

の仕方を実演します。市内在住か在勤の成人対象。先着40人 ㊟2月24日(日)午前10時～11時30分 ㊟午前9時から電話か直接同館へ

**村上公民館** 485-5452 ◆歌声を響かせよう! 「上を向いて歩こう」の歌い方の初心者向け講習。楽しみながら上達を目指します。市内在住・在勤の成人対象。先着20人。筆記用具、飲み物持参 ㊟2月25日(月)午前10時～正午 ㊟午前9時から電話か直接同館へ

◆腰痛予防の介護方法 介護を行うときにかかる腰の負担を軽減させる方法を学びます。市内在住・在勤の成人対象。先着15人。筆記用具、飲み物持参 ㊟2月27日(水)午前10時～正午 ㊟午前9時から電話か直接同館へ

**緑が丘公民館** 489-4919 ◆「防災講座～自身と家族を守る備えは～」防災士による講話。地震、災害に備えるための知識を身につけます。市内在住の成人対象。先着30人 ㊟2月20日(水)午後1時30分～3時30分 ㊟午前9時から電話か直接同館へ

◆「地域歴史講座第2弾! 体験してみよう! 土器・石器・発掘」小学生対象。先着12人 ㊟2月24日(日)午前10時～正午 ㊟電話か直接同館へ

◆医療講座「こどもへのまなざし」小児科医による子どもへの理解を深めるための講話をします。0～6才児の保護者対象。子どもも同伴できます。託児はありません。先着30人 ㊟2月24日(日)午後1時30分～2時30分 ㊟電話か直接同館へ

◆ベビー&パパママのためのハワイアンゆりかご フラダンスの動きを取り入れたストレッチなどで赤ちゃんとのコミュニケーションをとります。6か月～2歳の子どもの保護者対象。先着15組 ㊟2月8日(金)午前11時～正午 ㊟電話か直接同館へ

◆育児コンシェルジュ 託児サービスの担当スタッフが、工作、ふれあい遊びや、読み聞かせなどで楽しい交流を手伝います。0～3歳対象 ㊟2月16

日(土)午前10時～10時45分 ㊟当日直接同館へ

**大和田図書館** 482-3240 ◆親子でキッチンスポンジケーキをつくろう! 食器洗い用スポンジをケーキに見立ててビーズなどで飾り付けをします。4歳～小学生と保護者対象。先着6組 ㊟2月9日(土)午前10時～11時30分 ㊟午前9時から電話か直接同館へ

**文化伝承館** 458-1700 ◆つるし雛・雛人形展示会 個人やサークル団体から寄せられた「つるし雛」や「雛人形」の作品を展示します ㊟毎週月曜日を除く2月14日(木)～3月10日(日)午前9時～午後5時

◆八千代の伝統文化に親しむ会⑥「雛節供」主催講座受講生の子どもたちによる邦楽演奏・日舞を楽しみます。庭に設けた川に、白い紙で形作った人形などを流す「身祓い」も体験。また、子ども茶道教室受講生による出演者や保護者を対象にしたお茶会も開催します。小学生以上の市内在住か在勤・在学の人対象(低学年は保護者同伴)。先着40人。事前に申し込みが必要となります ㊟3月3日(日)午前10時～午後0時30分頃 ㊟電話で同館へ

**郷土博物館** 484-9011 ◆ミニ展示「災害展～東日本大震災から8年」

東日本大震災時の宮城県東松島市と本市の被害の様子を紹介。水害で亡くなった人を供養する「水難供養塔」や、復興に向けた山桜の植樹の事業などを紹介して、災害について考えます ㊟3月5日(火)～3月17日(日)午前9時～午後4時30分

◆多文化交流 in 八千代 市内に住む多くの外国人の伝統や文化などを紹介します。予約不要。当日直接同館へ ㊟2月24日(日)午後1時30分～4時

◆やち博講座「現代に残る食文化」食物禁忌などの食文化を紹介し、その背景にある人々の生活や信仰を探ります。先着100人 ㊟3月3日(日)午後1時30分～3時 ㊟電話か直接同館へ

◆竹細工作品展 竹細工同好会の優れた作品を通して、竹と関わる生活文化の理解を深めます。先着で竹とんぼ、抽選で作品のプレゼントも。 ㊟3月5日(火)～17日(日)午前9時～午後4時30分

◆竹と遊ぼう 竹細工同好会が竹を使ったおもちゃの作り方を教えます。小学生以上対象(小学生は保護者同伴)。先着20組 ㊟3月9日(土)午後1時30分～4時 ㊟100円(材料費) ㊟電話か直接同館へ

**講座・教室** **地域子育て支援センター** ◆子育てワークショップ「おしゃべり広場」子育てに関することを保護者同士でおしゃべりしませんか。保育あり、要予約。 ㊟午前10時15分～11時45分【つばめ】488-1154 子育てしながら自分の時間をもつということ/2月20日(水) **農業交流センター** 406-4778 いずれの講座も当日キャンセルは実費をいただく場合があります。

◆おうちパン講座 フライパンとオーブントースターでフライパンパンとチョコスティックパンを作ります。先着16人。エプロン、三角巾、布巾、台布巾、飲み物、筆記用具持参 ㊟2月25日(月)午前10時～正午 ㊟1,800円(当日持参) ㊟電話か同センターHPから

