

# ちば市政だより 2023 Chiba 7

## 海辺で過ごす、憩いのひととき



さんばしひろば

### 市長メッセージ (第24号)

神谷 俊一



暑い夏を迎えます。幕張ビーチ花火フェスタや4年ぶりの開催となる千葉の親子三代夏祭りの開催準備を進めています。今年こそ行事や催しを元に戻し、地域のつながりを回復していければと思います。12～14面には夏休み特集や千葉の海辺で楽しめるイベントも掲載しています。ぜひ、この夏の楽しい思い出を作ってください。

一方で熱中症には注意が必要です。熱中症は気温が高いなどの環境条件だけではなく、ご自身の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。熱中症で病院へ搬送される方の約半数は屋内で発症しています。気温が高なくても、湿度が高い時などは特に注意し、のどが渇く前から意識して水分の補給を心がけましょう。また、外出する際には、帽子や日傘を活用し、こまめに休憩をとってください【2面】。

長引く物価高騰が、家計や事業者に影響を与えています。県が行う対策と組み合わせる幅広く支援を行うため、6月の市議会定例会に、千葉市独自の対策として、未就学児から高校生世代までの子育て世帯に対する給付金、市民生活の下支えと地域経済の活性化を目的としたキャッシュレス決済によるポイント還元キャンペーン、光熱費などのコスト増加の影響を受ける市内中小企業向けの支援金などの補正予算案を提出し議決されました。限られた財源の範囲ではありますが、今後もきめ細かな対応を行い、市民の皆様の生活支援や市内経済の立て直しに取り組んでまいります。詳細は市ホームページなどでお知らせします。

### Contents

- 熱中症について学ぼう! ..... 2
- 減塩は家族みんなで  
取り組もう ..... 10~11
- 夏休み特集 ..... 12~13
- 海を楽しもう! ..... 14
- 情報けいじばん ..... 15~21
- 区版 ..... 24

千葉市役所 ☎043-245-5111 (大代表)  
〒260-8722千葉市中央区千葉港1番1号  
ホームページ <https://www.city.chiba.jp>

千葉市データ	(2023年6月1日現在)
人口	979,042人 前月(5月)比 213人増
	(男 481,925人 女 497,117人)
世帯数	464,299世帯 面積 271.76km <sup>2</sup>

# 熱中症について学ぼう!



編集担当P

ここでは、熱中症のさまざまな予防方法について紹介します。

熱中症は、気温が高いなどの環境条件だけでなく、体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。

気温がそれほど高くないでも、湿度が高い、風が弱い、体が暑さに慣れていない場合などは注意しましょう。

## STOP 熱中症を予防するには…

### 暑さを避ける

#### 自宅などでできること

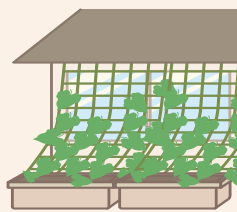
熱中症で病院へ搬送される方の約半数が屋内で発症しており、屋内で過ごしていても油断は禁物です。

エアコンや扇風機で温度を調節する以外にも暑さを避ける方法があります。ぜひ、実践しましょう。

#### 遮光カーテン、すだれ、グリーンカーテンを利用する

窓からの日差しを防いだり、家の周りの表面温度を抑える効果があります。

特に、グリーンカーテンは日差しの熱エネルギーを約80パーセントもカットするほどの効果があります。



#### 打ち水をする

気化熱の原理を利用した、江戸時代から続く涼の取り方です。気温が上がっていない朝や、気温が下がり始めた夕方に行くと効果的です。

#### 外出時にできること

日陰を利用したり、こまめに休憩したりする他に、帽子や日傘を活用することも効果的です。日傘を活用すると体感温度が約3度変わり、発汗量についても約17パーセント低くなることが分かっています。

外出時には、積極的に日傘を活用しましょう!



### 水分と塩分の補給



屋内・屋外にかかわらず、喉が渇く前から、こまめに水分を補給しましょう。また、汗をかくと、水分と共に体内の塩分も失われます。汗をたくさんかいたときは、適度に塩分も補給しましょう。

### ECOな暑さ対策 みんなでLet'sクールシェア

夏の暑い日には、家庭で使用する電力の半分以上をエアコンが消費しています。

1人1台のエアコンの使用をやめ、涼しい場所をみんなでシェアするクールシェアで、夏の省エネ・節電・暑さ対策に取り組みましょう。

#### おうちでクールシェア

家族が1つの部屋で過ごし、エアコンの使用台数を減らす。

#### まちでクールシェア

公民館などの施設、地元のお店など、涼しく過ごせる場所に集まる。

#### 自然でクールシェア

木陰や水辺など、自然が多く涼しい場所で過ごす。

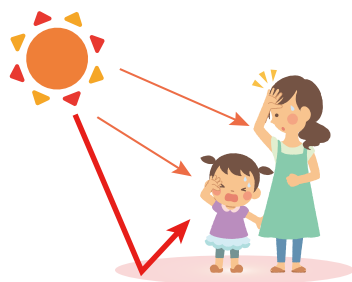


## ! こんな方は特に注意を!

### 幼児や、車いすに乗っている方

晴れた日は地面に近いほど気温が高く、幼児や、車いすに乗っている方は、想像以上に暑い環境にいます。

特に幼児は体温調節機能が十分に発達していないため、より注意が必要です。



### 高齢の方

高齢になると温度や湿度に対する感覚が鈍くなるため、屋内でも熱中症になることが多くあります。

### マスクを着用している方



マスク着用時は喉の渇きに気付くにくくなるため、気付かないうちに熱中症になることがあります。

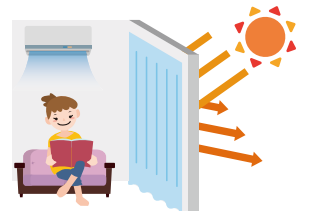
こまめな水分補給をしてください。

## 🚨 熱中症警戒アラートが発表されたら

熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高い気象状況が予測される際に、その前日の夕方または当日早朝に発表されます。

