

健康に関するイベント・相談等のお知らせ

～10月12～18日は、「市民健康づくり週間」です！～

「市民健康づくり週間」には下記のイベント・相談等を実施します。ご自身や大切な方の健康を考える機会としてご活用ください。

事業名	開催日時	場所	内容	問い合わせ先
栄養相談	10月13日(火) 9:30～14:00	稲毛保健福祉センター	○管理栄養士による離乳食や生活習慣病予防などの食事に関する個別相談 ※特定保健指導を受けている方は対象外です。	稲毛区 健康課 043-284-6494
健康づくり・禁煙相談	10月13日(火) 9:30～14:30	中央保健福祉センター	○保健師等による個別相談 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…禁煙方法や禁煙のコツの紹介 ※要事前予約	中央区 健康課 043-221-2582
健康相談	10月13日(火) 10:00～14:30	花見川保健福祉センター	○保健師等による個別相談 健康相談…健診結果の見方や生活習慣病予防などの相談 ※要事前予約	花見川区 健康課 043-275-6296
栄養相談	10月13日(火) 9:30～14:10	若葉保健福祉センター	○管理栄養士による個別相談…離乳食や生活習慣病予防等の食事に関する相談 ※特定保健指導を受けている方は対象外です。	若葉区 健康課 043-233-8714
大人の歯科相談	10月15日(木) 9:30～14:15	若葉保健福祉センター	○歯科衛生士による個別相談 歯科衛生士による虫歯予防や歯周病予防など、歯の健康についての個別相談。 口臭が気になる成人の方は、口臭測定も可能。	若葉区 健康課 043-233-8714
栄養相談	10月15日(木) 9:30～14:40	緑保健福祉センター	○管理栄養士による個別相談 離乳食や生活習慣病予防等の食事に関する相談 ※特定保健指導を受けている方は対象外です。 ※要事前予約	緑区 健康課 043-292-2630
栄養相談	10月15日(木) 9:30～15:00	花見川保健福祉センター	○管理栄養士による個別相談 離乳食や生活習慣病予防等の食事に関する相談 ※特定保健指導を受けている方は対象外です。 ※要事前予約	花見川区 健康課 043-275-6295
歯科医師講演会	10月16日(金) 13:30～15:00	中央保健福祉センター	○歯科医師講演会「まだ間に合う！血糖値改善生活」 ※要事前予約 内容：歯周病と糖尿病の関係と、歯周病の予防や治療法について 定員：30名	中央区 健康課 043-221-2582
禁煙・お薬・健康相談	10月17日(土) ～10月23日(金)	千葉市薬剤師会 会員薬局店舗	○薬剤師による個別禁煙相談 および お薬・健康相談(薬と健康の週間) ※予約対応となる場合がありますので、事前に各薬局に確認の上で相談してください。 薬局検索(千葉市薬剤師会HP)→ 	予約等については 直接、各薬局へ 医療政策課 043-245-5210
フレイル予防教室	10月18日(日) 11:00～12:30	花島コミュニティセンター 講習室1、花島公園	○室内でやさしい筋トレとボールを用いたバランス運動を行った後、公園での ノルディックウォークで有酸素運動を行います。【参加費：1,540円/回】 ※要事前予約	花島コミュニティセンター 043-286-8822
わくわく健康づくり教室	10月15日(木) 10:00～11:30	フクダ電子アリーナ	○フクダ電子アリーナの中で、ジョギングや太極拳を体験します。 【参加費：1,050円/回】 ※要事前予約(申し込み用ページ)→  	フクダ電子アリーナ管理室 (SSPユナイテッド) 043-208-5577
ラジオ体操in動物公園	10月18日(日) 9:30～12:00	千葉市動物公園	○動物公園内にて、ウォークラリー及び風太くんやかそりーぬと一緒にみんなで楽しく ラジオ体操をします。ラジオ体操では、NHKテレビ・ラジオ体操の先生がポイントを 紹介してくれます。また、参加者には記念品をプレゼント！ ※イベント参加は無料ですが、 入園料(800円) は別途必要。 (ただし、中学生以下及び千葉市在住の65歳以上の方は入園無料です。)	若葉区 健康課 043-233-8714

「市民健康づくり週間」全般についてのお問合せ先：千葉市健康推進課 TEL：245-5223(平日 9時～17時)