◆みんなのガーデニング(ガーデン講習会) 春物苗の名前と特徴や植え込み方などを学びます。参加者には苗をプレゼントします。春物苗の予約注文もできます。先着20人。飲み物、筆記用具持参 ㊟3月8日(金)午前10時～正午 ㊟1,800円(当日持参) ㊟電話か同センターHPから

◆親子料理教室 「鶏ささみとイチゴと自家製チーズのサラダ」と「サワラのポアレ、ブロッコリーとジャガイモのショートパスタとアイオリソース」を作ります。5歳以上対象。先着16組、32人。エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具、飲み物、子ども用の上履き持参 ㊟2月24日(日)午前10時～午後1時30分 ㊟1組1,800円(当日持参)。3人目以降の参加者がいる場合、一人900円追加でかかります ㊟電話か同センターHPから

**ふれあいプラザ** 487-1511 ◆ロコモ予防運動教室 家でもできる筋肉などのエクササイズをします。運動初心者大歓迎。市内在住か在勤の60歳以上対象。先着30人 ㊟2月6日・13日、3月13日・20日。いずれも水曜日、同じ内容 ㊟電話で同プラザへ

**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「普通救命講習修了証」を交付。市内在住か在勤・在学の人対象。先着30人 ㊟2月24日(日)午前9時～正午 ㊟540円(教本代など) ㊟2月15日(金)までに電話で同課へ

◆実技救命講習 救命入門コースを受講して1年以内の人が対象。心肺蘇生法やAEDの取り扱いなど。修了者には「普通救命講習修了証」を交付。市内在住か在勤・在学の人対象。先着30人 ㊟2月23日(土)午前9時30分～11時30分 ㊟540円(教本代など) ㊟2月15日(金)までに電話で同課へ

**環境緑化公社** 458-6446 ◆緑の講習会「シェードガーデニングを楽しむコツ」日照時間がほとんどないような庭やベランダでも育つ、日陰に向く植物をテーマに、庭づくりや庭のリフレッシュ方法について学びます。市内在住か在勤の成人対象。先着20人 ㊟2月26日(火)午後1時30分～3時30分 ㊟大和田公民館 ㊟2月22日(金)までに電話または直接同公社へ

**生涯学習振興課** 481-0309 ◆市民カレッジ「健康講座～骨盤体操教室～」全3回 骨盤・体幹へのアプローチにより、腰痛や肩こりの改善を目指します。市内在住か在勤の成人対象。先着30人 ㊟2月25日(月)、3月4日(月)・11日(月)いずれも午後1時～2時30分 ㊟総合生涯学習プラザ ㊟午前9時から電話で同課へ

**催し EVENT** **オーエンス八千代市民ギャラリー** 406-4116 ◆八千代市ご当地イラスト展 市の地名や特徴をキャラクター化したイラスト作品を展示。ギャラリートークでは漫画家と一緒に作品を鑑賞。出品していない人も参加可 ㊟2月8日(金)～20日(水)午前10時～午後8時。ギャラリートークは10日(日)午後1時～2時

**「福祉のしごとミニ就職フェア」** 社会福祉施設などへの就職を希望する人が対象。履歴書不要、入退場自由。当日直接会場へ ㊟2月14日(木)午後2時～4時30分。午後1時30分から受け付け ㊟ペリエホールA Bルーム ㊟県福祉人材センター ㊟043-222-1294 (健康福祉課)

■2月の習志野演習場訓練日程 気象条件などにより一部変更または中止する場合があります。【ヘリコプター離発着訓練】4日(月)～6日(水)、12日(火)～15日(金)、18日(月)～20日(水)7時～21時。【落下傘降下訓練】4日(月)～8日(金)、18日(月)～20日(水)7時～21時。火薬などを使用する訓練もあります。最新の日程は、市HPをご覧ください。習志野駐屯地広報室(466)2141

◆精神障害者を身内に持つ家族を対象に「家族でコミュニケーションが上手にできるようになろう」をテーマにした講演会です。そのほか、グループ討議もあります。2月18日(月)13時30分～15時40分、習志野健康福祉センター13階大会議室。習志野八千代心の健康を守る会事務局

**市民向け公開講座「認知症とお金の話」** 認知症とお金のトラブルに関する講習です。できるだけ公共交通機関を利用してください。申し込み不要。当日直接会場へ。 ▼日時 2月23日(土) 午後1時～2時。午後0時30分受付開始 ▼場所 生涯学習プラザ3階 ▼定員 80人程度 ▼問い合わせ 八千代病院 認知症疾患医療センター(488)2071 (地域包括支援センター)

**葛南地方生涯学習振興大会** 「持続可能な地域社会の構築に向けて、学ぶ・生かす・つなげる人生100年時代の生き方」青少年と奏でる音楽のまちづくりの講演。先着50人。手話通訳・保育サービスあり。いずれも予約制。 ▼日時 2月17日(日)午後1時30分～4時10分 ▼場所 総合生涯学習プラザ ▼申し込み 2月4日(月)までに電話で生涯学習振興課(481)0309 (生涯学習振興課)