



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。「やちよニュースクリップ」で体操動画配信。▶日時 9月7日(水)、21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

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、体の中をきれいにするため、元気に過ごすために大切です。①栄養士と保健師のお話。血圧が気になる人対象。先着24人▶日時 9月28日(水)午前9時30分～正午②栄養士と歯科衛生士のお話。食生活の見直しとお口の中をきれいになりたい人対象。先着24人▶日時 10月8日(土)午前9時30分～正午①②▶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 9月27日(火)、10月4日(火)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へ

乳がんマンモグラフィ検診 早めに受診を

9月はがん征圧月間です。4～9月生まれの人は、医療機関でマンモグラフィ検診を受ける場合、受診券の有効期限が9月末です。対象者(40歳以上偶数年齢、40歳以上奇数年齢の前年度未受診者)には受診券を送付しています。期限が近づくと医療機関が大変混み合います。早めに予約し受診してください。集団検診にも若干空きがあります。問い合わせは健康づくり課へ

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。



緑が丘公民館 489-4919

◆ときめき倶楽部・全6回

里山散策、歴史、太極拳、認知症学習、ピアノコンサートなど。市内在住の60歳以上の対象。先着30人。筆記用具持参▶日時 9月26日(月)、10月24日(月)、11月28日(月)、12月22日(木)、29年1月23日(月)、2月27日(月)午後1時30分～3時30分▶費用 300円▶電話か直接同館窓口へ



中央図書館 486-2306

◆敬老の日に贈ろう!～花のポップアップカード～

開くとかわいいお花が飛び出すメッセージカードを作ります。小学生以下の児童とその保護者対象。先着10組▶日時 9月18日(日)午前10時～正午▶電話か直接同館窓口へ

緑が丘図書館 489-4946 ◆季節を彩るクラフト講座・第2回

和紙や折り紙で秋桜の色紙を作ります。市内在住の成人対象。先着16人▶日時 9月16日(金)午後1時30分～3時30分▶電話か直接同館窓口へ

◆季節を彩るクラフト講座・第3回

栗や楓をモチーフにした可愛い根付を作ります。市内在住の成人対象。先着16人▶日時 9月23日(金)午後1時30分～3時30分▶電話か直接同館窓口へ



郷土博物館 484-9011

◆縄文土器づくり講座・全3回

土器作りを通じて縄文人の技術を学びます。3日間参加できる人対象。先着15人。エプロン、タオル(汚れてよいもの)、レジ袋、筆記用具、昼食持参▶日時 9月24日(土)・25日(日)、10月23日(日)午前10時～午後3時30分▶費用 800円(保険代・材料費)▶電話か直接同館窓口へ

◆文化財散歩～兵どもが夢のあとⅡ～

同館を起点に太田道灌伝説の残る飯綱神社や萱田の文化財を巡ります。雨天中止。中学生以上対象。



先着20人。同館集合▶日時 10月10日(祝)午前9時～午後0時30分▶費用 100円(傷害保険料など)▶電話で同館へ



消防本部消防課 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▶日時 9月24日(土)午前9時～正午▶中央消防署▶費用 540円(教本代など)▶電話か直接同館窓口へ(平日午前9時～午後5時)▶男女共同参画センター 485-6505

◆「女性のための再就職応援ナビ」・全2回

あなたに合った仕事や働き方を探して今より輝く、未来の自分を描いてみませんか。市内在住または在勤の女性対象。先着20人※2歳～6歳児の保育あり(要予約。先着5人)▶日時 ①10月20日(木)「今の私」から「輝く未来の私」へ②10月27日(木)「地域の労働市場」・「応募書類と面接のポイント」いずれも午前9時30分～正午▶電話、メール(住所、氏名、年齢、電話番号を記載)▶danjo-c@city.yachiyo.chiba.jpか直接同センター窓口へ

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【たんぼぼ 482-0925】9月7日(水)／イヤイヤの時期どう付き合う?【すてっぷ21大和田 486-7455】9月13日(火)／子育て中の近所づきあい

