



はなみがわ

人口:177,175人 前月比87人減
(男86,925人 女90,250人)
世帯数:84,544世帯
(2024年3月1日現在)

募集

防犯ウォーキングボランティア!

防犯ウォーキングボランティアは、区の色であるピンクの防犯帽子を着用しジョギングや散歩をすることで、地域のパトロールをしていただくボランティアです。さらにピンクの防犯バンドナを着用し、これを愛犬に着けることで防犯ウォーキング犬として散歩をするなど、お気軽にご都合の良い時間帯に活動していただけます。みなさまの防犯意識を磨きつつ、ご近所をめぐってみませんか。防犯意識の強い地域であることをアピールして、犯罪を断念させましょう!



帽子は
鮮やかなピンクと
やさしいピンク
から選べます。

自治会などでは「自分たちのまちは自分たちで守る!」という自主防犯意識を持つ防犯パトロール隊が数多く結成され、活動に必要な物品(タスキや腕章など)の配布を受けて活動しています。防犯パトロール隊が未結成の自治会などは、ぜひ結成を検討してみてください。

詳しくは、下記までお問い合わせください。



☎花見川区地域づくり支援課 ☎275-6224 ☎275-6799



畑コミュニティセンター

おはなし会
絵本の読み聞かせやわらべうた遊びなど
☎4月11日(木)10:30~11:30
☎就学前児と保護者
☎先着15組

子育てサロン
乳幼児と保護者同士のふれあいの場、1歳位までが中心
☎4月2日(火)10:00~12:00
☎就学前児と保護者
☎先着5組

幼児サロン
2、3歳が中心の楽しい遊び場&保護者同士のコミュニケーションの場!
☎4月16日(火)10:00~12:00
☎就学前児と保護者
☎先着5組
☎①~③当日直接会場へ
☎畑コミュニティセンター ☎273-5454
☎271-4894

幕張コミュニティセンター

①蕎麦打ち体験会
ご自分で打った蕎麦を食べてみませんか。
☎4月14日(日)9:00~13:00
☎先着16人
☎1,200円

②スマホ教室
初心者向け、基本的な操作、アプリ、インターネット検索など
☎4月22日(月)9:30~10:30
☎先着6人

③わらべ歌と絵本会
手遊び・絵本読み聞かせなど
☎4月26日(金)10:30~11:00
☎先着6人
☎①②直接または電話で、幕張コミュニティセンターへ。③当日直接会場へ
☎同センター ☎272-5001 ☎271-5894

花見川区健康課 クックパッド公開中!

毎月更新

糖尿病などの生活習慣病予防におすすめのレシピを公開しています。簡単に作れる野菜のおかずから、お子さんと一緒に作れるデザートまで幅広くご紹介しています。ぜひご活用ください!!



詳しくはこちらをチェック



花見川区健康課クックパッド

☎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	内容・対象など	定員	申込
相談	精神保健福祉相談	4/9(火)10:00~12:00、25(木)14:00~16:00	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を対象に、精神科医による相談を行います。	各3人	③
	栄養相談	4/12(金)・17(水)・22(月)・25(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ご持参ください。*特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
	健康相談	4/12(金)・22(月)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
	歯科衛生士による ①成人歯科相談 ②こどもの歯科相談	4/23(火)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。希望者には口臭測定を行います。 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。	①4人 ②8人	②
教室	食事セミナー 「薄味で 永く続ける 濃い人生」	4/24(水)10:00~13:00 ヘルスチェックのため開始15分前にはお越しください。	楽しく会しながら、おすすめの食べ方や減塩の方法を学び、65歳からを元気に過ごすための教室です。 対象=65歳以上の方、血圧が気になる方。 内容=栄養講話、体組成測定、調理実習など 食材費=300円	16人	②
	離乳食教室	4/26(金)13:00~15:00 15分前から受け付け	対象=生後6~8カ月の第1子を持つ母親および家族。2・3回食の離乳食の進め方のお話しとデモンストレーション、離乳食の試食を行います。 食材費=200円。 離乳食についての動画公開中。 千葉市 離乳食	12組	②
	母乳クラス	5/14(水)10:00~12:00	助産師による母乳についての講義と実技を行います。 対象=妊娠中の方とパートナー(子どもの参加不可) 申込方法=4/10(水)までに電話または電子申請。 花見川区 母親&父親学級	20組	①

☎花見川保健福祉センター(花見川区瑞穂1-1)
☎4月1日(月)9:00から電話で、花見川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 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

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
4月2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、4月24日(水)13:00~16:00
定員=各6人(多数の場合抽選)。1人30分間。
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
4月17日(水) 10:00~15:00
4月3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
花見川区地域づくり支援課
☎275-6213 ☎275-6799

今月の区役所休日開庁日

4月14日(日)9:00~12:30