



ごみゼロクリーンデーに参加しよう!

「私たちの住む街は私たちの手できれいにしよう」を合言葉に、地域でのごみゼロクリーンデーの開催をお願いしています。開催される団体にはごみ袋の提供を行っていますので、【下記】へお申し込みください。個人の方の申し込みもお待ちしております。今年度区開催は実施しませんので、ぜひ地域開催にご参加ください。

期 間 5月28日(日)~6月30日(金)
*期間内でご都合のよい日に実施してください。
*ごみ袋の申込方法や、収集したごみの回収方法など、詳しくは【下記】へお問い合わせいただくか、ホームページをご確認ください。[美浜区 ごみゼロ](#)
問美浜区地域づくり支援課 ☎270-3123 ㉺270-3192

追加募集 美浜区地域活性化支援事業

美浜区では、地域の課題解決や活性化のための取組みを主体的に行う団体に対して、活動資金などを支援します。現在、令和5年度の活動団体の追加募集を行っています。詳しくは【下記】へお問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。[美浜区地域活性化](#)
問美浜区地域づくり支援課 ☎270-3122 ㉺270-3191

5・5まつりを4年ぶりに開催!

子どもたちの健やかな成長、地域の交流がテーマのおまつりです。イベントやゲームなど、たくさんの企画で皆さんの来場をお待ちしています。
*模擬店、フリーマーケットは実施しません
日 時 5月5日(祝)10:00~15:00
*都合により終了が早まる場合があります。
会 場 高洲コミュニティセンター
*会場へは公共交通機関をご利用ください。
問高洲コミュニティセンター ☎277-3000 ㉺277-0507

5月22日(月) 千葉みなと市民センターがオープンします

千葉中央コミュニティセンター2階にある市役所前市民センターが千葉市役所内へ移転し、名称を変更します。詳しくは、[全市版11面](#)をご覧ください。
問千葉みなと市民センター ☎248-5701 ㉺238-2255

電話de詐欺にご注意を!

区内で、電話de詐欺が多発しています。ご注意ください。
1~2月の被害状況
件数 11件
被害額 53,001,000円
問電話de詐欺相談専用ダイヤル ☎0120-494-506

就任のご挨拶

美浜区長 中島 千恵

4月に美浜区長に就任した中島 千恵(なかじま ちえ)です。皆様には、日頃より区政に対し多大なるご支援・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。皆様から区役所へ寄せられる様々な分野における相談をしっかり受け止め対応し、必要に応じて適切な窓口へつなぐ市民に寄り添う区政の推進と、地域コミュニティにおける多様な主体をつなぎ、地域コミュニティ活動の活性化を支援する事業に取り組むことで、市民や地域が主体となったまちづくりの推進に努めてまいりたいと考えています。今後ともご支援・ご協力をお願いいたします。



参加者募集 歯っぴー健口教室

ささいなお口の機能の衰えは、フレイル(心身の虚弱)の前段階といわれています。お口の健康度を知り、お家でできる噛む力・飲み込む力を向上させるお口の体操や身体の体操を楽しく学び、健康寿命を延ばしましょう。

日時	会場
6/20、7/4・18、8/1の火曜日9:45~12:00 全4回	美浜保健福祉センター

内 容 噛む力・飲み込む力などお口の健康度チェック、個別歯科相談、トレーナーによる噛む力を高める体操、お口の体操、唾液線マッサージ方法など
対 象 65歳以上の方 **定 員** 先着12人(予約制)
申込方法 5月1日(月)9:00から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ。
問美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 ㉺270-2065

統計調査員募集!

