



人口：151,404人
(男76,255人 女75,149人)
世帯数：63,100世帯
(平成25年7月1日現在)

編集 若葉区役所地域振興課 ☎043-233-8120 043-233-8162 〒264-8733 千葉市若葉区桜木北2丁目1番1号 若葉区ホームページ http://www.city.chiba.jp/wakaba/index.html

若葉区防災訓練

実施日 9月5日(木)
時間 9:00~12:00
会場 若松中学校



若葉区では、地域防災力の向上を図るため防災訓練を実施します。今年、若松中学校生徒の皆さん、近隣町内会、自主防災組織などの皆さんと行政が一体となって、消火訓練や応急訓練などの実践的な訓練を行います。会場周辺にお住まいの皆さんには、訓練に伴う混雑や騒音などでご迷惑をお掛けしますが、訓練の趣旨をご理解いただきご協力をお願いします。

問い合わせ 若葉区地域振興課くらし安心室 ☎233-8124 0233-8162

「えほんボランティア」になりませんか?

市では、4か月児健康診査を受診する赤ちゃんに、絵本ボランティアの皆さんの協力により、絵本の読み聞かせを行う「ブックスタート事業」を実施しています。絵本を開く楽しい体験を通して赤ちゃんと保護者がゆっくり触れ合うきっかけを提供する、えほんボランティアを募集します。「えほんボランティア」の養成のための講習を予定しています。



対象 若葉保健福祉センターで活動できる方(カーベットに座っての読み聞かせが可能な方)。
定員 20人
興味のある方は、8月23日(金)までに健康課【下記】へお問い合わせください。
問い合わせ 若葉保健福祉センター健康課 ☎233-8191 0233-8198

お知らせ

都賀コミュニティセンターの催し

夏休み特別企画「ガス管をリサイクルしてペンダントをつくろう」
暮らしの中のガスについて学びながら、ガス管の廃材を利用して世界に一つだけのペンダントを作ります。
日時 8月19日(月)13:30~15:00
会場 2階講習室2・3
対象 小学3年~6年生(保護者同伴の5歳~小学2年生も可)
定員 40人
費用 無料
直接または電話で、都賀コミュニティセンター☎233-4211 同センター☎前記0233-8204

千城台コミュニティセンターの催し

夏休み親子映画鑑賞会
「ジャングル大帝 旅立ち」、「緑の猫」、「こびととイモムシ」を観賞します。鑑賞ご希望の方は、当日直接会場にお越しください。入場無料。
日時 8月21日(水)10:15~11:40 (10:00開場)
会場 1階大広間
定員 100人(当日先着順)
名作映画劇場「みず」
鑑賞ご希望の方は、当日直接会場にお越しください。入場無料。
日時 8月25日(日)14:00~15:45 (13:30開場)
会場 1階多目的室
定員 100人(当日先着順)
*駐車場の台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。
同センター☎237-2241 0237-9213

献血にご協力

8月27日(火)10:00~13:00、14:15~16:00若葉区役所(受付は2階2-1会議室)で献血を実施しますので、皆さんのご協力をお願いします。
健康企画課☎245-5210 0245-5554



献血キャラクター「けんけつちゃん」

舞台出演者・模擬店出店者募集

第21回 若葉区民まつり

11月3日(祝)に千城台公園で開催する「若葉区民まつり」の舞台出演者および模擬店出店者を募集します。*雨天中止

舞台出演者

応募資格 団体の活動拠点、または代表者が区内在住・在勤・在学である団体。
出演料 無料 **出演時間** 20分程度(多数の場合抽選)
申込方法 8月15日(木)必着。往復はがきに、「舞台出演希望」と記載し、出し物(具体的内容)、出演人数、代表者の住所、氏名、電話番号、返信用の宛先を明記し、下記事務局へ。メールまたはFAXでも受け付けます。

模擬店出店者

出店資格 団体の活動拠点、または代表者が区内在住・在勤・在学である団体。
募集区画 ①事業者(飲食)5区画程度=食品営業許可を取得している団体(ケータリングカー可)
②その他15区画程度=上記以外の団体(食品営業許可を取得していない団体)*多数の場合抽選
出店料 1区画(3m×4m)2,000円*当日徴収
注意事項 生鮮食品の販売は禁止。同一団体の重複応募は不可。当選者への出店説明会は後日開催します。
申込方法 8月15日(木)必着。往復はがきに「模擬店出店希望」と記載し、住所、氏名、電話番号、主な販売品目、食品営業許可の有無、返信用の宛先を明記して下記事務局へ。メールまたはFAXでも受け付けます。

申込先・問い合わせ 若葉区民まつり実行委員会事務局(若葉区地域振興課内) 〒264-8733 若葉区桜木北2-1-1 ☎233-8122 0233-8162 chiikidukuri.WAK@city.chiba.lg.jp *詳細はお問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

ヘルスマイトをご存じですか

食生活改善推進員(愛称:ヘルスマイト)は、市が主催する食生活改善推進員養成講座を修了し、「食を通じて地域の健康づくりのため」のボランティア活動を行っています。現在、千葉市で約300人(若葉区43人)のヘルスマイトが市長の委嘱を受け活動しています。ヘルスマイトの皆さんは、若葉保健福祉センターで研修を受け

