

またはご持参ください ※胃がん検診のみ実施。男女混合

■乳がん検診の一部の日程で空きがあります ①マンモグラフィ 50歳以上、②マンモグラフィ 40歳代、③超音波30歳代 ※マンモグラフィ検診は有効期限が9月末までの人も受診できます ▶日程(すべて12月) ①14日(土)午前、24日(火)午前、②19日(木)午前・午後、24日(火)午前、③14日(土)午前、19日(木)午前・午後、24日(火)午前 ▶申し込み 申込用紙を検診の10日前までに同課へ郵送または持参。随時先着順で受け付け後、決定通知は、封書で通知。定員に達した場合は、空いている日に振り分けま

インフルエンザの予防

インフルエンザは、例年12月～3月頃に流行します。インフルエンザを防ぐには、①こまめに手洗いをする ②加湿器などを使って適度な湿度(50～60パーセント)を保つ ③バランスのよい食事と休息を十分にとる ④人ごみを避ける ⑤マスクを着用する といった予防が大切です。

■咳エチケットも大切です ①咳、くしゃみが出たら、マスクをしましょう ②マスクがないときはティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から1メートル以上離れましょう ③鼻水・痰などを含んだティッシュはすぐにごみ箱に捨てましょう ④咳をしている人にマスクの着用をお願いしましょう

習志野健康福祉センターから

■H I V抗体検査と肝炎検査(予約制) 検査は無料・匿名。肝炎のみの検査も可 ▶日時 12月5日(木)午前9時～10時・午後5時30分～7時、12月19日(木)午後1時～2時 ▶申し込み 疾病対策課 475-5154。1週間前から受け付け

■精神保健福祉相談(予約制) ▶日時/場所 26年1月14日(火)午後2時から/習志野健康福祉センター、12月24日(火)・1月7日(火)午後2時から/八千代市障害者福祉センター ▶申し込み 地域保健課 475-5152

■ピアサポート相談(予約制) 精神障害の経験者が相談を受けます。▶日時 1月21日(火)午前9時15分から ▶場所 習志野健康福祉センター ▶申し込み 地域保健課 475-5152

情報ぎやらりー

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

◆英国式フラワーアレンジメント～季節を楽しみましょう～全3回 市内在住または在勤の成人対象。先着16人。生花用はさみ持参 12月26日(木)、26年2月10日(月)、3月1日(土)午前10時～正午 各回1,800円 電話か直接同館窓口へ

阿蘇公民館 488-1185 ◆冬休み子ども書き初め教室 市内在住の小学3年生～6年生対象、各回先着12人。書き初め用紙、書道用具、課題(お手本)、新聞紙(2日分程度)、上履き持参 12月26日(木)午前9時～10時15分、10時30分～11時45分 午前9時から電話か直接同館窓口へ

勝田台公民館 485-5202 ◆書き初めにチャレンジ 書き初めをとおして日本の伝統文化を学びます。市内在住の小学3年生～6年生対象。先着15人。書道用具一式、上履き持参 12月21日(土)午前9時30分～正午 午前9時から電話または直接同館窓口へ

睦公民館 450-2390 ◆親子で楽しむクリスマスの音楽と絵本～ソプラノの歌声で贈るX'masキャロル/天使とともに～ クリスマスソングのメドレー演奏、絵本の読み聞かせとピアノ演奏など。市内在住の幼児と保護者、成人対象。先着40人 12月10日(火)午前11時～正午 50円(材料費・保険代) 電話か直接同館窓口へ

八千代台公民館 483-5553 ◆おはなしと映画の会 フランネルシアター、おはなし、映画、クリスマス工作など 12月14日(土)午前10時30分～11時45分 当日直接同館へ

◆お話と音のファンタジー～クリスマス～ クリスマスのお話や音楽(歌・ピアノ・ドラム演奏)を聴いて楽しめます。市内在住の幼児以上対象(幼児は保護者同伴)。先着100人 12月23日(祝)午後2時～3時30分(1時50分開場) 所八千代台文化センター 午前9時から電話か直接同館窓口へ 八千代台東南公民館 485-4811 ◆冬休み子ども書き初め教室 市内在住の

小学3年生～6年生対象。先着16人。書道用具一式、課題(お手本)、新聞紙持参。汚れてもよい服装で 12月26日(木)午前10時～正午 2日(月)午前9時から電話か直接同館窓口へ



大和田図書館 482-3240

◆図書館教養講座「ピーターラビットのおはなし」の世界」物語の舞台であるイギリス湖水地方のスライドを見ながら、作者ビアトリクス・ポターの生涯と作品の魅力を紹介。先着80人 12月21日(土)午前10時～正午 所緑が丘プラザ

午前9時から図書館ホームページ、電話または各図書館窓口にて受け付け 大和田図書館 482-3240・八千代台図書館 482-0912・勝田台図書館 484-4946・緑が丘図書館 489-4946 ◆冬のおはなし会 パネルシアター、大型絵本の読み聞かせなど。4歳～小学生、八千代台図書館のみ定員15人 12月25日(水)午後3時～4時 所各図書館おはなし室 大和田・勝田台・緑が丘図書館は当日直接各図書館へ。八千代台図書館は午前9時から窓口と電話にて受け付け



