



人口：148,692人 前月比9人増
(男72,332人 女76,360人)
世帯数：65,088世帯
(平成29年8月1日現在)

9/10(日)
開催

美浜消防署 救急フェア

美浜消防署では、9月3日から9日までの「救急医療週間」に伴い、美浜消防署救急フェアを行います。



日時 9月10日(日)9:30~12:00
会場 美浜消防署(美浜区真砂5)
内容 心肺蘇生法およびAEDの指導、消防車両展示および写真撮影、チビッコ消防記念撮影コーナー、消防ぬり絵、クイズコーナー、バルーンアート、消防音楽隊による演奏(9:30~10:00)、チーバくん&風太くんとのふれあいコーナー
*雨天時は内容を変更して実施します。

問い合わせ 美浜消防署消防課 ☎279-0119 0279-0450

お知らせ

高洲コミュニティセンターの催し

- ・大正琴で歌おう
日時 9月17日(日)13:30~14:30
定員 160人(当日先着順)
- ・邦楽コンサート(尺八・箏)
日時 9月24日(日)13:00~16:00
定員 160人(当日先着順)
☎高洲コミュニティセンター☎277-3000 0277-0507

真砂コミュニティセンターの催し

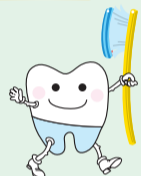
- ・バドミントン教室
日時 9月14日~10月5日の木曜日
9:30~11:30 全4回
対象 市内在住・在勤の18歳以上の方(高校生不可)
定員 30人(事前申込先着順)
費用 1,500円(保険代など)
- ・太巻き祭りずし教室
日時 9月15日(金)10:00~13:00
定員 16人(事前申込先着順)
費用 2,000円(材料費など)
☎直接または電話で、真砂コミュニティセンター☎277-2512。0277-0104も可(講座名、氏名(フリガナ)、住所、電話番号を明記)。

民生委員制度創設100周年記念公開講座

- 最期まで自分らしく生きる
~「平穏死」という生き方~
日時 9月27日(水)13:30~15:10
会場 美浜文化ホール(美浜区真砂5)
対象 区内在住の方
定員 140人(事前申込先着順)
講師 石飛幸三氏(「平穏死のすすめ」著者)
☎電話で、美浜区民生委員児童委員協議会事務局(市社会福祉協議会美浜区事務所内)☎278-3252。0278-5775も可(必要事項を明記)。

参加者募集

歯っぴー健口教室



~みんなで一緒にスマイルアップしよう!~
お口の働きや体操について楽しく学べます。ぜひ、ご参加ください。

日時 ①9月6日、②13日、③27日、④10月11日、⑤25日の水曜日 全5回
13:00~15:00

会場 ①美浜いきいきプラザ分室(高洲コミュニティ内)
②~⑤美浜いきいきプラザ(美浜区高洲3)

内容 ①歯科医師講演会「お口の健康で介護予防~知っておきたいお口の歯なし~」
②~⑤お口の健康度チェック、レクリエーション、音楽療法、歯みがき実習など
*講演会のみ、②~⑤のみの参加も可。

対象 おおむね65歳以上の方
定員 15人(事前申込先着順)
申込方法 電話で、美浜保健福祉センター健康課へ。

問い合わせ 美浜保健福祉センター健康課
☎270-2221 0270-2065

美浜区民フェスティバル

稲毛ヨットハーバー クルーザーヨット体験会

稲毛ヨットハーバーから幕張の浜の沖合を約1時間半、クルーザーヨットに乗りセーリングします。皆様のご参加をお待ちしております。

日時 10月1日(日) 午前の部10:00~11:45
午後の部13:00~14:45

対象 区内在住で小学生以上の方(小学生は保護者同乗)
定員 各27人(事前申込先着順) 費用 1人600円
申込 9月4日(月)10:00から電話で、稲毛ヨットハーバーへ。

