



みどり

市議会議員選挙 県議会議員選挙

投票日 **4/7(日)**

投票時間 **7:00~20:00**

投票所は右表のとおりです。

期日前投票

投票日当日、仕事や旅行などで投票に行けない方は、期日前投票ができます。投票所入場整理券が届いている方はお持ちください。

期日前投票の際には、投票所に備えてある宣誓書に氏名・住所・生年月日などの記入する必要があります。

おもいのせ
みらいをたくす
とうひょう日



せんきょ君

期 間	会 場	時 間
3/30(土)~4/6(土)の土日を含む毎日	緑区役所5階講堂	8:30~20:00
	土気市民センター内土気いきいきセンター集會室	9:00~20:00

*区役所と土気市民センターでは投票時間が異なります。
*駐車場に限りがありますので、公共交通機関などをご利用ください。

注意 おゆみ野南2~4丁目にお住まいの方は、投票環境の向上を図るため、今回から、**第22投票区おゆみ野南小学校**へ変更となります。

緑区選挙管理委員会 ☎292-8104 ㊟292-8158

投票区別投票所一覧

投票区	投票所	町名
1	有吉小学校	おゆみ野1~3丁目
2	泉谷小学校	大金沢町一部、おゆみ野中央4~9丁目
3	小谷小学校	おゆみ野4~6丁目
4	椎名小学校	大金沢町一部、落井町、刈田子町、小金沢町、椎名崎町、富岡町、中西町、茂呂町
5	古市場体育館	古市場町
6	誉田小学校	大膳野町、誉田町2丁目一部
7	誉田公民館講堂	誉田町1丁目
8	平山小学校	鎌取町、東山科町、平山町、辺田町
9	高田町内会館	高田町一部
10	誉田東小学校	高田町一部、誉田町2丁目一部、誉田町3丁目
11	平川集会所	平川町
12	越智小学校	越智町
13	大木戸小学校	大木戸町一部、大椎町一部、大高町、大野台1~2丁目、高津戸町一部
14	大椎小学校	あすみが丘6~9丁目、板倉町、大木戸町一部、大椎町一部、小山町
15	土気南小学校	あすみが丘2~5丁目、あすみが丘東2・4丁目の各一部、あすみが丘東5丁目、小食土町一部
16	土気町内会自治会館	あすみが丘東1~4丁目の各一部、土気町一部、小食土町一部
17	土気公民館講堂	あすみが丘東1~4丁目の各一部、土気町一部
18	土気市民センター内土気いきいきセンター集會室	あすみが丘1丁目、高津戸町一部
19	下大和田集会所	上大和田町、下大和田町、土気町一部
20	金沢小学校	おゆみ野南5~6丁目
21	扇田小学校	おゆみ野有吉、おゆみ野中央1~3丁目、おゆみ野南1丁目
22 新設	おゆみ野南小学校	おゆみ野南2~4丁目

ヘルスサポーター養成教室



家族や知人をはじめ、地域に運動の輪を広める、ヘルスサポーター(健康づくり支援者)の養成教室を開催します。

体操やストレッチなど継続しやすい運動を学び、地域で運動をはじめませんか?

日 時 4/19(金)・25(木)、5/10(金)・17(金)13:30~15:00 全4回

会 場 緑区役所5階会議室

内 容 ウォーキングやストレッチ、ラジオ体操などの運動実技、グループワークなど

対 象 区内在住の方

定 員 先着20人

申込方法 電話で、緑保健福祉センター健康課へ

☎292-2630 ㊟292-1804

土気あすみが丘プラザが再開します

現在休館中の土気あすみが丘プラザ(緑図書館あすみが丘分館含む)が、4月20日(土)に再開します。

詳しくは、土気あすみが丘プラザ、市図書館のホームページをご覧ください。

☎295-0301 ㊟295-0350

緑図書館土気図書室 ☎294-1666



お知らせ

鎌取コミュニティセンターの催し

はじめてのスマホ体験教室~超入門編~

日時4月12日(金)14:00~16:00
定員先着30人

☎直接または電話で、鎌取コミュニティセンター☎292-6131

㊟同センター☎前記㊟292-6151

各種相談案内

くらし相談...日常生活上の心配ごと

月~木曜日 9:00~16:00

金曜日 9:00~15:00

交通事故相談...損害賠償や示談の進め方

火曜日 9:00~16:00

木曜日 9:00~15:00

*上記相談で面談をご希望の方は、あらかじめお問い合わせください。

行政相談...国、県などへの要望・意見

4月1日(月) 9:00~16:00

法律相談...金銭貸借・相続・離婚など

水曜日、4月22日(月)

