



参加者募集

第26回 中央区ふるさとまつり

10月21日(日)に中央公園(中央区中央1)などで開催する、中央区ふるさとまつりの参加者を募集します。



ステージ出演者募集

会場 中央公園ステージ・栄町ロードステージ
対象 代表者が区内在住・在勤・在学の2人以上のグループ

出店者募集

会場 中央公園
*テント・イスなどの貸し出しは有料。持ち込み原則不可。
*食品を扱う団体は、保健所の営業許可または届出が必要です。

応募方法

8月13日(月)消印有効。応募用紙に必要事項を記入して、〒260-8733中央区中央3-10-8中央区ふるさとまつり実行委員会事務局へ郵送(ステージ出演者は、出演内容が分かるDVD、写真なども提出)。FAX・Eメールも可。多数の場合選考。
*応募用紙は、中央区役所地域振興課などで配布。区ホームページから印刷も可。[中央区ふるさとまつり](#)
*出演者・出店者は、9月14日(金)に開催する説明会にご参加ください。

応募先・問い合わせ

中央区ふるさとまつり実行委員会事務局(中央区地域振興課内) ☎221-2105 ㊟221-2179 ㊠chiiki.CHU@city.chiba.lg.jp



蘇我コミュニティセンターの催し

①そがコミ寺子屋(夏休み自習教室)
夏休みは蘇我コミュニティセンターで自習しよう。

日時8月2日(休)~31日(金)9:30~16:30
土・日曜日は除く

対象小・中学生
定員各当日先着24人

②水鉄砲であそぼう!
のが破れたら負けの水鉄砲勝ち抜き大会を行います。

日時8月5日(日)①10:00~10:30、
②10:30~11:00

対象①小学1~3年生、②小学4~6年生

定員各先着20人
料金500円(水鉄砲、的代込)
持ち物着替え、タオル、ゴーグル(必要な方のみ)

③東京五輪音頭2020 踊り方講習会

みんなで一緒に五輪音頭を覚えて、オリンピック・パラリンピックを盛り上げましょう。当日直接会場へ

日時8月7日(火)10:00~12:00(予定)

④うたごえ広場

童謡からポップスまで、ピアノ演奏に合わせてみんなで一緒に歌いましょう。

日時8月19日(日)10:00~11:30

定員先着150人 料金500円

⑤初心者向け 殺陣体験教室

映画撮影の現場で実際に使用している殺陣を基礎に、初心者向けの内容をレクチャーします。

日時8月26日(日)13:00~15:00

対象中学生以上の方

定員先着20人 料金500円

㊠㊡㊢㊣㊤直接または電話で、蘇我コミュニティセンター☎264-8331

㊦同センター☎前記㊦265-2796

参加者募集

歯っぴー健口教室

口の働きについて、楽しく学び、実践することで誤えん性肺炎などの予防を目指す教室です。ぜひ、ご参加ください。



ストローゲーム
お口の周りの筋力アップ



「口の手入れの美容」
舌ブラシや歯間ブラシの
使い方など、歯科衛生士
と確認します。

日時 8月29日(水)、9月5日(水)・12日(水)・19日(水)10:00~12:00 全4回
会場 中央保健福祉センター(きぼーる12階)
内容 噛む力やお口の健康チェック、口の体操、歌やゲーム、手入れの実習など
対象 区内在住で65歳以上の方
定員 先着20人
申込方法 電話で、中央保健福祉センター健康課へ。



㊦中央保健福祉センター健康課 ☎221-2582 ㊟221-2590

母子講演会 赤ちゃんと遊ぼう

子どもの心を育てる関わり方を学ぶ講演会です。親子遊びも行います。ぜひ、ご参加ください。



日時 8月29日(水)10:00~12:00
会場 中央保健福祉センター(きぼーる12階)
内容 心理士による講演会、保育士による親子遊び
対象 区内在住の乳児と保護者
定員 先着15組
申込方法 電話で、中央保健福祉センター健康課へ。

㊦中央保健福祉センター健康課 ☎221-2581 ㊟221-2590

健康ひろば

中央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・教室名	日時	対象者・定員	内容など
栄養相談 ㊦健康づくり班	8/2(木)・6(月)・21(水)・30(木)、 9/5(水)9:30~14:30	定員=各4人	管理栄養士による相談。健診データや食事記録を持参してください。
健康づくり・禁煙相談 ㊦健康づくり班	8/7(水)・21(水)・24(金)・31(金) 9:30~12:00	健康・禁煙について相談したい方 定員=各2人	保健師による生活習慣病予防のための個別相談。体脂肪などの測定もできます。禁煙希望の方には、ニコチン依存度測定や禁煙方法を紹介します。
精神保健福祉相談 ㊦こころと難病の相談班	8/9(木)10:00~12:00 27(月)14:00~16:00	こころの健康でお悩みの方、または家族 定員=各3人	憂うつ、眠れない、不安などの悩みについて、専門医が相談に応じます。
歯科相談 ㊦健康づくり班	8/22(水)9:30~15:30	虫歯予防や歯周病などを相談したい方 定員=乳幼児14人、成人6人	歯や義歯の手入れ、歯周病の予防など歯科衛生士が個別に相談に応じます。口臭が気になる方は口臭測定ができます。
母乳教室 ㊦すこやか親子班	8/24(金)10:00~12:00	妊娠中の方 定員=30人 *お子さんの同席はご遠慮ください。	助産師による講演。母乳育児のポイントについてお話しします。
65歳からの簡単クッキング ~時短クッキング~ ㊦健康づくり班	8/24(金)、9/7(金) 10:30~13:00 全2回	区内在住の65歳以上の方 定員=20人	電子レンジやフリージングの活用、災害時にも役立つ缶詰を使用した簡単調理実習。 料金=1,000円
離乳食教室 ㊦健康づくり班	8/28(水)13:00~15:00	第1子で6~8カ月の子どもを持つ母親 および家族	離乳食の具体的な進め方と試食および実演。 料金=200円
女性のための健康相談 ㊦健康づくり班	8/29(水)10:00~12:00	女性 定員=2人	助産師による女性の生涯にわたる健康に関する相談。
母親&父親学級 ㊦すこやか親子班	9/4(水)13:00~15:30、 12(水)・19(水)9:30~12:00 または13:00~15:30 全3回	母親・父親になる方(来年1月ごろまでに 出産予定の方)	妊娠中の生活・出産・育児についての実習、友達づくりなど。 持ち物=母子健康手帳、筆記用具、飲み物、手鏡 当日直接会場へ *全回への参加が難しい方はご相談ください。

㊦所 中央保健福祉センター(中央区中央4-5-1きぼーる12階)
㊦8月1日(水)9:00から電話で、中央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 中央区健康課](#)

㊦ すこやか親子班 ☎221-2581 健康づくり班 ☎221-2582 こころと難病の相談班 ☎221-2583 ㊟221-2590

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
木曜日 9:00~15:00
交通事故相談…損害賠償や示談の進め方
火曜日 9:00~15:00
金曜日 9:00~16:00
*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、県などへの要望・意見
8月6日(月) 9:00~16:00

法律相談…金銭借借・相続・離婚など
木曜日、8月27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から1週間前の17:00までに電話で申し込み。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
8月20日(月) 10:00~15:00
8月6日(月)9:00から電話で申し込み(先着8人)

相談はすべて無料。
中央区役所5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 中央区地域振興課
☎221-2106 ㊟221-2179

今月の区役所休日開庁日

8月12日(日)9:00~12:30

主な 市民総合窓口課 ☎221-2109
開庁窓口 市税出張所 ☎221-2136