



簡単スタート！ “家トレ”講座

運動初心者の人でも、家の中で簡単にできるトレーニング“家トレ”を紹介する講座です。先着12人。

- ▶日時 10月27日(火)午前10時～11時15分
- ▶会場 保健センター
- ▶持ち物 飲み物・フェスタオル
- ▶申し込み 電話で健康づくり課へ

コロナに負けるな！ 食事と歯みがきで免疫力アップ

冬の感染症流行に備えて免疫力を高めるために、食事の工夫やお口の手入れについて学びましょう。先着14人。

- ▶日時 10月21日(水)午前10時～11時30分
- ▶場所 保健センター
- ▶持ち物 筆記用具 ▶申し込み 電話で健康づくり課へ

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 八千代台公民館 483-5553 ◆家庭教育学級 親のための思春期講座・全6回

思春期の子どもとの接し方や親が家庭でできることを一緒に考えます。市内在住か在学の小学校5年生から中学生の保護者対象。先着10人。筆記用具、飲み物持参 10月14日・28日、11月11日・25日、12月9日いずれも水曜日午前10時～11時45分※このほか10月23日(金)午後1時～2時総合生涯学習プラザでの家庭教育講演会参加も 費用材料費は実費 午前9時から電話か直接同館へ

◆遺伝子組換え植物、ゲノム編集植物とはなにか～その安全性、現状、展望～ 遺伝子組換え植物などについて、専門家を招いてわかりやすく解説し、その安全性について学びます。市内在住か在勤・在学の成人対象。先着10人。筆記用具、飲み物持参 10月21日(水)午後1時30分～3時 午前9時から電話か直接同館へ

睦公民館 450-2390 ◆睦リフレッシュ講座「フローカーリング」・全2回 市内在住か在勤の人対象。先着16人。室内用運動靴、飲み物、

汗拭きタオル持参。動きやすい服装で 11月10日(火)・17日(火)午後1時30分～3時30分 午前9時から電話か直接同館へ

八千代台東南公民館 485-4811

◆東南きらめき倶楽部・全5回 健康作り・落語・日本の世界遺産など、学びの輪を広げます。市内在住の60歳以上の人対象。先着25人 11月5日・19日、12月3日・17日、1月7日いずれも木曜日午後1時30分～3時 100円 午前9時から電話か直接同館へ

◆歴史講座「江戸時代の武家と行列」房総地域の大名に焦点を当て、参勤交代、格式など行列の実態に迫ります。市内在住か在勤の成人対象。先着30人 10月28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

郷土博物館 484-9011

◆企画展関連行事「村絵図みながら新川歩き」～村上村編～ 江戸時代の村上村の様子を伝える村絵図と現在の地図を比較しながら新川沿いを歩き、村絵図上に記された地や伝説が残る場所をめぐります。先着20人。雨天時は館内で解説 11月1日(日)午後1時30分～3時30分 (集合は午後1時) 郷土博物館集合 100円(資料代) 電話か直接同館へ

講座・教室 地域子育て支援センター

◆もうすぐ1歳半おやこ広場 1歳4～5か月頃のお子さんとの関わり方、食事や子育てについて専門スタッフを交えておしゃべりしませんか。令和元年6月生まれ対象。先着15組 ①10月19日(月)、②10月26日(月)、いずれも午前10時～11時30分 ①緑が丘公民館、②市民会館 電話で子ども支援センターすてっぷ21勝田台 487-4827へ

男女共同参画センター 485-6505

◆女性のための就職サポート講座

①家庭と両立させるキャリアプラン 自分に合った仕事について未来を見据えて考えてみませんか。キャリアコンサルタントが自己分析の方法や、仕事に役立つ資格を解説します 10月29日(木)午前10時～正午

②採用担当者が会いたくなる応募用紙の書き方 求人票の見方や押さえ

ておきたいポイント、働きたい会社から選ばれるための自己PR方法や面接の受け方などを学びます 10月30日(金)午前10時～正午

いずれも女性対象。各回先着10人 電話か直接同センターかメール(件名に講座①/講座②/①②両方、本文に氏名・電話・住所・年齢を記載)を danjo@city.yachiyo.chiba.jp へ

農業交流センター 406-4778 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 ◆ガーデニング講座 道の駅のガーデンで実際に作業をし、剪定や越冬の準備など、ガーデニングのコツ、知識を学びます。先着15人 11月11日(水)午前10時～正午 500円(当日持参) 電話か同センターHPから申し込み

