



人口:161,007人 前月比169人減
(男80,353人 女80,654人)
世帯数:73,181世帯
(平成30年4月1日現在)

募集

防犯ウォーキングボランティア!

ひたたくり被害が増えています! 防犯グッズを着用して日頃の防犯意識を高めましょう!

稲毛区では、日頃のウォーキングや朝夕の犬の散歩などと兼ねて、防犯グッズを身につけて地域を歩く防犯ウォーキングボランティアを随時募集しています。申込時に、防犯グッズとして帽子またはネックチーフをお渡しします。気軽にできるボランティア活動ですので、ぜひこの機会にご登録をお願いします。

- 対象** 区内在住・在勤・在学の18歳以上で、原則として週1回以上活動できる方。
- 申込方法** 稲毛区役所地域振興課2階くらし安心室で申し込み。その場で帽子またはネックチーフ(どちらか選択)をお渡しします。
- 注意事項**
 - 犯罪を目撃した場合は、犯人を捕まえようとするなど危険な行為は行わず、直ちに警察に通報してください。
 - この活動は、千葉市ボランティア保険の対象外です。



稲毛区地域振興課くらし安心室
☎284-6107 ㊟284-6189

就任のご挨拶 稲毛区長 宮尾 孝



4月1日に稲毛区長に就任した宮尾 孝(みやお たかし)です。

どうぞよろしく申し上げます。稲毛区では、「思いやりと笑顔があふれ 人・地域・文化が交流する 文教のまち 稲毛区」を将来像に見据えて、皆さま方とともに区の魅力や住みやすさを向上させる地域の連携や絆づくり、安全・安心のまちづくりの実現を推進して参りたいと考えております。

今後も、区民の皆さんのお話を伺いながら、3つの大学(千葉大学、敬愛大学、千葉経済大学)や研究機関、多くの高校が立地する区の特徴をいかして、地域の活動と大学生などの若い力をつないでいく取り組みにより、活気あるまちづくりを進めたいと考えております。どうかご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

地域開催

ごみゼロクリーンデー

ごみゼロクリーンデーとは、ごみ減量・リサイクル推進週間(5月30日(火)~6月5日(火))および環境月間(6月)の記念事業として、道路上や植え込みなどに捨てられたごみ・空き缶などを収集することで、街を美しくし、同時にごみ問題について考えるイベントです。

区では、「私たちの住む街は私たちの手で」を合言葉に、地元地域における美化活動の一環として、散乱ごみを収集するごみゼロ運動の実施をお願いしています。

5月27日(日)~6月30日(土)のご都合の良い日に実施してください。

- * 収集したごみの回収など、詳しくはお問い合わせください。
- * 今年度から、区開催のごみゼロクリーンデーは実施しませんので、ご了承ください。

稲毛区地域振興課くらし安心室
☎284-6106 ㊟284-6189

食生活改善推進員(ヘルスマイト)をご存じですか?



食生活改善推進員(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、市長の委嘱を受け、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。

区では、50人以上のヘルスマイトが、公民館などを会場に生活習慣病予防のための料理教室や親子料理教室を開催し、子どもからお年寄りまで幅広い世代の方を対象に、食の大切さを伝えています。

食生活改善推進員養成講座の受講生募集
ヘルスマイトになってみたい方(おおむね60歳まで)は気軽にお問い合わせください。

日程 9月~来年2月(全6回)
会場 美浜保健福祉センター

稲毛保健福祉センター健康課
☎284-6494 ㊟284-6496

第25回稲毛区役所ランチタイムコンサート

稲毛区役所では、昼休みに定期的にミニコンサートを開催しています。

今回はフルート奏者の鈴木真理乃さんとピアノ奏者の岩本果子さんが「カンタービレとプレスト」や「美女と野獣」を演奏します。皆さんお誘いあわせの上、ぜひお越しください。

日時 5月18日(金)12:10~12:50
会場 稲毛区役所1階市民ロビー
定員 当日先着70人
* 来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

稲毛区地域振興課
☎284-6105 ㊟284-6149

新鮮な野菜がいっぱい!

