

象 はじめて赤ちゃんを迎える人（パートナーも参加可）
◆子育て編 沐浴実習や産後の生活についてパートナーと話してみましょう。受講前に右下のコードで事前学習を。各回24組。

▶日時 3月7日(土)①午前9時55分～11時30分、②午後1時25分～3時(15分前から受付) ▶対象 はじめて赤ちゃんを迎える夫婦



麻しん風しん混合予防接種(MR)はお済みですか

▶対象 第1期…生後1歳～2歳未満、第2期…平成31年4月2日～2年4月1日生まれ（小学校就学前の1年間）。第2期の接種期限は3月31日(火)まで ▶費用 公費（無料） ▶ワクチンの種類 原則として麻しん風しん混合ワクチン

接種していない人は、定期予防接種委託医療機関でなるべく早めに受けましょう。詳細は市HPまたは母子保健課へ。

健康づくり課 お試し体操広場

「やちよこれだけ体操」「やちよ元気体操」で一緒に体を動かしませんか。申し込み不要。当日現地集合。

▶日時 2月9日(月)・16日(月)午前9時～9時30分。小雨中止 ▶場所 八千代総合運動公園多目的広場

美味しく学ぶ！生活習慣病予防講座～メタボ予防編～

500kcalのヘルシーランチを作る調理実習です。栄養士が食事のポイントをお伝えします。先着16人（65歳未満対象）。

▶日時 2月21日(土)午前10時30分～午後1時 ▶場所 保健センター ▶参加費 500円 ▶申し込み 右のコードから電子申請か電話で健康づくり課へ



【運動講座】 第2弾運動はじめてコース

椅子やマットができる簡単な運動を紹介。原則全2回参加。先着18人。
 ▶日時 3月5日(木)・12日(木)午前10時～11時30分(午前9時30分受付) ▶場所 保健センター ▶申し込み 詳細は右のコードか電話で健康づくり課へ



任意の風しん予防接種の費用助成は3月31日(火)まで

▶対象 風しん抗体検査の結果、抗体価が低い人(HI法で32倍未満、

●2月14日(土)午前10時～11時30分、午後1時～4時30分、イオンモール八千代緑が丘（協力団体：一般社団法人八千代青年会議所）

EIA法(IgG法)で8.0未満)
◆対象の検査 千葉県風しん抗体検査（無料）と、妊婦健診は平成30年12月25日以降、自費での抗体検査は7年4月1日以降に受けた検査 ▶対象の接種期間 7年4月1日～8年3月31日 ▶申請受付 3月31日(火)必着 ▶助成額 3,000円 ▶申し込み 申請書、予防接種領収書の原本、抗体検査結果の写しを健康づくり課へ郵送または持参。詳しくは市HPか健康づくり課へ

習志野保健所から

■精神保健福祉相談（予約制）

▶日時／場所 3月3日(火)午後2時から／八千代市障害者福祉センター、3月10日(火)午後2時から／習志野保健所 ▶問い合わせ 地域保健課精神担当 475-5152

■思春期相談（予約制）

▶日時／場所 3月17日(火)午前9時30分から／習志野保健所 ▶問い合わせ 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。



大和田公民館 482-0845

◆第19回音楽の散歩道

八千代交響楽団有志の弦楽合奏を鑑賞します。市内在住か在勤の人対象。抽選30人 ▶3月1日(日)午後1時30分～3時 ▶2月2日(月)午前9時から10日(火)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。当選者のみ13日(金)に通知

高津公民館 450-0353 ◆防災知識講座

地震や風水害への備えと日頃の心がけを説明します。市内在住・在勤の成人対象。先着10人 ▶2月17日(火)午後1時30分～3時30分 ▶2月2日(月)午前9時から電話または直接同館へ

勝田台公民館 485-5202 ◆防災講座

「日常食を非常食に」ポリ袋でご飯を炊こう 災害時の食事と備蓄を調理しながら学びます。市内在住・在勤・在学の成人対象。抽選12人 ▶3月4日(水)午前10時～正午 費550円 ▶2月2日(月)午前9時から10日(火)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。当選者のみ13日(金)に通知

◆「スマホ塾」～スマホの基本と防災アプリ活用術～

基本操作や防災アプリ体験など、Android機種のみ対応。市内在住か在勤・在学の60

●戸籍住民課(1階)
15日(日)午前8時30分～正午
※マイナンバーのみ午後5時まで
●八千代台支所
15日(日)午前8時30分～正午
●パスポートセンター
8日(日)午前8時30分～正午
●納税相談 / 国民健康保険料
15日(日)午前9時～正午

●戸籍住民課(1階)
15日(日)午前8時30分～正午
※マイナンバーのみ午後5時まで
●八千代台支所
15日(日)午前8時30分～正午
●パスポートセンター
8日(日)午前8時30分～正午
●納税相談 / 国民健康保険料
15日(日)午前9時～正午

