

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

1歳6か月児歯科健康診査

むし歯予防のために歯科健診や歯みがきの相談などを行います。対象者には個別に通知します。

▶日時 6月10日(金)・14日(火)・20日(月)、7月5日(火)・14日(木)午後1時～1時30分受け付け。所要時間約90分 ▶場所 保健センター ▶対象 26年8月・9月生まれ ※通知の日程で都合の悪い場合や通知が届いていない人は、電話で母子保健課へ

歯と口の健康週間

～健康も楽しい食事もし歯から～

6月4日(土)～10日(金)は歯と口の健康週間です。かかりつけ歯科医で定期的に歯科健診や歯石の除去を受けるなど、自分の歯と口の健康に関心を持ち、むし歯や歯周疾患を予防しましょう。



お試し体操広場

八千代市オリジナルの「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 6月7日・21日いずれも火曜日、午前9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

野菜 de ビューティーライフ

野菜たっぷりの食事は生活習慣病の予防だけでなく、体の中をきれいにします。

無理なくおいしく食べて体の中をきれいにするコツと、お口の中もきれいにするコツをお伝えします。先着24人。

▶日時 7月12日(火)午前9時30分～正午 ▶場所 保健センター ▶持ち物 タオル、歯ブラシ、飲み物 ▶申し込み 電話で健康づくり課 483-4646へ

歩く「姿勢」からキレイをつくらう! 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

キングや体幹の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。運動に関心のある市内在住の人対象。先着30人。

▶日時 7月1日(金)午前10時～11時30分 ▶場所 市民体育館 ▶持ち物 飲み物、フェイスタオル、スリッパなどの内履き、ビニール袋(外履き入れ) ▶申し込み 電話で健康づくり課 483-4646へ

習志野健康福祉センターから

■HIV抗体検査と肝炎検査(予約制) HIV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 6月2日(木)、7月7日(木)午後1時～2時・午後5時30分～6時15分、6月16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 475-5154へ

■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 7月5日(火)午後2時から ▶場所 ①習志野健康福祉センター ②障害者福祉センター ▶申し込み 地域保健課 475-5152へ

■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 7月19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へ

■子育て相談(予約制) お子さんの発達面や、子育てに関する悩み等について、臨床心理士が相談をお受けします。▶日時/場所 7月8日(金)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 475-5153へ

■特定医療費(指定難病)受給者証更新手続き ▶期間 6月1日(水)～7月29日(金)(土曜・日曜日、祝日を除く) ▶問い合わせ 疾病対策課 475-5154 ※申請手続きは、原則郵送で。 ■小児慢性特定疾病医療受給者証更新申請手続き ▶日時 6月1日(水)～7月22日(金)(土曜・日曜日、祝日を除く)、午前9時～正午(6月は月曜～金曜日、7月は月曜日、水曜日、木曜日の受け付けとなります) ▶場所 習志野健康福祉センター ▶問い合わせ 地域保健課 475-5153

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 ◆おはなしと映画の会 不織布の絵人形

を使ったパネルシアター、16ミリフィルムの映画、工作など。幼児～小学生対象 6月11日(土)午前10時30分～11時45分 当日直接同館へ

村上公民館 485-5452 ◆猛暑対策! ベランダに緑のカーテンを作ろう ゴーヤやアサガオを使った緑のカーテンの作り方を学びます。市内在住の成人対象。先着15人 6月21日(火)午前9時30分～正午 電話か直接同館窓口へ

八千代台東南公民館 485-4811 ◆東南子ども茶道教室・全6回 日本の伝統文化である茶道の基本作法を学び、お茶に親しみます。市内の小学生対象。先着20人 6月25日～11月19日の主に第4土曜日、午前10時～正午 2,300円(保険代・抹茶・菓子代など) 午前9時から電話か直接同館窓口へ

◆東南きらめき倶楽部・全9回 音楽・スポーツ・健康講座・市政の課題・自主企画など。市内在住の60歳以上の対象。抽選40人 7月7日～29年3月16日の木曜日、午後1時30分～3時30分 500円(保険代など。教材費は別途) 6月7日(火)消印有効で往復はがきに、住所、氏名、性別、電話番号、年齢、返信先を明記の上、〒276-0033八千代台南1-11-6同館へ郵送。 ※新規参加者を優先



