



人口:152,689人 前月比101人増
(男73,165人 女79,524人)
世帯数:70,929世帯
(2023年11月1日現在)

募集 美浜区地域活性化支援事業

美浜区では、地域の課題解決や活性化のための取組みを主体的に行う団体に対して、活動資金などの支援を行います。ぜひ、ご応募ください。

募集期間 12月14日(木)～2月1日(休)

支援内容	対象活動	内容	支援金額(上限額)
対象団体	地域づくり活動支援	地域づくり活動への一般的な補助	20万円
	区テーマ活動支援	「海辺への愛着と誇りを高める取組み」、「多世代交流を生む取組み」のいずれかに該当する活動への補助	30万円
	地域拠点支援	地域づくり活動の拠点を新たに確保するための家賃補助など	改装費 50万円 家賃 5万円/月

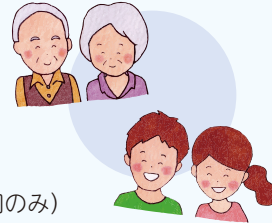
区内で活動する団体
(ボランティアグループ、NPO法人、町内自治会、大学サークルなど)
*1年以上継続して活動している、または1年以上継続することが見込める団体

書類審査と2月23日(祝)開催のプレゼンテーション(参加必須)
・同一事業の支援は3年を限度(毎年申請および審査。ただし、改装費(初期経費)は1回のみ)
・審査の結果、支援対象にならない場合があります。

申込方法 区ホームページをご覧ください。お問い合わせください。[美浜区地域活性化] 検索
注意事項 本事業は2024年度予算成立後に実施するため、内容が変更となる場合があります。

☎美浜区地域づくり支援課 ☎270-3122 ☎270-3191

皆さんの
まちづくり活動を
応援します!



高洲コミュニティセンターの催し

- ①クリスマスコンサート
センターの活動サークルが、クリスマスにちなんだ曲のコーラスや演奏を披露。
12月9日(土)17:15～20:00
1階ロビー 80人
- ②ワクワクあそび体操 親子で動こう!
12月10日(日)10:00～10:45
3～5歳児と保護者
先着15組 1人100円
- ③おみせやさんごっこ
はたらくってなーに?
おみせやさんごっこをしながら、大切なお金のことを楽しく学びます。
12月10日(日)10:00～12:00、14:00～16:00
4～10歳児と保護者
各先着20人 色えんぴつ、はさみ
①当日直接会場へ。②③直接または電話で、高洲コミュニティセンター☎277-3000。☎277-0507も可(必要事項11面を明記)。

真砂コミュニティセンターの催し

- ①味噌づくり教室
千葉県産の大豆・こうじを使用した無添加みそを作ります。
12月16日(土)10:00～12:00
先着12人
マスク・エプロン・三角巾・ゴム手袋・タオル・持ち帰り容器(4リットル以上)
3,500円 味噌2キログラムお持ち帰り
- ②NEW YEAR コンサート
千葉県出身のプロ演奏家による弦楽四重奏をお楽しみください。
1月20日(土)13:30～15:00
ホール2
先着100人 1,000円
①直接または電話で、真砂コミュニティセンター☎277-2512。☎277-0104も可(必要事項11面を明記)。②12月1日(金)から費用持参で直接同センターへ。

育児講座

「小児科医師から聞ける『予防接種と事故予防』のはなし」

お子さんの予防接種はこれから打ちますか、順調にすすまっていますか?

予防接種の効果、接種時期や注意点など、なかなか聞けない話をこの講座で聞くことができます。

また、お子さんが事故に遭わないための予防方法などについても、併せてお話しします。ぜひ、この機会に聞いてみませんか?