歳以上の人対象。定員20人（応募多数時は抽選） ▶2月27日(金)午後1時30分～3時30分 ▶2月2日(月)午前9時から10日(火)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。当選者のみ13日(金)までに通知

睦公民館 450-2390 ◆ペタンクにチャレンジ

楽しく交流しながら身体を動かしませんか。市内在住か在勤のおおむね60歳以上対象。定員12人（応募多数時は抽選） ▶2月18日(水)午後1時30分～3時30分 ▶2月2日(月)午前9時から9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。抽選の場合は10日(火)までに当選者ののみ通知

◆睦の竹でとうろうを作ろう

小学生と保護者対象（必ず保護者同伴）。各コース定員12組（応募多数時は抽選） ▶2月21日(土)午前9時30分～正午、午後1時30分～4時 費1,000円／個 ▶2月2日(月)午前9時から9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。抽選の場合は10日(火)までに当選者ののみ通知

八千代台東南公民館 485-4811 ◆

子どもの心をわしづかみ！？親子で楽しいおうち遊び 市内在住の3歳から未就学児の子どもと親対象。抽選10組 ▶3月8日(日)午前10時～正午 ▶八千代台東南公共センター ▶2月2日(月)午前9時から10日(火)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13日(金)までに通知

◆初めてのガラス細工～ベネチアン

ガラスで作るペンダントヘッド～七宝焼き用の窯を再利用し、ペンダントヘッドを作ります。市内在住か在勤・在学の成人対象。定員12人（応募多数時は抽選） ▶2月26日(木)午前9時～正午 費1,500円 ▶2月2日(月)午前9時から9日(月)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。抽選結果は12日(木)までに通知

図書館 TRC八千代中央図書館 486-2306 ◆ムラに生きる～古代社会の生活史

～奈良・平安時代の人びとやムラの様子を紹介します。高校生以上対象。先着24人 ▶3月8日(日)午後1時30分～3時 ▶2月5日(木)午前10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。当選者のみ13日(金)に通知

着衣水泳体験

自分の身を守るために動きを学びます（座学・実技あり）。市内在住・在勤の小学生以上対象 ▶2月8日(日)午後4時30分～5時50分 ▶2月6日(金)までに電話か直接同施設へ（セントラルスポーツ生涯学習プラザ 487-3719）

時から電話か当日直接同館へ
勝田台図書館 484-4946 ◆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、紙芝居など、楽しいおはなし会です。先着10組 ▶2月14日(土)午前10時～11時 ▶当日直接同館へ

◆書いてみよう、遺言書 講師に要点を教わりながら、実際に遺言書を作成します。先着10人 ▶2月15日(日)午前10時～11時30分 ▶2月1日(日)午前9時から電話か直接同館へ

郷土博物館 484-9011 ◆竹と遊ぼう 竹を使ったおもちゃを作ります。

小学生以上対象（小学生1人につき保護者1人同伴）。先着10組20人 ▶3月7日(土)午後1時30分～4時 費300円 ▶2月1日(日)午前9時から電話か直接同館へ

◆竹細工作品展 竹と関わる生活文化について理解を深めます。抽選で竹細工作品のプレゼントがあります ▶3月3日(火)～3月15日(日)

講座・教室 男女共同参画センター 485-6505 ◆女性のエン

パワーメントセミナー「疲れを溜めない私になる！心と身体の整え方」（全2回） ココロのメンテナンス方法と座ってできるピラティスを体験します。市内在住か在勤・在学の女性対象。先着20人 ▶3月4日(水)・11日(水)午後6時30分～8時 所セントラルスポーツ生涯学習プラザ 申電話（午前9時～午後5時）かメール（件名に講座名、本文に氏名・電話番号・住所）を danjo@city.yachiyo.chiba.jp へ

農業交流センター 406-4778 いずれも2月3日(火)正午から道の駅やちよHPより申し込み

◆ひな祭り料理講座 春野菜を使った色鮮やかなケーキ寿司とお吸い物、いちご桜餅を作ります。18歳以上対象。先着16人 ▶2月20日(金)午前10時～午後1時 費2,500円

◆家庭料理講座 乾燥野菜の作り方を学び、おでんとゆず味噌を作ります。18歳以上対象。先着16人 ▶2月16日(月)午前10時30分～午後1時 費2,500円

◆子ども講座 春の彩りを集めたガラス工作と、八千代市産のいちごを使ったミニパフェを作り、実食します。幼稚園年長以上対象。抽選10人 ▶2月28日(土)午前10時～午後0時30分 費2,000円

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。

先着20人。修了者には「修了証」を交付 ◆普通救命講習I 成人にに対するAEDを含む心肺蘇生法など

▶3月5日(木)午前9時～正午 ▶2月20日(金)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 ▶2月21日(土)午前9時～午後5時 ▶2月10日(火)までに電話か同課へ