中央図書館 486-2306 ◆バラと八千代 NHK「趣味の園芸」の講師であり、京成バラ園ヘッドガーデナーの村上敏さんによる講演です。18歳以上の対象。先着40人 6月11日(土)午後1時～3時 電話か直接同館窓口へ

◆ブックリサイクルフェア 図書館で不用になった本や市民から提供された本などを無料で差し上げます 6月15日(水)午前10時～午後4時(なくなり次第終了) 所市民ギャラリー ※当日は県民の日なので駐車場は無料です。 勝田台図書館 484-4946 ◆絵本倶楽部 大人にもすすめたい絵本の読み語りを紹介。各回先着20人 6月17日(金)創作絵本、7月1日(金)伝記・科学絵本。いずれも午前10時30分～11時30分 午前9時から電話か直接同館窓口へ



郷土博物館 484-9011 ◆文化財散歩～子どもが夢のあと～ 村上綱清伝説の地を同館学芸員と巡ります。雨天中止。中学生以上対象。先着20人。同館集合 6月26日(日)午前9時～午後0時30分 100円(傷害保険料等) 電話で同館へ

市民ギャラリー 406-4116 ◆トートバッグにお絵かき トートバッグにアクリル絵の具で絵を描き、オリジナルのマイバッグを作ります。小学生以上対象(小学2年生以下は保護者同伴)。先

着20人 6月4日(土)午前10時～正午 500円 電話か直接同館窓口へ

◆教室を開こう 東北芸術工科大学講師でもある館長が教室開催から展示までの助言・指導を行います。18歳以上の対象。先着20人 6月12日(日)午後2時～3時 電話か直接同館窓口へ

やちよ農業交流センター 406-4778 ◆親子料理教室 「たっぷり野菜のブイヨンスープ」と「真鯛のソテー、アイヨリソース、アスパラ添え」を作ります。先着16組32人(子どもは5歳以上)。エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん、筆記用具、飲み物、上履き持参 6月26日(日)午前10時30分～午後1時30分 1組1,800円 電話で同センターへ

消防本部警防課 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 6月26日(日)午前9時～正午 所中央消防署 530円(教本代など) 6月17日(金)までに電話で同課へ(平日午前9時から午後5時)

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保護者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】 子育て中の近所づきあい/6月7日(火) 【すてっぷ 21勝田台 487-4827】 子育て中の夫婦のコミュニケーション/6月16日(木)



文化・スポーツ振興財団 483-5111 ◆第80回市民コンサート 市内のアマチュアオーケストラ、八千代交響楽団による定期演奏会。ベルリオーズ「幻想交響曲」ほか 6月26日(日)午後2時開演(1時30分開場) 所市民会館 当日直接会場へ

◆県民の日記念行事 第35回人形劇まつり 市内の人形劇サークルによる、腹話術、人形劇。乳幼児～小学生対象 6月26日(日)午前10時30分と午後1時30分から 所八千代台文化センター 市民会館、八千代台・勝田台文化センター、総合生涯学習プラザ、各公民館、各図書館、文化・スポーツ課(教育委員会庁舎内)で整理券を配布しています

すてっぷ21大和田 486-7455 ◆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。子育ての情報やおたのしみ会もあります 6月12日(日)午前9時～午後1時30分 当日直接同所へ

市民体育大会

【弓道】市内在住または在勤・在学の高校生以上の経験者。近的・個人戦 6月19日(日) 所市民体育館第3武道室 当日の午前9時までに直接会場へ。事前申し込みは電話で小池 090-6544-0865へ

ミニ・ガイド

6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:23日(木)・24日(金)・30日(木)7時～20時。ヘリコプター:1日(水)・2日(木)・27日(月)・28日(火)7時～21時。3日(金)・29日(水)7時～20時。【ヘリコプター離着陸訓練】6月の30日(木)を除く平日と4日(土)・18日(土)・19日(日)7時～21時。最新の日程は、市HPをご覧ください。習志野駐屯地広報室(466)2141