため臭いにおいがするときがあります。三つ目は強く押すと黄色がかった、おからのような少しざらざらしたクリームのようなもの(あかと皮膚のあぶらが混ざったもの)が穴から出てくることです。

はじめは豆粒くらいの大きさで気が付くことが多いのですが、放置するとどんどん大きくなって10cm以上になる人もいます。大きくなりすぎると入院して治療しなければならないことがあります。また、化膿しているときは、前述の「あかを溜める袋」が皮膚の中で破れてしまい、うまく取れなくなるため、手術が2回になることがあります。

早めに気付いて、小さいうちに日帰りで取ることをお勧めします。