



2月23日(祝)開催

美浜区地域活性化支援事業 公開プレゼンテーション

美浜区地域活性化支援事業とは、地域の課題解決や活性化など、区民の皆さんが主体的に行う取り組みに対して、区が活動資金の支援を行う制度です。
来年度の支援対象の活動を選ぶため、実施団体がその活動を説明するプレゼンテーションを行います。
区民の皆さんの取り組みと審査の過程を広く知っていただくため、プレゼンテーションを公開します。ぜひご参加ください。

日時 2月23日(祝)9:00~12:00
会場 美浜保健福祉センター4階大会議室
定員 20人(当日先着順)



☎美浜区地域づくり支援課 ☎270-3122 ☎270-3191

幕張ベイ・グリスロプラス 住民フォーラムを開催します！

グリスロプラスとは、グリーンスローモビリティ(通称グリスロ。時速20キロメートル未満で公道を走ることができる電動車を活用した小さな移動サービス)によって多様なコミュニティをつなぎ、しあわせな地域社会を目指す取り組みです。2024年度の千葉市グリスロ実証調査の実施に向け、住民フォーラムを開催します。当日は走行ルート創造のワークショップの成果やグリスロ無料試乗会(10:00~11:30)のほか、打瀬中学校吹奏楽部による演奏(13:40頃~)もあります。



日時 2月17日(土)14:00~16:00(13:30~受付)
会場 打瀬公民館ホール
内容 一般財団法人日本自動車研究所による「次世代モビリティと地域社会デザイン~実践例」の講演
「幕張ベイ×グリスロプラス=未来のまちづくり」の座談会

☎幕張ベイ・グリスロプラス ☎090-7847-1159
交通政策課 ☎245-5352 ☎245-5568

食の実践教室 簡単！バランスごはん

育児や仕事で忙しい毎日、食事を簡単にバランスよく食べるコツは？我が家のレパートリーを増やしてみませんか。

日時 2月20日(火)10:00~12:30
会場 美浜保健福祉センター
内容 簡単にバランスよく食べる工夫やレシピ紹介、実演や試食など
対象 妊娠中や子育て中の方など
定員 10人
料金 100円(試食代)
申込方法 2月1日(木)9:00から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ。

☎美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 ☎270-2065

令和6年1月4日から

美浜文化ホールに図書返却ポストを設置しました

ポストに返却できるのは、千葉市が運営する各図書館および各公民館図書室の本のみです。CDなどの視聴覚資料や紙芝居などの大型本は、千葉市図書館のカウンターにお返しください。なお、ポストに投入された本は、ただちに返却済みの状態にはなりません。すぐに本を借りたい場合は、貸出上限冊数(10冊)を超えてしまうことがありますので、千葉市図書館のカウンターにお返しください。

利用時間 9:00~22:00
*年末年始および2月第2土曜日はご利用できません。

場所 美浜文化ホール1階ホール側出入口
☎千葉市中央図書館 ☎287-3980 ☎287-4074

消防フェア美浜を開催します

3月1日~7日に実施される春の火災予防運動の一環として、消防フェア美浜を開催します。区民の皆さまに火災予防の意識を強く持っていただけるよう、消防車両の展示や消火体験など、見て・体験できるコーナーを用意してお待ちしております。ちはなちゃんも遊びに来ます！

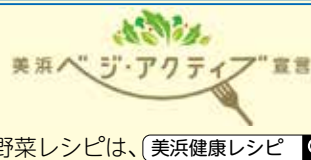


日時 3月2日(土)10:00~12:00 雨天中止
会場 イオンモール幕張新都心南平面駐車場(アクティブモール裏)
美浜区豊砂1-1
内容 消防車両の展示、消火器での消火体験、子供用消防服体験コーナー、住宅用火災警報器・感震ブレーカーのデモ機展示など

