

おしゃせHOTコーナー 催し・募集

生涯学習まちづくり出前講座

ボランティア講師や市職員が皆さんの元へ出向き、得意分野や生活に役立つ情報について、講座を行います。

問市民協働推進課(内)465

日平日・休日問わず、午前9時から午後9時までの間で2時間以内
場市内

対市内在住・在勤・在学の5人以上の団体

費無料（講座によっては材料費などが必要な場合があります）

申開催日の14日前までに、窓口、電話、ファックスまたは電子申請で各担当課へ

- ・民間企業編……商工観光課 (内)479、(内)995-7367
- ・教職員編……指導課 (内)359、(内)998-0828
- ・その他メニュー……市民協働推進課 (内)465、(内)995-7367



※一部のメニューで参加人数・開催日時に制限がありますので、事前にご確認ください。

新規講座の紹介

メニュー名	講 師
終活：作って安心、新しい遺言書の作り方	松尾好さん(行政書士)
接骨院、整骨院の先生が教える「スポーツ現場での応急処置やテーピング」	(公社)埼玉県柔道整復師会 草加八潮支部
生活習慣病教室	八潮中央総合病院
株式会社制度と証券市場のしくみ	日本証券業協会

この他のメニューなど、詳しくは、市ホームページまたは公共施設に配置した冊子をご覧ください。

投票立会人候補者

126)へ
投票立会人候補者

平成31年度に行われる選挙の投票

フリーマーケット＆模擬店

5月19日(日)午前10時～午後3時
出店者

申文化スポーツセンター (内)996-5
内市が行うスポーツに関する行事や
事業への協力、スポーツの推進のた
めの事業の実施など

※書類審査および面接により選考
市規定により支給

内市規定により支給
市規定により選考

内市規定により選考

<p

5月子育て情報コーナー



子育てひろば

名称	場所	日時	主な事業		
			身体測定	講習など(1)	講習など(2)
やわた 子育てひろば ☎998-7421	保健センター	月～木 午前10時～ 午後3時	23日(木) 午前10時～ 11時30分	15日(水) 午前11時～正午	28日(火) 午前10時30分～ 午後0時30分
ふれあいあそび				巡回相談	
はちじょう 子育てひろば ☎949-6887	八條公民館	火～金 午前10時～ 午後3時	9日(木) 午前10時～ 11時30分	10日(金) 午前10時～11時	24日(金) 午前11時～正午
				タッチケア	ミニ運動会ごっこ
ゆまにて 子育てひろば ☎070-3350 -1297	ゆまにて	火～金 午前10時～ 午後3時	15日(木) 午前10時～ 11時30分	8日(木) 午前11時～正午	28日(火) 午前11時～正午
				親子リトミック	栄養相談
楽習館 子育てひろば ☎995-3035	やしお 生涯楽習館	月・水・木・金 午前10時～ 午後3時	13日(月) 午前10時～ 11時30分	16日(木) 午前11時～正午	22日(木) 午前11時～正午
				親子ヨガ	あかみみコンサート
だいばら 子育てひろば ☎996-3839	だいばら 児童館	月・火・木・金 午前10時～ 午後3時	9日(木) 午前10時～ 11時30分	毎週月曜日 午前11時～11時30分	23日(木) 午前11時～11時30分
				お話し会	マラカスづくり
駅前 子育てひろば ☎951-0285	やしお子育て ほっと ステーション	毎日 午前10時～ 午後4時	20日(月) 午前10時～ 11時30分	15日(木) 午前11時～正午	24日(金) 午前10時15分～ 11時15分
				栄養相談	タッチケア
おおぜのもり 子育てひろば ☎951-3216	みつもり 保育園	月～金 午前10時30分 ～午後3時30分	28日(火) 午前11時～ 正午	14日(火) 午前11時～正午	15日(火) 午前11時～午後1時
				リトミック教室	巡回相談