オーエンス八千代市民ギャラリー 406-4116

◆クラフトアート教室「スチームパンクな小物入れ」 歯車や金属パーツを使った、かっこいい小物入れ作り。小学3年生以上対象(小学生は保護者同伴)。先着10人。汚れても良い服装で 10月17日(土)午前10時～正午 800円 電話か直接同館へ

◆土曜日のアトリエ特別版「ハロウィンParty」 かぼちゃの形に切り抜いた画用紙に好きな模様を描いて、大きな帽子に貼ります。帽子は10月31日(土)まで展示します 10月18日(日)午前10時～正午 直接同館へ

環境政策室 421-6767 ◆里山歩き「吉橋地区の歴史と自然を歩く」をテーマに約3kmの里山歩きを開催します。市内の歴史に触れながら、谷津・里山を散策してみませんか。先着10人。少雨決行。帽子、飲み物、筆記用具持参。歩きやすい服装・靴で 10月27日(火)午前10時～正午 所 八幡神社(吉橋1195) 集合・解散 10月20日(火)までに電話で同室へ

環境緑化公社 458-6446 ◆緑の講習会

「バラを健やかに育てる有機物マルチング栽培」土を活性化させる土づくりや虫対策など学ぶほか、実習では、春夏秋冬のマルチング資材づくりも。先着20人 10月27日(火)午後1時30分～午後3時30分 200円(材料費) 所 大和田公民館 10月20日(火)までに電話か直接同公社へ

生涯学習振興課 481-0309 ◆小中学生の子を持つ保護者のための家庭教育講演会

親がいま安心して子供と向き合うために、家庭でできる効果的な「聞き方」や「伝え方」のコミュニケーション方法を学びます。小中学生の子を持つ人対象。先着40人。保育なし、子ども同伴不可(新型コロナウイルス感染防止対策のため) 10月23日(金)午後1時～2時 所 総合生涯学習プラザ 午前9時から電話かファクスで氏名、電話番号を記載して同課 481-0309 486-4199へ

会食の際は「新しい生活様式」を意識して実践しましょう

千葉県内の新型コロナウイルスの新規感染者が減少してきたことなどから、県が要請していた「多人数での会食」の自粛要請が解除されました。今後、会食の際は、発熱や風邪症状がある人は参加を控えたり、大声での会話やグラスの回し飲みは避け

たりするなど「新しい生活様式」を意識して実践しましょう。また、不特定多数の人が集まるイベントなどは、中止・延期になる場合があります。今号に掲載しているイベントなども市HPや主催者へ問い合わせ、最新情報の確認を。

講座・イベントへ参加するに当たり感染症対策にご協力ください

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため、参加時は必ずマスクを用意のうえ着用してください。以下の場合には講座・イベントへの参加を控えてください。

- 発熱などの体調不良の場合
- 過去14日以内に政府から入国制限、

入国後の観察期間を必要とされている国、地域などへの渡航・当該在住者との濃厚接触がある場合

なお、参加者の名簿を作成し、感染者が確認された場合、保健所などの公的機関に提出することがありますのでご協力をお願いします。

10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	生活困窮・成年後見に関する相談	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	成人の健康	女性、こころの悩み電話相談	ご人権・悩み	地域職業相談室	職業相談室(1階)	行政相談	宅地建物相談	登記・測量相談	行政書士相談	予約制						
																					交通事故相談	税務相談	※1案件につき1回限り	法律相談			
火・木曜日 13時～16時	7日(水)・21日(水) 13時～16時	月～金曜日 9時～17時	10月22日(木) 10時～15時30分	月～金曜日 13時～16時	月～金曜日 8時30分～17時	8月～金曜日 8時30分～17時	8月～金曜日 8時30分～17時	9月～金曜日 9時～16時	9月～金曜日 9時～16時	9月～金曜日 9時30分～17時	9月～金曜日 9時～17時	8月～金曜日 8時30分～17時	火・金曜日 9時～16時	中止	9時～17時	19日(月)	16日(金)	1日(木)	15日(木)	28日(水)	26日(月)	第2水曜日	第1・2・3・4火曜日				
社会福祉協議会 487-2940	社会福祉協議会 483-3021	社会福祉協議会 486-9787	環境緑化公社 458-6446	消費生活センター 485-0559	大和田 421-6738	高津緑が丘 489-4655	八千代台 481-7411	村上 405-4177	阿蘇・睦 488-9525	勝田台 481-3515	福祉総合相談室 421-6732	子ども相談センター 484-2954	青少年センター 483-2842	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1階 485-7333	健康福祉課 421-6731	職業相談室(1階) 483-1151	13時～16時	13時～16時	10時～13時	13時～16時	13時～16時	9時30分～15時	13時～15時	9時30分～12時
コミュニティ推進課 421-6718																											
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)																											