

歩のついでに、気軽に立ち寄れます。申し込み不要、当日直接現地へ。体操時間以外はマスクを着用してください。体調が優れないときは参加をお控えください。

▶日時/場所 ①11月12日(木)/総合運動公園噴水広場、②11月13日(金)/八千代台近隣公園、①②とも午前10時～10時30分(小雨中止) ▶持ち物 飲み物、氏名・住所・電話番号を記載したメモ紙

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 折り紙でクリスマスやバラの飾りを作ります。指先を動かすことで脳を活性化します。市内在住か在勤の成人対象。先着10人。はさみ、30cm定規、筆記用具、飲み物持参 ①11月30日、12月14日、いずれも月曜日午前10時～正午 ②11月2日(月)午前9時から電話か直接同館へ
阿蘇公民館☎488-1185 ◆着物リメイク～初級編～ 絹でスヌードとマスクを作ります。市内在住か在勤の成人対象。先着6人。マスク、上履き、飲み物、裁縫セット持参 ①11月16日(月)午後1時15分～4時 ②11月2日(月)午前9時から電話か直接同館へ
◆マスクケースを作ろう! 持ち歩きや食事中の保管用のケース作り。市内在住か在勤の成人対象。先着6人。上履き、飲み物持参 ①11月18日(水)午前10時～10時40分 ②11月2日(月)午前9時から電話か直接同館へ
高津公民館☎450-0353 ◆サークル体験講座「木版画で年賀状をつくろう」全2回 木版画で手作りの温かさが伝わる年賀状を作ります。市内在住か在勤の成人対象。初心者(初めてか2回目の人)優先で先着5人。上履き、飲み物、彫刻刀がある人は持参 ①11月13日(金)・20日(金)、午後

1時～4時 ③11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ④11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑤11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑥11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑦11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑧11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑨11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑩11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑪11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑫11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑬11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑭11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑮11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑯11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑰11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑱11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑲11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ⑳11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉑11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉒11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉓11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉔11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉕11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉖11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉗11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉘11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉙11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉚11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉛11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉜11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉝11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉞11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㉟11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊱11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊲11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊳11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊴11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊵11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊶11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊷11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊸11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊹11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊺11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊻11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊼11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊽11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊾11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分 ㊿11月17日、12月1日、12月15日、3年1月12日、いずれも火曜日午前10時～11時30分

図書館 **TRC八千代中央図書館**☎486-2306 ◆縫わずに簡単!ブックカバーをつくろう 裁縫せず簡単に文庫サイズのブックカバーを作ります。中高生対象。先着12人 ①11月29日(日)午後

1時30分～3時 ①11月5日(木)午前10時から電話か直接同館へ
◆ぬいぐるみおとまり会 おはなし会にぬいぐるみと一緒に参加します。ぬいぐるみは図書館に預けてお泊まり。3歳～小学生対象。保護者も同伴できます。先着5組 ①11月25日(水)午後3時～3時30分 ②11月6日(金)午前10時から電話か直接同館へ
◆体の不調を改善!中高齢者のための経絡ストレッチヨガ つば刺激や気の流れを整えることで体の不調を改善して病気の予防につなげます。先着6人 ①11月12日(木)午前11時～午後0時30分 ②11月4日(水)午前10時から電話か直接同館へ
◆電子図書館使い方講座 電子図書館をはじめ使う人に図書館スタッフが教えます。先着5人 ①11月10日(火)午前11時～正午 ②11月4日(水)午前10時から電話か直接同館へ
勝田台図書館☎484-4946 ◆図書館ツアー&懇談会 図書館の施設案内ツアー。終了後は懇談会も。先着4組 ①11月15日(日)午後1時30分～3時 ②11月2日(月)午前9時から電話か直接同館へ
◆ブックカバーを作ろう&ちょこっとブックレビュー お気に入りの文庫本に合わせたブックカバー作り。完成後は持ち帰った本をほかの参加者に紹介します。小学生以上対象。先着6人 ①11月22日(日)午前10時～正午 ②11月2日(月)午前9時から電話か直接同館へ

郷土博物館 **郷土博物館**☎484-9011
◆自然観察会～神野地区 神野周辺を散策し、自然や地形、文化財などを観察。当日はもえぎ野北停留所集合。小雨決行。先着20人 ①11月23日(祝)午前9時30分～正午 ②11月2日(月)午前9時から電話か直接同館へ
◆竹細工講座 竹を使ったかご作りを通して伝統文化に触れます。小学4年生以下は保護者同伴。先着15人 ①11月6日(日)午後1時～4時 ②11月2日(月)午前9時から電話か直接同館へ