発表されたら、次のような予防行動を積極的に取りましょう。

- 不要・不急の外出はできるだけ控える。
- エアコンなどが設置されていない屋内外での運動や活動は、原則中止・延期とする。
- 熱中症になりやすい高齢の方、子ども、障害のある方へ、積極的な声かけをする。



熱中症警戒アラートは、環境省のLINE公式アカウント(【右記】コードから)で確認することができます。



詳しくは、環境省 熱中症

問健康推進課(健康への影響について) ☎245-5794 FAX245-5659

環境保全課(暑さ対策について) ☎245-5141 FAX245-5557

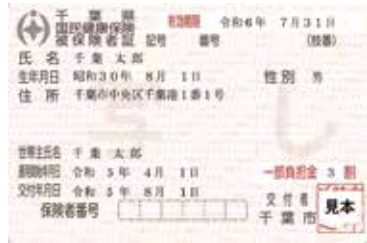
消防局救急課(救急搬送について) ☎202-1657 FAX202-1659

## 国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証

### 新しい保険証を郵送します

現在お使いの保険証の有効期限は、7月31日(月)までです。新しい保険証を7月中旬に簡易書留で郵送しますので、8月1日(火)以降は、新しい保険証をご使用ください。

#### 国民健康保険



• 保険証の色は前回と同じです。

限度額適用認定証の継続を希望する方は、8月1日(火)以降に更新手続きが必要です。

#### 後期高齢者医療制度



• 保険証の色が藍色から薄茶色に変わります。

限度額適用認定証が同封された方は、限度額適用認定証の更新手続きは必要ありません。

#### 限度額適用認定証

医療費が高額になるとき、医療機関の窓口で限度額適用認定証を提示することで、自己負担限度額以上の医療費を支払う必要がなくなります。詳しくは、お問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

千葉県 限度額適用認定証

## 後期高齢者医療制度の保険料決定通知書と軽減措置

### 保険料決定通知書を郵送します

2023年度の後期高齢者医療制度の保険料決定通知書を7月中旬に郵送します。納期限までに納付してください。

#### 納付義務者

75歳以上の方、または65歳以上75歳未満で、一定の障害があり後期高齢者医療制度に加入した方

#### 保険料の計算方法

保険料は、被保険者が等しく負担する均等割額と、前年の所得に応じて負担する所得割を合計した額です

$$\text{年間保険料額 (限度額66万円)} = \text{均等割額 } 43,400\text{円} + \text{所得割額 (前年の所得} - 43\text{万円)} \times 8.39\%$$

#### 納付方法

年金を受給している方は、年6回の年金支給時に年金から天引きされます。ただし、次のいずれかに該当する方は、口座振替または納付書で、7月～翌年2月の年8回払いとなります。

- 年金受給額が年額18万円未満の方
- 介護保険料が年金天引きされていない方
- 天引きされる介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が、年金受給額の2分の1を超える方

#### 保険料軽減措置

世帯の所得が低い方などには、保険料の軽減措置があります。

申告がない方は対象になりませんので、お住いの区の市民総合窓口課に申告してください。

- 制度に加入する前日に会社の健康保険組合など被用者保険の被扶養者だった方は、所得割額がかからず、均等割額は資格取得後2年間5割軽減されます。
- 軽減判定の基準日は4月1日です。ただし、年度途中で新たに被保険者となった場合は、その日となります。
- 1月1日時点で65歳以上の方の公的年金所得については、年金所得から特別控除額15万円を差し引いて計算します。
- 専従者控除を受けている場合は、控除前の金額で判定します。また、専従者給与は判定の対象になりません。

#### 一部負担金の割合

医療機関の窓口でお支払いいただく一部負担金の割合は、前年中の所得などにより判定します。

- 1割負担となる場合  
被保険者の属する世帯全員が市町村民税非課税の方
- 2割負担となる場合  
市町村民税の課税所得が28万円以上145万円未満の被保険者とその同一世帯の方
- 3割負担となる場合  
市町村民税の課税所得が145万円以上の被保険者とその同一世帯の方

#### 3割負担と判定されても1割または2割負担となる方

同一世帯の被保険者	2022年中の収入合計
1人	383万円未満*
2人以上	520万円未満

\* 383万円以上でも、同一世帯の70～74歳の方も含めた収入合計が520万円未満の場合、1割または2割負担となります。

#### 低所得者に対する軽減（均等割額の軽減）

世帯（被保険者と世帯主）の総所得金額など	軽減割合
43万円+10万円×（給与・年金所得者の数* - 1）以下の場合	7割
43万円+（29万円×世帯内の被保険者数）+10万円×（給与・年金所得者の数* - 1）以下の場合	5割
43万円+（53.5万円×世帯内の被保険者数）+10万円×（給与・年金所得者の数* - 1）以下の場合	2割

\*①～③いずれかに該当する方  
①給与収入（専従者給与を除く）が55万円を超える  
②65歳以上（2022年12月31日時点）で公的年金収入から15万円を差し引いた額が110万円を超える  
③65歳未満（2022年12月31日時点）で公的年金収入が60万円を超える

- 国民健康保険、限度額適用認定証に関すること

#### 区役所市民総合窓口課

中央 ☎221-2131 花見川 ☎275-6255 稲毛 ☎284-6119  
若葉 ☎233-8131 緑 ☎292-8119 美浜 ☎270-3131  
健康保険課 ☎245-5145 FAX245-5570

- 後期高齢者医療制度に関すること

#### 区役所市民総合窓口課

中央 ☎221-2133 花見川 ☎275-6278 稲毛 ☎284-6121  
若葉 ☎233-8133 緑 ☎292-8121 美浜 ☎270-3133  
健康保険課 ☎245-5170 FAX245-5570

