




みどり

人口：127,849人
(男62,577人 女65,272人)
世帯数：47,664世帯
(平成28年9月1日現在)

11/6(日) 10:00~15:00

緑区ふるさとまつり



今年も昭和の森を会場に、緑区の秋の祭典「緑区ふるさとまつり」を開催します。
24回目を迎える今回も、ステージや模擬店をはじめ、子どもから大人までのびのびと遊べる楽しいイベントを多数企画していますので、ぜひお越しください。

日時 11月6日(日)10:00~15:00 (雨天中止)
会場 昭和の森 (緑区土気町)
内容 ステージ(舞踊・和太鼓など)、伝承遊び、ミニゲーム、軽スポーツ(グラウンドゴルフ・キックターゲットなど)、フリーマーケット、模擬店、白バイ乗車体験など

問い合わせ 緑区ふるさとまつり実行委員会事務局
(緑区地域振興課地域づくり支援室内)
☎292-8105 0292-8159

無料バスのご案内

会場行 区内5カ所の乗り場から出発

| 乗り場 | 8時 | 9時 | 10時 | 11時 | 12時 |
|-------|--------|------------------|----------------------|----------------------|-----|
| 古市場町 | 00, 30 | 00, 30 | 00, 30 | 00 | — |
| 椎名公民館 | 10, 40 | 10, 40 | 10, 40 | 10 | — |
| 鎌取駅北口 | 25, 55 | 25, 55 | 25, 55 | 25 | — |
| 菅田駅南口 | 40 | 10, 40 | 10, 40 | 10, 40 | — |
| 土気駅北口 | — | 00, 15 30, 45 | 00, 15 30, 35, 45 | 00, 05, 15 30, 45 | 00 |

*「古市場町」乗り場は、古市場公園スポーツ施設のテニスコート前です。

会場発 緑公園緑地事務所前から出発

| 行先 | 12時 | 13時 | 14時 | 15時 |
|-----------------------------|-----|--------|--------|--------|
| 古市場町行 (土気駅・菅田駅・鎌取駅・椎名公民館経由) | 30 | 00, 30 | 00, 30 | 00, 30 |
| 土気駅北口行 | 45 | 15, 45 | 15, 45 | 15 |

お知らせ

- イベントは会場内の「太陽の広場」で行います。
- 駐車場は有料です(普通車400円)。なお、駐車台数に限りがありますので、公共交通機関でお越しください。当日は無料バスを運行します【上記参照】。
- まつりのチラシは、緑区地域振興課、区内の各公民館で10月中旬から配布します。

10/23日開催 まちカフェライブ

| 時間 | 会場・出演・定員など |
|---------------|--|
| ① 13:00~17:10 | 【開会式】 鎌取コミュニティセンター(おゆみ野3) 定員160人 出演 美炎(スペシャルライブ)、ブラックパンチョス、コワレテット、GLORY RAIN |
| ② 11:00~12:00 | Honda Cars千葉 鎌取店(おゆみ野3) 定員30人 出演 Team ALOHA |
| ③ 11:00~16:00 | 大多喜ガス(BeE)(おゆみ野3) 定員50人 出演 Fl.中島有子&Ko.伊東奈津代、久慈川高寿、岡崎ひとみ、松崎寛子ソプラノデュオ |
| ④ 11:30~12:30 | ALOHA屋(おゆみ野3) 定員18人 出演 Meg |
| ⑤ 12:00~13:00 | Café シェ・モア(おゆみ野中央4) 定員20人 出演 テンタビベリー |
| ⑥ 14:00~16:00 | 菅田もみの木ホール(菅田2) 定員50人 出演 柴田朝海、神田由紀子・青木智哉 |
| ⑦ 14:00~15:00 | アリス&ピーター(おゆみ野中央2) 定員30人 出演 シャンソン・エール |
| ⑧ 14:00~15:00 | ルールーリマ(おゆみ野3) 定員30人 出演 The Gospel Train |
| ⑨ 16:30~17:30 | Chou Chou Chocolat(おゆみ野3) 定員22人 出演 吉野理歩 |
| ⑩ 16:00~17:00 | 祭今日(おゆみ野5) 定員40人 出演 satomio |
| ⑪ 16:30~17:30 | Patty(おゆみ野南6) 定員35人 出演 上杉圭子Plus |
| ⑫ 17:00~18:00 | ヴィーノ・デュエ(おゆみ野3) 定員45人 出演 ふみちゃんwithM&M's |
| ⑬ 18:30~19:30 | エイ・ランドおゆみ野動物病院(おゆみ野3) 定員35人 出演 リメンバーズ |
| ⑭ 18:30~19:30 | アンカーダウン(おゆみ野3) 定員20人 出演 白石恭子 |
| ⑮ 19:00~20:00 | 緑区役所前(おゆみ野3) 定員50人 【オープニング】 出演 La Familia Son de Cuba |

* 駐車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。

チケット(サポーターズカード) 800円(前売り500円)

会場入場の際に必要となります(店舗により別途有料のドリンクなどの注文が必要) サポーターズカード販売所(前売券) 会場①⑦⑧⑨⑩⑪⑫ (当日券) 各会場(⑮を除く)

