

### 習志野健康福祉センターより

#### ■精神保健福祉相談（予約制）

精神疾患や心の健康について、精神科医が相談をお受けします。

▶日時/場所 7月6日(月)午後2時から/八千代市障害者福祉センター、7月14日(火)午後2時から/習志野健康福祉センター ▶申し込み 地域保健課精神担当 ☎475-5152

## 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。



#### 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。テーマは子育て中の夫婦のコミュニケーションのこと。保育あり、要予約 ☎7月7日(火)午前10時15分～11時45分 所勝田台公民館 ☎電話ですてつぷ21勝田台 ☎487-4827へ

農業交流センター ☎406-4778 申し込みは、いずれも電話か同センターHPから。各講座の当日キャンセルは実費をいただく場合があります。

◆おもてなし料理&テーブルコーディネート講座 ドライフルーツとナッツの生ハム巻き、ひじき入りミ

トローフ、ベーコンとクレソンの洋風炊き込みご飯を作ります。一緒にテーブルコーディネートを学びます。先着16人。エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん、筆記用具、飲み物持参 ☎7月2日(木)午前10時30分～午後1時 費2,000円(当日持参)

◆みんなのクッキング 万能つゆを使って親子丼、蕎麦つゆ作り。ご家庭で簡単にできる応用レシピを紹介しします。先着16人(6人以上の参加で開催)。エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん、筆記用具、飲み物持参 ☎7月3日(金)午前10時30分～午後1時 費2,000円(当日持参)

◆中濃ソース作り 野菜と果物たっぷりのスパイスたっぷり中濃ソースを作ります。先着16人。エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん、筆記用具、飲み物、持ち帰り用の容器持参 ☎7月10日(金)午前10時30分～午後1時 費2,000円(当日持参)

◆ぬか床仕込み教室 オリジナルのぬか床仕込み。身体にやさしい菌生活をはじめませんか。簡単な試食あり。仕込んだぬか床は持ち帰れます。先着16人。エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん、筆記用具、飲み物持参 ☎7月15日(水)午前10時30分～午後1時 費2,000円(当日持参)



### 「咲かそうよ 笑顔の花を 歯みがきで」

6月4日(木)～6月10日(水)は歯と口の健康週間。自分の歯と口の健康に関心を持ち、むし歯や歯周疾患を予防しましょう。



#### 6月は「食育月間」です

食事を作ったり選んだりするときに、「主食」「主菜」「副菜」を組み合わせ、栄養バランスのよい食事を意識しましょう。市では、食生活や栄養について栄養士がお電話で相談に応じます。乳幼児期・学童期・思春期のお子さん…母子保健課、成人期・高齢期…健康づくり課へ

#### 令和3年の成人式は1月10日(日)に開催します

式典のほか、新成人有志を中心としたプロジェクトチームによる記念行事も行われる予定です。会場は市民会館で、受付開始は正午を予定し

ています。詳細は決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。問い合わせは、生涯学習振興課青少年班 ☎481-0306へ

#### 室内でも楽しめる動画を紹介

やちよニュースクリップではお家でも楽しめる親子で遊ぶ動画や、「いつでも・どこでも・だれでも」体操ができる市オリジナルの「やちよ元気体操」の紹介をしています。

最新号ではペットボトルなどを使って赤ちゃんが喜ぶおもちゃを簡単に作れる動画や手洗いの歌、わらべ

うたなどの動画を紹介しています。下のコードか市HPから見られます。(広報広聴課)



#### 市公式 Twitter「八千代の魅力100の質問」が始まっています

気軽に投稿して、お互いに情報をキャッチボールできる、市公式 Twitter「八千代の魅力100の質問」が始まっています。

集まった情報は、公式Facebook「千代に八千代に続くまち」で紹介しています。

(シティプロモーション課)

市イメージキャラクター「やちよ」のグッズや、市内のウォーキングスポット、お花見スポットなど八千代についての質問を毎週一つずつアップしています。みなさんからの回答をお待ちしています。



