



人口：126,377人
(男62,244人 女64,133人)
世帯数：47,539世帯
(平成26年6月1日現在)

愛称は「ヘルスマイト」 健康づくりは食事から

ヘルスマイト（食生活改善推進員）は地域で、生活習慣病予防のための料理教室や、親子料理教室などを実施し、子どもからお年寄りまで幅広い世代を対象に、食の大切さについて伝えています。緑区では現在33人のヘルスマイトが活躍しています。食に関するボランティア活動に興味のある方（おおむね60歳まで）は、お気軽にお問い合わせください。

【活動内容】

- ・生活習慣病予防のための料理教室の開催
- ・親子・子ども料理教室の開催や、育児サークルでの試食・レシピ配布
- ・小学校などとの連携による活動（パン作りなど）
- ・高齢者料理教室の開催
- ・太巻き寿司講習会の開催
- ・食育レシピの作成・配布

問い合わせ

緑保健福祉センター健康課
☎292-2630 0292-1804



お知らせ

ラジコンヘリコプターで農業散布

水稻の病害虫防除のため、水田にラジコンヘリコプターで農業を散布します。

日程 7月26日(土)
*小食土町は7月18日(金)
散布時間 4:30~10:00ごろ
*雨や強風などの場合は後日実施

散布地域	対象町名
土気地区	土気町、上大和田町、下大和田町、高津戸町、越智町、小食土町、大木戸町、大椎町、板倉町
菅田地区	高田町、平川町

周辺地区には、散布前日（変更の場合は当日）広報車がお知らせします。散布地区【上表】付近の方は、当日散布が終わるまで、洗濯物などは外へ出さないよう、ご注意ください。また、水田には立ち入らないでください。金魚などのいる池には、カバーをお願いします。なお、ヘリコプターによる農業散布は隣接市などでも実施しますのでご注意ください。

園市植物防疫協会 ☎232-3722 0232-9463 または 農業生産振興課 ☎228-6282

親子で作ろう！太巻き寿司

日時 7月27日(日)10:00~13:30
会場 土気あすみが丘プラザ
対象 小学4年生以上の子と保護者
定員 10組(先着順)
費用 親子1組700円、子1人追加350円
7月1日(火)9:00から費用を持参して直接窓口へ 園同プラザ ☎295-0301 0295-0350

地元農家が新鮮野菜などを直売！

《都市部住民と農業生産者の交流事業》

地元産のトウモロコシなど夏野菜の紹介・販売および郷土芸能の披露など各種イベントを開催します。ぜひ、お越しください。

日時 7月13日(日)
9:00~12:00

会場 緑区役所周辺
*荒天中止



問い合わせ 緑区地域振興課地域づくり支援室
☎292-8105 0292-8159

参加者募集 鎌取コミュニティセンター 親子バウンドテニス教室

「バウンドテニス」とは、テニスと同様のルールで室内の狭い場所でも手軽にできるスポーツです。ぜひ、ご参加ください。

日時 7月23日・30日、8月6日・20日の水曜日
13:00~15:00(全4回)

対象 市内在住の小学生以上の子とその保護者

定員 10組(先着順)

参加費 1組2,000円、子1人追加500円

(講師料、体育館利用料、保険料含む)

