


お知らせ

市役所
〒276-8501 大和田新田312-5
☎483-1151 (代表)

募集 臨時的任用講師

小学校での学級担任及び中学校での教科指導(理科、英語、技術など)を行う臨時的任用講師を募集します。▶人数 若干名 ▶資格 教員免許 ▶勤務 27年3月までの月曜～金曜日。勤務開始日は応相談。詳しくは電話で市教育委員会学務課☎481-0302へ

火災・救急時には119番

救急車の適正利用にご協力ください	出動件数	11月	1～11月
	救急	710件	7,770件
	火災・その他	74件	741件

火災場所の問い合わせは☎459-0119へ

12月の納期

納め忘れのない口座振替が便利です
国民健康保険料……………6期
介護保険料……………6期
後期高齢者医療保険料……6期
納期限 27年1月5日(月)
固定資産税・都市計画税…3期
納期限12月25日(木)

12月の献血

●28日(日)午前10時～11時45分・午後1時～4時、フルルガーデン八千代(八千代東ライオンズクラブ主催)
※年齢や健康状態により、献血できない場合があります。詳しくは千葉県赤十字血液センター☎047-457-0711

夜間・休日急病診療

◆急病のときは、まず、当番医で受診を

月～金曜日 19:00～翌8:30	◆急病のときは、まず、 当番医で受診を
土曜日 17:00～翌8:30	◆急病のときは、まず、 当番医で受診を
日曜日・祝日 年末年始 8:30～翌8:30	◆急病のときは、まず、 当番医で受診を

つながらないときは、市役所☎483-1151か消防本部☎459-2441へ。当番医は、市ホームページでも見られます。

やちよ夜間小児急病センター 東京女子医科大学八千代医療センター内 毎日18～23時 ☎458-6090 ※23時以降は☎450-6000へ
こども急病電話相談 お子さんの急病時、受診が必要か判断に迷う時などに看護師や小児科医が相談に応じます。 毎日19～22時 局番なしの☎#8000

けんこうかんりコーナー (480)

小児のいびき

米国小児科学会では、いびきをかく小児に対し、閉塞性睡眠時無呼吸症候群(OSAS)の疑いがあるとして注意喚起しています。小児のいびきの原因として最も多いものはアデノイド・扁桃肥大ですが、生理的に最も肥大が顕著となる4～6歳にこの症状のピークがくるようです。睡眠中に呼吸が苦しうだったり、喘ぎ呼吸や呼吸の停止で睡眠が妨げられたり、日中に落ち着きがない、イライラしやすいなどの症状のほか、夜尿症との関連も指摘されています。肥満に多いとされる成人の睡眠時無呼吸症候群とは異なり、小児ではやせ型が多いのが特徴です。睡眠

保健

〒276-0042 ゆりのき台2-10
保健センター母子保健課 ☎486-7250
健康づくり課 ☎483-4646

2歳6か月児 歯科健診 (予約制)

歯科医師による健診や相談、歯科衛生士の歯みがき実習を行います。▶日時 27年1月16日(金)・20日(火)、2月17日(火)午後1時～1時30分受け付け ▶場所 保健センター ▶対象 24年7月生まれ ▶申し込み 健診日の1週間前までに電話で母子保健課へ



▲やっち

歩いてはじめる健康づくり講座

効果的なウォーキングとストレッチ体操で健康的な自分づくり。先着30人。医師に運動を制限されていない人対象。▶日時 27年1月23日・30日、2月6日・13日いずれも金曜日、午前9時30分～11時30分 ▶場所 市民体育館第1武道室 ▶持ち物 飲み物、スリッパなど内履き、ビニール袋(外履き入れ)、運動ができる服装で ▶費用 80円(保険代) ▶申し込み 12月15日(月)から27年1月19日(月)までに電話で健康づくり課へ

食からはじめる健康づくり講座 野菜たっぷりバランスアップ・全2回

野菜たっぷり栄養バランスのとれた食事やお口のケア、心の健康について。先着24人。▶日時 27年1月28日(水)、2月4日(水)午前9時30分～正午 ▶場所 保健センター ▶申し込み 12月15日(月)から電話で健康づくり課へ

習志野健康福祉センターから

■看護職員・歯科衛生士・歯科技工士業務従事者届の提出 就業状況を把握するため、対象者は届け出てください。▶対象 県内で就業している保健師、助産師、看護師、准看護師、歯科衛生士、歯科技工士 ▶調査時期 12月31日現在 ▶提出 27年1月15日(木)までに習志野健康福祉センター総務企画課☎475-5151へ。届出用紙は、同センターで配布

中の努力呼吸に伴う消費カロリーの増大によって体重増加不良をきたすのではないかとされています。最近では、注意欠陥・多動性障害(ADHD)や学習障害(LD)、成長ホルモン異常等との関連も指摘されるようになってきているため、いびきが目立つお子さんは早期にアデノイド・扁桃肥大の診断と睡眠時の呼吸検査を受けていただきたいと思えます。年齢や症状の程度によって異なりますが、治療はアデノイド・扁桃摘出手術が第1選択となります。術後から熟睡できるようになり、やせていた子が急に太りだしたというお話をご家族からお聞きすることもしばしば経験します。