## 国民年金保険料の免除

国民年金は、国内に住む20歳以上60歳未満の方が保険料を納め、原則65歳から受け取れる公的年金です。万が一のときの障害基礎年金や遺族基礎年金にも、保険料が充てられています。

### 納付が困難な方は免除制度などの利用を

国民年金保険料の支払いをせず未納のままにしておくと、将来、老齢基礎年金などを受け取れない可能性があります。

失業や経済的な理由などで保険料を納付することが困難な場合は、申請により保険料の納付が免除・猶予となる、保険料免除制度や納付猶予制度(50歳未満)があります。

申請は、申請時点の2年1カ月前までさかのぼって行えます。

**申請方法** 申請書(ホームページから印刷。区役所、年金事務所でも配布)に必要な書類を添付して郵送。直接持参も可。

申請先や必要書類など詳しくは、[千葉市 国民年金保険料免除](#)

**☎千葉年金事務所(中央・若葉・緑区)** ☎242-6320

幕張年金事務所(花見川・稲毛・美浜区) ☎212-8621

区役所市民総合窓口課

中央 ☎221-2133 FAX221-2680 花見川 ☎275-6278 FAX275-6371

稲毛 ☎284-6121 FAX284-6190 若葉 ☎233-8133 FAX233-8164

緑 ☎292-8121 FAX292-8160 美浜 ☎270-3133 FAX270-3196

## STOP! 電話de詐欺

## 市民ヴォイド・セタコンサート

警察音楽隊による吹奏楽コンサートやカラーガード隊による演技が楽しめるコンサートを開催します。ぜひ、お越しください。

**日時** 7月7日(金)12:15~13:00、14:45~15:30

**会場** 市役所1階 **備考** 当日直接会場へ

**☎地域安全課** ☎245-5264 FAX245-5155

## 消防音楽隊コンサート

赤ちゃんから大人まで誰でも楽しめる吹奏楽コンサートを開催します。ぜひ、お越しください。

詳しくは、[千葉市 消防音楽隊コンサート](#)

**日時** 7月29日(土)11:00から1時間程度

**会場** イオンモール幕張新都心グランドモール1階グランドスクエア

**備考** 当日直接会場へ

**☎消防局総務課** ☎202-1664 FAX202-1614



## 生ごみ分解処理容器のモニター募集

各家庭で出る生ごみの減量に取り組むため、生ごみ分解処理容器「ミニ・キエーロ」を使って生ごみを処理し、使用後にアンケートに回答していただける方を募集します。ミニ・キエーロは、説明会で配布します。子どもの夏休みの自由研究にもおすすめです。



詳しくは、[千葉市 ミニ・キエーロ](#)

**説明会** ☎7月21日(金)13:30~14:30、22日(土)10:30~11:30  
のいずれか1回

☎市役所

**対象** ①市内在住の小学生と保護者、②①以外で市内在住の方  
**定員** ①70組、②40組

\*1世帯につき1組まで

**申込方法** 7月7日(金)必着。電子申請で。申込書(ホームページから印刷。廃棄物対策課でも配布)を、[haikibutsutaisaku.ENR@city.chiba.lg.jp](mailto:haikibutsutaisaku.ENR@city.chiba.lg.jp)・郵送・FAXも可。郵送先=〒260-8722千葉市役所廃棄物対策課

**☎廃棄物対策課** ☎245-5236 FAX245-5624

## 価格高騰重点支援給付金の申請

住民税非課税世帯など、価格高騰重点支援給付金の対象となる世帯のうち、【下記】①②に当てはまる世帯は申請が必要となります。

なお、市で状況が確認できる世帯(市から価格高騰緊急支援給付金(5万円)を口座振込で受給された世帯や2023年度に新たに住民税非課税となった世帯)には、ご案内の書類を順次送付しますので、ご確認ください。詳しくは、お問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。[千葉市 価格高騰重点支援](#)

### 申請が必要な世帯

課税されている方の扶養親族等のみの世帯を除く次の世帯

- ①2023年6月1日時点で市に住民登録があり、世帯全員の住民税均等割が非課税である世帯(非課税世帯)のうち、2023年1月2日以降に市に転入した方がいる
- ②申請時点で市に住民登録があり、予期せず2023年1~8月の収入が減少し、非課税世帯同様の事情にあると認められる\*

\*2023年度分の住民税均等割が課税されている世帯全員の2023年1月以降の任意の1カ月の収入を年収または所得に換算して、個々に判定します。例として、扶養親族がいない単身世帯が対象となる場合のイメージは以下の通りです。

$$\begin{matrix} \text{任意の1カ月の収入(8万円)} \\ \times 12 = \end{matrix} \begin{matrix} \text{年間収入} \\ \text{(96万円)} \end{matrix} \leq \begin{matrix} \text{非課税相当収入限度額} \\ \text{(100万円)} \end{matrix}$$

**給付額** 1世帯につき3万円 **給付時期** 申請受理後1カ月程度

**申請期間** 7月3日(月)~9月30日(土)消印有効

**申請書の入手方法** 市価格高騰重点支援給付金コールセンターに電話で請求または価格高騰重点支援給付金の相談窓口で配付(ホームページから印刷も可)。

### 価格高騰重点支援給付金相談窓口(支給対象の確認・申請不可)

☎平日9:00~11:30、12:30~17:00 \*7月3日(月)から

☎中央保健福祉センター13階、花見川保健福祉センター3階、稲毛保健福祉センター1階、若葉区役所1階、緑保健福祉センター2階、美浜保健福祉センター4階

**☎市価格高騰重点支援給付金コールセンター**

☎0120-592-028(平日9:00~17:00)

耳や言葉の不自由な方

FAX245-5541 [kyuhukin-suisin@city.chiba.lg.jp](mailto:kyuhukin-suisin@city.chiba.lg.jp)

## 夏の交通安全運動

「ペだるこぐ ぼくのあいぼう へるめっと」をスローガンに7月10日~19日の10日間、夏の交通安全運動を実施します。一人ひとりが交通ルールを守り、正しい交通マナーの実践により交通事故をなくしましょう。