子育てひろばは、おおむね3歳未満の児童と保護者の『子育て親子』の交流の場です。各ひろばへのご来場は公共交通機関をご利用ください。

5月の休館日(大型連休含む)

大型連休(4月27日(土)~5月6日(休))は、お休みになります(駅前子育てひろばを除く)。

7日(火)はちじょう子育てひろば、だいばら子育てひろば

①ヘルシーチェック健康診査
日 5月15日(水) 午前9時～9時45分
結果説明会 6月12日(水) 午前9時
～9時45分

● 乳房自己検査グローブの配布

乳がんは、日本人女性の11人に1人がかかると言われ、自分で発見できる唯一の「がん」です。早期発見の場合、5年生存率は約90パーセントと言われています。

市では、乳房自己検査の際に活用していただくため、手指の触感を高める「乳房自己検査グローブ」を無料で配布しています。保健センター窓口へお越しください。

● 市内在住の方

※八潮市国民健康保険加入者 65歳から70歳未満の後期高齢者医療被保険者（保険証提示）、市民税非課税世帯（世帯全員の非課税証明書提示）、受診当日70歳以上の方は2000円（申請時に要申請）、生活保護受給世帯（受給証提示）の方は無料▼バリウム検査を選択する方⑤の食診と受診（5月以降の食診

定	20人	(申込順)
内	「おいしく減塩！」	塩分を減らす
特	工夫」	をテーマに講話と調理実習
工	プロン、三角巾	

日	5月17日(金)	午後1時～1時45分
内	乳がん検診受診希望者	内問診・骨密度測定
持	保険証	内問診・骨密度測定
定	80人(申込順)	内問診・骨密度測定
費	200円	内問診・骨密度測定
⑤	胃がん・肺がん検診(集団検診)	内問診・骨密度測定
内	問診 胃部エックス線(バリウム)	内問診・骨密度測定
検	検査、胸部エックス線検査(必要に応じて喀痰・細胞診検査)	内問診・骨密度測定
定	各日100人(申込順)	内問診・骨密度測定

内視触診・乳がんの自己検査法の指導および乳房エックス線検査
専科および乳がん検査併設の骨粗しうる症検査
④乳がん検査併設の骨粗しうる症検査
専科 (長田検診)

〔学生まで〕※つながらないときは#8000もしくは☎048-833-7911
がらないときは#7000

〔③〕医療機関案内（子ども・大人に
対応）

※歯科、口腔外科、精神科の案内は
していません

②ママのこころの相談(予約制)
日 5月9日(木) 午前9時30分~11時
(1人45分)
対 乳幼児の保護者、妊婦
内 臨床心理士による子育て上の悩み
定 不安などの相談
2人
③パパ・ママ学級(予約制)

場草加市立病院内
●財日本中毒情報センター 大阪中
毒110番 (24時間)
072-727-2499
内毒物(薬、化学薬品など)を誤つ
て飲んだ時の応急手当の仕方
対0歳児~15歳の患者で内科系の症
状(発熱、腹痛、おう吐など)

●八潮市立休日診療所（内科・小児科） ☎ 995-3383

■日曜・祝日 午前10時～正午、午後2時～4時

場保健センター（公園側）

●草加市子ども急病夜間クリニック

☎ 954-6401

■日曜～金曜日 午後7時30分～10時30分 土・日曜日、祝日 午後6時30分～10時30分

⑤⑥は電話で保健センターへ
②④

申③⑦は電子申請または電話、
①②⑦共通

陽保健センター

対 妊 婦	30 分	⑦ プレマサロン (予約制)	⑥離乳食 (後期) 教室 (予約制)
共 通		⑧ 5月31日(金) 午後1時30分～3時	⑨ 5月30日(木) 午前10時30分～正午 ⑩ 11カ月児

