

了 ▶場所 習志野保健所 ▶問い合わせ 疾病対策課☎475-5154

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

大和田公民館 ☎482-0845 ◆脳いきいき折り紙教室・全2回 日本伝統文化である折り紙で季節の雛飾りを作ります。指先を動かして製作することで脳の活性化を図ります。市内在住・在勤の成人対象。抽選15人。はさみ、のり、筆記用具持参 ㊟1月21日(水)・29日(木)いずれも午後1時～3時(全2回) ㊿500円(材料費) ㊿1月5日(月)午前9時から11日(日)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。結果は14日(水)までに当選者に通知

◆はじめての囲碁教室・全2回 初心者向けの囲碁教室です。囲碁の打ち方を仲間と一緒に楽しく学びます。市内在住の小学生対象。小学3年生以下は送迎をお願いします。抽選10人 ㊟1月31日(土)、2月7日(土)いずれも午前10時～11時30分 ㊿1月5日(月)午前9時から11日(日)午後5時までに右のコードから電子申請か電話または直接同館へ。結果は14日(水)までに当選者に通知

勝田台公民館☎485-5202 ◆歴史講座「成田街道いまむかし」 成田街道や京成沿線の衣食住や庶民の暮らしぶりの変遷を学びます。市内在住・在勤・在学の人対象。抽選20人。筆記用具持参 ㊟2月3日(火)午前10時～11時30分 ㊿1月5日(月)午前9時から15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。結果は19日(月)までに当選者に通知

図書館

TRC八千代中央図書館 ☎486-2306 ◆体の不調を改善！中高齢者のための経絡ストレッチヨガ ツボ刺激や、気の流れを整えることで体の不調を改善し、病気の予防につなげます。抽選8人 ㊟1月20日(火)午後2時～3時30分 ㊿1月8日(木)午前10時から11日(日)午後6時までに直接同館へ

大和田図書館☎482-3240 ◆本の福袋 大和田図書館の一般室で本の福袋を貸出します。中身は開けてからのお楽しみ。利用券が必要です

1月の休日開庁

●戸籍住民課(1階)
※マイナンバーのみ午後5時まで

●八千代台支所、
パスポートセンター
11日(日)午前8時30分～正午
※取り扱いできない業務もあります

●国民健康保険料(1階)
25日(日)午前9時～正午

㊟1月6日(火)～本の福袋が無くなるまで
八千代台図書館☎482-0912 ◆うまの本スタンプラリー うまがでてくる本を読んでスタンプを集めます。小学生～中学生対象 ㊟1月6日(火)～2月8日(日) ㊿当日直接同館へ

◆成長期のおやつについて考えよう 成長期に不足しがちな栄養素を補うおやつのとおり方や量などについて、母子保健課栄養士より、試食を交えながら楽しく講義します。市内在住・在勤の小中学生の子を持つ人、テーマに興味関心のある人対象。先着15人。筆記用具持参 ㊟1月29日(木)午前10時～11時30分 ㊿八千代台公民館 ㊿100円(1月27日正午までに八千代台図書館に持参してください。) ㊿1月6日(火)午前9時から電話か直接同館へ

勝田台図書館☎484-4946 ◆えほん

とわらべうたであそぼう！冬

講師と一緒に親子で絵本とわらべうたを楽しみましょう。0歳～1歳のお子さんとその保護者対象。各回先着4組 ㊟1月22日(土)①0歳向け：午前10時～10時30分、②1歳向け：午前11時～11時30分 ㊿1月6日(火)午前9時から電話か直接同館へ

◆新春！ガチャ本おみくじ ガチャをまわして出た番号の本を1冊貸出します。大人用60本、子ども用50本。大大吉が出た人にはプレゼントあり。利用券が必要です ㊟1月6日(火)午前9時から ㊿当日直接同館へ

◆おはなし会と手あそび おとぎばなしの会による、絵本の読み聞かせや手遊び、紙芝居、パネルシアターや折り紙など、楽しいおはなし会です。先着10組 ㊟1月10日(土)午前10時～11時 ㊿当日直接同館へ

緑が丘図書館☎489-4946 ◆本の福袋2026 おみくじを引いてスタッフおすすめの本2冊入りの福袋を貸出します。大人用20袋、子ども用20袋。先着順、無くなり次第終了。利用券が必要です ㊟1月6日(火)午前9時から ㊿大人用は同館3階、子ども用は同館2階へ

郷土博物館

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8組。1組最大4人まで。1人1着のみ。成人用装束

は身長145cm以上推奨 ㊟2月7日(土)午前10時～午後3時の間の指定した30分間 ㊿1人500円 ㊿1月16日(金)必着で、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、〒276-0028八千代市村上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、火のしなどの道具を使ってみることで、昔のくらしを体験します。木綿のハンカチ、洗濯するための雑巾またはいらなくつつ下など、ビニール袋持参。小学3年生以下は保護者同伴。先着40人(同伴者含む) ㊟2月8日(日)午後1時30分～3時 ㊿1月6日(火)午前9時から電話か直接同館窓口へ

