

マタニティ広場

妊婦さんと先輩ママとの交流会を開催しています。母子健康手帳と一緒に交付した、すくすくセット内の教室案内を参考に各地域子育て支援センターへ電話で申し込んでください。

▶3月の日程 2日(水)・たんぼぼ(村上北保育園内)、8日(火)・すてっぷ21大和田、9日(水)・緑が丘公民館(問い合わせは高津南保育園内のこあらへ)、15日(火)・あいあい(八千代台南保育園内)

パパとママの子育て教室(半日コース)

赤ちゃん人形を使ったお風呂の入れ方の実習。産後の赤ちゃんのいる生活についてパパ同士・ママ同士での話し合いも。夫婦で赤ちゃんとの生活をイメージしてみませんか。先着30組。

▶日時 3月12日(土)午前9時30分～正午、午後1時30分～4時のいずれか。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夫婦。なるべく妊娠7か月前後を目安に受講を ▶持ち物 母子健康手帳、筆記用具、飲み物 ▶申し込み 電話で母子保健課へ

麻しん風しん

予防接種はお済みですか

麻しん風しん混合予防接種を受けていない人は、定期予防接種委託医療機関でなるべく早めに受けましょう。

▶対象 第1期…生後1歳～2歳未満、第2期…21年4月2日から22年4月1日生まれ(小学校就学前の1年間) ※第2期の接種期限は3月31日(木)です ▶費用 公費(無料) ※予診票をなくした人や市外の医療機関で接種希望の人は母子保健課にご連絡ください。



お試し体操広場

市オリジナルの「やちよ元気体操」や歌に合わせた体操で青空の下、気持ちよく体を動かしてみませんか。

▶日時 2月9日(火)・23日(火)午前9時～11時45分・午後1時～4時、フルルガーデン八千代(八千代市赤十字奉仕団主催)

献血

●6日(土)午前10時～11時45分・午後1時～4時、フルルガーデン八千代(八千代市赤十字奉仕団主催)

時～9時30分(小雨中止) ▶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

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」

今日から始められる生活習慣病予防の食生活のコツをお伝えします。

▶日時 3月8日(火)午前9時30分～正午 ▶内容 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 ▶場所 保健センター ▶定員 先着24人 ▶申し込み 電話で健康づくり課へ

歩く「姿勢」からキレイをつくろう! 美姿勢ウォーキング講座

美しい姿勢は代謝を高め、太りにくい体づくりにもつながります。ウォーキングや体幹トレーニングを通じてキレイを維持する方法を体感しませんか。運動に関心のある人対象。先着30人。

▶日時 3月5日(土)午前9時30分～11時30分 ▶場所 市民体育館 ▶持ち物 飲み物、フェスタオル、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 ▶申し込み 電話で健康づくり課へ

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) H I V抗体検査と同時に梅毒・クラミジア・B型肝炎・C型肝炎の検査も可能。肝炎のみの検査も可。検査は無料・匿名。結果は原則、口頭で。▶日時 2月18日(木)午後1時～2時、2月4日(木)、3月3日(木)午後1時～2時、午後5時30分～7時 ▶場所 習志野健康福祉センター ▶申し込み 疾病対策課☎475-5154へ。2週間前から受け付け

■精神保健福祉相談(予約制) 精神疾患や心の健康について、精神科医が相談をお受けします。▶日時/場所 3月1日(火)午後2時から/八千代市障害者福祉センター、3月8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☎475-5152

■ピアサポート相談(予約制) 精神障害の経験者が相談に応じます。▶日時/場所 3月15日(火)午前9時15分から/習志野健康福祉センター ▶申し込み 地域保健課☎475-5152

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

◆子ども茶道体験 500年を超えて伝えられてきたお茶の心に少しだけ触れてみませんか。市内在住の小学生対象。先着15人 ☎2月27日(土)午前10時～11時30分 ☎300円(抹茶、お菓子代) ☎午前9時から電話か直接同館窓口へ

◆おはなしと映画の会 絵を使ったお話、16mm フィルムの映画、工作など。幼児～小学生対象 ☎2月13日(土)午前10時30分～11時45分 ☎当日直接同館へ

緑が丘公民館☎489-4919 ◆ときめき倶楽部・全3回 奥の細道・つるし雛見学(文化伝承館)・スプリングコンサート開催。市内在住の成人対象。先着30人 ☎2月17日(水)・24日(水)、3月15日(火)午後1時30分～3時30分 ☎200円 ☎電話か直接同館窓口へ



中央図書館☎486-2306

◆氷の実験教室「ロックアイス」の小久保製氷冷蔵から講師を迎え、氷を使った実験をします。小学3～4年生対象。先着6人 ☎2月6日(土)午後1時30分～3時 ☎電話か直接同館窓口へ

◆气象台出前講座「防災気象情報の利用について」 銚子气象台から講師を招いての講演。成人対象。先着40人 ☎2月16日(火)午後2時～3時 ☎電話か直接同館窓口へ

緑が丘図書館☎489-4946 ◆映画会「マンマ・ミーア!」中学生以上対象、先着90人 ☎2月7日(日)午後2時～4時 ☎当日直接同館へ

◆えいが会「シュレック」年齢制限なし、先着90人 ☎2月13日(土)午前10時～正午 ☎当日直接同館へ



文化伝承館☎458-1700

◆つるし雛・雛人形展示会 サークル活動の皆さんや市民の皆さんから寄せられた「つるし雛」「雛人形」の作品を展示 ☎2月18日(木)～3月6日(日)午前9時～午後5時(毎週月曜日を除く)

