



人口：148,491人
(男72,490人 女76,001人)
世帯数：63,968世帯
(平成28年3月1日現在)

編集 | 美浜区役所地域振興課 ☎043-270-3120 043-270-3191 〒261-8733 千葉県美浜区真砂5丁目15番1号 ホームページ 千葉県 美浜区役所

4/1(金)

真砂コミュニティセンター 移転オープン



真砂コミュニティセンターが旧真砂第一小学校跡施設へ移転オープンしました。
ホールや料理実習室、図書室などに加え、これまでの真砂コミュニティセンターにはなかった体育館や音楽室、視聴覚室などを整備しておりますので、ぜひ、ご利用ください。
詳しくは、ホームページ「真砂コミュニティセンター 移転」をご覧ください。



所在地 美浜区真砂2-3-1 (旧真砂第一小学校跡施設)
交通案内 ①JR京葉線検見川浜駅北口から千葉海浜交通バス「新検見川駅行2丁目回り」で「東京歯科大正門」下車、徒歩約5分。
②JR総武線新検見川駅南口から千葉海浜交通バス「検見川浜駅行2丁目回り」で「2丁目23街区」下車、徒歩約4分。
③JR京葉線検見川浜駅北口から徒歩約17分。

問い合わせ 真砂コミュニティセンター ☎277-2512 0277-0104

新鮮な野菜がいっぱい! 区役所朝市



今年度も開催! 市内農家直送の野菜のほか、市内の障害者施設で作られたお惣菜などを販売します。数には限りがありますので、お早めにお越しください。
日時 4月10日(日)8:30~11:00 (荒天中止)
*原則毎月第2日曜日に開催
会場 美浜区役所入口付近 (美浜保健福祉センター側)

問い合わせ
・農政課 ☎245-5758 0245-5884
・美浜区地域振興課 ☎270-3120 0270-3191

高洲コミュニティセンターの催し

- ①名画上映会
上映作品「嵐が丘」ほか
日時 4月19日(火)13:20~16:00
定員 200人 (当日先着順)
- ②男の初めて料理教室 (シューマイなど)
日時 4月24日(日)10:00~13:00
定員 16人 (事前申込先着順)
費用 2,000円 (材料費など)
- ③いなげの浜を歩くノルディックウォーキング
日時 4月26日(火)9:30~12:30
定員 25人 (事前申込先着順)
費用 800円 (ポール持参の方は600円)
- ④ルーシーダットン (タイ古式ヨガ)
日時 5月6日~27日の金曜日 9:30~10:30 全4回
定員 20人 (事前申込先着順)
費用 2,400円 (講師代など)
☎②③④直接または電話で、高洲コミュニティセンター☎277-3000。0277-0507も可 (講座名、氏名、住所、電話番号を明記)。

真砂コミュニティセンターの催し

- ノルディックウォーキング
2本のポールを使ったウォーキングです。歩いて健康づくりをしましょう。
日時 4月23日(土)9:30~13:00
対象 約6キロメートル歩ける方
定員 25人 (事前申込先着順)
費用 800円 (ポール持参の方は600円)
- 元気に! 楽しく!
うたごえ広場
ピアノの生伴奏で童謡からポップスまで皆さんと一緒に歌います。
日時 4月30日(土) 10:00~11:30
定員 100人 (事前申込先着順)
費用 500円
☎直接または電話で、真砂コミュニティセンター☎277-2512。0277-0104も可 (講座名、氏名、住所、電話番号を明記)。

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
4月7日(木) 9:00~16:00

法律相談…相続・離婚・訴訟など
火曜日、4月28日(木)
13:00~16:00
*定員各8人(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・調停中のものは不可。
住宅相談…不動産売買や賃借など
4月21日(木) 10:00~15:00
*4月7日(木)9:00から電話で(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は行いません。

申込先・問い合わせ 美浜区地域振興課 ☎270-3123 0270-3192

健康課の相談・教室案内

申し込みは電話で(予約制)

- ①健康づくり班 ☎270-2221
- ②こころと難病の相談班 ☎270-2287

会場は美浜保健福祉センター。対象は美浜区在住の方。
美浜区真砂5-15-2 ☎270-2065 kenko.MIH@city.chiba.lg.jp
区ホームページでも各種相談などの情報を掲載しています。

相談・教室名など	日時	対象者・内容など	定員	申込
栄養相談	4/7(木)・12(火)・21(木)・25(月) 9:20~14:40	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5人	①
禁煙チャレンジ相談・健康相談	4/12(火)・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。呼気一酸化炭素濃度・尿中ニコチン代謝濃度測定も実施できます。	各4人	①
精神保健福祉相談	4/14(木)15:10~16:40	対象=憂うつ・眠れない・不安・ひきこもっているなど、心の健康でお悩みの方、または家族。精神科医が相談に応じます。	3人	②
こどもの歯科相談	4/26(火)9:30~15:30	対象=乳幼児と保護者。乳幼児の歯みがきの仕方や虫歯予防などについて、歯科衛生士が個別に相談に応じます。	20人	①
成人歯科相談	4/26(火)9:30~15:30	歯周病予防などについて、歯科衛生士が個別に相談に応じます。希望者は口臭測定もできます。	5人	①
離乳食教室	4/21(木)13:00~15:00	対象=第1子で1回食を始めた6~8カ月児の保護者。簡単にできる離乳食(2・3回食)について管理栄養士が実演し、参加者による試食を行います。試食代=150円。	30人	①
歯つぴー健口教室	4/28(木)13:00~15:00 5/13(金) // 5/26(木) // 6/7(火) // 6/14(火)13:30~15:00 全5回	対象=65歳以上で、お口の健康に関心のある方やお困りの方。お口の機能チェック、むせや口の渇きを予防する体操やマッサージ、自分に合った歯みがきの実技、音楽を利用した口腔ケア、お口の機能を高めるゲームなどについて、歯科衛生士と音楽療法士が行います。5回目は歯科医師講演会「健口づくりでイキイキ長寿」です。	15人	①
母親&父親学級	5/9(月)13:20~16:00 5/16(月)9:30~12:00 または13:30~16:00 5/23(月)9:30~12:00 または13:30~16:00 全3回	対象=初めて母親・父親になる方(9月末までに出産予定) 妊娠中の生活や出産、育児についての学習と妊婦さん同士の交流を行います。2・3回目は、午前または午後を選択します。		当日 直接会場へ

消費生活相談 無料

商品やサービスの契約トラブルなど
4月14日(木)・28日(木)9:00~12:00
美浜区役所1階市民相談室
*面談による相談(当日受付11:30まで)
☎消費生活センター ☎207-3603
0207-3111

避難場所・避難所の指定の解除

避難場所・避難所として指定している旧高洲第二小学校(美浜区高洲2)について、施設の解体工事の実施により、避難場所などとして使用できなくなるため、指定を解除しました。
☎危機管理課 ☎245-5151
0245-5597

今月の区役所休日開庁日

4月10日(日) 9:00~12:30
区役所
主な 市民課 ☎270-3126
開庁窓口 保険年金課 ☎270-3131
西部市税事務所
市民税課 ☎270-3137