

保健

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



プレママ教室

友達をたくさん作って、妊娠・出産・子育てを楽しみましょう。助産師による妊婦体操、妊婦さんの食事と離乳食、お口の健康について。▶日時 4月16日(木)午後1時15分～4時30分。15分前から受け付け ▶場所 保健センター ▶対象 初めて赤ちゃんを迎える人。なるべく妊娠7か月前後を目安に受講を。2人目以降の場合は要相談 ▶持ち物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、フェイスタオル、飲み物 ▶申し込み 電話で母子保健課へ



お試し体操広場

市オリジナルの「やちよ元気体操」や、歌に合わせて一緒に気持ち良く体を動かし体操することで運動不足を解消しませんか。▶日時 3月13日(金)・27日(金)午前9時～9時30分 ▶場所 総合運動公園噴水広場(予約不要。当日現地集合) ▶持ち物 飲み物

習志野健康福祉センターから

■HIV抗体検査及び肝炎検査(予約制) 検査は無料・匿名。肝炎のみの検査も可。結果は当日、口頭で。▶日時 3月5日(木)、4月2日(木)午後1時～2時、5時30分～7時、3月19日(木)午後1時～2時 ▶場所 習志野健康福祉センター ▶申し込み 疾病対策課電話475-5154へ。2週間前から受け付け

■精神保健福祉相談(予約制) ▶日時/場所 4月7日(火)・28日(火)午後2時から/八千代市障害者福祉センター、4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 地域保健課電話475-5152へ

■ピアサポート相談(予約制) 精神障害の経験者が精神疾患による不安や悩みごとの相談に応じます。▶日時 4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 地域保健課電話475-5152へ

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。



阿蘇公民館電話488-1185

◆ランニング講座「初心者～上級者」 走る楽しさ、健康効果、練習方法などを学びます。フォームチェックを行い、効率的な走り方を。成人対象。先着10人 電話3月14日(土)午後1時30分～3時 電話500円(教材費) 電話午前9時から電話か直接同館窓口へ

村上公民館電話485-5452 ◆男の自立は料理から～男性料理教室(初心者編)～料理の基本を学びます。市内在住または在勤の成人男性対象。先着8人 電話3月23日(月)午前10時～午後1時 電話1,000円 電話3月13日(金)までに電話か直接同館窓口へ

八千代台公民館電話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、工作など 電話3月14日(土)午前10時30分～11時45分 電話当日直接同館へ

八千代台東南公民館電話485-4811 ◆春休み東南お楽しみ会! 名作物語をピアノ演奏と読み聞かせて楽しめます。市内在住の小学生以下と保護者対象。先着80人 電話3月27日(金)午前10時30分～正午 電話3月2日(月)から電話か直接同館窓口へ



郷土博物館電話484-9011

◆竹細工作品展 竹細工同好会の作品を展示し、竹で作った生活用品などについて理解を深めます 電話3月10日(火)～22日(日)午前9時～午後4時30分(16日(月)を除く)

◆竹と遊ぼう 竹細工同好会の指導で、竹を使ったおもちゃを作ります。小学生と保護者対象。先着20組 電話3月21日(祝)午後1時30分～4時 電話100円 電話電話か直接同館窓口へ

◆篆刻作品展 篆刻同好会の作品を展示します 電話3月11日(水)～19日(木)午前9時～午後4時30分(16日(月)を除く)。19日(木)は午後3時まで



消防本部警防課電話459-7804

◆普通救命講習(成人) AEDを含む心肺蘇生法など。修了者には「普通救命講習修了証」を交付。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 電話3月15日(日)午前9時～正午 電話中央消防署 電話530円(教本代など) 電話3月11日(水)までに電話で同課へ(平日午前9時～午後5時)

◆普通救命講習(小児・乳児) 小児・乳児に対するAEDを含む心肺蘇生法など。修了者には「普通救命講習修了証」を交付。市内在住または在勤・在学の人対象。先着15人 ※申込者が少数の時は中止の場合あり 電話3月22日(日)午前9時～正午 電話中央消防署 電話530円(教本代など) 電話3月18日(水)までに電話で同課へ(平日午前9時～午後5時)

