



住宅・土地統計調査にご協力を

この調査は、住宅や土地などの保有の実態を明らかにすることを目的とした、統計法に基づく国の重要な統計調査です。中央区では無作為に選ばれた約5,400世帯を対象に実施します。対象の世帯には9月下旬から、調査員が調査書類を配布し

伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、回答のご協力をお願いします。また、パソコンやスマートフォンから簡単に行うことができるインターネット回答も可能ですので、ぜひご活用ください。

住宅・土地統計調査コールセンター (8:00~21:00)
☎0570-06-3939 (ナビダイヤル) または ☎03-6706-2482 (IP電話)
中央区役所総務課 ☎221-2104 ㊟221-2159

地域安全マップ作成講座

フィールドワークを通して犯罪が起こりやすい場所を探し、その場所を一枚の地図に落とし込むことで、犯罪が起こりそうな場所を見分ける能力を養うことを目的とする講座です。

日時 10月28日(出)13:30~17:00
場所 市役所1階正庁
対象 区内の町内自治会や防犯パトロール隊の構成員
定員 24人
申込方法 9月22日(金)までに、FAXで必要事項(11面のほか、自治会(団体)名を明記して、地域安全課☎245-5155へ。㊟chiikianzen.CIC@city.chiba.lg.jpも可。

地域安全課 ☎245-5264 ㊟245-5155

歯っぴー健口教室 4回1コース

ささいなお口のトラブル(むせる、食べこぼす、滑舌が悪いなど)、「まだ大丈夫!」と過信は危険。見過ごしていると食生活や身体の健康にも影響します。早めに気づき、ケアに取り組むことでオーラルフレイル(口の機能低下)を予防しよう!

日時 10月16日・23日・30日、11月6日の月曜日10:00~12:00 全4回
会場 中央保健福祉センター(きぼーる12階)
内容 口の健康度チェック、オーラルフレイル予防の講座、運動トレーナーによる身体の体操・口の体操
対象 区内在住で65歳以上の方
定員 先着15人
申込方法 電話で、中央保健福祉センター健康課へ。
中央保健福祉センター健康課 ☎221-2582 ㊟221-2590

唾液がでやすくなった!



家でも続けられる!



蘇我コミュニティセンターの催し

- ①うたごえ広場
9月10日(日)10:00~11:30
当日先着50人
500円(当日支払い)
- ②そば打ち体験会
10月4日(水)9:15~14:30
成人
先着16人
1,000円
エプロン、三角巾、タオル3枚、蕎麦持ち帰り用の入れ物(横20cm以上のもの)
このほかにも、さまざまな催しを行っています。内容や日時など詳しくは、㊟「蘇我コミュニティセンター イベント一覧」で検索
②は前日までに、直接または電話で蘇我コミュニティセンター☎264-8331
同センター☎前記㊟265-2796



蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館の催し

- ちばでらコミュニティかみしばい
9月16日(出)11:00~11:40
小学生以下の子どもと保護者
先着10組
- 0から始める男の料理教室
みんなが初心者なので安心!包丁の持ち方からスタートし、和洋中の料理に挑戦!
10月12日(水)、11月9日(水)、12月14日(水)10:00~12:00 全3回
男性
12人
6,000円
応募締切日=10月2日(月)
このほかにも、さまざまな催しを行っています。内容や日時など詳しくは、㊟「ハーモニープラザ分館 イベント一覧」で検索
直接または電話で、蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館☎420-8001
同センター☎前記㊟420-8002



市美術館コレクション探訪

高 嵩谷《渡舟雨宿り図屏風》六曲一双のうち《渡舟図》 江戸時代中期

渡し舟に乗り合わせた人々、急な雨に軒先を借りる人々。老若男女、さまざまな階層や職業の人々が偶然に場に共有することになる、ふたつの情景が描かれて人気があったペアの屏風のうちの一隻です。侍や僧、好奇心いっぱいの子どもたちもいて、駕籠かきも舟上では一休み。馬も乗せようとしている、その脇の岸辺では、異国人風に扮装した飴売りの行商に二人の子が歓声をあげて駆け寄っています。高嵩谷(1730-1804)は江戸の人気絵師・英一蝶(はなぶさいちちょう)の孫弟子にあたります。絵師の巧みな描写と同時に、この情景を繰り返し絵に求めた江戸の人々の心情にも心寄せて味わいたい作品です。(常設展示室にて9月5日~11月5日展示)



健康ひろば

中央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。健康診査などに参加する際は、体調を確認の上、お越しください。



相談・教室名など	日時	対象者・内容など	定員	申込
相談	栄養相談	場所=きぼーる13階 対象=乳児から高齢者 管理栄養士による個別相談。離乳食の困り事などの相談も応じています。	各4人	②
	健康づくり相談・禁煙相談	保健師などによる個別相談。健康づくり相談=健診結果の見方や生活習慣病予防などの相談。禁煙相談=禁煙方法の紹介や呼気CO濃度測定など。	各3人	②
	歯科相談	対象=A成人、B乳幼児 歯科衛生士による個別相談。口臭が気になる成人の方は、口臭測定ができます。	A各4人 B8人	②
	精神保健福祉相談	対象=こころの健康でお悩みの方または家族 憂うつ、眠れない、不安などの悩みについて、専門医が相談に応じます。	各3人	③
教室	いきいき元気塾~100年を生きる~(3回コース)	A医師講演会=加齢による筋力低下や、転倒骨折予防のためにできること。B歯科医師講演会=知ろう、防ごう、オーラルフレイル。Cいきいき体操体験=椅子に座ってDVDを見ながら行う簡単な筋力体操と口の体操の体験。	15人	②
	食事セミナー 元気(高)齢者になるための実践教室(初心者コース)	対象=区内在住の65歳以上の方 低栄養予防と食事バランスについての話	20人	②
	地域で運動を継続するための教室(3回コース)	会場=中央いきいきプラザ 対象=地域で自主的に運動を継続したい方。 ラジオ体操などの運動実技、健康づくりのための講義。	15人	②
講演会	育児講座「赤ちゃんの急病と事故予防」	対象=乳児の保護者 乳児期に気を付けたい病気や症状、日常生活での子どもの事故予防などについて、小児科医師が講演します。(託児なし)	20組	①
	知って得する目の病気	対象=65歳以上の方 加齢に伴う眼科疾患、症状、治療法について。	20人	②
サークル	ぶどうちゃんサークル	対象=多胎児を育児中の保護者と子ども、妊娠中の方 日頃の育児で困っていることや工夫していることなどを自由に情報交換する場です。	5組	①

中央保健福祉センター(中央区中央4-5-1きぼーる12階) 9月1日(金)9:00から電話で、中央保健福祉センター健康課各班へ
特に記載のないものは予約制(当日受付不可) 詳しくは、(千葉市 中央区健康課)☎

①すこやか親子班 ☎221-2581 ②健康づくり班 ☎221-2582 ③こころと難病の相談班 ☎221-2583 ㊟221-2590

各種市民相談 無料

くらし相談...日常生活上の心配ごと
月~水・金曜日 9:00~16:00
木曜日 9:00~15:00
交通事故相談...損害賠償や示談の進め方
火曜日 9:00~15:00
金曜日 9:00~16:00
*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
9月4日(月) 9:00~16:00

法律相談...金銭貸借・相続・離婚など
毎週木曜日、9月25日(月)
13:00~16:00
*定員=各6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。
*1人30分。裁判所で訴訟・調停中のものは不可。

中央区役所(きぼーる11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 中央区地域づくり支援課
☎221-2106 ㊟221-2179

今月の区役所休日開庁日

9月10日(日)9:00~12:30