講座・教室 **男女共同参画センター**☎485-6505 ◆講演会「木更津の女性—松本英子～ペンの力で足尾鉍毒事件や戦争の悲惨さを訴える～」 足尾鉍毒事件を徹底的に追求した新聞記者で晩年は散文や和歌で非戦を主張した、松本英子についての講演会。先着20人 ①11月24日(火)午後1時30分～3時30分(午後1時開場) ②11月2日(月)午前9時から電話か窓口、またはメール(件名に松本英子、本文に氏名、電話、

住所、年齢を記載)で同センター☎danjo@city.yachiyo.chiba.jpへ
生涯学習振興課☎481-0309 ◆市民カレッジ歴史講座～八千代の歴史を学ぶ～全3回 最新の発掘調査の成果や江戸時代に八千代を治めた領主たち、市内に伝承されている民俗行事など八千代の歴史を学びます。先着30人 ①12月2日・9日・16日、いずれも水曜日午後1時30分～3時 ②11月2日(月)午前9時から電話で同課へ
◆健康イソ体操 椅子に座りながら足腰に負担の少ない簡単な体操。市内在住か在勤の成人対象。先着28人 ①11月25日(水)午後1時30分～3時 ②11月2日(月)午前9時から電話で同課へ
農業交流センター☎406-4778 各講座の当日キャンセルは実費がかかる場合があります
◆美穂さんの料理教室 旬のさつま芋でおやつ作り(講義のみ。実習はありません)。さつま芋のお土産も。先着20人。筆記用具持参 ①11月13日(金)午後1時～2時 ②11月2日(月)午前9時から電話か同センターホームページへ
◆ガーデニング講座 道の駅で実際に作業しながら剪定や植え込みなど、ガーデニングのコツや知識を学びます。先着15人 ①12月9日(水)午前10時～正午 ②11月2日(月)午前9時から電話か同センターホームページへ
◆手作り味噌教室 一日でできる味噌作り。約5kg持ち帰れます。各回先着5人。エプロン、三角巾、布巾、筆記用具、味噌容器(7.5リットル程度)持参 ①12月16日(水)～20日(日)①午前9時～正午、②午後1時～4時 ②11月2日(月)午前9時から電話か直接同センターへ
オーエンス八千代市民ギャラリー☎406-4116 ◆土曜日のアトリエ特別版「ほんぺんの収穫祭ビンゴゲーム」ビンゴカードの完成を目指して、市民ギャラリーの中にある9つの秋のものを探します。完成した人には素敵な景品をプレゼント。小学生以下対象 ①11月21日(土)～11月23日(祝)午後1時～4時 ②11月2日(月)午前9時から電話か直接同センターへ

ジュニアテニストーナメントは中止となりました
3年1月に予定していたジュニアテニストーナメントは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となりました ①八千代市テニス協会・望月☎090-8844-5562

新型コロナウイルス感染症の相談・受診の目安

次のいずれかの症状がある人は、帰国者・接触者相談センターに相談、または市内医療機関に電話をした上で受診してください。また、今後国や県の方針に基づき外来診療体制が変更になる場合は、最新の情報を市ホームページなどでお知らせします。

- 息苦しさ、強いだるさ、高熱などの強い症状のいずれかがある
- 高齢者や妊婦、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPDなど)の基礎疾患がある人、透析を受けている人、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている人で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある
- 発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合(症状が4日以上続くときや、強い症状と思う場合は必ず相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならぬ人も同様です)

▶帰国者・接触者相談センター 習志野健康福祉センター(習志野保健所)☎475-5154☎475-5122(平日午前9時～午後5時)。受付時間外は、千葉県電話相談窓口(コールセンター)☎0570-200-613へ。相談した結果、新型コロナウイルス感染の疑いがある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」を紹介します。

▶市内医療機関 医師がPCR検査を必要と判断した場合、医師が八千代PCRセンターの予約を行います。予約日時に車で向かい、ドライブスルー方式でPCR検査を行います。なお、受診に関する相談など、健康づくり課☎483-4646へご連絡ください(平日午前8時30分～午後5時)。

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。