ふれあいプラザ電話487-1511 ◆子どもが喜ぶ鶏コボウごはん・汁物・デザートを作ろう! 市内在住の小学生対象。各回先着16人 電話①3月25日(水)、②26日(木)、いずれも午前10時～午後1時 電話500円 電話3月5日(木)～15日(日)に電話か直接同プラザ窓口へ

環境緑化公社電話458-6446 ◆緑の講習会「タネから育てる花づくり」夏から秋にかけて咲く花の、種から育てるコツとポイントを説明します。市内在住または在勤の成人対象。先着20人 電話3月20日(金)午後1時30分～3時30分 電話八千代台公民館 電話160円 電話3月2日(月)～13日(金)に電話か直接同公社窓口へ

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。時間は全て午前10時15分～11時45分。【すてっぷ21大和田電話486-7455】きょうだいの子育て、どうしてる?/3月3日(火) 【こあら電話450-0942】子育て中の夫婦のコミュニケーションのこと/3月6日(金) 【あいあい電話482-0952】子育て中の近所づきあい/3月12日(木)

総合生涯学習プラザ電話487-3718 ◆珠玉のクラシックコンサート 厳選された名曲の数々を、八千代交響楽団がフルオーケストラで演奏します。先着100人 電話3月22日(日)午後2時～3時30分 電話電話か直接同プラザ窓口へ

勝田台文化センター電話483-2141 ◆やちよ音楽コンクールピアノ部門入賞者演奏会 予選・本選を勝ち進んだ、若き才能ある演奏家が出場します 電話3月15日(日)午後2時から 電話当日直接会場へ

スクエアダンス体験会 3月4日(水)18時10時～11時、緑が丘公民館。八千代スクエアダンスクラブ村上サークル。丸山電話(488)2622

障害のある子の「入園入学直前相談会」 保育園、幼稚園、学童保育、小・中学校普通学級での4月からの生活に向けて、情報や資料、体験談など提供。在園・在学中の相談も。3月5日(木)10時30分～12時30分、障害者福祉センター。100円(資料代)。申し込みは、やちよ保育・教育を考える会・高橋電話(450)9019へ

上方舞発表会 市で初めての上方舞教室「昂寿朗会」のおさらい会。文化伝承館主催の「子ども日舞教室」生徒の発表もあります。3月8日(日)13時30分～15時30分、文化伝承館。同会・小野尾電話(450)4443

歴史散歩「バスで行く市内の古墳めぐり」 市内に残存している貴重な7基の古墳を八千代市郷土歴史研究会が案内します。抽選20人。3月15日(日)9時30分～15時30分、村上駅集合。1000円(資料・保険代)。申し込みは3月9日(月)までに、往復はがきに住所氏名電話番号を明記して、〒276-10046大和田新田452-120八千代市郷土歴史研究会・鈴木電話(459)2506へ郵送

3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】飛行機:5日(木)・6日(金)・11日(水)・16日(月)・27日(金)・31日(火)8時～20時。4日(水)・20日(金)・23日(月)・26日(木)・30日(日)8時～21時。ヘリコプター:3日(火)・4日(水)・9日(月)・10日(火)・13日(金)・19日(木)・21日(祝)・22日(日)・31日(火)7時～20時。12日(木)・17日(火)・18日(水)・28日(土)・30日(月)7時～21時。【ヘリコプター離着陸訓練】1日(日)・3日(火)・4日(水)・9日(月)・

会員募集

会員募集は不定期掲載。1団体、年(1～12月)1回まで。今号では1月5日までに受け付けたものを掲載。

●八千代「越中おわら節」同好会 「越中おわら節」を踊って楽しめます。初心者歓迎。第2・4木曜日13時～15時、八千代台自治会館。入会1,500円、月1,500円。勝又電話482-4636

●勝田台カラオケ会 プロ講師が発声から指導する団体レッスン。初心者歓迎。第2・4木曜日14時30分～16時30分、勝田台文化センター。入会1,000円、月2,000円。加藤電話485-3650

●八千代ダーツクラブ 性別、年齢に関係なく楽しめ、脳の体操にもなります。初心者、体験希望者歓迎。毎週火曜日13時～15時、市民体育館。年2,400円。池田電話483-7191