10月に実施する住宅土地統計調査の調査員を募集します。一人あたり180件程度を受け持ち、担当地域の居住状況の確認、地図の作成、調査区の中から選定された対象者に調査の説明、調査票の配布・回収をするお仕事です。調査終了後、報酬も支払われます。
活動期間 8月下旬~10月 *事前に業務の説明会あり
対 象 20歳以上の方で、屋外での調査活動に支障のない方
申込方法 下記お問い合わせ先にお電話でお申し込みください。詳しくは、[千葉市 統計調査員](#)
問美浜区総務課 ☎270-3121 ㉺270-3191

医師講演会 高齢者に多い耳の病気 ~聞こえづらいつ感じたら~

高齢者に多い耳の病気と受診のタイミング、難聴や補聴器について医師が講演します。
日 時 5月31日(水)13:30~15:00
会 場 美浜保健福祉センター4階大会議室
定 員 先着36人(予約制)
申込方法 5月1日(月)9:00から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ。
問美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 ㉺270-2065

お知らせ

真砂コミュニティセンターの催し

まちの保健室
病気の予防や更年期などの相談、血圧の測定を実施します。予約不要でどなたでもご相談いただけます。
問5月6日(土)・20日(日)10:30~13:30
問1階ロビー
問真砂コミュニティセンター ☎277-2512 ㉺277-0104

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、マスクを着用の上、お越しください。

なお、新型コロナウイルスの影響で、各事業はプログラム変更や電話相談(予約制)となる場合があります。



相談・教室・講演会名	日 時	対象・内容など	定員	
相 談	禁煙チャレンジ相談・健康相談 健康づくり班	5/9(水)・26(金)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できます。	各4人
	栄養相談 健康づくり班	5/11(木)・16(水)・17(木)・23(水)・ 6/6(水)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	5/11(木)・30(水)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	5/11(木)・6/1(水)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20人
	精神保健福祉相談 こころと難病の相談班	5/11(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
	女性相談 すこやか親子班	5/22(月)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
	離乳食教室 健康づくり班	5/11(木)13:00~14:30 または14:00~15:30	簡単にできる離乳食について、管理栄養士の話と実演・試食を行います。対象=第1子で1回食を始めた6~8カ月児の保護者	各8人
教 室	食事セミナー「みはま元氣塾」 健康づくり班	5/31(水)10:00~12:30 6/7(水)13:00~15:00 6/21(水)10:00~12:30 全3回	フレイルを予防する食事の話、調理の実演と試食、簡単筋トレなど運動実技、減塩についての話やレシピ紹介などを実施します。対象=医師から運動制限を受けていない65歳以上の方	10人
	母乳教室 すこやか親子班	6/2(金)10:00~12:00	母乳育児について、助産師がお話しします。対象=母乳育児を希望する妊娠中の方(子ども同伴不可)	10人
	食の実践教室「簡単! バランスごはん」 健康づくり班	6/13(水)10:00~12:30	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、一人暮らしの方も歓迎	8人
講演会 「はじめてお兄ちゃん、お姉ちゃんになるとき」 すこやか親子班	6/20(水)10:00~12:00	第2子出産後の第1子の気持ちと関わり方について臨床心理士が講演します。対象=第2子を妊娠中、または第2子が6カ月未満の保護者。託児あり(定員=先着3人)	10人	

問美浜保健福祉センター(美浜区真砂5-15-2)
☎5月1日(月)9:00から美浜保健福祉センター健康課各班へ。

全て予約制(当日受付不可)
詳しくは、[千葉市 美浜区健康課](#)

問すこやか親子班☎270-2213 健康づくり班☎270-2221 こころと難病の相談班☎270-2287 ㉺270-2065

新型コロナウイルスの影響で、催しが中止・延期となる場合があります。詳しくは、各催しの問い合わせ先へご確認ください。

美浜区役所 ☎043-270-3111(代表) 〒261-8733 千葉市美浜区真砂5丁目15番1号 [千葉市 美浜区役所](#) 区版編集 美浜区役所総務課 ☎043-270-3120 ㉺043-270-3191

記号の見方は12面参照 特に記載のないものは5月1日(月)から受け付け

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
5月11日(木) 9:00~16:00
法律相談…相続・離婚・訴訟など
毎週火曜日、5月25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
5月18日(木) 10:00~15:00
*5月8日(月)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

5月14日(日)9:00~12:30