八千代市医師会
なないろこどもクリニック 山口朋奈

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

◆救急救命教室へようこそ～AED使えますか?～

参加者には「救命入門コース参加証」を交付。親子での参加歓迎。市内在住または在勤・在学の10歳以上の人対象。先着20人。筆記用具持参。動きやすい服装で 時27年1月10日(土)午前9時30分～11時 所中央消防署 日27年12月25日(木)までに電話か直接同館窓口へ

八千代台公民館☎483-5553

◆みんなで介護「負担にならない介護をめざして」・全5回

正しい介助法、利用できる制度、食事などについて講話と調理実習を行います。介護経験者の体験談もあり。市内在住または在勤の高齢者を介護している人、介護に関心がある人対象。先着16人。筆記用具、飲み物持参 時27年1月16日・30日、2月6日・20日、3月6日いずれも金曜日、午後1時30分～3時30分 費400円(保険代・材料費) 日27年12月15日(月)午前9時から電話か直接同館窓口へ

◆女性のそば打ち入門道場・全6回

そばの香りを楽しみながら、そば打ちを習得します。市内在住または在勤の成人女性対象。先着8人。エプロン、三角巾、ふきん持参 時27年1月19日・26日、2月2日・16日・23日、3月2日いずれも月曜日、午前9時30分～午後1時30分(1回目と6回目は午後3時まで) 費6,000円 日27年12月15日(月)午前9時から電話か直接同館窓口へ

睦公民館☎450-2390

◆いくじい・いくばあのためのふれあい講座・全4回 昔と異なる最近の子育て事情や、行政サービスの情報、孫との接し方などを学びます。参加者同士の情報交換も。市内在住または在勤の成人対象。先着16人 時27年1月14日・28日、2月4日・25日いずれも水曜日、午後1時30分～3時30分 費200円(材料費など) 日午前9時から電話か直接同館窓口へ

◆折り紙教室・全6回

来年の干支「未」^{ひつじ}、お雛様など季節に合わせた作品を折ります。市内在住または在勤の成人対象。先着16人 時27年1月15日・29日、2

月5日・19日、3月5日・19日いずれも木曜日、午前10時～正午 費1,800円 日午前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 ◆冬休みファミリー料理教室

クリスマス料理を親子で作ります。市内在住の中学生から高校生と保護者の二人一組で。小学4年生から高校生のお子さんは1人まで追加参加可。先着8組 時12月24日(水)午前10時30分～午後1時30分 所八千代台東南公共センター 費1,500円(追加参加は700円) 日12月16日(火)午前9時から電話か直接同館窓口へ

緑が丘公民館☎489-4919 ◆ワード・エクセル入門Ⅱ・全4回

ウィンドウズ7を使って、ワード(チラシ作成)、エクセル(表の作成から簡単な関数)を学びます。市内在住の成人対象。抽選14人。※24年度以降同講座を受講した人はご遠慮ください 時27年1月19日(月)～22日(木)午後1時30分～4時 費100円(資料代) 日往復はがきに氏名・住所・電話番号・講座名・返信先を明記し、〒276-0049緑が丘3-1-7緑が丘公民館へ郵送で。直接持ち込みは受け付けません。12月22日(月)消印有効。一人1通



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

凧づくり 凧を作って凧上げを楽しみます。小学生以上対象(小学生低学年は保護者同伴)。先着15人。タオル、飲み物、あればカラー太マジックまたはクレヨン持参 時27年1月10日(土)午前10時～正午 費300円 日電話か直接同館窓口へ

◆伝統文化に親しむ会⑦「初春におくる邦楽演奏会」

同館の利用団体の発表会。箏・尺八の調べを楽しみます。市内在住または在勤・在学の小学生以上対象。先着40人 時27年1月25日(日)午後1時30分～3時 日電話か直接同館窓口へ



少年自然の家☎488-6538

◆1月のプラネタリウム

今晚の星空散歩、木星の素顔、ふたご座の神話。小学生以上対象 時27年1月11日(日)・25日(日)午前10時30分から、午後1時30分から 費市内の人150円、市外の人300円 日当日30分前から5分前まで受け付け

◆冬の星空を見る会

プラネタリウムと屋上での星座の観望。悪天候の場合はプラネタリウムのみ。小学生以上対

ミニ・ガイド

■(公財)八千代市文化・スポーツ振興財団職員募集 27年4月採用。一人。文化施設の管理運営及び文化事業に関する業務全般。詳しくは同財団ホームページで。同財団総務課☎(483)5111

■千葉県地球温暖化防止活動推進員募集 地球温暖化防止対策の知識の普及・推進に取り組みするため「地球温暖化防止活動推進員」を募集します。県内の地域住民などと自主的な活動を行う。県内在住または在勤・在学の成人。新規に応募する人は、推進員養成講習会を受講していただきます。27年4月～29年3月までの2年間。申し込みは、申請書を12月26日(金)必着で、郵便またはファックスで〒260-0024千葉市中央区中央港1-11-1千葉県地球温暖化防止活動推進センター☎043(246)2180、☎043(246)6969へ。申請書は、同センターまたは県ホームページからダウンロードできます。

■八千代のキャンドルナイト「暗闇のウェーブを八千代から」キャンドルの灯だけで過ごし、日々の生活を見直します。1000本のキャンドルを灯すほか、キャンドルアーティストによる展示ブースの設置、ロックバンドやジャズバンドによる生演奏など。12月23日(祝)16時～20時、やちよ農業交流センター。雨天の場合は一部のイベントを中止。わか事務局長(株)ダイビウム内☎481-1208