### 運動重点

- ・自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- ・飲酒運転や速度超過など悪質危険な運転の根絶
- ・子どもや高齢者をはじめとする歩行者の安全確保
- ・全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

**☎地域安全課** ☎245-5148 FAX245-5155

## ちばし地域づくり大学校の受講生を募集

ちばし地域づくり大学校では、地域福祉・ボランティア活動に役立つ講座や、地域で活動する団体での実地体験を通じて、地域との関わり方を考えます。修了者の約8割が学んだことを活かして地域で活動を続けています。

地域をもっと楽しく暮らしやすくしたい、困っている人の役に立ちたいと思っている方、地域づくりについて学んでみませんか。

詳しくは、[ちばし地域づくり大学校](#)



### 入門コース、基礎コース

地域活動の経験が少ない方が、講義や実地体験を通じて地域活動への理解を深めます。

入門コースは、今後の活動につながるヒントを探します。基礎コースは、実地体験後に、個々の思いに沿った活動プランを作成し、地域で活躍できるよう実践的に学びます。



### ステップアップコース

すでに地域での活動に参加している方が、リーダーとして活躍し、活動を継続できるよう団体運営を学びます。

地域での活動事例や課題を踏まえて、現在の活動の見直しと新たな活動プランを作成しながら、情報交換を行います。



### 受講生の声

- 年代、性別、立場、経験など色々な方の意見が聞けてとても参考になった。
- 千葉市での生活に対して、何か活動したい思いを持つ方と知り合えてよかった。
- 皆さんの熱意が自分を奮い立たせてくれた。 など

**期 間** 9月～来年2月  
**対 象** 4月1日時点で18歳以上の方  
**募集要項** ホームページから印刷。高齢福祉課、区役所総務課、保健福祉センター、公民館などでも配布。  
**備 考** ・保険料（任意）は自己負担  
 ・ちばシティポイント対象事業  
**申込方法** 8月10日(木)必着。ホームページから。募集要項に付属の受講申込書をちばし地域づくり大学校へ郵送、[npo-club@par.odn.ne.jp](mailto:npo-club@par.odn.ne.jp)も可。  
 郵送先＝〒261-0011美浜区真砂5-21-12認定NPO法人ちば市民活動・市民事業サポートクラブ内ちばし地域づくり大学校事務局

コース名	講義日時	会場	定員
キックオフ講座 (全コース共通)	9/30(土)9:30～11:30	オンライン (Zoom) または市民会館	—
入門コース 全11回 (講義9回、実地体験2回)	9/5・12、10/10・17、12/12・26、 来年1/16、2/6の火曜日9:30～11:30	市役所	各 20人
基礎コース 全14回 (講義12回、 実地体験2回)	9/15・22、10/6・20・27、12/15・22、 来年1/19・26、2/2・16の金曜日9:30 ～11:30	幕張公民館	
	9/9・16、10/7・14・21、12/9・16、 来年1/13・20・27、2/10の土曜日14:00 ～16:00	オンライン (Zoom)。 一部、生涯学習センター	
ステップアップコース 全13回	9/16、10/7・14・21、11/4・11・25、 12/2・16、来年1/20・27、2/17の土曜 日9:30～11:30	市民会館（一部オン ライン受講も可）	30人

\*各コースの講義回数は、キックオフ講座も含めた回数  
 \*実地体験は、11/9(木)～12/8(金)に希望する団体へ参加。2回以上の参加も可

☎ちばし地域づくり大学校 ☎303-1688 ☎303-1689

健康と賞品をゲット!

## 地域の仲間と健康づくり

生活習慣の改善や絆づくりに自主的に取り組むグループに、抽選で商品券や市の特産品などをプレゼントします。取り組みに応じて付与されるポイントを500点集めると、抽選に応募できます。この機会に、地域の仲間と一緒に健康づくりに取り組んでみませんか。



**対 象** 18歳以上の市民5人以上で構成され、定期的に活動しているグループや町内自治会など

**取組項目** 継続して取り組むラジオ体操やウォーキングなどの運動、健診・検診の利用など

**賞 品** 商品券（2万円分・1万5千円分）、市の特産品など

**申込方法** 12月21日(木)消印有効。応募用紙（ホームページから印刷。保健福祉センター健康課、健康推進課でも配布）を、保健福祉センター健康課へ郵送または持参。電子申請も可。

取組項目ごとの点数など詳しくは、[千葉市 健康づくり事業](#)

☎保健福祉センター健康課

中 央 ☎221-2582 ☎221-2590 花見川 ☎275-6296 ☎275-6298

稲 毛 ☎284-6494 ☎284-6496 若 葉 ☎233-8714 ☎233-8198

緑 ☎292-2630 ☎292-1804 美 浜 ☎270-2221 ☎270-2065

## 幼児の尿検査を受けましょう

幼児の腎炎・ネフローゼを早期発見するため、保健福祉センター健康課で尿検査を行います。検査費用は無料です。

会場	検査日	会場	検査日
中央	9/4(月)	若葉	9/11(月)
花見川	9/5(火)	緑	9/11(月)
稲毛	9/6(水)	美浜	9/12(火)

\*受付時間は、いずれも10:00～11:00

**対 象** 2017年（平成29年）4月2日～2019年（令和元年）9月30日生まれの子ども

\*市内の幼稚園・保育所（園）・認定こども園へ通っている子どもは各施設で実施しますので、申し込みの必要はありません。

**申込方法** 7月31日(月)までに電話で、健康支援課へ。[shien.boshi@city.chiba.lg.jp](mailto:shien.boshi@city.chiba.lg.jp)も可（必要事項(15面)のほか、子どもの氏名・生年月日、希望検査日・会場名を明記）。