ながら、生活習慣病予防のための料理教室や親子料理教室を公民館やコミュニティセンターなどで開催し、子どもから高齢者まで幅広い世代を対象に、食の大切さを伝えています。ヘルスマイトによる講習会に参加したい方や、ヘルスマイトになってみたい方は、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ 若葉保健福祉センター健康課 ☎233-8714 0233-8198

若葉保健福祉センター 健康課の相談・教室案内

申し込みは
電話で

すこやか親子係 ☎233-8191
健康づくり係 ☎233-8714
こころと難病の相談係 ☎233-8715

〒264-8550 若葉区貝塚2-19-1 0233-8198 kenko.WAK@city.chiba.lg.jp

相談・教室名	日時	対象者・定員	内容・備考
乳幼児・成人歯科相談 園健康づくり係	8/7(水)・9(金)・20(火)、 9/5(木) 9:30~15:30 *8/20は成人歯科相談のみ	乳幼児から高齢者 (予約制)	虫歯予防や歯周病予防など、歯についての個別相談。口臭が気になる方は口臭測定ができます。持ち物=歯ブラシ、コップ、タオル、母子健康手帳
栄養相談 園健康づくり係	8/9(金)・12(月)・20(火)、 9/3(水) 9:30~15:00	乳幼児から高齢者 (予約制)	管理栄養士による離乳食や生活習慣病などの個別相談。特定保健指導を受けている方はご遠慮ください。
女性のための健康相談 園健康づくり係	8/27(水)13:30~15:10	思春期から更年期の女性 (予約制)	助産師による女性の心と体についての悩み、不安などについての相談
健康・禁煙相談 園健康づくり係	8/28(水) 9:30~14:30	成人 (予約制)	・生活習慣病についての相談や健診の結果の見方。 ・禁煙に向けての支援・情報提供。
医師講演会~日常生活の中からだを動かしてみよう~ 園健康づくり係	8/29(木)13:30~15:30 会場:みつわ台公民館	定員30人(予約制)	ちよつとだけ体を動かす機会を増やすことが、介護予防や健康づくりにつながることに、医師による講演会
仲間と始めよう! 「ラジオ体操の輪」ヘルサ ポーター養成教室 園健康づくり係	9/2(月)・11(水)・30(月) 13:30~15:00(3回で 1コース) 会場:みつわ台公民館	運動習慣を身につけた 方、グループで運動 を始めたい方(予約 制)	・慣れ親しんだラジオ体操やウォーキングの基本を学びます。 ・地域別による情報交換 *医師などに運動を禁止されている方はご遠慮ください。会場へのご来場は公共交通機関をご利用ください。
今からできる認知症予防講座 ~老後をいきいきと過ごすた めに~ 園健康づくり係	9/12(木)・17(火)・24(火)、 10/1(水)13:30~15:00 (原則、4回で1コース)	認知症予防について関 心のある方(予約制)	認知症の予防と日常生活の工夫、早期発見について医師・歯科医師の講演、トレーナーによる運動実践、管理栄養士による食事の話、歯科衛生士による口腔ケアなど。 *1回目(9/12)の医師講演会・3回目(9/24)の歯科医師講演会のみ参加も可能です(要予約)。
精神保健福祉相談 園こころと難病の相談係	8/15(木)10:00~12:00 9/2(月)15:00~17:00	心の健康でお悩みの方 またはその家族 定員各3人(予約制)	専門医による憂うつ・眠れないなど悩みの相談
母親&父親学級 園すこやか親子係	9/18(水)・25(水)、10/2(水) 13:00~15:30 (3回で1コース)	初めてお母さん・お父 さんになる方(予約制) *出産予定日が来年2 月ごろまでの方	妊婦同士の交流を中心に、妊娠や出産・育児についての学習。持ち物=母子健康手帳、筆記用具。1日目は、歯ブラシと手鏡持参。2日目は、動きやすい服装で。

各種相談の案内

くらし相談…家族や夫婦間での問題や心配ごと
毎週月~木曜日 9:00~16:00
毎週金曜日 9:00~15:00
交通事故相談…損害賠償の諸問題
毎週月・木曜日 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・独立行政法人への要望や意見など
8月2日(金) 9:00~16:00
住宅相談…不動産売買等の諸問題
8月16日(金) 10:00~15:00
当日9:00から電話で予約受け付け(先着8人)。
法律相談…相続、離婚などの諸問題
毎週水曜日、8月9日(金)・23日(金)
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9:00~1週間前の17:00に電話。☎も可。
*裁判所で訴訟・調停中のものについては、受け付けできません。

・相談はすべて無料。
・会場は若葉区役所1階市民相談室。12:00~13:00、土・日曜日、祝・休日は相談を行いません。
【申込先・問い合わせ】
若葉区地域振興課くらし安心室
☎233-8123 0233-8163

今月の区役所休日開庁日
8月11日(日) 9:00~12:30

電話相談も可
相談は面談のみ