## 新型コロナウイルス感染症に便乗した 身に覚えのない商品の送り付けにご注意ください

### 【身に覚えのない商品が届いた際の対処法】

(例) 封筒に入った使い捨てマスク30枚が宅配便で届いた。家族も全く心当たりがない。請求書は入っていないが、今後どうすればいいか。

ひとまず落ち着きましょう。

不安な時は、一人で悩まず、消費生活ホットライン188(局番なし)へご相談ください。

商品の送付があった日から事業者による引き取りがないまま14日間を経過したときは、商品を自由に処分してかまいません。その後の事業者による商品の引き取りに応じる必要もありません。

政府が1住所当たり2枚ずつ配布する布製マスクは、お知らせ文と一緒に透明の袋に包んで配布されます。(消費生活センター)



消費者庁消費者ホットライン188 イメージキャラクター イヤン

お金を払ってはいけません。慌てて業者に連絡する必要はありません。

#### マチイロで広報やちよが見られます

広報やちよをより早く簡単に届けられるように、民間業者が運営する無料のアプリケーション「マチイロ」で配信しています。アプリをダウンロードし「八千代市」を選択して登録すると、毎月1日・15日の発行日にお知らせが届き、スマートフォンやタブレット端末で広報紙を見ることができます。一度ダウンロードした広報紙は、オフラインで見られます。一緒に市ホームページの最新情

報も受信できるので、興味のある情報をまとめて見ることができます(広告が表示されますが、市とは関係ありません)。無料で使えますが、通信料は利用者負担になります。

▶設定方法 下のコード(Android版・iOS版共通)からアプリをダウンロードしてください。インストール後「メニュー」→「個人設定」で性別や地域などを設定してください。(広報広聴課)



## 6月の相談案内

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止・変更することがあります。※祝日はお休みです。

ふれあい相談 心配ごと	後見に関する相談	生活困窮・成年生活相談	緑の相談	消費生活相談(電話のみ)	高齢者総合相談	福祉総合相談	子どもの総合相談(0～18歳)	青少年の非行に関する相談	教育相談	適応支援相談	ことばと発達相談	成人の健康相談	女性、こころの悩み電話相談	ごとの相談	地域職業相談室	職業相談室(1階)	住宅耐震診断	行政相談	登記・測量相談	行政書士相談	予約制				
																					交通事故相談	法律相談	※1案件につき1回限り		
中止	月～金曜日 9時～17時	月～金曜日 10時～15時30分	25日(木) 13時～16時	月～金曜日 9時～17時	月～金曜日 8時30分～17時	月～金曜日 8時30分～17時	月～金曜日 9時～16時	月～金曜日 9時～16時	月～金曜日 9時～17時	月～金曜日 9時～17時	月～金曜日 8時30分～17時	月～金曜日 9時～16時	火・金曜日 9時～16時	中止	月～金曜日 9時～17時	28日(日)予約制	15日(月)	19日(金)	11日(木)	18日(木)	10日(水) 予約は相談の前日迄	22日(月)	第2水曜日 9時30分～15時	第1・2・3・4火曜日 9時30分～12時	第1・2・3・4火曜日 9時30分～12時
社会福祉協議会相談専用 ☎487-2940	社会福祉協議会 ☎483-3021	社会福祉協議会 ☎483-3083	環境緑化公社 ☎458-6446	消費生活センター ☎485-0559	大和田 ☎(483)1151	高津緑が丘 ☎(489)4655	八千代台 ☎(481)7411	村山 ☎(405)4177	阿蘇・睦 ☎(488)9525	勝田台 ☎(481)3515	福祉総合相談室 ☎(483)1151	直通 ☎484-2954	子ども相談センター ☎484-2954	青少年センター ☎(483)2842	教育センター ☎(486)8866	フレンド八千代 ☎(486)1019	ことばと発達の相談室 ☎(486)9887	健康づくり課 ☎(483)4646	男女共同参画センター相談専用 ☎485-7333	第3相談室(1階) ☎健康福祉課 ☎(483)4646	職業相談室(1階) ☎健康福祉課 ☎(483)4646	建築指導課 ☎建築指導課	コミュニティ推進課	予約制以外の各種相談は当日受け付け。8時30分から電話か直接窓口で申し込み(先着順)	市役所 ☎483-1151(代表)