



いなげ救急フェア2019

9月9日は
救急の日

稲毛消防署では、区民の皆さんとふれあい、救急への理解を深めていただくため、救急の日にちなみ、いなげ救急フェア2019を開催いたします。

- 日時** 9月15日(日)10:00~12:00 雨天中止
- 場所** フレスポ稲毛駐車場 (稲毛区長沼原町731-17)
- 内容**
- AED(自動体外式除細動器)を含む、心肺蘇生法体験コーナー
 - こどもふれあいコーナー(救急・消防隊員着用体験)
 - 消防車両展示(救急車、梯子車、消防ポンプ車、消防団車両)
 - 消防音楽隊によるミニコンサート
 - 住宅火災警報器展示・相談コーナー
 - 消防団員募集コーナー



稲毛消防署消防第一課 ☎284-5111 ㊟284-5175

*内容は都合により変更する場合があります。

お知らせ

穴川コミュニティセンター

気功体験会

日時9月11日・25日、10月9日・23日、11月13日・27日の水曜日13:00~14:50 全6回

対象成人 定員先着10人

料金1回500円(6回で3,000円)

手づくりパン教室(バジマヨパン)

日時9月20日(金)10:00~12:00

対象成人 定員先着10人

料金1,500円

フラワーアレンジメント教室

ラベンダーのリースを作ります。

日時9月15日(日)9:30~12:00

対象中学生以上の方 定員先着10人

料金2,500円

①いずれも申込書に記入の上、料金を添えて穴川コミュニティセンターへ。

②同センター☎284-6155㊟284-6156

長沼コミュニティセンター

①みんなで踊ろう! スクエアダンス体験会

8人1組となり、合図に合わせてマスゲームのように隊形を変えるダンスです。軽い運動や脳トレにもなります。

日時9月7日~28日の土曜日13:00~14:45 全4回

対象小学生以上の方 定員先着20人

②JAZZ&吹奏楽スペシャルコラボコンサート

社会人ジャズバンドと、地元中学校吹奏楽部によるコラボレーションコンサートです。

日時9月22日(日)14:00~16:00

定員先着174人

①①直接または電話で、長沼コミュニティセンターへ。②当日直接会場へ。

③同センター☎257-6731㊟257-6732

11/3祝開催 ジェフ千葉ホームゲームに稲毛区の皆さんを 無料招待!!



ジェフ千葉のホームゲームに稲毛区民の皆さんをご招待します。ぜひ、この機会にプロサッカー選手の迫力あるプレーとスタジアムの臨場感をお楽しみください!

日時 11月3日(祝)14:00試合開始 対ツエーゲン金沢

会場 フクダ電子アリーナ(中央区川崎町1-20)

対象 区内在住の方

定員 250組500人(多数の場合抽選)

席種 SA自由席

募集期間 9月1日(日)~15日(日)

申込方法 ジェフ千葉公式ホームページ内応募フォームまたは【下記】コードから。往復はがきも可(9月15日(日)消印有効)。往復はがきの場合、代表者の氏名(ふりがな)、住所、電話番号、生年月日、Eメールアドレス(お持ちの方)、ジェフの試合観戦回数を明記して、〒260-0835中央区川崎町1-38ジェフユナイテッド株式会社「稲毛区民招待受付係」へ。

応募条件 応募フォームで申し込む場合、シーズンシート会員またはファンクラブ会員でない方は、ファンクラブスタート会員(無料会員)の加入が条件となりますので、あらかじめご了承ください。

当落通知 10月1日(火)から、メールまたははがきで順次お知らせします。

☎ジェフユナイテッドファンクラブ事務局 ☎0570-064-325
稲毛区地域振興課地域づくり支援室 ☎284-6105 ㊟284-6149



応募フォームを読み込みます

血糖値が気になる方の教室

日頃の生活習慣を振り返り、糖尿病を予防するための教室を開催します(6回1コース)。ぜひ、ご参加ください。

日時	内容
10月1日(火) 13:00~14:30	生活習慣の振り返り、食事の話①
10月10日(木) 13:00~15:00	内科医師講演会「血糖値が気になる方へ」
10月15日(火) 13:00~15:00	食事の話②
10月29日(火) 13:30~15:30	歯科医師講演会「歯周病と糖尿病の深〜い関係」
11月5日(火) 13:00~15:00	健康運動指導士による運動
11月19日(火) 10:00~13:30	食事の話③、調理実習(実習費500円)

