

■1月の日程 9日(火)・男女共同参画センター(問い合わせは八千代台南保育園内のあいあいへ)、10日(水)・つばめ(睦北保育園内)、17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)、23日(火)・たんぼぼ(村上北保育園内)



お試し体操広場

「やちよ元気体操」や歌に合わせた体操で体を動かします。小雨中止。予約不要、現地集合。飲み物持参 ▶日時 12月7日(木)・14日(木)午前9時～9時30分 ▶場所 総合運動公園噴水広場(市民体育館隣)

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

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す。運動に関心のある市内在住の人対象。先着30人。▶日時 12月21日(木)午前10時～11時30分 ▶場所 市民体育館 ▶申し込み 電話で健康づくり課へ

高齢者インフルエンザ予防接種の実施期間の延長

ワクチンの供給が遅れているため、本年度の実施期間を30年1月末まで延長します。対象者には、予約票を送付しています。10月以降の転入者は電話で健康づくり課へ。

がん検診・特定健康診査

29年度がん検診・特定健康診査の受診期間は12月末までです。忘れずに受診しましょう。対象者・受診方法などは「検診のご案内」、市HPをご覧ください。か電話で健康づくり課へ。

成人・妊婦・3歳児歯科健診の委託医療機関を追加

八千代三国歯科☎409-3890(大和田新田760-1)を追加しました(要予約)。

習志野健康福祉センターから

■ピアサポート相談(予約制) 精神疾患による不安や悩みごとを、精神障害を経験した当事者が相談をお受けします。▶日時 30年1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 ▶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ください。



申し込みはいつでも午前9時から電話か直接各公民館へ

阿蘇公民館☎488-1185 ◆子どもの書道広場～書き初め～ 小学3年～6年生対象。各回先着12人 12月22日(金) ①午後1時15分～2時30分、②午後2時45分～4時 100円

◆お正月飾りを作ろう～しめ飾り(わら工芸)～ 大人も子どもも楽しめます。先着15人。上履き、はさみ持参 12月26日(火)午前9時30分～正午 100円

大和田公民館☎482-0845 ◆冬休み子ども映画会 ウォルト・ディズニー初期の名作アニメ集から、アカデミー賞受賞作品を含む8作品を上映。上映時間約63分。市内在住か在学の小学生、3歳以上の幼児と保護者対象。先着50人 12月25日(月)午後1時30分～3時

◆冬休み書き初め教室 書道の課題練習を通して書を楽しむとともに、講師や公民館登録サークルメンバーと交流します。市内在住の小学3年～6年生対象。先着16人 12月26日(火)午後1時30分～3時30分

村上公民館☎485-5452 ◆親子で楽しむクリスマス料理 子どもも作れる簡単な料理を作ります。市内在住の小学生と保護者対象。先着4組 12月22日(金)午後1時30分～4時 1,200円

緑が丘公民館☎489-4919 ◆冬休み書き初め教室 書き初めを通して書を楽しみます。市内在住の小学4年～6年生対象。先着18人 12月25日(月)午後1時30分～4時

勝田台公民館☎485-5202 ◆お正月の寄せ植え作り 市内在住か在勤・在学の成人対象。先着20人 12月13日(水)午前10時～正午 2,000円

◆冬休み書き初め教室 小学3年～6年生対象。各回先着15人 ①12月25日(月) ②30年1月7日(日)いずれも午前9時30分～正午

◆冬休み初級者卓球教室・全3回 小学生対象。先着16人 12月24日(日)・25日(月)、30年1月6日(土)午後2時～4時

睦公民館☎450-2390 ◆お正月しめ縄輪飾りづくり 市内在住か在勤の人

対象(小学生は保護者同伴)。先着12人 12月26日(火)午前10時～正午 300円

八千代台東南公民館☎485-4811

◆東南0歳児親子教室・全5回 ベビーマッサージ、ベビーサイン、0歳からのコミュニケーションの話。市内在住の生後3か月～1歳未満の乳児とその保護者対象。先着15組 30年1月11日・25日、2月8日・22日、3月8日のいずれも木曜日午前10時～11時30分

◆東南子ども書き初め教室 学年ごとの課題に沿って、指導します。市内在住の小学3年～6年生対象。先着20人 12月25日(月)午前10時～正午

◆冬休み東南子ども将棋教室・全3回 戦術を学び、参加者同士で対局。将棋経験のある市内在住の小学3年～6年生対象。先着16人 12月23日(祝)～25日(月)午前10時～正午 400円

大和田図書館☎482-3240 ◆冬のおはなし会 パネルシアター、大型絵本などの読み聞かせをします。4歳～小学生対象。先着30人 12月13日(水)午後3時～4時 当日直接同館へ

緑が丘図書館☎489-4946 ◆①こども映画劇場②名作シネマ上映会 12月10日(日) 所緑が丘プラザ集会ホール。いずれも先着90人 ①「ガリバー旅行記」どなたでも。午前10時から ②「未知との遭遇」中学生以上対象。午後2時から 当日直接同館へ

勝田台図書館☎484-4946 申し込みはいつでも午前9時から電話か直接同館へ ◆おとなの工作「カードホルダー作り」 図書館の利用券が入るカードホルダー作り。中学生以上対象。先着10人 12月15日(金)午後1時30分～3時

