



いなげ

人口:160,231人 前月比36人減
(男80,003人 女80,228人)
世帯数:77,416世帯
(2023年12月1日現在)

稲毛区の活性化のための活動を募集します

区では、地域課題の解決や稲毛区の活性化のための活動に対して、活動資金の支援を行います。ぜひご応募ください。

対象団体 町内自治会、ボランティア団体、市民活動団体、商業団体、NPO団体、市内の学生団体

対象活動 区内で実施される、地域の課題解決や地域活性化に貢献する活動

審査方法 第1次審査=書類審査、第2次審査=公開プレゼンテーション (2月中旬~下旬の予定)

募集期間 1月4日(休)~26日(金)17:30必着。

申請方法 稲毛区地域づくり支援課で配布する募集要項または、区ホームページをご覧ください。詳しくは、[稲毛区 地域活性化支援事業](#)

支援区分	支援対象	補助金額(上限額)	補助率
地域づくり活動支援 ①区テーマに基づく活動支援	① 区が設定するテーマ(以下のいずれか)に基づく対象活動 ・学生・若者による地域づくりの実践 ・次世代へつなげる町内自治会活動 ・地域を守る防犯力の向上 ・文化・スポーツ交流を通じた共生の地域づくり ~多様性を尊重する地域づくりを目指して~ ・買い物支援で買い物弱者の応援	年間20万円	10/10
②地域活性化活動支援	② ①に該当しない対象活動		
地域拠点支援	地域活動拠点として、新たに区内の不動産賃貸借契約が可能な空き店舗などを活用する際の家賃補助を行います。	年間120万円 (月額10万円)	市内の学生団体 10/10 その他の団体 1/2

- *①区テーマに基づく活動支援と認められた場合、採点点数の上乗せがあります。
- *補助期間は4月1日~来年3月31日。過去に補助を受けた活動についても3回まで申請可能。
- *本事業は、令和6年度予算成立後に決定するため、補助金額など、内容が変更となる場合があります。

稲毛区地域づくり支援課 ☎284-6105 ☎284-6149



穴川コミュニティセンター

①食肉料理講習会

国産のお肉を使って楽しく料理いたします。

1月31日(休)10:00~13:00

成人 先着20人

エプロン・三角巾・布巾3枚・ラップ・筆記用具

②落語団体「ふくぶくろ」寄席

千葉大学落語研究会OB会による寄席を開催いたします。

1月27日(出)13:30~16:00

先着50人

①1月24日(休)までに、電話で穴川コミュニティセンター☎284-6155。②当日、直接同センターへ。

同センター☎前記☎284-6156

長沼コミュニティセンター

①みんなであそぼうさい

体験型防災イベント。梯子車体験や制服着用体験など。楽しみながら「いざ」に備えよう。

1月27日(出)10:00~14:00

②ほかほかブタまんづくり

ブタの顔の形をした可愛いブタまんを作ります。

1月20日(出)10:00~12:30

4歳以上の方(小学生以下保護者同伴)

先着10組 2,000円

①当日直接会場へ。②1月13日(出)までに直接または電話で、長沼コミュニティセンター☎257-6731

同センター☎前記☎257-6732

区役所は改修工事を行っています

駐車場台数が減少しているため、公共交通機関をご利用ください。

また、区役所の出入り口および通路が変更されていますのでご注意ください。

稲毛区総務課

☎284-6102 ☎284-6149

食の実践教室 すこやか幼児食育講座 昨年度も好評!