●無雙直傳英信流居合術「誠和塾」 日本刀の正しい操刀法による心身鍛錬。毎月末に試斬あり。見学歓迎。毎週日曜日13時～16時、八千代台小学校体育館。月3,000円。鈴木電話482-5503

●男の中華料理教室(男性のみ) 中華料理の実習。4月、7月、10月、1月の第3土曜日10時～14時、大和田公民館。入会500円、1回2,000円。安部電話484-3487

●八語会 謡曲を謡って楽しむ。初心者歓迎。第1と最終水曜日13時～16時30分、緑町自治会館。子安電話080-4090-3880

●男性のためのストレッチ身体ほぐしの会 どなたにもできる運動で、健康増進。第1・3金曜日15時～16時、福祉センター。入会1,000円、月1,500円。田中電話090-9802-7988

●サークル「日々燦々」 水墨画の会。60歳以上。第2・4木曜日10時～12時、郷土博物館、福祉センターほか。月2,000円。高橋電話483-5607

●ラブリーベア 人の心を癒すテディベアを作ります。第1・3火曜日10時～12時、緑が丘公民館。入会500円、月2,000円。見神電話450-2572

●つくばね会 百人一首を楽しみませんか。小・中学生、初心者歓迎。第1・3土曜日13時～16時、八千代台東町会館。入会500円(成人のみ)、月200円(小・中学生)、500円(高校生以上)。松本電話482-3639

●もめんの会 パッチワーク、キルトを作成します。第1・3水曜日10時～12時、村上公民館。月1,300円。阿部電話484-7367

●サークル凧染 子どもから大人までロックソーランにのせて、楽しく汗を流しませんか。月2回、金曜日19時～20時30分。緑が丘公民館。田口電話090-3435-8357

●華の会 草月流生け花。初心者歓迎。第2・4火曜日9時30分～12時、福祉センター。月1,400円(花代1回1,100円) 大倉電話486-4800

●Gークレフ エアロビクス(初級)と体幹トレーニングでシェイプアップ。お子さん連れ可。毎週金曜日9時～10時、総合生涯学習プラザほか。1回500円または月1,800円。長崎電話090-4766-5996

●ペン習字愛好会 講師の指導により、ボールペン、筆ペンの学習をします。第1・3金曜日10時～12時、大和田公民館。入会1,000円、月2,300円(テキスト代含む)。金子電話487-9024

市民伝言板

●スクエアダンス体験会 3月4日(水)18時10時～11時、緑が丘公民館。八千代スクエアダンスクラブ村上サークル。丸山電話(488)2622

●障害のある子の「入園入学直前相談会」 保育園、幼稚園、学童保育、小・中学校普通学級での4月からの生活に向けて、情報や資料、体験談など提供。在園・在学中の相談も。3月5日(木)10時30分～12時30分、障害者福祉センター。100円(資料代)。申し込みは、やちよ保育・教育を考える会・高橋電話(450)9019へ

●上方舞発表会 市で初めての上方舞教室「昂寿朗会」のおさらい会。文化伝承館主催の「子ども日舞教室」生徒の発表もあります。3月8日(日)13時30分～15時30分、文化伝承館。同会・小野尾電話(450)4443

●歴史散歩「バスで行く市内の古墳めぐり」 市内に残存している貴重な7基の古墳を八千代市郷土歴史研究会が案内します。抽選20人。3月15日(日)9時30分～15時30分、村上駅集合。1000円(資料・保険代)。申し込みは3月9日(月)までに、往復はがきに住所氏名電話番号を明記して、〒276-10046大和田新田452-120八千代市郷土歴史研究会・鈴木電話(459)2506へ郵送

ミニ・ガイド

3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】飛行機:5日(木)・6日(金)・11日(水)・16日(月)・27日(金)・31日(火)8時～20時。4日(水)・20日(金)・23日(月)・26日(木)・30日(日)8時～21時。ヘリコプター:3日(火)・4日(水)・9日(月)・10日(火)・13日(金)・19日(木)・21日(祝)・22日(日)・31日(火)7時～20時。12日(木)・17日(火)・18日(水)・28日(土)・30日(月)7時～21時。【ヘリコプター離着陸訓練】1日(日)・3日(火)・4日(水)・9日(月)・