◆図書館ツアー 検索機やネットを使った図書館の便利な利用方法を教えます。パソコン初心者対象。先着5人 12月13日(水)午前10時～11時30分

TRC八千代中央図書館☎486-2306 申し込みはいつでも電話か直接同館へ

◆ベビー&パパママのためのハワイアンゆりかご フラダンスの動きを取り入れたストレッチや軽い運動で、赤ちゃんとのコミュニケーションをとります。6か月～2歳の子とその保護者対象。先着20組 12月8日(金)午前11時～11時45分

◆ぬいぐるみのおとまり会 おはなし会にぬいぐるみと一緒に参加。ぬいぐるみだけ図書館にお泊りします。プレゼントあり。3歳～小学生対象。先着20人 12月19日(火)午後3時～4時

◆図書館コンサート「みんなでメリークリスマス」 「ジングルベル」や「もうすぐクリスマス」などを声楽家と歌います。ハンドベルの生演奏、絵本の読み聞かせも。3歳以上対象。先着40人 12月24日(日)午後2時～3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。

【トッパス☎488-1632】自分らしく子育て/12月13日(水) 午前10時15分～11時45分

オーエンス八千代市民ギャラリー☎406-4116 ◆体験!書道教室(漢字)

書道を通じて落ち着いた時間を過ごしましょう。講師は毎日書道会会員の菊池秋鷺さん。18歳以上の対象。先着15人 12月13日(水)午後1時～3時 1,000円 電話か直接同館へ

◆放課後スクール クリスマスや冬にちなんだ工作をします。小学生対象。各回先着15人 12月2日・9日・16日・23日のいずれも土曜日午後1時～3時 当日直接同館へ

農業交流センター☎406-4778 申し込みはいつでも同センターHPか電話で。

◆手作り黄柚子胡椒講座 一瓶持ち帰れます。各回先着16人 12月18日(月)・21日(木)・24日(日)午前10時30分～午後1時 1,800円

◆親子料理教室 アスパラガスとトマトのサラダ、バルサミコソース、サーモンのポッシュ、キノコとトマトのソースを作ります。先着16組32人(子どもは5歳以上) 12月23日(祝)午前10時30分～午後1時30分 1組1,800円

◆ミニ門松教室 小・中学生対象。各回先着15人 12月24日(日)①午前9時30分～正午 ②午後1時30分～4時 1組500円

消防本部警防課☎459-7804 市内在住か在勤・在学の人対象。申込受付時間は、平日午前9時～午後5時。申込者が少ない場合は中止になることがあります。

◆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。先着20人 12月17日(日)午前9時～正午 540円 12月11日(月)までに電話で同課へ

◆救命入門コース 胸骨圧迫とAEDの取り扱いなど。修了者には「救命入門コース参加証」を交付。先着20人 12月16日(土)午前9時30分～11時 12月11日(月)までに電話で同課へ

◆上級救命講習 AEDを含む心肺蘇生法や外傷の処置など。筆記・学科試験合格者には「上級救命講習修了証」を交付。先着20人 30年1月28日(日)午前9時～午後5時 2,550円 12月28日(木)までに電話で同課へ

「八千代市文化伝承館ゆいの会」の会員を募集 同会は、文化伝承館と連携し、ベーゴマやお手玉などの昔遊びや、竹でっぽうや正月飾りなどの昔の物づくりなどを通して、伝統文化を次世代につなげるための活動を行っています。同館の事業に協力するほか、楽しみながら作業などを行っています。気軽にご参加ください。会費は無料。申し込み・問い合わせは同館☎458-1700へ。

「八千代台まちづくりプロジェクト」の報告会 昨年度の八千代台まちづくりプロジェクトと本年度の取り組みについて、日本大学の岡田智秀教授を招いて報告会を開催します。今後の八千代台のまちづくりのワークショップも行います。当日直接会場へ。

▼日時 12月10日(日)、30年1月13日(土)午後6時 ▼場所 八千代台東南公民館センター ▼問い合わせ 八千代台まちづくり協議会・土元☎090(2408)9049 (都市計画課、コミュニティ推進課)

12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。ヘリコプター離発着訓練 1日(金)～8日(金)、11日(月)～15日(金)、17日(日)～19日(火)7時～21時。落下傘降下訓練 11日(月)～15日(金)、17日(日)～19日(火)7時～21時。その他、火薬などを使用する訓練もあります。最新の日程は、市HPをご覧ください。

中途失業者・難職者との手話学習ミニ懇談会 要約筆記によるサポートあり。12月2日(土)・17日(日)いずれも13時30分～16時、佐倉市西部地域福祉センター。テキスト

ミニガイド

要約筆記によるサポートあり。12月2日(土)・17日(日)いずれも13時30分～16時、佐倉市西部地域福祉センター。テキスト

要約筆記によるサポートあり。12月2日(土)・17日(日)いずれも13時30分～16時、佐倉市西部地域福祉センター。テキスト

要約筆記によるサポートあり。12月2日(土)・17日(日)いずれも13時30分～16時、佐倉市西部地域福祉センター。テキスト

要約筆記によるサポートあり。12月2日(土)・17日(日)いずれも13時30分～16時、佐倉市西部地域福祉センター。テキスト

要約筆記によるサポートあり。12月2日(土)・17日(日)いずれも13時30分～16時、佐倉市西部地域福祉センター。テキスト

要約筆記によるサポートあり。12月2日(土)・17日(日)いずれも13時30分～16時、佐倉市西部地域福祉センター。テキスト