

人通知します。転入などで通知が届かない場合にはご連絡ください ▶対象者 1歳6か月児健康診査は1歳6か月～2歳未満。3歳児健康診査は3歳4か月～4歳未満です。※1歳6か月児健康診査の歯科健診は1歳10・11か月に保健センターで行います。詳しい日程は、封書でお知らせします。▶問い合わせ 母子保健課 486-7250

27年度に市内委託医療機関で
ロタウイルス予防接種を受けた人へ

この予防接種は任意予防接種です。ワクチンは2種類ありますが、必ず同じワクチンで接種してください。両ワクチンともに1回目は生後15週未満までに接種を。

①ロタリックス(2回接種)…生後6週0日～24週0日対象、1回4,500円を助成 ②ロタテック(3回接種)…生後6週0日～32週0日対象、1回3,000円を助成 ▶接種方法 個別接種。市内委託医療機関以外での接種は助成の対象となりません。対象者には個別通知しています。※通知が届いていない人は母子保健課へご連絡ください



歩いてはじめる
健康づくり講座

日々の歩き方をちょっと変えることで運動効果が高まります。楽しく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を始めてみませんか。医師に運動を制限されていない運動初心者対象。先着30人。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、運動靴(外履き)持参 ▶日時 2月2日・9日・16日、3月1日いずれも火曜日午前9時30分～11時30分 ▶場所 市民体育館柔道場 ▶参加費 保険代84円 ▶申し込み 1月27日(水)まで電話で健康づくり課 483-4646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

栄養士による高血圧症予防のための食事、保健師による高血圧の要因と予防方法について学びます。先着24人 ▶日時 2月13日(土)午前9時30分～正午 ▶場所 保健センター ▶申し込み 電話で健康づくり課 483-4646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。



八千代台公民館 483-5553

◆そば打ち入門道場・全6回 本市で生産されたそば粉・小麦粉を使用して、二八そばを打ちます。市内在住または在勤の成人対象。先着8人 2月12日・19日・26日、3月4日・11日・18日のいずれも金曜日、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(材料費) 申午前9時から電話か直接同館窓口へ

睦公民館 450-2390 ◆DIY木工教室・中級編・全4回 収納ボックスつき1人掛けベンチを作ります。市内在住または在勤の成人で日曜大工の経験がある人対象。先着8人 費3,300円(材料費) 2月15日・22日・29日、3月7日のいずれも月曜日午前9時～正午 申午前9時から電話か直接同館窓口へ



中央図書館 486-2306

◆子どもと遊ぶ 手作りおもちゃの研修会 身近な材料で作って遊べるおもちゃの紹介と製作。先着40人。のり、色鉛筆、カラーの油性マジック持参。成人対象 2月1月30日(土)午後1時～3時 申電話か直接同館窓口へ

◆図書と音楽のコラボ「図書館コンサート」～わらべうたと「赤い鳥」～ 児童文芸雑誌「赤い鳥」にちなんだ童謡唱歌を声楽家と歌います。絵本の読み聞かせもあります。先着40人 2月1月31日(日)午後1時～2時 費500円(小学生以下無料) 申電話か直接同館窓口へ



文化伝承館 458-1700

◆八千代の伝承文化を習おう「物づくり編」⑥お雛さまづくり 貝合わせ飾りと小さなお雛さまを作ります。小学生以上対象(小学生は保護者同伴)。先着15人。たちばさみ、物差し持参 2月2月6日(土)午前10時～正午 費300円(材料費) 申電話か直接同館窓口へ



郷土博物館 484-9011

◆伝統装束体験講座 日本装束、束帯や男性貴族装束、甲冑などを

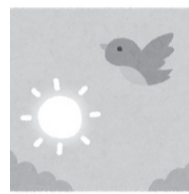
を試着します。抽選30組(1組2～5人) 2月2月7日(日)午前9時40分～午後4時の間の指定された20分間 費1人500円 申1月27日(水)消印有効で往復はがきに希望者氏名か代表者氏名、年齢、電話番号、参加希望時間帯(午前・午後・どちらでも可)を明記し、同館〒276-0028村上1170-2へ郵送



少年自然の家 488-6538

◆2月のプラネタリウム 今晚の星空散歩、木星の素顔、こいぬ座の神話。小学生以上対象。2月2月14日(日)・28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 申当日直接同館へ、30分前から5分前まで受け付け

◆自然観察会「野鳥に親しむ会」 野鳥に詳しい講師を迎え、野鳥観察室や周辺の地域で野鳥を観察します。小学生以上対象(小学生は保護者同伴)。先着40人 2月2月13日(土)午前9時～11時30分(雨天・荒天の場合は中止) 申2月2月12日(金)まで同館へ電話にて申し込み



◆春の親子ふれあい自然体験教室 野外炊事やクラフト制作などを通して、自然や他の参加者とふれあい、親子の絆を深めましょう。市内在住の小・中学生とその保護者対象。抽選20組(1組8人以内) 2月2月19日(土)午前9時30分～20日(日)正午 費1人2,600円(食料費、保険代など)。3月3月11日(金)以降キャンセル料あり 申2月2月19日(金)必着で、往復はがきに参加者の氏名(フリガナ)、性別、年齢、住所、電話番号を明記し、同館〒276-0013保品1060-2へ郵送