文化伝承館

文化伝承館 ☎484-9011 (郷土博物館) ◆茶道教室・全6回 日本伝統文化である茶道(表千家)を習います。成人が対象。先着10人。白い靴下、ハンカチ持参 ㊟2月8日・15日・22日、3月8日・15日・22日いずれも日曜日午前10時～正午 ㊿文化伝承館 ㊿4,000円(お茶・お茶菓子代等) ㊿1月6日(火)午前9時から電話か直接博物館窓口へ

講座・教室

八千代台地域包括支援センター ☎406-5576 ◆介護予防教室「聞こえから始める認知症予防」 聞こえの低下は、コミュニケーションの減少や認知症のリスクにも繋がると言われています。聞こえの仕組みや補聴器の活用を知り、脳をいきいき保つコツを学びましょう。お気軽にご参加ください。先着15人。上履き、マスク、筆記用具持参 ㊟1月21日(水)午前10時～11時30分 ㊿北東自治会館 ㊿1月5日(月)午前9時から午後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 ◆介護予防教室「丈夫な骨を作るための食事の工夫と全身運動」 先着15人。タオル、筆記用具持参 ㊟1月15日(木)午後2時～3時30分 ㊿同センター ㊿平日午前9時から午後5時までに電話か直接同センターへ

◆介護予防教室「お口の健康を守る対策法&転ばない身体を作る椅子ヨ

ガ」 先着15人。タオル、筆記用具持参 ㊟1月22日(木)午後2時～3時30分 ㊿緑が丘公民館 ㊿平日午前9時から午後5時までに電話か直接同センターへ

農業交流センター☎406-4778 ◆家庭料理講座 蒸籠を使って竹皮で作る本格ちまきとシュウマイを作ります。先着16人。18歳以上対象。エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具持参 ㊟1月23日(金)午前10時30分～午後1時 ㊿2,000円 ㊿1月5日(月)正午から道の駅やちよHPより申し込み

セントラルスポーツ生涯学習プラザ

☎487-3719 ◆介護予防運動講座 高齢者の健康長寿や介護予防を目的とした運動講座です。運動をするきっかけづくりになることを目的としていますので、歩くことがきついたり感じる人、運動が苦手な人に参加していただきたい内容となっています。日常生活運動(身体活動)レベルを維持できるよう、座って行う運動や自宅でも出来る体操もご紹介します。運動しやすい服装で。運動靴(外履き可)持参。先着25人 ㊟1月29日(木)11時～11時40分 ㊿セントラルスポーツ生涯学習プラザ ㊿1月4日(日)10時から電話か直接同施設へ

消防本部警防課☎459-7804 ◆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「修了証」を交付します。市内在住か在勤・在学の人対象。先着20人 ㊟①2月4日(水)、②2月15日(日)いずれも午前9時～正午 ㊿①1月23日(金)まで、②2月5日(木)までに電話か同課窓口へ

◆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「修了証」を交付します。市内在住かIn勤・In学の人対象。先着20人 ㊟1月25日(日)午前9時～正午 ㊿1月15日(木)までに電話か同課窓口へ

女子サッカー教室

サッカー女子集まれ！サッカー経験ある人もない人も一緒に楽しみましょう。市内在住かIn勤・In学の小学生以上の女性対象(小学生は保護者同伴)。先着100人 ㊟2月1日(日)午前9時～正午(雨天中止)。午前9時～9時20分までに受付 ㊿総合グラウンド ㊿一人200円(保険料を含む) ㊿1月26日(月)までにメール(件名は「女子サッカー教室」、本文に参加者の氏名、カナ、年齢、住所、電話番号を記載)で㊿field@ycp.or.jpへ。同グラウンド☎484-4222へ電話でも可(火曜休業日)

はじめての青空エクササイズ

普段体を動かさない人でも無理のないようなエクササイズを行います。青空の下でからだを気持ちよく動かしませんか。動きやすい服装で。タオル持参。中学生以上対象。先着30人 ㊟1月24日(土)午前10時から10時40分(雨天時は31日(土)に延期) ㊿総合運動公園芝生広場 ㊿500円(保険代込) ㊿1月6日(火)から総合運動公園管理事務所☎406-3010に電話か直接同事務所へ

消防出初式

市民体育館の改修工事に伴い、今年も市民会館小ホールで式典のみ開催します。消防音楽隊の演奏や消防団による一斉放水の実施はありませんが、式典は市民の皆さんも見学できますので、お気軽にご来場ください。お問い合わせは消防本部消防総務課☎459-7802へ ㊟1月10日(土)午前10時～午前11時 ㊿市民会館小ホール