**受診方法** 申し込んだ方には8月下旬に採尿容器を郵送します。検査会場へ直接お持ちください。

☎健康支援課 ☎238-9925 ☎238-9946

## 心身障害者の医療費を助成

心身に重度の障害のある方の医療費を、保険診療の範囲内で助成するための受給券を発行しています。

受給券の交付を受けるには、お住まいの区の保健福祉センター高齢障害支援課へ申請する必要があります。医療機関で健康保険証と受給券を提示することで、所得に応じて医療費が無料または一部自己負担となります。申請方法など詳しくは、[千葉市 心身障害者医療](#)

**対象** 次のいずれかの手帳をお持ちの方

- ・身体障害者手帳（1級または2級。内部障害は3級も）
- ・療育手帳（A～Bの1）
- ・精神障害者保健福祉手帳（1級）

\*2015年10月以降に65歳以上で新たに重度の障害者になった方、本人・配偶者・扶養義務者の所得が一定額以上の場合は対象外  
**受給券の更新** 市で所得を調査し、資格があることを確認できた方には、9月中旬に更新後の受給券などを郵送します。

所得が確認できない方には、7月下旬に案内を郵送しますので、8月16日(水)までに必要書類を、お住まいの区の保健福祉センター高齢障害支援課へ郵送または持参してください。提出がない場合、10月分以降の助成が受けられません。

**保健福祉センター高齢障害支援課**

中央 ☎221-2152 花見川 ☎275-6462 稲毛 ☎284-6140

若葉 ☎233-8154 緑 ☎292-8150 美浜 ☎270-3154

障害者自立支援課 ☎245-5173 FAX245-5549

## 海外渡航時には感染症にご注意を

海外渡航の予定がある方は、赤痢、腸チフス、コレラ、ポリオ、狂犬病、マラリア、中東呼吸器症候群（MERS）、デング熱、ジカ熱、鳥インフルエンザ、麻しん、エムポックス、新型コロナウイルス感染症などの感染症を予防するため、次の事項に注意してください。

**渡航前** 渡航先の感染症情報の確認、検疫所への事前相談、予防接種の検討など適切な感染予防を心がけてください。検疫所のホームページで、各国（地域）の感染症情報を提供しています。

[FORTH](#)

**渡航中** ・こまめな手洗いなど、基本的な衛生対策を行う。

- ・現地では、生水・氷入り飲料・生ものなどの飲食は避け、下痢・発熱・発疹などの症状がでた場合には、現地の医師の診察を受ける。
- ・現地の動物（鳥類や犬、ラクダなど）には、不用意に接触しない。
- ・虫よけ剤の使用、長袖・長ズボン・靴下を着用し、虫刺されによる感染症を防ぐ。

**帰国時** 発熱や下痢など体調に不安がある場合や、動物にかまれた、蚊に刺されたなど健康上心配なことがある場合には、検疫所に必ず相談しましょう。

**帰国後** 感染症には感染してから発症するまでの期間が1週間以上と長いものもあります。帰国後しばらく経過してから具合が悪くなった場合は、速やかに医師の診察を受け、必ず渡航歴を伝えましょう。

**感染症対策課** ☎238-9974 FAX238-9932

## 新型コロナワクチンの追加接種

8月末までは、次に該当する方のみ新型コロナワクチンの追加接種を受けられます。

**対象** 65歳以上の方、5～64歳で重症化リスクが高い方など

詳しくは、[千葉市 コロナワクチン追加接種](#)

9月以降は、初回接種（1・2回目）を完了した全ての方（5歳以上）が追加接種の対象となります。

**市コロナワクチン接種コールセンター**

☎0120-57-8970（8:30～18:00。土・日曜日、祝日を含む）

FAX245-5128 [cv-call@city.chiba.lg.jp](mailto:cv-call@city.chiba.lg.jp)

7月24日(月)～30日(日)は肝臓週間

## 肝炎ウイルス検査

肝炎は、自覚症状が現れにくく、気付かないうちに重症化していることが多い病気です。また、肝炎は肝硬変や肝がんなどの原因の1つであり、早期発見・治療により、進行を予防したり、遅らせることができます。症状がなくても、一度は肝炎ウイルス検査を受けましょう。

詳しくは、[千葉市 肝炎ウイルス検査](#)

**検査期間** 来年2月29日(木)まで **実施場所** 市内協力医療機関

**検査項目** B型およびC型肝炎ウイルス検査

**対象** 市内在住で、過去に同検査を受けたことが無い方

①40歳未満の方

**申込方法** 協力医療機関へ直接。申込時に、40歳未満であることを医療機関へ伝えてください。

②40歳以上の方

**受診方法** 受診券シール\*を持参の上、協力医療機関で受診（要予約）

\*がん検診等受診券シールを、送付対象者へ5月中旬に送付しています。届いていない方はお申し込みください。

**申込方法** 来年1月31日(水)までに電子申請で。健康支援課へ電話、FAX・はがき（必要事項(15面)のほか、宛先に「肝炎ウイルス検査申込」と明記）も可。郵送先＝〒261-8755千葉市役所健康支援課

**感染症対策課** ☎238-9974 FAX238-9932

②健康支援課 ☎238-1794 FAX238-9946

## 口腔がん検診

口腔がんは、舌や歯肉など口の中のさまざまな場所に発生し、近年その発症者数は増加傾向にあります。

早期発見・治療を図るため、検診を実施しています。検診を受ける際は、あらかじめ協力医療機関に予約してください。

**検診期間** 来年1月15日(月)まで **実施場所** 協力歯科医療機関

**対象** 市内在住で40歳以上の方

**定員** 2,000人 **料金** 500円

**申込方法** 12月22日(金)必着。市歯科医師会ホームページから。はがき(1人1通)に必要事項(15面)を明記して、〒261-0001美浜区幸町1-3-9千葉市歯科医師会「口腔がん検診申込」係へ郵送も可。

協力歯科医療機関など詳しくは、[千葉市 歯科医師会](#)