農業交流センター 406-4778

◆親子料理教室 1月30日(土)は、「ごぼうのポタージュ」と「豚肩ロースのポワレ、ニンニクバルサミコ醤油のソース」、2月2月7日(日)は、「イチゴと魚介類のサラダ」と「冬野菜タップリ、塩漬け豚のポトフ」を作ります。先着16組32人(子どもは5歳以上対象)。エプロン、三角巾、手拭きタオル、台布巾、筆記用具持参 2月2月1月30日(土)、2月2月7日(日)午前10時30分～午後1時 費1組1,500円 申参加費を添えて直接同センターへ 2月2月27日(水)勝田台 487-4827 ◆お父

さんと一緒にあそぼうよ 親子で遊びに来ませんか。お部屋や庭で遊べます。防災の情報やおたのしみ会もあります。2月2月1月30日(土)午前9時～午後1時30分 申当日直接同所へ

総合グラウンド 484-4222 ◆ガールズサッカー教室 市内在住または在勤の女性(小学生以上)対象。先着80人。小雨決行 2月2月11日(祝)午前9時～正午 費100円(保険代含む) 申1月31日(日)までに電話か直接同グラウンドへ



市民ギャラリー 406-4116 ◆「子ども画廊」に展示する作品を大募集 今回のお題は「バレンタインデー」。手作りチョコのイメージ画や、もらってみたい理想のチョコのイメージ画を描いて事務室までお持ちください。画用紙は市民ギャラリー入口カウンターに設置。市内在住の小学生対象。締め切りは1月24日(日)。展示予定は1月30日(土)～2月14日(日)。

◆エコなモノづくり教室 和紙や竹を使って「和風インテリア照明」を作ります。18歳以上対象。先着15人 2月2月17日(日)午前10時～正午 費1,000円 申電話か直接同ギャラリーへ

◆防災グッズを作ろう 楽しくてインテリアにもなる防災グッズを作ります。今回は人気の「防災懐中電灯」です。館内に作品見本を展示しています。小学生以上対象(小学2年生以下は保護者同伴)。先着15人 2月2月1月24日(日)午前10時～正午 費500円 申電話か直接同ギャラリーへ

みんなでワイワイクッキング

野菜を使って、食卓にあれば嬉しい常備菜を作ります。先着20人 2月2月7日(日)午前10時(午前9時50分から受け付け)～午後2時 所男女共同参画センター 費1,000円(材料費など) 申1月30日(土)必着で、往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、〒276-0028村上1902-32野澤方八千代市レクリエーション協会事務局 483-5255へ郵送 (文化・スポーツ課)

市スポーツ指導員認定講習会

▶日時/内容 ①2月2月6日(土)午後2時から/元オリンピックハンドボール選手・氷海正行氏による講演「オリンピックへの道」 ②2月2月13日(土)午後6時から/ハウスウェルネスフーズ(株)開発研究所グループマネージャーの講演「スポーツと栄養」 ③3月3月12日(土)午後6時から/順天堂大学スポーツ科学科准教授の講演及び実技指導「ストレッチを正しく学ぼう」 ④3月3月26日(土)午後6時から/聖隷佐倉市民病院整形外科主任医長の講演「スポーツ障害について」①は指導員希望の人以外も可。①～④とも30分前から受け付け ▶場所 総合生涯学習プラザ ▶問い合わせ 市体育協会事務局 483-5415 ※火曜日から金曜日の午前10時～午後4時 (文化・スポーツ課)

市民伝言板

●第8回ポレポレ祭り 当事者、支援者の自己表現(歌・楽器・演奏・スピーチなど)を通して多くの人との交流を楽しみます。参加自由。1月20日(水)10時～16時、八千代台東南公共センター。精神障害者家族会かたり会・志賀 459-1586

●習志野八千代心の健康を守る会から ①講演会「市民後見人制度について」、1月22日(金)13時30分～14時30分 ②講演会「精神科治療における家族の役割」、2月2月26日(金)13時30分～15時40分 ③情報交換会「精神障害者を身内に持つ家族を対象に」3月3月25日(金)13時30分～16時、いずれも習志野健康福祉センター。家族会事務局 475-5152

●子どもネット八千代から ①劇団うりんこ「はぐれ峠のわらい鬼」1月24日(日)14時開演、市民会館。2500円(3歳以下入場不可) ②子どもの体験ゆめひろば 2月2月20日(土)勝田台文化センター(ア)びりとブッチャーのクラウンワーカーショップ 年少以上対象。先着30人。500円。10時～12時30分 (イ)親子和太鼓体験 年少～年長親子対象。各先着8組(1)13時30分～14時20分、(2)15時～15時50分。1人1000円。申し込みは平日10時～16時に電話で同事務局 486-4699へ

●第2回シンビオシス・アート展(障害のある人たちの美術展) 八千代中央ライオンズクラブ主催。1月31日(日)11時～17時、ユアエルム八千代台店3階エルムスペース。友愛みどり園・奥山 458-7477

●認知症！その時に備えて現場の声を聞く会 サポーターとして地域情報、現場対応、予備知識、いざ役立つより多くの事例を学ぶ。先着35人。2月2月3日(水)13時30分～15時30分、八千代台公民館。申し込みは学び舎の会・小野澤 090(5445)5193へ

ミニ・ガイド

■千葉県動物愛護センターから ※申し込み・問い合わせは、いずれも同センター 04