*医師・歯科医師講演会のみ参加も可。

会場 稲毛保健福祉センター2階

対象 治療中の方を除く血糖値が気になる方および家族

定員 先着30人

申込方法 電話で、稲毛保健福祉センター健康課へ。

☎稲毛保健福祉センター健康課 ☎284-6494 ㊟284-6496

第43回稲毛区役所ランチタイムコンサート

稲毛区役所では、お昼休みに定期的にミニコンサートを開催しています。

今回はサクソ奏者のWaKaNaさんが、Saxcess Story、Sweet Memoriesなどを演奏します。皆さんお誘いあわせの上、ぜひお越しください。

日時 9月20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100人(立ち見可)

*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



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	
相談	歯科相談	9/10(火)・27(金)9:20~15:00	歯科衛生士による歯周病予防や虫歯予防など歯についての個別相談。	15組	②
	栄養相談	9/13(金)・19(木)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、食事の個別相談。	4人	②
	女性の健康相談	9/25(水)10:00~12:00	助産師による女性の心と体の不調などについての個別相談。	2人	②
	精神保健福祉相談	9/26(木)15:10~17:10	精神科医による個別相談。憂うつなど、心の健康でお悩みの方や家族。	3人	③
教室	母親&父親学級	9/25(水)、10/9(水)・16(水) 13:30~16:00 全3回	妊娠や出産・育児についての学習や実習。対象=1月ごろまでに産出を迎える方およびパートナーの方。	30人	①
	離乳食教室	9/27(金)13:00~15:00	第1子で6~8カ月児の保護者向けの離乳食の話と試食等。料金=200円。	25人	②
	プラチナ食事セミナー	①10/4(金)10:00~13:00、②10/25(金)、③来年1/31(金) 10:00~12:00	望ましい食生活と運動の実践方法を学ぶ教室。①調理実習、②筋トレ、③食事の振り返り・脳トレ。対象=65歳以上。料金=300円。申込期限=9/26(木)。会場=千草台公民館*公共交通機関をご利用ください。	各16人	②
講演会(その他)	イヤイヤ期と上手に付き合うために	10/10(木)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会。対象=1歳6カ月~2歳児と保護者。託児あり(先着15人)。	30人	①
	糖尿病の講演会	10/10(木)13:00~15:00	医師による糖尿病の予防法、治療法についての講演会。	30人	②
	知ろう!学ぼう!認知症	10/17(木)13:00~15:00	医師による認知症についての講演会。本人や家族の認知症予防・また認知症に対する偏見をなくし、正しい知識を学ぶ機会です。	30人	②

☎稲毛保健福祉センター(稲毛区穴川4-12-4) ☎9月2日(月)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

実りの秋!区役所朝市を開催

市内産の野菜などを販売します。数に限りがありますので、お早めにお越しください。

日時 9月8日(日)8:45~10:15(雨天決行)

*原則毎月第2日曜日に開催

会場 稲毛区役所1階ロビー

☎農政課 ☎245-5758 ㊟245-5884

各種相談案内

- 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
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…行政活動全般に関する相談
9月3日(火) 9:00~16:00

- 法律相談…相続・離婚・訴訟など
金曜日・9月24日(火) 13:00~16:00
定員=各8人(多数の場合抽選)
相談日の2週間前の9:00~1週間前の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
9月17日(火) 10:00~15:00
9月3日(火)9:00から電話で予約(先着8人)

相談はすべて無料。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

9月8日(日)9:00~12:30

主な 市民総合窓口課
開庁窓口 市税出張所