◆伝統文化に親しむ会⑧「雛節供」 当館主催講座受講生の子どもたちによる

邦楽演奏・日舞とお茶会。庭の川に人形などを流す「身祓い」も体験します。市内在住または在勤、在学の小学生以上対象(小学校低学年は保護者同伴)。先着40人 ☎2月28日(日)午前10時～午後0時20分 ☎600円 ☎2月2日(火)から電話か直接同館窓口へ



郷土博物館☎484-9011

◆第5回やち博講座「縄文時代のヒトとモノの移動」 縄文時代のヒト・モノの移動と流通を千葉県や八千代市内の遺跡から紹介。先着100人 ☎2月28日(日)午後2時～3時30分 ☎2月2日(火)から電話か直接同館窓口へ



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」 保育あり、要予約。時間は午前10時15分～11時45分。【あいあい☎482-0952】2月9日(火)/子育てしながら自分の時間をもつということ

八千代台東南公共センター☎485-6611

◆東南こども将棋大会 低学年と高学年の部に分かれて対局します。市内在住の小学生以下対象。先着30人。弁当、飲み物持参 ☎2月27日(土)午前9時30分～午後2時30分 ☎午前9時から電話か直接同センター窓口へ

環境緑化公社☎458-6446 ◆緑の講習会「ベランダガーデニングを楽しむコツ」花や野菜でベランダやテラスを魅力的にデザインする方法を専門講師から学びます。市内在住または在勤の成人対象。先着20人。デザインしたいベランダやテラスの概要図がある人はお持ちください ☎2月15日(月)午後1時30分～3時30分 ☎阿蘇公民館 ☎2月10日(水)までに電話か直接同公社窓口へ

地域デビュー応援説明会

「誰かの役にたつ活動に生きがいを見つけよう！」

市民活動団体がブース展示を行い、日頃の活動を紹介。団体と参加者との交流や、ボランティアや市民活動に関わるきっかけづくりの場を提供します。▶日時 2月20日(土)午後1時30分～3時 ▶場所 総合生涯学習プラザ ※駐車場が少ないため公共交通機関をご利用ください ▶申し込み 電話かメールでコミュニティ推進課☎483-1151 ☎nposupport@city.yachiyo.chiba.jpへ

市民伝言板

●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・在学中の相談も歓迎。2月4日(木)10時30分～12時30分。障害者福祉センター。資料代100円。申し込みは、やちよ保育・教育を考える会・高橋☎(450)9019

●小林節氏が語る「立憲主義の回復のために」 2月13日(土)14時～16時30分。市民会館。八千代労連・山本☎(480)9075

●八千代フェスティバルバンド・スペシャルコンサート 千と千尋の神隠しハイライトなど。2月14日(日)13時30分開場、14時開演。市民会館。増淵☎090(901)6944

●しもつかれ作る会 栃木県の郷土料理しもつかれを作って、食べて一緒に楽しみましょう。2月20日(土)10時～14時。八千代台東南公共センター。1000円。申し込みは、同会・手塚☎(484)6756へ

●NPO法人山仲間アルプ活動紹介映画会 山仲間アルプの登山活動ビデオと美しい山や高山植物のスライドショー上映、活動説明など。2月27日(土)14時～15時30分。総合生涯学習プラザ。同事務局・網干☎(484)8308

※市民伝言板の締め切りは、発行日の約40日前です。掲載は原則として1団体、年(1月～12月)3回まで。

■2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になる場合があります。

【落下傘降下訓練】飛行機：18日(木)、21日(日)～25日(木)7時～20時。19日(金)、26日(金)7時～21時。ヘリコプター：15日(月)～17日(水)7時～20時。【ヘリコプター離着陸訓練】15日(月)～17日(水)7時～20時。最新の日程は、市ホームページをご覧ください。習志野駐屯地広報室☎(466)2141

■福祉作業所「つばさ」施設公開 野菜や製品の展示販売など。2月6日(土)9時30分～11時30分、13時30分～15時30分。第1～3作業所同時開催。同所・松本☎(488)5380

■県立八千代特別支援学校製品販売会 ①高等部「あすなろフェア」2月5日(金)10時～15時 ②中学部「ワイインターフェア」2月16日(火)・17日(水)10時～13時。いずれもイオンモール八千代緑が丘アゼリア広場。同校☎(450)6321

■身体障害者の日帰りイチゴ狩りツアー(館山方面) 3月4日(金)。先着50人、車いす常利用者4人。3000円。ボランティア同時募集。申し込みは電話かファクスで八千代市身体障害者福祉会☎(485)12445 ☎(485)1329へ

■千葉地方事務局の不動産登記相談が予約制に 待ち時間を少なくするため、2月1日(月)から予約制となります。予約申し込みは同船橋支局☎047(431)3681へ

■危険ドラッグは「持たない!買わない!使わない!」 2月は千葉県薬物乱用防止広報強化月間です。危険ドラッグを使用したことによる深刻な健康被害が発生しています。