13:00~16:00

定員=各8人(多数の場合抽選)。

各相談日の2週間前の9:00~1週間前の17:00に電話。電子申請も可。裁判所で訴訟、調停中のものは不可。

住宅相談...不動産売買や賃借など

4月15日(月) 10:00~15:00

4月1日(月)9:00から電話で受付(先着8人)。

相談はすべて無料。緑区役所2階市民相談室で行います。12:00~13:00は相談を行いません。

申込先・問い合わせ 緑区地域振興課 ☎292-8106 ㊟292-8159

参加者募集 シニアのための食事セミナー

毎日楽しく過ごすための食事や運動について学んでみませんか。

会場	日時(全3回)
緑保健福祉センター	①5月15日(水)10:00~12:00
	② 29日(水)10:00~13:30
	③8月28日(水)10:00~12:00
土気公民館	①5月22日(水)10:00~12:00
	②6月 5日(水)10:00~13:30
	③8月21日(水)10:00~12:00

内 容 ①フレイル予防の食事の話と簡単筋力トレーニング
②調理実習
③食事と運動の振り返りと音楽レクリエーション

対 象 区内在住の65歳以上の方

定 員 先着16人 料 金 300円

☎電話でFAXで緑保健福祉センター健康課☎292-2630へ。
㊟292-1804も可。必要事項ほか希望会場を明記。

㊟緑保健福祉センター健康課



健康ひろば

緑保健福祉センター健康課では、健康に関する相談や教室などを開催しています。参加する際は、体調を確認の上、お越しください。



相談・教室	日 時	対象者・定員	内 容
始めよう! 健康ウォーク 健康づくり班	4/5(金)10:00~12:00	運動制限のない方	集合・解散=緑区役所前広場 料金=50円。おゆみ野四季の道を歩きます。運動不足を感じる方、ウォーキングが初めての方にオススメです。
育児サークル おすこやか親子班	①4/10(水)かるがもちゃん ②10(水)カンガルーキッズ ③18(水)お話し会@みどり いずれも10:00~11:30	①~③の子どもと保護者 ①多胎児 ②2,000g未満で生まれた子ども ③身体にハンディキャップのある子ども	子育て中の方の仲間づくりや情報交換を目的にした育児サークル。当日直接会場へ
精神保健福祉相談	4/10(水)14:00~16:00	心の健康でお悩みの方と家族 定員=3人	憂うつ・眠れない・不安・ひきこもりなどの悩みについての専門医による個別相談
健康相談・卒煙相談 健康づくり班	4/11(木)・25(木)9:30~15:40	特定保健指導中でない方	保健師による個別相談。
離乳食教室 健康づくり班	4/25(木)13:00~15:00	6~8カ月の第1子を持つ保護者 定員=25人	離乳食の具体的な進め方についての説明と試食。 料金=200円。申込期限=4月18日(木)
母親&父親学級 おすこやか親子班	5/10(金)・17(金)・31(金) 9:30~12:00 全3回	10月ごろまでに出産する方とパートナー	友達づくりを中心に妊娠や出産・育児についての学習や実習。持ち物=母子健康手帳、飲み物、歯ブラシ、筆記用具。17日は動きやすい服装で。当日直接会場へ。

場所緑保健福祉センター(緑区鎌取町226-1) 特に記載のないものは予約制(当日受付不可)
☎4月1日(月)9:00から電話で、緑保健福祉センター健康課各班へ 詳しくは、(千葉市 緑区健康課) ㊟

おすこやか親子班 ☎292-2620 健康づくり班 ☎292-2630 こころと難病の相談班 ☎292-5066 ㊟292-1804

今月の区役所休日開庁日

4月14日(日)9:00~12:30