

けて、接種を受けられなかった人(平成7年4月2日～19年4月1日生まれで20歳未満の人)は、1期・2期の不足分の接種を20歳になるまでに受けることができますので、市HPまたは母子保健課まで問い合わせてください。



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、気持ち良く体を動かしてみませんか。

▶日時 7月6日(水)・20日(水)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

子宮頸がん・乳がん検診 無料クーポン券を送付

次の対象者に「がん検診無料クーポン券」を送付しました。この機会にがん検診を受けましょう。

▶子宮頸がん検診…26・31歳の女性(過去5年度に一度も市が行う子宮頸がん検診を受けていない人)▶乳がん検診…41歳の女性 ※いずれも29年4月1日時点の年齢です

食中毒を予防しましょう

夏は食中毒が発生しやすい季節です。家庭でも次のことに気をつけましょう。

- 清潔・洗浄 ①調理のときは、小まめに手を洗いましょう ②食べ物・調理器具は、よく洗ってから使いましょう
●迅速・冷却 ①食品についた菌は、時間の経過とともに増えるので、迅速に調理し、調理後はすぐに食べましょう ②食品は、室温で長時間放置せず、冷蔵庫に保管しましょう
●加熱・殺菌 ①加熱は最も効果的な殺菌方法です。加熱が不十分だと、菌が生き残り、食中毒が発生することが多いので、しっかり加熱しましょう ②調理後は、器具をよく洗い殺菌しましょう

蚊に注意しましょう

中南米を中心に流行しているジカウイルス感染症は、蚊を媒介して感染します。5月～10月は、デング熱・ジカウイルス感染症の原因となるヒトスジシマカの活動時期です。蚊の発生予防や

刺されないための予防に努めましょう。

- ①屋外にいるときは、長袖・長ズボンなどを着用し、なるべく肌を露出しない
②虫よけ剤などを使用する
③蚊の幼虫の発生源になりやすい水が溜まる容器(植木鉢の受け皿や空き缶など)を外に放置しない
なお、蚊媒介感染症についての詳しい情報は、右のQRコードで読み取るか市HPで。



▲QRコード

習志野健康福祉センターから

■特定医療費(指定難病)受給者証の更新手続き 申請手続きは、原則として郵送で行ってください。▶期間 7月29日(金)まで(土曜・日曜日、祝日を除く)

▶問い合わせ 疾病対策課 475-5154

■小児慢性特定疾病医療受給者証の更新申請手続き ▶期間 7月22日(金)までの月曜・水曜・木曜日(祝日を除く)午前9時～正午 ▶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

■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。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 7月7日(木)、8月4日(木)午後1時～2時、午後5時30分～6時15分、7月21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。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 8月2日(火)午後2時から/八千代市障害者福祉センター、8月9日(火)午後2時から/習志野健康福祉センター ▶問い合わせ 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 8月16日(火)午前9時15分から ▶場所 習志野健康福祉センター ▶問い合わせ 地域保健課 475-5152

■子育て相談(予約制) お子さんの発達や、子育てに関する悩みなどについて、臨床心理士が相談をお受けします。▶日時 8月12日(金)午前9時15分から ▶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

■7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：1日(金)、6日(水)、14日(木)、15日(金)、25日(月)、29日(金)8時～20時。7日(木)8時～21時。ヘリコプター：11日(月)、12日(火)、20日(水)、21日(木)、26日(火)、28日(木)7時～21時。13日(水)、22日(金)、27日(水)7時～20時。【ヘリコプター離着陸訓練】7月の1日(金)、19日(火)、25日(月)を除く平日7時～21時。最新の日程は、市HPで。習志野駐屯地広報室(466)2141

■ひとりとなつこい犬たちと触れ合ってみませんか(要予約) 動物愛護センター東葛飾支所近隣在住の保護者が同伴できる幼稚園児・保育園児・小学生対象。先着20人。7月23日(土)、8月27日(土)、12月3日(土)、29年3月4日(土)10時～12時、同センター東葛飾支所(柏市高柳101816)。申し込みは、同支所に電話 04(7191)0050

■第35回福祉振興基金チャリティゴルフ大会 9月26日(月)、鷹之台カンツリー倶楽部(雨天決行)。2万1000円。先着180人。申し込みは、9時から市社会福祉協議会、今井(483)3021へ

■第32回福祉センターまつり サークルと長寿会連合会が合同で演技や作品を発表します。7月2日(土)～4日(月)10時～16時(4日は15時まで)。福祉センター(483)1171 ※開催期間中、機能回復訓練室は利用できません。

71 ※開催期間中、機能回復訓練室は利用できません。

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。

高津公民館 450-0353
◆家庭教育学級「高津フレンズ～夏休み親子料理教室」高津地区の小学生とその保護者対象。先着8組 8月17日(水)午前10時～正午 9時から電話か直接同館窓口へ