食事を中心に、管理栄養士、保健師、歯科衛生士が実施する食育講座です。子どもや家族の食事についてのお話、むし歯にさせない歯みがきのコツについて学び、お悩みを解決しませんか? おすすめおやつレシピの紹介や試食もあります。お気軽にご参加ください。

日時 1月11日(休)10:00~11:30

場所 長沼コミュニティセンター

内容 幼児と保護者の食事について

食育紙芝居

手作りおやつレシピの紹介と試食

むし歯予防と歯磨きのコツ

保健師、管理栄養士、歯科衛生士による個別相談会

対象 1歳以上の就学前児と保護者

定員 先着10組

持ち物 飲み物、ハンドタオル、お子様が好きなおもちなど

申込方法 直接または電話で、長沼コミュニティセンター☎257-6731へ

稲毛区健康課 ☎284-6494 ☎284-6496

「稲毛区防犯士」が誕生しました

稲毛区では今年度、防犯に関する知識や対策を学び、「地域を守る目」となる防犯士を養成する連続講座や防犯公開講座を行いました。

防犯士の皆さんには、講座で得た知見を地域での防犯パトロールなどで活用していただきます。個人で実践できる犯罪の未然防止策など、講座内容の詳細をホームページでご紹介していますので、ぜひご覧ください。

稲毛区防犯士養成講座

稲毛区地域づくり支援課 ☎284-6107 ☎284-6149



健康ひろば

稲毛区健康づくりスローガン 歩け稲毛あなたのいっぽ!

健康のために、あなたのいっぽ、踏みだしてみませんか?

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・教室名など	日時	内容・対象など	定員	申込	
相談	健康に関する相談	詳細はお問合せください。	④管理栄養士、⑧歯科衛生士、⑨保健師などの看護職による個別相談。詳細はお問い合わせください。	④⑧⑨各4人	②
	精神保健福祉相談	1/25(木)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。 *精神科・心療内科通院中の方は除く	3組	③
教室	ぴーなっつくらぶ	2/6(火)10:00~11:00	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)	無	①
	母乳教室	2/28(水)9:30~11:30	母乳育児について、助産師による講義と実技。対象=区内在住の妊娠中の方(こどもの同伴不可) 持ち物=母子健康手帳、母子健康手帳別冊、筆記用具、飲み物。 申し込み=1月12日(金)(応募多数の場合抽選)	14組	①
	歯っぴー健口教室	1/22(月)・29(月) 10:00~12:00 全2回	日常生活で簡単に取り入れられる口腔ケア、口の体操などから、口の機能を維持していくことを目指す教室です。対象=区内在住の65歳以上の方。	20人	②
	離乳食教室	1/16(火)13:00~15:00	離乳食2~3回食の進め方の講話と実演、個別相談。対象=第1子で1回食を始めた6~8カ月児を持つ保護者。 試食代=200円(千葉市 乳児期の食生活(離乳食))	20人	②
	プラチナ食事セミナー	1/24(水)10:00~13:00 2/7(水)10:00~12:00 2/21(水)10:00~12:00 全3回	いつまでも健康で過ごすために、望ましい食生活と運動の実践方法を学ぶ教室です。1食分程度の試食があります。 ①食事の話・調理実習(材料費300円)、②トレーナーによる簡単筋トレ・測定等、③塩分の話・グループワーク。 対象=区内在住の65歳以上で運動に制限の無い方	15人	②
講演会	ぐっすり眠れていますか?~シニア世代の睡眠について~	1/31(水)13:00~15:00	市医師会医師による、高齢期の睡眠サイクル、睡眠リズムをつけるために日常生活でできることについての講演会。 対象=区内在住の65歳以上の方	36人	②

稲毛保健福祉センター(稲毛区穴川4-12-4)

1月4日(休)9:00から電話で、同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

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
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
1月9日(火) 9:00~16:00

法律相談...相続・離婚・訴訟など
金曜日、1月23日(火)
13:00~16:00

定員=各6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までに電話で申し込み。電子申請も可。
1人30分、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
1月16日(火) 10:00~15:00
1月4日(休)9:00から電話で予約(先着8人)

12:00~13:00は相談を行いません。

申込先・問い合わせ

稲毛区地域づくり支援課
☎284-6106 ☎284-6149

今月の区役所休日開庁日

1月14日(日)9:00~12:30