



はなみがわ

花見川区設置から30周年を迎えました

人口:176,999人 前月比73人減
(男87,003人 女89,996人)
世帯数:83,103世帯
(2022年10月1日現在)

幕張コミュニティセンターイベント特集!

幕張コミュニティまつり

例年より規模は小さくなりますが、サークル活動の発表の場である幕張コミュニティまつりを開催します。子どもから大人まで、楽しい1日をお過ごしください。

日時 11月13日(日)10:00~15:00
会場 幕張コミュニティセンター
内容 サークル発表(キッズダンス、音楽、舞踊、コーラス、お琴・三味線など) サークル作品展示(造形作品・工芸品・サークル活動内での写真展示など)
備考 模擬店や体験会は新型コロナウイルス感染防止のため実施しません。



第3回千葉ロータリーカップ ウィルチェアラグビー公開試合&体験会

千葉市を中心に活動するウィルチェアラグビーチーム(車いすラグビー) RIZE CHIBAの公開練習と体験会を実施します。

この機会に、熱い魂のこもった感動の試合を観てみませんか。
日時 11月6日(日)10:00~17:00
会場 幕張コミュニティセンター体育館
内容 ウィルチェアラグビーの公開試合・体験会
定員 5人
備考 当日は駐車場をご利用出来ません。近隣の駐車場または、公共交通機関をご利用ください。
申込方法 電話で、幕張コミュニティセンターへ。



畑コミュニティセンター

- ①寄席 花見川亭
落語三席で開催します。
11月12日(土)14:00~15:30
小学生以上の方(未就学児の入場は不可)
先着40人
500円
- ②子ども食堂
11月20日(日)12:00~14:00
子ども(保護者同伴も可)
先着30人
300円
- ③手作り味噌体験教室
11月27日(日)10:00~12:00
先着16人
3,000円
- ④自習教室
皆さんの勉強部屋として部屋の無料開放を実施します。
9:00~17:00(空きのある部屋にて)
小学~高校生
①~③は直接または電話で、畑コミュニティセンター☎273-5454
同センター☎前記☎271-4894



幕張コミュニティセンター

- 幕張シアター
11月15日(月)13:30~15:30
映画「山下清物語 裸の大将放浪記」
当日先着10人
わらべうたと絵本の会
乳幼児向けの絵本の読み聞かせを行います。保護者の方も一緒にご参加ください。
11月25日(金)10:30~11:00
当日先着6人
同センター☎272-5001☎271-5894

口の健康は健康長寿の秘訣! 口腔ケア事業を利用しましょう

11月8日は「いい歯の日」です

市内の65歳以上の方を対象に、口の機能評価を含めた歯科健診を実施しています。健康長寿には欠かせない、「かむ・飲み込む・発音する」といった口の機能を知る良い機会です。口の健康から自身の健康づくりを見直しましょう。

健診内容 むし歯や歯周病などの有無、歯垢や歯石など口の清掃状態、咀嚼力評価、嚥下力評価、発音評価

対象 千葉市に住民登録がある65歳以上の方

受診方法 花見川保健福祉センター健康課にて受診票を受け取り、協力医療機関に予約の上、受診。

*受診は年度内に1人1回です。
☎花見川保健福祉センター健康課 ☎275-6296 ☎275-6298

認知症サポーター ステップアップ講座

日時 11月30日(水)13:00~17:00
会場 花見川保健福祉センター
内容 認知症の基礎知識や認知症の人に寄り添ったボランティア活動についての講義など
対象 市内在住・在勤の認知症サポーター養成講座修了者で、本講座終了後にボランティア活動が可能な方
*認知症サポーター 認知症サポーター養成講座を受講し、オレンジリングまたは認知症サポーターカードをお持ちの方です。

定員 先着15人
備考 講座参加者にはちばシティポイントプレゼント

申込方法 電話で、社会福祉協議会花見川区ボランティアセンターへ。
☎社会福祉協議会花見川区ボランティアセンター ☎275-6438 ☎299-1274
地域包括ケア推進課 ☎245-5267

参加者募集

医師講演会

その咳、息切れ、気になりませんか

~あなたの咳は大丈夫?
喘息・肺炎・COPDの話~



喘息、肺炎、COPD(慢性閉塞性肺疾患)ってどんな病気?どうしたら予防できるの?そんな疑問が解決できる講演会です。呼吸器の病気について正しく学び、予防していきましょう。