**市歯科医師会** ☎242-2982 FAX248-2970

## 心の輪を広げる体験作文 障害者週間のポスターの募集

作文

**テーマ** 障害のある方とない方との心のふれあいの体験

**対象** 小学生以上の方

**備考** B4判またはA4判縦書きの400字詰め原稿用紙を使用。  
小・中学生＝原稿用紙2～4枚程度  
高校生以上の方＝原稿用紙4～6枚程度

ポスター

**テーマ** 障害のある方への理解を促進する

**対象** 小・中学生

**規格** B3判または四つ切り(縦長で使用。標語その他の文字の記載は不可。彩色画材は自由)

**申込方法** 9月4日(月)必着。応募用紙(障害者自立支援課で配布。同課ホームページから印刷も可)と作品を、〒260-8722千葉市役所障害者自立支援課へ郵送または持参。

**障害者自立支援課** ☎245-5175 FAX245-5549

## 窓やベランダからの子どもの転落事故を防ぎましょう

子どもの転落事故は、一人で歩き始める1～2歳頃から増え始め、好奇心が旺盛になり活発に活動し始める3～4歳頃に最も多くなります。

特に夏から秋にかけては、窓を開けることやベランダに出る機会が多くなることから転落事故が増加します。子どもの見守りだけでなく、普段の生活の中で事故が起きない環境を作りましょう。

☎健康支援課 ☎238-9925 FAX238-9946

### 窓やベランダ周辺の環境づくり

子どもは足場になるものがあれば何でも登ってしまいます。

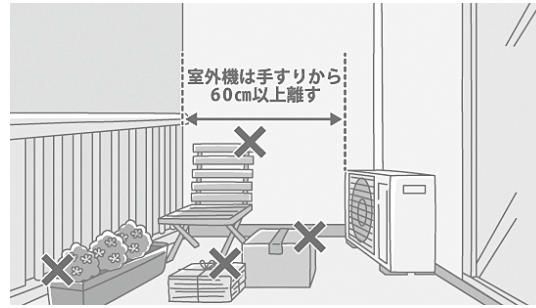
窓やベランダ、室内の環境を見直しましょう。

#### ベランダ

- ベランダに物を置かない。
- 室外機などベランダに置いておく必要があるものは、手すりから60センチメートル以上離して置く。

#### 室内

- 窓のそばにソファなど子どもの足場になるような家具を置かない。
- 子どもが1人で窓を開けられないよう、子どもの手の届かない位置に補助錠をつける。



### 子どもの見守り

子どもがベランダに居る時は必ず大人が見守りましょう。

また、子どもだけを家に残して外出することは危険です。少しの時間の外出でも、子どもは保護者を探し回り、窓やベランダから外をのぞき込む可能性があります。

窓枠や出窓に座らない、窓や網戸によりかからないなど、日ごろから転落の危険性について子どもに教えることも大切です。

## 西千葉子ども起業塾

参加者同士で社長や経理など役割を分担しながら、JFEスチール株を取引先として事業を実施するなどの起業体験をします。会社や経済の仕組みを学ぶとともに、責任感やチャレンジ精神を養い、働くことへの理解を深めましょう。

起業家や社会人からアドバイスを受けながら、社会を体感してみませんか。詳しくは、[西千葉子ども起業塾2023](#)

**日時・会場** 7月30日(日)=JFEスチール株東日本製鉄所千葉地区(中央区川崎町1)、8月1日(火)・3日(水)・10日(木)=千葉大学西千葉キャンパス(稲毛区弥生町1-33)。

いずれも、9:00～17:00 全4回

**対象** 市内在住・在学の小学4年～中学生

詳しい参加条件は、ホームページでご確認ください。

**定員** 30人

**申込方法** 7月9日(日)までに電子申請で。

☎雇用推進課 ☎245-5278 FAX245-5558

## 稲毛海浜公園プール オープン

千葉県最大級の稲毛海浜公園プールが今年もオープンします。

一般料金と普通車の駐車料金を改定しました。

**営業日時** 7月15日(土)～9月3日(日)  
10:00～17:00  
(最終入園16:00)

**料金** 一般2,000円、高校生1,000円、小・中学生500円、4歳以上の幼児200円(中学・高校生は学生証の提示が必要)

**駐車料金** 普通車1,000円、大型車2,000円(駐車台数に限りがあるため、できるだけ公共交通機関をご利用ください。)



### ご注意ください

- ホームページから期日指定チケットを購入の上、ご来園ください。

[稲毛海浜公園プール](#)

- 海水浴期間(7月15日(土)～8月27日(日))のみ、園内からいなげの浜への出入りが可能です。

☎(株)ワールドパーク ☎247-2771

公園管理課 FAX245-5885

## ずーろじラボ 観察名人になろう ～レッサーパンダ編～

レッサーパンダの観察を通して、混同されやすい動物(タヌキ、アライグマ)との見た目や行動の違いを主体的に学びます。

**日時** ①7月30日(日)、②8月5日(土)。

いずれも、10:00～12:00、14:00～16:00

**会場** 動物公園

**対象** 小・中学生(小学5・6年生を推奨)

**定員** 各先着10人 **備考** 帽子着用、動きやすい服装で

**申込方法** ①7月24日(月)16:00、②31日(月)10:00までに電子申請で。[ずーろじラボ](#)

☎動物公園 ☎252-1111 FAX255-7116 水曜日休園

入園料=高校生以上700円

## 市営プール オープン

千葉公園水泳プールなど、市内6カ所の水泳プールが今年もオープンします。

施設名	営業日時	問い合わせ
千葉公園水泳プール	7/1(土)～8/31(木)(7/9(日)・18(火)・19(水)、8/6(日)を除く) 9:00～20:00*	☎253-7844 FAX255-1048 営業期間前 ☎253-8050
高洲スポーツセンタープール	7/8(土)～8/31(木) 9:00～18:00	☎279-9235 FAX277-7572
有吉公園水泳プール	7/8(土)～8/31(木) 9:00～18:00	☎291-1800 FAX292-2189
古市場公園水泳プール	7/15(土)～8/20(日) 9:00～18:00	☎265-3005 FAX266-3435
みつわ台第2公園水泳プール	7/15(土)～8/20(日) 9:00～18:00	☎254-0105 FAX287-7192 営業期間前 ☎287-3730
幸町公園水泳プール	7/15(土)～8/20(日) 9:00～18:00	☎241-5305 FAX255-1048(千葉公園) 営業期間前 ☎253-8050(千葉公園)