日時 12月21日(木)13:30～15:00

会場 美浜保健福祉センター

定員 先着10人(託児なし)

申込方法 12月1日(金)9時から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ。

☎美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2213 ☎270-2065



医師講演会

「知っておきたい腎臓のこと～小さな腎臓が果たす大きな役割～」

腎臓は健康維持のための重要な役割を担っており、腎臓病は生活習慣や加齢と深い関係があります。

腎臓の機能は一度失われると回復が難しいため、検査データの見方や気を付けたい生活習慣などを知り、腎臓病の予防について学びましょう。

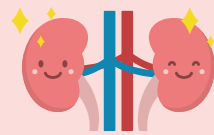
日時 12月20日(水)13:30～15:00

会場 美浜保健福祉センター

定員 先着60人

申込方法 12月1日(金)9時から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ。

☎美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 ☎270-2065



健康ひろば

美浜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、体調を確認し、お越しください。



野菜レシピは、[美浜健康レシピ] 検索

相談・教室・講演会名	日時	対象者・内容など	定員
禁煙チャレンジ相談・健康相談 健康づくり班	12/4(月)・27(水) 9:30～15:30	禁煙の取り組み方・生活習慣病予防や健診結果の見方などについて、保健師などが個別に相談に応じます。尿中ニコチン代謝濃度測定も実施できます。	各4人
大人の歯科相談 健康づくり班	12/5(火)・13(水) 9:20～15:20	歯や義歯の手入れ、虫歯や歯周病などについて、歯科衛生士が個別に相談に応じます。口臭が気になる方は、口臭測定もできます。	各5人
子どもの歯科相談 健康づくり班	12/5(火)9:30～15:30	虫歯予防、お口の手入れ方法などについて、歯科衛生士が個別に相談に応じます。	15人
栄養相談 健康づくり班	12/6(水)・7(木)・14(木)・19(火) 9:20～15:00	離乳食や生活習慣病予防などの食事について、管理栄養士が個別に相談に応じます。 *特定保健指導を受けている方は除きます。	各4人
精神保健福祉相談 こころと難病の相談班	12/14(木)15:10～16:40	精神科医師が相談に応じます。 対象=憂うつ・眠れない・不安・ひきこもっているなど、こころの健康でお悩みの方または家族	3人
女性のための健康相談 すこやか親子班	1/16(火)10:00～12:00	妊娠・出産に関することや、思春期から更年期までの女性の健康に関する不安や疑問などについて、助産師が相談に応じます。	2人
「上手なほめ方、叱り方」 すこやか親子班	1/22(月)10:00～12:00	イヤイヤ期や赤ちゃん返りの対応など、この年代に多い悩みについて、臨床心理士が講演します。 対象=2～3歳児を持つ保護者。託児あり(定員=4人)。	15人
食の実践教室「上手に減塩」 健康づくり班	12/21(木)10:00～12:30	減塩に気をつけながらバランスよく食べる工夫についての話。実演と試食。 費用=100円	10人
母親&父親学級 すこやか親子班	1/23(火)9:30～12:00 または13:15～15:45 30(火)9:30～12:00 全2回	妊娠中の生活や出産、育児について学びます。 対象=来年5月末までに産予定の妊婦とパートナー *申し込み多数の場合抽選。詳細はホームページをご覧ください。	20組
食事セミナー「みはま元気塾」 ～男性のための簡単バランスごはん～ 健康づくり班	1/24(水)10:00～12:30	高齢期の健康や食生活、市販の惣菜などの上手な活用法。簡単な調理についての話。実演と試食。 対象=料理を始めたい65歳以上の男性 費用=100円	10人

☎美浜保健福祉センター(美浜区真砂5-15-2)

☎12月1日(金)9:00から美浜保健福祉センター健康課各班へ。

全て予約制(当日受付不可)

詳しくは、[千葉市 美浜区健康課] 検索

☎すこやか親子班☎270-2213 健康づくり班☎270-2221 こころと難病の相談班☎270-2287 ☎270-2065

各種相談案内

くらし相談…日常生活上の心配ごと
月・水～金曜日 9:00～16:00
火曜日 9:00～15:00
交通事故相談…損害賠償や示談など
月・水曜日 9:00～16:00
*上記相談で面談希望の方は、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
12月7日(木) 9:00～16:00

法律相談…相続・離婚・訴訟など
毎週火曜日、12月28日(木)
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。
住宅相談…不動産売買や賃借など
12月21日(木) 10:00～15:00
*12月7日(木)9:00から電話で予約(先着8人)

相談はすべて無料。美浜区役所1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 美浜区地域づくり支援課 ☎270-3123 ☎270-3192

今月の区役所休日開庁日

12月10日(日)9:00～12:30