日時 11月28日(月)13:30~15:00
会場 花見川保健福祉センター

定員 先着25人
申込方法 11月1日(火)9:00から電話で、花見川保健福祉センター健康課へ。

☎花見川保健福祉センター健康課 ☎275-6296 ☎275-6298

健康ひろば

花見川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。
*各相談については、随時予約を受け付けています。



相談・教室名	日時・会場	内容・対象者	定員	申込
精神保健福祉相談	11/8(火)10:00~12:00、11/25(金)14:00~16:00	精神科医による相談。対象は憂うつ・眠れない・不安・引きこもっている・イライラなど、こころの健康でお悩みの方または家族。	各3人	③
栄養相談	11/9(水)・15(火)・18(金)・28(木) 9:30~15:00	離乳食や生活習慣病予防などの食事について管理栄養士が相談に応じます。食事の記録、健診データなどあれば持参。 *特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
歯科衛生士による ①成人歯科相談 ②こどもの歯科相談	11/11(金)9:30~15:00	①歯周病予防など歯の健康について相談ができます。 ②乳幼児の歯みがき、むし歯予防について相談ができます。	① 5人 ② 10人	②
健康相談	11/18(金)10:00~14:30	生活習慣病予防や健診結果の見方、禁煙、介護予防などについて、保健師が相談に応じます。希望者には身体機能測定を実施します。 *介護認定を受けている方は除く。	各3人	②
女性のための健康相談	11/18(金)10:00~12:00	妊娠出産に関すること、思春期から更年期・高齢期の女性の心と身体について、助産師が相談に応じます。	2人	①
母乳クラス	11/30(水)10:00~12:00	母乳について助産師による講義と実技を行います。対象=妊娠中の方とパートナー。	10組	①
離乳食教室	12/2(金)13:00~14:00 または14:30~15:30 15分前から受付	2・3回食の離乳食の進め方のお話と簡単だしのデモンストレーション、離乳食の固さを触って確認する体験を行います。対象=生後6~8カ月の第1子を持つ母親および家族。	各8組	②
歯っぴー健口教室 花見川コース	12/2(金)・16(金)13:30~15:30 全2回 会場=花見川いきいきセンター	オーラルフレイル(口の機能低下)予防のためのお口の体操、歯の手入れなどを実践を交えて学びます。むせることがある、固いものが噛みにくくなった、誤嚥性肺炎の予防法を知りたいといった方におすすめです。対象=65歳以上の方。	10人	②
若返り食事セミナー 「簡単!時短!バランスランチ」	12/9(金)13:30~15:30 会場=花見川公民館	食習慣を見直して65歳からを元気に過ごすための教室です。体組成測定、塩分測定を行い、簡単・時短レシピの紹介もします。対象=65歳以上の方。	10人	②

☎花見川保健福祉センター(花見川区瑞穂1-1) 特に記載のないものは予約制(当日受付不可)
☎11月1日(火)9:00から電話で、花見川保健福祉センター健康課各班へ 詳しくは、(千葉市 花見川区健康課) 🔍

☎ ①すこやか親子班 ☎275-6295 ②健康づくり班 ☎275-6296 ③こころと難病の相談班 ☎275-6297

新型コロナウイルスの影響で、催しが中止・延期となる場合があります。詳しくは、各催しの問い合わせ先へ。

花見川区役所 ☎043-275-6111(代表) 〒262-8733 千葉市花見川区瑞穂1丁目1番地 (千葉市 花見川区役所) 🔍 区版編集 花見川区役所地域振興課 ☎043-275-6157 ☎043-275-6719

記号の見方は15面参照 特に記載のないものは11月1日(火)から受け付け

各種市民相談 無料

くらし相談...日常生活での心配ごとなど
月~木曜日 9:00~16:00
金曜日 9:00~15:00
交通事故相談...損害賠償や示談など
金曜日 9:00~16:00
行政相談...行政活動全般に関する相談
11月1日(火) 9:00~16:00
*面談希望の方は、あらかじめお電話ください。不定休があります。

法律相談...金銭貸借・相続・離婚など(裁判所で訴訟・調停中のものは不可)
月曜日 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から1週間前の17:00までに電話で申し込み。電子申請も可。
住宅相談...不動産売買・賃借など
11月16日(水) 10:00~15:00
11月2日(火)9:00から電話で申し込み(先着8人)。

花見川区役所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
花見川区地域振興課くらし安心室
☎275-6213 ☎275-6799

今月の区役所休日開庁日

11月13日(日)9:00~12:30