区役所朝市を開催

市内産の野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 5月13日(日)8:45~10:30
* 原則毎月第2日曜日に開催

会場 稲毛区役所1階市民ロビー
稲毛農政課 ☎245-5758 ㊟245-5884



穴川コミュニティセンターの催し

フラダンス入門

日時5月14日・28日、6月11日・25日の月曜日
13:15~14:45 全4回

定員先着15人 料金2,000円

申込用紙(穴川コミュニティセンターで配布。☎から印刷可)と料金を同センターへ直接持参。

同センター ☎284-6155 ㊟284-6156

長沼コミュニティセンターの催し

ステンシルで★洋服をリメイク体験

日時5月27日(日)13:30~16:30

定員先着9人 料金1,300円

直接または電話で、長沼コミュニティセンター ☎257-6731

同センター ☎前記 ☎257-6732

各種相談案内 無料

くらし相談…日常生活上の心配ごと
月~木曜日 9:00~16:00
金曜日 9:00~15:00
交通事故相談…損害賠償や示談など
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
5月1日(火) 9:00~16:00

法律相談…相続・離婚・訴訟など
金曜日、5月22日(火)
13:00~16:00
* 定員=各8人(多数の場合抽選)。
* 相談日2週間前9:00~1週間前17:00に電話。電子申請も可。
* 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
5月15日(火) 10:00~15:00
* 5月1日(火)9:00から電話で予約(先着8人)

稲毛区役所2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 稲毛区地域振興課
☎284-6106 ㊟284-6189

今月の区役所休日開庁日
5月13日(日)9:00~12:30
主な 市民総合窓口課
開庁窓口 市税出張所

健康ひろば

稲毛保健福祉センター健康課では、健康に関する相談や教室などを開催しています。参加する際は、体調を確認の上、お越しください。



相談・教室など	日時・会場	内容・対象など	定員	申込
栄養相談	5/11(金)・14(月)・24(木)・29(火) 9:30~15:00	管理栄養士による離乳食や生活習慣病予防など、食事についての個別相談。特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
成人歯科相談	5/11(金)・24(木) 9:30~15:00	歯科衛生士による歯周病予防など歯の健康についての個別相談。口臭測定もできます。対象=成人	各4人	②
禁煙相談・健康相談	5/11(金)・14(月)・23(水)・24(木) 10:00~15:30	保健師などによる禁煙の取り組み方や生活習慣病予防、健診結果の見方などについての個別相談。禁煙相談の方は、尿中ニコチン代謝濃度や呼気中の一酸化炭素濃度の測定もできます。	各4人	②
乳幼児歯科相談	5/24(木) 9:20~15:00	歯科衛生士による仕上げみがきの方法や虫歯予防など歯の健康についての個別相談。対象=0歳~就学前児	15組	②
精神保健福祉相談	5/25(金)15:10~17:10	精神科医による個別相談。対象=憂うつ・眠れない・不安・ひきこもりなど、心の健康でお悩みの方または家族	3人	③
女性の健康相談	5/28(月)10:00~12:00	助産師によるライフサイクルに伴う女性の心と体の不調などについての個別相談	2人	②
ぴーなっつくらぶ	5/18(金)10:00~11:30	日ごろの思いや悩みを話し合う交流の場です。対象=双子、三つ子と保護者(妊娠中も可)。問い合わせは①へ。	-	-
ヘルスサポーター養成教室	5/22(火)・29(火)、6/5(火)・12(火) 10:00~12:00 全4回	地域で運動の輪を広める支援者を育成するため、ラジオ体操・ウォーキングなどの運動を実施します。対象=運動や健康づくりに興味があり、地域で運動を継続したい方、健康課の運動教室などを手伝える方。	20人	②
離乳食教室	5/22(火)13:00~15:00	離乳食(2・3回食)の進め方の話と実演・試食。対象=第1子で1回食を始めた6~8カ月児を持つ保護者。料金=200円。持ち物=母子健康手帳、筆記用具、試食用の皿とスプーン、抱っこひも(子連れの場合)	25人	②
母子講演会「イヤイヤ期と上手につきあうために」	6/11(月)10:00~12:00	臨床心理士による2歳児の特徴と関わり方についての講演 * 託児あり(定員15人)	30人	①

場所 稲毛保健福祉センター(稲毛区穴川4-12-4)

☎5月1日(火)9:00から電話で、稲毛保健福祉センター健康課各班へ

特に記載のないものは予約制(当日受付不可)

詳しくは、(千葉市 稲毛区健康課) ☎

①すこやか親子班 ☎284-6493 ②健康づくり班 ☎284-6494 ③こころと難病の相談班 ☎284-6495 ㊟284-6496