問い合わせ ・稲毛ヨットハーバー ☎279-1160 0279-1575
・美浜区地域振興課地域づくり支援室 ☎270-3122 0270-3191

新鮮な野菜がいっぱい! 区役所朝市を開催

市内農家直送の野菜のほか、区内の障害者施設で作られた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 9月10日(日)8:30~10:30(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

健康課の相談・教室・講演会案内

会場美浜保健福祉センター(美浜区真砂5-15-2) 対象区内在住の方
☎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。

申し込みは9月1日(金)9:00から電話で(予約制)

- ①健康づくり班 ☎270-2221
- ②すこやか親子班 ☎270-2213

| 相談・教室・講演会名 | 日時 | 対象者・内容など | 定員 | 申込 |
|-------------------------------------|---|---|-----|----|
| 相 談 栄養相談 | 9/4(月)・6(水)・14(木)・20(水)・26(火)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 |
| 相 談 禁煙チャレンジ相談・健康相談 | 9/4(月)9:30~15:30 9/15(金)・20(水)13:30~15:30 | 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。呼吸一酸化炭素濃度・尿中ニコチン代謝濃度測定もできます。 | 各4人 | ① |
| 教 室 血糖値改善教室 | ① 9/13(水)13:00~15:00 ② 19(火)9:30~11:30 ③ 26(火)9:30~11:30 ④10/3(火)9:30~15:00 ⑤ 12(木)13:30~15:00 全5回 | 対象=血糖値が高い方(糖尿病治療中の方は除く)・糖尿病の疑いがある方と家族。*講演会のみ参加も可。 ①医師による講演「血糖値がちょっと気になるあなたへ~正しく知って防ごう糖尿病~」、②保健師による話と運動実技、③管理栄養士による糖尿病予防の食事の話、④個別相談、⑤歯科医師による講演会「なぜ?」が「なるほど!」に~歯周病と糖尿病の関係~ | 20人 | ① |
| 教 室 食事セミナー「みはま元気塾」 | ① 9/20(水)10:00~13:00 ②10/4(水)10:00~12:00 ③12/13(水)10:00~12:00 全3回 | 対象=医師から運動制限を受けていない65歳以上の方。 ①食事の話や調理実習、②体力測定や運動実習、③音楽療法によるお口の体操セミナー。 費用=300円 | 20人 | ① |
| 教 室 母乳教室 | 10/2(月)13:30~15:30 | 対象=母乳育児を希望する妊娠中の方(子ども同伴不可) 母乳育児について助産師がお話します。 | 30人 | ② |
| 教 室 認知症予防教室 | ①10/27(金)13:30~15:10 ②11/8(水)10:00~12:00 ③ 17(金)10:00~13:00 ④ 17(金)13:30~15:30 ⑤ 24(金)13:30~15:30 ⑥12/1(金)13:30~15:00 全6回 | 対象=認知症予防に興味のある方。*講演会のみ参加も可。 ①医師による講演「もっと知ろう!認知症」、②保健師による運動の話と実技、③栄養の話と調理実習(希望者のみ。費用=500円)、④・⑤運動の話と実技、⑥歯科医師による講演「知って得する!お口と体の意外?な関係」 | 25人 | ① |
| 講演会 もしかして?眼の病気? ~白内障・緑内障・黄斑変性など~ | 9/28(木)13:30~15:00 | 高齢者に多くみられる眼科疾患の症状・治療について、医師が講演します。 | 30人 | ① |

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
9月7日(木) 9:00~16:00

- 法律相談...相続・離婚・訴訟など
火曜日、9月28日(木)
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。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
9月21日(水) 10:00~15:00
*9月7日(水)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は相談を行いません。

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

消費生活相談 無料

商品やサービスの契約トラブルなど
9月14日(水)・28日(水)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 ☎207-3000
0207-3111

今月の区役所休日開庁日

9月10日(日) 9:00~12:30