持ち物 運動に適した服装、体育館用シューズ、飲み物

申込方法 7月1日(火)9:00から直接、鎌取コミュニティセンター2階受付窓口へ。

問い合わせ 鎌取コミュニティセンター
☎292-6131 0292-6151

緑保健福祉センター 健康課の相談・教室案内

緑区鎌取町226-1
☎292-1804 kenko.MID@city.chiba.lg.jp

申し込みは
電話で

すこやか親子係 ☎292-2620

健康づくり係 ☎292-2630

こころと難病の相談係 ☎292-5066

相談・教室名	日時	対象者・定員	内容	備考
健康相談 園健康づくり係	7/10(木)・18(金)・25(金)・28(月)・30(水) 9:30~15:30	成人(予約制) 特定保健指導中の方は、対象外です。	生活習慣病や健診結果の見方などについての個別相談	
禁煙相談 園健康づくり係	7/10(木)・18(金)・25(金)・28(月)・30(水) 9:30~15:30	禁煙したい方や禁煙に興味のある方(予約制)	検査を行い、たばこへの依存度を確認し、あなたに合った禁煙方法を提案します。	
育児サークル 園すこやか親子係	7/4(金)かるがもちゃん 7/9(水)げんきっ子 いずれも10:00~11:30	かるがもちゃん=多胎児 げんきっ子=ダウン症児	子育て中の方の仲間づくりや情報交換を目的にした育児サークル	予約不要。 直接会場へ。
栄養相談 園健康づくり係	7/8(水)・16(水)・18(金)・28(月) 9:30~15:00	乳幼児から高齢者(予約制) 特定保健指導中の方は、対象外です。	生活習慣病などの食事や、離乳食・幼児食についての食生活相談	
精神保健福祉相談 園こころと難病の相談係	7/9(水)・15(火) 14:00~16:00	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)	憂うつ・眠れない・不安・ひきこもりなどの悩みについての個別相談 専門医が相談に応じます。	
歯科相談 園健康づくり係	7/22(火)・29(火) 9:30~15:40	22日は成人が対象 29日は乳幼児が対象 (予約制)	虫歯予防・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の測定可	持ち物=歯ブラシ
女性の健康相談 園健康づくり係	7/23(水) 10:00~11:40	思春期から更年期の女性 定員=2人(予約制)	女性の心と体についての悩み、不安などについての相談	助産師による健康相談
夏休み特別企画 みどり親子元気塾 ~動いて、知って、 作って、食べて、磨 いて元気になろう~ 園健康づくり係	7/31(木) 9:30~13:00	小学生と保護者 定員=25組	健康的な生活を親子で実践できるよう、レクリエーション要素のある運動を実施。子どもが調理した栄養満点手作りピザを親子で試食。食後に歯磨き指導もあります。	参加費=1人400円 持ち物=エプロン、三角巾、飲み物、タオル、動きやすい服装・靴
母親&父親学級 園すこやか親子係	8/1(金)・8(金)・22(金) 9:30~12:00 (全3回)	来年1月までに初めて出産する方とそのパートナー 対象月でない方は要相談。	友達づくりを中心に、妊娠や出産・育児についての学習や実習	持ち物=母子健康手帳、歯ブラシ、飲み物、筆記用具 8日は動きやすい服装 当日直接会場へ。

生涯学習相談

講座、イベント、ボランティアなど、生涯学習に関する質問や相談にお答えします。何か始めてみたいと思っている方は、お気軽にご相談ください。当日直接会場へ。

日時 7月4日(金)10:00~14:00
会場 緑区役所2階口ビエ

問い合わせ 生涯学習センター
☎207-5815 0207-5817
第4月曜日休館

市民相談

くらし相談…家庭内の諸問題
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…交通事故の諸問題
毎週火曜日 9:00~16:00
毎週木曜日 9:00~15:00

*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・県などへの諸問題
7月7日(月) 9:00~16:00

法律相談…法律関係の諸問題
毎週水曜日と第4月曜日
13:00~16:00

定員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。[HP]も可。裁判所で訴訟、調停中のものは受付できません。

相談は面談のみ

相談はすべて無料。緑区役所2階市民相談室で。なお、12:00~13:00は相談を行いません。

申込先・問い合わせ 緑区地域振興課
くらし安心室 ☎292-8106 0292-8159

消費生活相談 無料

消費生活に関するトラブルなど
7月14日(月)・28日(月)9:00~12:00
緑区役所2階市民相談室
*相談は面談のみ(当日直接会場へ)
園消費生活センター ☎207-3603
0207-3111

今月の区役所休日開庁日

7月13日(日) 9:00~12:30