問い合わせ まちカフェライブ実行委員会 ☎090-9304-1219 (福谷さん) 緑区地域振興課地域づくり支援室 ☎292-8105 0292-8159

スポーツの秋です~身体を動かす楽しさを体験しましょう~

今から始めるウォーキング教室

日時 10月24日(月)10:00~12:30
会場 スポーツクラブルネサンス土気あすみが丘
内容 ウォーキングに関する話と実技
対象 医師から運動を禁止されていない方
定員 20人(事前申込先着順)

わくわくヘルスアップおゆみ野

日時 10月23日(日)9:30~12:30
会場 有吉小学校アリーナ
内容 運動体験、ミニ健康講座、筋肉量や血管年齢などの測定
持ち物 運動ができる上ばき、タオル、飲み物
申込方法 当日直接会場へ

申込先・問い合わせ 緑保健福祉センター健康課 ☎292-2630 0292-1804

鎌取コミュニティセンターの催し

●女性健康講座(PMS編)

日時 10月30日(日)11:00~13:00
内容 月経前症候群(PMS)の症状と原因
定員 20人(事前申込先着順)
費用 1,000円(講師代)

●香道教室

日時 10月19日(水)14:00~16:00
内容 日本古来の香道を嗜む
定員 12人(事前申込先着順)
費用 500円

申込方法 直接または電話で、鎌取コミュニティセンター

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

チャリティーぷらざ寄席

千葉大学落語研究会による落語

日時 12月18日(日) 14:30~15:30
会場 あすみが丘プラザ
定員 80人(当日先着順)

問い合わせ 土気あすみが丘プラザ ☎295-0301 0295-0350

市民相談

暮らし相談…家庭内の諸問題
月~木曜日 9:00~16:00
金曜日 9:00~15:00

交通事故相談…交通事故の諸問題
火曜日 9:00~16:00
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
10月3日(月) 9:00~16:00

法律相談…法律関係の諸問題
水曜日と10月24日(月)
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に電話で受付。
HPも可。裁判所で訴訟、調停中のものは受付できません。

住宅相談…不動産に関する諸問題
10月17日(月)
10:00~15:00
10月3日(月)9:00から電話で受付(先着8人)。

相談はすべて無料。緑区役所2階市民相談室で。12:00~13:00は除く。

申込先・問い合わせ 緑区地域振興課 ☎292-8106 0292-8159

緑保健福祉センター 健康課の相談・教室案内

申し込みは電話で

すこやか親子班 ☎292-2620
健康づくり班 ☎292-2630
こころと難病の相談班 ☎292-5066

| 相談・教室名 | 日時 | 対象者・定員 | 内容など |
|--------------------------------|---|---|---|
| 精神保健福祉相談 こころと難病の相談班 | 10/12(水)・18(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専門医による個別相談 |
| 健康づくりのための クッキング講座 健康づくり班 | ①10/18(火)10:00~14:00 ②11/8(火)10:00~14:00 | 緑区在住の方 定員=各20人(予約制) | テーマ=①減塩②血糖値対策 管理栄養士と食生活改善推進員による食事の話と調理実習。調理実習費500円。申込締切=①10/7②10/28 |
| 母子講演会 すこやか親子班 | 10/21(金)10:00~12:00 | 就学前の子を持つ保護者 定員=20人(予約制) | テーマ=子どもの生きる力を育む~自己肯定感を育てよう~ 講師=臨床心理士(託児あり先着15人) |
| 育児講座 すこやか親子班 | 10/26(水)13:30~15:00 | 乳児を持つ保護者と初妊婦 定員=30人(予約制) | テーマ=子どもの病気と事故予防 講師=小児科医師 |
| ウォーキングで わががえる 健康づくり班 | 11/2(水)10:00~12:00 | 4km程度のウォーキング ができ、運動制限のない方 定員=25人(予約制) | これからウォーキングを始めたい人におすすめです。おゆみ野四季の道を歩きます。集合・解散場所=緑区役所前広場。参加費=50円 |
| 歯っぴー健口教室 健康づくり班 | 11/4~12/2の金曜日 13:15~15:30 全5回 | 65歳以上 定員=25人(先着順) | 11/4は歯科医師講演会「口から始める認知症予防」。口の働きや音楽による口腔ケア・健口体操を学びます。11/4のみの参加も可 |
| 母親&父親学級 すこやか親子班 | 11/11・18・25の金曜日 9:30~12:00 全3回 | 来年4月頃までに初めて出産する方とパートナー。 *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、飲み物、歯ブラシ 18日は動きやすい服装で。当日、直接会場へ。 |
| ヘルスリーダー養成 教室 健康づくり班 | 11/14(月)・21(月)・28(月)、12/2(金) 13:00~15:00 全4回 | ウォーキングなどの簡単な運動を継続したい方、地域で運動グループを作りたい方。 | ウォーキングなどの運動の基礎を学び、運動を続けていくためのグループワークなどを行います。 会場=あすみが丘プラザ |

消費生活相談 無料

商品やサービスの契約トラブルなど
10月24日(月)9:00~12:00
緑区役所2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