八潮市役所 048-996-2111 日時・期間 場所 対象 内容 持ち物 定員 費用 申し込み 問い合わせ

やしお八つの野菜de健康レシピ レシピ② 小松菜の塩だれ炒め



やしおの八つの野菜（こまつな・枝豆・ねぎ・ほうれんそう・トマト・ナス・山東菜・天王寺かぶ）を使用したレシピを毎月ご紹介しています。

今月は、学校給食で人気のあった「小松菜の塩だれ炒め」をご紹介します。

問学務課 ☎ 366

●材料	(4人分)
小松菜	120グラム
玉ねぎ	2分の1個
にんじん	2分の1本
しめじ	60グラム
ツナ缶	70グラム
<調味料>	
油	小さじ1
鶏がらだし	小さじ1
塩だれ(市販)	大さじ1
水溶き片栗粉	小さじ1

やしおdeまなぶ

小松菜 江戸時代から江戸川区の小松川付近を中心に栽培されたので、小松菜と呼ばれています。昭和30年代から栽培され、現在、八潮の主要野菜です。

●作り方

- ①小松菜は2~3センチメートルに切る。にんじんは3センチメートルの短冊切り、玉ねぎは薄く切る。しめじは、ほぐしておく。
- ②フライパンに炒め油を入れ、にんじん、玉ねぎ、しめじ、ツナ缶を入れて中火で炒め、火が通ったら小松菜を入れて、しんなりするまで炒める。
- ③②に鶏がらだしと塩だれで味付けをし、水溶き片栗粉でとろみをつける。

第7回 八潮朝市 開催

4月20日(土) 午前10時~午後1時

※雨天時、4月21日(日)に延期

場所やしお駅前公園

内八潮産農産物、花・園芸品、飲食類、和洋菓子、手工芸品などの販売、ワークショップ、ステージイベントなど

※詳しくは、(一社)八潮市観光協会ホームページ (<http://www.840kankou.jp/>) をご覧ください。

※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

問 (一社)八潮市観光協会 ☎ 951-0323



いきいき やしお 写真館

「走る・跳ぶ・投げる」を身につけよう！



3月21日(祝)、エイトアリーナで「ヘキサスロン教室」が行われました。

ヘキサスロンは、「走る」「跳ぶ」「投げる」などの基本動作を遊び感覚で身につけられる運動プログラムで、教室では、エアロケット、ソフトハンマーなどのオリジナルグッズを使って運動をしました。

参加者は、慣れないグッズを使った運動に戸惑いながらも、少しづつ扱えるようになり、楽しんでいました。

はじめての手話



3月20日(水)、やしお生涯学習館で「はじめての手話」の第3回目の講習が行われました。

受講者は、講師の手や指の動きに合わせて、自己紹介やあいさつ、簡単な日常会話などで使える手話を学びました。

グループ発表では、相手に伝えたいことが正確に伝わるように、覚えたばかりの手話で一生懸命に会話をし、相手に通じた時には笑顔が見られました。

〈広 告〉

ふじさき歯科
FUJISAKI DENTAL CLINIC

歯科 小児歯科
矯正歯科 歯科口腔外科

☎ 048-999-3233

落ち着いた雰囲気の医院で快適な治療を目指します

[住所] 八潮市八潮3-3-6 [診察時間] 9:00~13:00、15:00~20:00
[休診日] 木曜日・祝日 (水曜日はインプラント学会の為、休診の場合あり)
[駐車場] 有(10台)
※インプラントは自由診療となります(保険適用外)標準300,000円~(税抜)

土地有効活用 店舗・倉庫

(株)シバエフ 不動産 ☎ 048-998-5678

埼玉県知事免許(7)第16039号 〒340-0822 八潮市大瀬3-1-1

モンテールは「おやつの時間の
ワクワク」をお届けします

モンテール

八潮直売店では豊富なラインナップのスイーツを取り揃えております
八潮市大瀬3-1-8 / フリーダイヤル ☎ 0120-46-8823