市民ギャラリー 406-4116 ◆苔玉づくり

簡単でおしゃれな苔玉作り。小学生以上対象(小学生は保護者同伴)。先着20人▶日時 9月3日(土)午後1時～3時▶費用 1,500円▶電話か直接同館窓口へ

◆防災グッズをつくらう

夜道の交通事故防止のために反射材を使った折り鶴などの小物を作ります。小学生以上対象(小学2年生以下は保護者同伴)。先着20人▶日時 9月4日(日)午前10時～正午▶費用 500円▶電話か直接同館窓口へ

◆陶芸教室

初めての人もオリジナルの皿やマグカップが作れます。18歳以上対象。先着15人▶日時 9月9日(金)午後1時～3時▶費用 3,000円▶電話か直接同館窓口へ

市民体育大会

【バドミントン】

①男子・女子ダブルス 各1～4部、予選リーグ後決勝トーナメント。市内在住・在勤・在クラブ・在学の高中生以上対象▶日時 10月8日(土)▶市民体育館▶費用 高校生700円、一般1,000円

②混合ダブルス(高校生以上オープン) 予選リーグ後決勝トーナメント▶日時 11月3日(祝)▶市民体育館▶費用 市内高校生700円、一般1,000円

※申し込みは①9月21日(水)、②10月15日(土)までに八千代市バドミントン協会ホームページで。詳しくは同協会▶電話 080-6547-7625へ



【剣道(団体戦)】

市内在住・在勤・在学及び卒業生・市剣道連盟会員対象。小学生低・高学年、中学生男女、高校生男女、一般男女▶日時 10月9日(日)▶市民体育館▶費用 会員は無料。会員以外は学生500円、一般1,000円▶電話か直接同センター窓口へ(9月20日(火)までに〒285-0836佐倉市生谷475-20八千代市剣道連盟事務局・波多野祐義▶電話 043-463-1346へ郵送かファクス)

レクリエーション大会

【インディアカ】

羽根のついた特殊なボールを手で打ち合う新しいスポーツです。1チーム4～8人▶日時 10月16日(日)午前9時から▶市民体育館▶費用 1チーム3,000円▶電話か直接同センター窓口へ(9月20日(火)必着で、〒276-0043萱田2286八千代市インディアカ協会事務局へ郵送。詳しくは同協会▶電話 484-7819へ)※午後5時からインディアカ無料体験教室も開催します



フォークダンス大会

八千代市・八千代市スポーツ推進委員協議会主催。昼食と室内用運動靴持参▶日時 10月2日(日)午前10時～午後3時▶勝田台小学校体育館▶費用 300円▶当日、午前9時30分から会場で受け付け。詳しくは井上▶電話 483-0445へ(文化・スポーツ課)

ミニ・ガイド

9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:20日(火)・21日(水)・29日(木)・30日(金)8時～20時。【軽物量投下訓練】ヘリコプター:26日(月)8時～20時。【ヘリコプター離着陸訓練】10日(土)・11日(日)以外の毎日7時～21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

「サンキュー♥ちはフリーパス」を販売します 「サンキュー♥ちはフリーパス」は、県内の鉄道と路線バスの一部が乗り降り自由になるパスです。▼発売期間 11月19日(土)まで▼販売場所 市川、千葉、舞浜、蘇我、船橋法典、南流山、本千葉、成田、成田空港、空港第2ビル、松戸、天王台の各駅のみどりの窓口と指定席券売機(一部、販売していない場所もあります。フリーエリアを含むびゅう旅行商品とセットで購入する場合があります。首都圏のびゅうプラザでも購入できます)▼販売金額 大人3,900円、小人1,950円▼利用期間 9月1日(木)～11月20日(日)うち連続する2日間▼対象路線 ①鉄道 千葉市内のJR線、小湊鉄道線、いすみ鉄道線、銚子電鉄線 ②バス 小湊鉄道バス、九十九里線、千葉交通、ジェイアールバス関東、鴨川日東バス、館山日東バス、天羽日東バスの指定路線▼問い合わせ 千葉県商工労働部観光誘致促進課▶電話 043(223)2412

千葉県道路公社が管理運営する有料道路の通行が終日無料となります▼期間 9月1日～10月31日の土曜・日曜日、祝日▼対象路線 東総有料道路、鴨川有料道路、千葉外房有料道路、東金九十九里有料道路、銚子新大橋有料道路、銚子連絡道路▼問い合わせ 千葉県商工労働部観光誘致促進課▶電話 043(223)2412