\*19:00以降の利用は、中学生以下要保護者同伴。

**料金** 2時間以内=一般220円、中学・高校生100円、小学生以下70円

## 特別な体験を! ナイトタイムイベント

### MAKUHARI BUBBLE PARK

地元クラフトビールとシャボン玉師が集結し、2つの「泡」をテーマにしたビアガーデンとナイトバブルショーで、笑顔が弾ける夜を演出します。



日時 7月28日(金)18:00~21:00、  
29日(土)17:00~21:00。荒天の場合は7月30日(日)に延期。

会場 MAKUHARI NEIGHBORHOOD POD (美浜区若葉3-1-21)、若葉3丁目公園

☎(一社)幕張ベイパークエリアマネジメント  
☎273-4815 FAX273-4816

### outdoor fes BREMEN ~五感で楽しむアウトドアフェス~

趣味のある暮らしをテーマに、ライフスタイル&アウトドアカルチャーの体験型イベントを開催します。野外ステージでの音楽ライブやゲストによるトークショー、最新キャンプギアの展示販売などを行います。



日時 10月28日(土)12:00~20:00

会場 千葉ポートパーク

☎(同)prove LiFE ☎244-5111

非日常を味わえる千葉市内のイベントを紹介します。

詳しくは、[千葉市 ナイトタイム](#)

☎経済企画課 ☎245-5359 FAX245-5558

### 桜華爛漫 ~音楽と花火の融合イベント~

生ライブにあわせた海上花火で、千葉市の夜空を彩ります。地元グルメなどのキッチンカーも出店します。



日時 9月16日(土)15:00~  
21:00 予備日=9月23日(祝)

会場 フェスティバルウォーク蘇我  
☎(株)AGEHA ENTERTAINMENT

☎070-3297-4168 FAX268-9160

### CHRISTMAS NIGHT MARKET IN CHIBA PARK

クリスマスの時期に合わせて、園内にイルミネーションを設置します。12月24日(日)には、音楽に合わせた水上花火を実施し、期間中の週末は、クリスマスマーケットが出店します。



日時 11月25日(土)~12月25日(月)11:00~20:00 (12月23日(土)・24日(日)は21:00まで)

会場 千葉公園

☎STARLIGHT MARKETZ実行委員会

☎080-6470-6769 FAX233-0865

## ワンコインコンサート

和太鼓奏者TAKERUさんがプロデュースしたグループ「威風」による和太鼓のライブです。

日時 9月16日(土)14:00~15:00

会場 千城台コミュニティセンター

出演 TAKERUさん(和太鼓)、威風

定員 先着200人

料金 一般500円、小学生以下100円(全席自由)。乳幼児の膝上鑑賞に限り無料

申込方法 7月6日(木)10:00から電話で、文化センター☎224-8211、市民会館☎224-2431、市男女共同参画センター☎209-8771、若葉文化ホール☎237-1911、美浜文化ホール☎270-5619へ。

☎市文化振興財団 ☎221-2411 FAX224-8231

## BAY SIDE JAZZ 2023 CHIBA エリア de ジャズ Live

ジャズの本格的なプロ演奏を身近に体験できます。普段ジャズを聴かない方も、ぜひこの機会に、ジャズを楽しみませんか。

日時 9月2日(土)13:30~14:30

会場 鎌取コミュニティセンター

出演 大原保人スーパージャズトリオ

定員 先着200人

料金 前売券=2,000円。全席自由、就学前児入場不可。

申込方法 電話で、文化センター☎224-8211、市民会館☎224-2431、市男女共同参画センター☎209-8771、若葉文化ホール☎237-1911、美浜文化ホール☎270-5619へ。

詳しくは、[ベイサイドジャズ千葉](#)

☎市文化振興財団 ☎221-2411 FAX224-8231



## 考えよう 平和の大切さ

千葉市が戦時中、空襲で大きな被害を受けたことを御存知ですか？1945年6月10日と7月7日、2度にわたる大空襲により、大きな被害を受けました。しかし、戦後の困窮の中から市民の英知とたゆまぬ努力により、復興への道を歩み始め、現在の千葉市の礎を築きました。

この戦争の悲惨さと復興への努力の記憶は、決してなくしてはならないものであり、永く後世に語り継いでいかなければなりません。

この機会に戦争の悲惨さ、平和の大切さについてあらためて考えてみましょう。

### 戦時中の千葉市

1908年の交通兵旅団と鉄道連隊第二大隊の椿森移転以来、本市には、陸軍歩兵学校、気球連隊など多くの陸軍施設が現在の中央区や稲毛区に集積し、その総面積は約462ヘクタールに及びました。跡地は現在、学校や公園、公共施設などに利用されています。