☎美浜消防署予防課 ☎279-0196 ☎279-0450

健康ひろば

美浜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、体調を確認し、お越しください。



野菜レシピは、美浜健康レシピ

相談・教室名	日時	対象・内容など	定員
栄養相談 ☎健康づくり班	2/6(火)・16(金)・22(木)・29(木)、 3/5(火)9:20~15:00	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4人
大人の歯科相談 ☎健康づくり班	2/7(水)・15(木)、3/4(月)・5(火) 9:20~15:20	歯や義歯の手入れ、虫歯や歯周病などについて、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、口臭測定もできます。	各5人
子どもの歯科相談 ☎健康づくり班	2/7(水)、3/5(火)9:30~15:30	虫歯予防、お口の手入れ方法などについて、歯科衛生士が個別に相談に応じます。	各15人
精神保健福祉相談 ☎こころと難病の相談班	2/8(木)15:10~16:40	精神科医師が相談に応じます。 対象=憂うつ・眠れない・不安・ひきこもっているなど、こころの健康でお悩みの方または家族	3人
禁煙チャレンジ相談・健康相談 ☎健康づくり班	2/9(金)・19(月)9:30~15:30	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。呼気一酸化炭素濃度・尿中ニコチン代謝濃度測定も実施できます。	各4人
女性のための健康相談 ☎すこやか親子班	3/19(火)10:00~12:00	妊娠・出産に関することや、思春期から更年期までの女性の健康に関する不安や疑問などについて、助産師が相談に応じます。	2人
母親&父親学級 ☎すこやか親子班	3/1(金)9:30~12:00または 13:15~15:45 8(金)9:30~12:00 全2回	妊娠中の生活や出産、育児について学びます。 対象=7月末までに出産予定の妊婦とそのパートナー *申し込み多数の場合抽選。詳細はホームページをご覧ください。	20組
離乳食教室 ☎健康づくり班	3/5(火)13:00~15:00	2回食、3回食の進め方について。実演・試食。対象=1回食を始めた6~8カ月児の保護者(託児なし)。料金=200円(試食代)	16人
食事セミナー「みはま元気塾」 ☎健康づくり班	3/18(月)13:00~15:30	フレイル予防のための食事や、カルシウムのとり方についての話と実演・試食。トレーナーによる運動実技。 対象=医師から運動制限を受けていない65歳以上の方。 料金=100円(試食代)	8人

☎美浜保健福祉センター(美浜区真砂5-15-2) 全て予約制(当日受付不可)
☎2月1日(木)9:00から美浜保健福祉センター健康課各班へ。 詳しくは、千葉市 美浜区健康課
☎すこやか親子班☎270-2213 健康づくり班☎270-2221 こころと難病の相談班☎270-2287 ☎270-2065



高洲コミュニティセンターの催し

- ①女性のための眠りにつなげるボディメンテナンス
☎2月5日(月)・19日(月)・26日(月)18:40~19:50
☎各先着15人
☎1回1,000円
- ②ノルディック・ウォーキング
☎2月11日(祝)9:30~12:00
☎5kmほど歩ける方
☎先着10人
☎800円(ポール持参の方は600円)
- ③大正琴ふれあいコンサート~懐かしい大正琴の調べに乗せて、思い出の曲の数々~
☎2月25日(日)13:00~15:00
☎ホール1
☎100人(当日先着順)
☎①②直接または電話で、高洲コミュニティセンター☎277-3000。☎277-0507も可(必要事項12面を明記)。③当日直接会場へ。

真砂コミュニティセンターの催し

- ①ストレッチポールピラティス
☎2月5日~26日の月曜日15:30~16:40
☎各先着10人
☎1回1,200円
- ②ボールで筋膜リリース
☎2月6日(火)・13日(火)9:30~10:40 全2回
☎先着20人
☎1,500円
- ③気軽に防災体験
起震車での地震体験や煙体験ができます。
☎2月11日(祝)10:00~15:00 雨天中止
- ④太巻き祭りずし教室
完成後の断面が「ラッパ水仙」となる太巻き祭りずしを作ります。
☎3月10日(日)10:00~12:30
☎先着16人
☎2,000円(材料代など)
☎①②④直接または電話で、真砂コミュニティセンター☎277-2512。☎277-0104も可(必要事項12面を明記)。③当日直接同センターへ。

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
2月1日(木) 9:00~16:00

法律相談…相続・離婚・訴訟など
毎週火曜日、2月22日(木)
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。
*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
2月15日(木) 10:00~15:00
*2月1日(火)9:00から電話で予約(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 美浜区地域づくり支援課 ☎270-3123 ☎270-3192

今月の区役所休日開庁日

2月11日(祝)9:00~12:30