勝田台公民館 485-5202
◆親子環境体験講座 市内在住の小学3年～6年生とその保護者対象。先着10組 7月25日(月)午前10時～正午 9時から電話か直接同館窓口へ

◆絆で繋ぐ親子ふれあい・スポーツ吹矢! 風船割りや的当て。2日間参加できる市内在住の小学生とその保護者対象。先着20組 7月28日(木)、8月4日(木)午前10時～正午 400円 7月13日(水)までに電話か直接同館窓口へ

◆夏休み親子木工教室 木作品を作る楽しさを学びます。市内在住の小学生とその保護者対象。先着10組 7月22日(金)午後1時30分～4時 300円 9時から電話か直接同館窓口へ

◆小中学生茶道教室 伝統文化に触れて礼儀・作法を学びます。2日間参加できる市内在住の小学3年生～中学3年生対象。先着10人。正座のしやすい服装で 7月28日(木)・29日(金)午前10時～正午 600円 9時から電話か直接同館窓口へ

◆親子囲碁教室 基本を学びます。3日間参加できる市内在住の小学1年生～中学3年生とその保護者対象(子どものみも可)。先着15組 8月1日(月)～3日(水)午前10時～正午 9時から電話か直接同館窓口へ

八千代台公民館 483-5553
◆夏休み子ども生花体験 生け花の基本を学び、楽しみながら作品を作ります。市内在住の小学3年～6年生対象。先着8人 8月3日(水)午前10時～正午 800円(生花代) 9時から電話か直接同館窓口へ

◆子ども茶道体験 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12人 7月30日(土)午前10時～11時30分 300円 9時から電話か直接同館窓口へ

村上公民館 485-5452
◆夏休み親子陶芸教室・全2回 手びねりや手回しろくろで作品を作ります。市内在住の小学生とその保護者対象。先着12組 7月24日(日)午前9時30分～正午、8月20日(土)午後1時30分～3時30分 一人800円(材料費) 7月8日(金)までに電話か直接同館窓口へ

中央図書館 486-2306
◆夏の自由研究お助け講座①「やじろべえ工作教室」絵本作家ビーゲンセンさんと作製。小学生以下対象。先着15組 7月24日(日)午後2時～4時 500円(紙製キット代・2個入り) 9時から電話か直接同館窓口へ

緑が丘図書館 489-4946
◆科学工作会 小学3・4年生対象、先着16人

8千代市レクリエーション協会
◆福祉レクダンス講習会 障がい者や高齢者が健常者と一緒に楽しく踊れるレクダンス。障がい者・高齢者及び同関係従事者対象。先着30人 7月31日(日)午前10時～午後0時30分(受け付けは9時40分～) 福祉センター 1,000円 7月25日(月)までに電話(留守電対応)で、斎藤 090-2300-2249へ

郷土博物館 484-9011
◆植物標本づくり講座・全2回 植物採取と標本作り。先着25人。新聞・レジ袋持参 7月24日(日)、8月21日(日)午前9時30分～正午 100円 9時から電話か直接同館窓口へ

◆昆虫観察会 昆虫の観察と解説。雨天中止。先着20人程度 7月30日(土)午前10時～正午、市民体育館駐車場入口集合・新川わくわくプレーパーク解散 100円(傷害保険代) 9時から電話か直接同館窓口へ

◆夏休み博物館シアター 日本の民話を紹介します。幼児～小学生対象(3年生以下は保護者同伴) 7月22日(金)～24日(日)午後1時30分～3時 9時から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」①水鉄砲 竹で水鉄砲を作ります。市内在住の年長～小学生対象(低学年以下は保護者同伴)。先着15人 7月23日(土)午前10時～正午 300円(材料費) 9時から電話か直接同館窓口へ

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「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 7月24日(日)午前9時～正午 所中央消防署 530円 7月15日(金)までに電話で同課へ(平日午前9時～午後5時)

◆救命入門コース 胸骨圧迫とAEDの取り扱いなど。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 7月16日(土)午前9時30分～11時 所中央消防署 7月11日(月)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 487-1511
◆夏だ! 野菜たっぷり肉煮料理で楽しもう! デザートやスープも作ります。市内在住の小学生対象。各回先着16人 7月27日(水)・28日(木)午前10時～午後1時 500円 7月5日(火)～15日(金)に電話か直接同プラザ窓口へ

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。時間はすべて午前10時15分～11時45分 【すてっぷ21大和田 486-7455】 7月7日(木)/子育て中のイライラ 【こあら 450-0942】 7月11日(月)/イヤイヤの時期どう付き合う?

8千代市レクリエーション協会
◆福祉レクダンス講習会 障がい者や高齢者が健常者と一緒に楽しく踊れるレクダンス。障がい者・高齢者及び同関係従事者対象。先着30人 7月31日(日)午前10時～午後0時30分(受け付けは9時40分～) 福祉センター 1,000円 7月25日(月)までに電話(留守電対応)で、斎藤 090-2300-2249へ

ミニ・ガイド