郷土博物館 484-9011

◆くらしのうつりかわり展～くらしを豊かにした電化製品～

くらしを便利にした道具の変遷を展示します 12月1日(日)～26年1月15日(水)午前9時～午後4時30分 当日直接同館へ。※月曜日(1月13日を除く)、12月26日(木)～1月4日(土)・14日(火)休館



文化伝承館 458-1700

◆八千代の伝承文化を習おう「物づくり編」④

正月飾り わらをなつて正月飾りを作ります。市内在住または在勤の小学生以上対象(小学生低学年は保護者同伴)。先着15人 12月14日(土)午前10時～正午 200円(材料費) 電話か直接同館窓口へ



消防本部警防課 459-78

04 ◆普通救命講習(成人) AEDを含む心肺蘇生など。市内在住または在勤・在学の人対象。先着20人。※申込者が少数の時は中止の場合あり 12月15日(日)午前9時～正午 所消防本部 500円(教本代など) 6日(金)までに電話

で同課へ。午後5時以降と土曜・日曜日は 459-2441 へ

◆実技救命講習 心肺蘇生法とAEDの取り扱い、窒息時の対処など。市内在住・在勤・在学の人で、救命入門コースを1年以内に受講した人が対象。先着20人。※申込者が少数の時は中止の場合あり 12月14日(土)午前9時30分～11時30分 所消防本部 500円(教本代など) 6日(金)までに電話で同課へ。午後5時以降と土曜・日曜日は 459-2441 へ



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お母さん同士でおしゃべりしませんか。保育あり、要予約。時間はすべて午前10時15分～11時45分 【あいあい 482-0952】きょうだいの子育て、どうしてる?/12月3日(火) 【のびのび 486-6716】自分らしく子育て/12月5日(木) 【すてっぷ21大和田 486-7455】子育てしながら自分の時間を持つということ/12月11日(水) 【トッパス 488-1632】イヤイヤの時期、どう付き合う?/12月12日(木)

八千代台東南公共センター 485-6611

◆八千代市の弥生時代展 萱田地区の権現後遺跡、保品地区の栗谷遺跡などを中心に、八千代市の弥生時代の代表的な発掘出土品を展示します。調査員による解説やミニ講演会もあり 12月11日(水)正午～午後5時、12日(木)午前9時～午後5時、13日(金)午前9時～正午 当日直接会場へ

災害時外国人サポーター養成講座

災害時に外国人住民を支援するボランティアの養成講座。支援に必要な知識を講義やグループワーク、実技訓練を通じて学びます。語学力は問いません。2日間とも受講できる人対象。先着50人 26年2月8日(土)午後1時～5時、15日(土)午前10時～午後4時30分 所総合生涯学習プラザ 12月5日(木)から26年1月14日(火)までに、電話またはファクス・メールで、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・対応可能言語を書き、千葉県総合企画部国際課 043-223-2254 FAX 043-224-2631 kokusaig1@mz.pref.chiba.lg.jp へ (国際推進室)

市民伝言板

- おしどりマコ&ケン爆笑トーク「誰よりもくわしい原発事故の最新ニュース」 12月8日(日)14時～16時(開場13時30分)、総合生涯学習プラザ。大人500円、高校生以下300円。保育あり。脱原発八千代ネットワーク・浦 090(8587)0814
- クリスマスお話し会 昔話、読み聞かせ、パネルシアター、手話の歌、キャンドルサービス、紙芝居など。幼児以上。12月14日(土)10時～11時、勝田台図書館。おとぎばなしの会・吉次 483-8317
- 木曜会クリスマス・ダンスパーティー 12月15日(日)13時30分～16時30分、八千代台文化センター。前売り1000円、当日1300円。軽飲食付き。加藤 482-7857
- わたしたちのクリスマスコンサート2013「音楽の贈り物」 12月23日(祝)14時30分開演、勝田台文化センター。自由席前売り・一般2000円・学生500円(当日券割増あり)、指定席2500円、障害者と同伴者を招待・要予約。未就学児入場不可。文化・芸術・わたしたちのまちづくり、飯塚 405-1558
- フォークダンス初心者講習会・全10回 女性限定。上履き持参。26年1月23日、3月27日の毎週木曜日9時30分～11時、勝田台会館。3500円。勝田台フォークダンスサークル・宮下 485-5919

ミニ・ガイド

■12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。【落下傘降下訓練】

東日本大震災チャリティーコンサート「縁」

東日本大震災により、練習成果の発表の場をなくした宮城県石巻市の高校音楽部の生徒を、八千代市民を中心とした実行委員会が招いて、開催するコンサート。諸経費を除いた収益は、石巻市に寄付されます。▼日時 12月22日(日)午後2時開演(午後1時30分開場) ▼場所 市民会館 ▼出演 宮城県立石巻北高校吹奏楽部、同石巻好文館高校音楽部、八千代少年少女合唱団など ▼主催 チャリティーコンサート100人実行委員会 ▼料金 一般2500円、高校生以下500円 ▼申し込み 市民会館、勝田台文化センター、八千代台文化センターで前売り券を販売中 ▼問い合わせ 八千代市文化・スポーツ振興財団 483-5111