

出演者・当日ボランティア募集 まちカフェライブ2019

お茶を飲みながら音楽を楽しむ「まちカフェライブ」を、今年も開催します。
音楽を通じて、地域との交流やふれあいの場をともに創る出演者・当日ボランティアを募集します。

	日 時	会 場
第1会場	10月12日(出)11:00~18:00	土気あすみが丘プラザほか区内カフェ
第2会場	10月13日(日)11:00~20:00	鎌取コミュニティセンターほか区内カフェ

- 募集要件** ①出演者 選考会にて決定。初参加の方は音源を提出してください。
②ボランティア イベント当日運営に協力できる方(短時間参加可)。
いずれも合同説明会(9月7日(出)開催予定)への出席が必要です。
- 応募方法** ①6月28日(金)、②8月30日(金)必着。①出演意向調査票、②ボランティア登録票(いずれも6月3日(月)から地域づくり支援室で配布。ホームページからも印刷可)を同室へ郵送または直接持参。FAX、Eメールも可。
- その他** ボランティアは、ちばシティポイントの対象となります(1回50ポイント)。
詳しくは「まちカフェライブ2019 出演者募集」

まちカフェライブ実行委員会・福谷さん ☎090-9304-1219
緑区地域振興課地域づくり支援室 ☎292-8105 ㊟292-8159 ㊟midori-chiikizukuri@city.chiba.lg.jp

精神保健福祉ボランティア講座

- 日 時** 6月28日(金)、7月5日(金)
10:00~12:00 全2回
- 会 場** 緑保健福祉センター大会議室
- 内 容** 精神障害のある方の支えになる理解者・支援者の養成
- 対 象** 区内在住、在勤で、精神障害者支援のボランティア活動に関心があり、両日とも参加可能な方
- 定 員** 先着20人
- 申込方法** 電話で、社会福祉協議会緑区ボランティアセンターへ
- その他** ちばシティポイントの対象となります(1回50ポイント)。
- ㊟社会福祉協議会緑区ボランティアセンター ☎292-8185 ㊟293-8284



鎌取コミュニティセンターの催し

- ①観覧募集/高校生ダンスパフォーマンス
選手権〜東京五輪音頭2020〜
㊟6月9日(日)13:00~17:00
定員当日先着100人
- ②立川平林独演会
㊟6月29日(出)14:00開演(13:30開場)
内容立川流落語家のお断
定員当日先着220人 料金1,500円
㊟鎌取コミュニティセンター ☎292-6131 ㊟292-6151

- 土気あすみが丘プラザ**
- お菓子教室**
㊟6月12日(水)10:00~12:30
内容抹茶のシフォンケーキ作り
定員先着12人
持物エプロン、三角巾、布巾、スリッパ、筆記用具 料金1,000円
㊟6月1日(出)10:00から直接、土気あすみが丘プラザ窓口へ(料金持参)。
㊟同プラザ ☎295-0301 ㊟295-0350

防犯パトロールに必要な物品を配布しています!

市では安心・安全なまちづくりを目指し、地域の防犯活動の一環として防犯活動を実施している団体(継続団体)、これから実施しようとする団体(新規結成団体)に、防犯パトロールに必要な物品を配布しています。
物品の配付を受けるには、申請が必要です。継続団体は7月末まで、新規結成団体は来年1月末まで申請を受け付けています。申請が可能な団体の要件など、詳しくは緑区地域振興課くらし安心室にお問い合わせください。

- 対象となる物品の例**
タスキ・腕章・パトロールベスト・ライトなど
※継続団体、新規結成団体を問わず、申請できる物品数に上限があります。



㊟緑区地域振興課くらし安心室 ☎292-8107 ㊟292-8159

参加者募集 少ない塩でもおいしくクッキング!

健康課では、「みどりにくみなおし」を合言葉に、健康づくりを推進しています。料理はうす味、腹八分のスローガンを掲げ、おいしい減塩料理を作りましょう。
㊟6月27日(木)10:00~13:30
内容・管理栄養士とヘルスメイトによる、減塩や食生活のポイント指導・調理実習・味付けの食べ比べ
対象区内在住の方 定員先着20人
持物エプロン、三角巾、筆記用具 料金500円
㊟6月19日(水)までに、電話で緑保健福祉センター健康課へ
㊟緑保健福祉センター健康課 ☎292-2630 ㊟292-1804

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
育児サークル ㊟すこやか親子班	①6/3月かがるもちゃん ② 3月カンガルーキッズ ③ 27月お話し会@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。
始めよう!健康ウォーク ㊟健康づくり班	6/7(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=60円 おゆみ野四季の道を、4キロメートル程度歩きます。運動不足を感じる方、ウォーキングが初めての方におすすめです。
精神保健福祉相談 ㊟こころと難病の相談班	6/12(水)・25(火) 14:00~16:00	心の健康でお悩みの方と家族 定員=各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
歯っぴー健口教室 ㊟健康づくり班	①6/26(水)、7/3(水) 10:30~12:30 全2回 ②7/9(火)・17(水)・23(火)・30(火) 9:45~12:00 全4回	65歳以上の方 定員=各25人	健口体操や口腔ケアを学び、音楽を使った口腔機能の向上を目指します。 会場=①みどりのカフェ(おゆみ野3-17-7)、②緑いきいきプラザ
母親&父親学級 ㊟すこやか親子班	7/5(金)・12(金)・19(金) 9:30~12:00 全3回	12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。持物=母子健康手帳、飲み物、歯ブラシ、筆記用具。12日は動きやすい服装で。当日直接会場へ
ちばいきいき体操 体験プログラム ㊟健康づくり班	7/5(金)13:30~15:30	おおむね65歳以上で、地域で運動の輪を広げたい方 定員=25人	足腰に自信がない方も気軽に参加出来る、ちばいきいき体操を体験し、筋力向上を目指します。
医師講演会 ㊟健康づくり班	7/10(水)14:30~16:00	定員=25人	テーマ「良く見える眼で充実した毎日を~加齢に伴う眼の病気と予防について~」
ママとパパのセルフコントロール~怒りと上手につき合う方法~ ㊟すこやか親子班	7/11(木)10:00~12:00	幼児を持つ保護者 定員=30人	臨床心理士による、育児中の親の気持ちや怒りのセルフコントロールについての講演会 *託児あり(先着10人)
親子遊び@あすみが丘 ㊟すこやか親子班	7/17(水)10:00~12:00	就園していない1歳6カ月以上の子どもと保護者 定員=15人	保育士による親子遊び、臨床心理士による育児講座。 会場=あすみが丘プラザ

㊟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)
㊟6月3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)

㊟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

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
6月3日(月) 9:00~16:00

- 法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
水曜日、6月24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
6月17日(月) 10:00~15:00
6月3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

今月の区役所休日開庁日

6月9日(日)9:00~12:30