気球連隊第一格納庫

### 千葉空襲

千葉市への大空襲は数度ありましたが、米軍が千葉市を目標とした空襲は、1945年6月10日と7月7日です。

6月10日の空襲では、日立航空機千葉工場（現在の中央区川崎町）などが被害を受け、死傷者391人、被災戸数415戸、被災面積26ヘクタールに及びました。



市上空を飛ぶB29の編隊  
千葉市空襲を記録する会 提供

7月7日の空襲では、中心市街地の大部分が焼き尽くされ、被害は、死傷者1,204人、被災戸数8,489戸、被災面積205ヘクタールに及びました。

2度の空襲で、中心市街地の約7割が焼け野原になり、被災者が4万人以上も出ました。

☎市民総務課 ☎245-5156 📠245-5155



平和都市宣言記念像

### 千葉空襲写真パネル展

空襲の被害状況のほか、戦前・戦後の市民生活、戦災復興の様子、広島・長崎の被爆などに関する写真パネルを展示します。

日程	会場
①7月1日(出)～10日(月)	きぼーる
②7月3日(月)～7日(金)	区役所（中央区、稲毛区を除く）
③7月12日(水)～19日(水)	生涯学習センター
④7月20日(木)～31日(月)	市役所1階
⑤8月1日(火)～13日(日)	ワンズモール（稲毛区長沼町330-50）
⑥8月15日(火)～21日(月)	そごう千葉店地階
⑦8月22日(火)～31日(木)	イオンタウンおゆみ野 （緑区おゆみ野南5-37-1）
*初日=④⑦12:00から 最終日=③13:00、④⑦15:00、⑥16:00まで	

### 平和アニメ上映・戦災体験講話

アニメ映画「ガラスのうさぎ」の上映と、戦災体験者によるお話の会を開催します。

日時 7月15日(出)9:45～12:00

会場 生涯学習センター地下1階小ホール

定員 先着50人

申込方法 7月14日(金)17:00までに電話で、市民総務課へ。

FAX・📧somu.CIC@city.chiba.lg.jpも可（必要事項15面のほか、参加人数を明記）。

障害のある人もない人も共に楽しもう！

## パラスポーツフェスタちば2023

パラスポーツやゆるスポーツの体験、チームを組んで行う交流大会を通してパラスポーツの魅力が体感できます。年齢や障害の有無に関わらず、どなたでも気軽に楽しめるイベントです。



写真提供 野村雄治

日時 9月2日(出)①9:30～12:30、②13:30～17:00

会場 千葉ポートアリーナ

内容 ①競技体験＝陸上競技用車いす、パラバドミントン、ボッチャ、ゴールボール、パラバレーボール（座位）、テコンドー、車いすバスケットボール、車いすフェンシング、車いすラグビー、ソフトパラフェンシング、車椅子ソフトボール、ゆるスポーツ ②交流大会＝ボッチャ



写真提供 野村雄治

①先着500人 ②交流大会＝ボッチャ ①先着56チーム（1チーム3～5人）

持ち物 屋内用の運動靴

申込方法 7月15日(出)からホームページの申込フォームで申し込み。🔍パラスポーツフェスタちば2023 🔍

☎パラスポーツフェスタちば2023運営事務局

☎239-7515 📠285-1470

## 都市文化賞の候補作品を募集

千葉市らしい魅力ある景観と都市文化の向上に貢献している建築物や広告物、まちづくり活動などを表彰する、都市文化賞の候補作品を募集します。自薦・他薦は問いません。ぜひ、皆さんの身近にある優れた作品を応募してください。



cafe madoi (カフェ円居)  
2022グランプリ

対象 景観まちづくり部門＝魅力ある景観を創出しているまち並みや建築物群、まちづくり活動など

景観広告部門＝魅力ある景観を創出している広告物（看板など）

建築文化部門＝2020年1月以降に完成した建築物（増築・リフォーム・リノベーションを含む）

応募方法 9月30日(出)までに、電子申請で。応募用紙（ホームページからダウンロード。都市政策課、建築指導課、区役所地域づくり支援課、市民センター、コミュニティセンター、公民館、市図書館でも配布。）を📧keikan@city.chiba.lg.jp、郵送も可。郵送先＝〒260-8722千葉市役所都市政策課

書類審査および現地審査の上、来年2月までに受賞作品を決定し、作品の施主・設計者・施工者、活動団体などを表彰します。

詳しくは、🔍千葉市都市文化賞 🔍

### 都市文化賞2022受賞作品のパネル展を開催

📅7月3日(月)～19日(水)

📍市役所1階

☎都市政策課 ☎245-5307 📠245-5559



# 減塩は家族みんなで取り組もう

長年の食塩の摂り過ぎは、将来の高血圧につながります。血圧は歳をとってから急に上がるものではありません。家族みんなで減塩に取り組み、子どもの頃から「やさしい味(減塩)」を習慣化し、将来の生活習慣病を予防しましょう。  
図健康推進課 ☎245-5223 図245-5659

## 食塩摂取目標量と実際の摂取量は？

厚生労働省が定める日本の食塩摂取目標量(15歳以上)は、1日当たり男性7.5g未満、女性6.5g未満ですが、千葉市民の1日当たりの食塩摂取量は11.2gと、目標を大きく上回っています。また、実は大人だけでなく、1歳から14歳までの子どもも食塩を摂り過ぎている現状があります。子どもの味覚や食習慣を決めるのは大人です。子どもの頃からやさしい味を覚えれば、それが家庭の味となり、大人になっても自然と減塩につながります。

子どもの食塩摂取目標量と摂取量(1日当たり)

		1・2歳	3～5歳	6・7歳	8・9歳	10・11歳	12～14歳
男の子	目標量(未満)	3.0g	3.5g	4.5g	5.0g	6.0g	7.0g
	摂取量(平均値)	5.4g			8.9g		
女の子	目標量(未満)	3.0g	3.5g	4.5g	5.0g	6.0g	7.0g
	摂取量(平均値)	5.0g			8.2g		

目標量＝日本人の食事摂取基準(2020年版)より  
摂取量＝令和元年国民健康・栄養調査より

## 食塩摂取量を減らすために

### 作るときポイント

#### 旬の食材を使う！

旬の食材は、濃い味付けをしなくても十分食材そのものおいしさを楽しむことができます。また、旬の食材は栄養価が高く、価格も低くなる傾向にあるので、一石二鳥です。



#### うま味を利用する！

うま味のある食材(昆布・鰹節・干しシイタケ・トマト・お肉など)を使うことで料理の味に深みが出ます。2種類以上組み合わせると相乗効果でおいしさが増します。



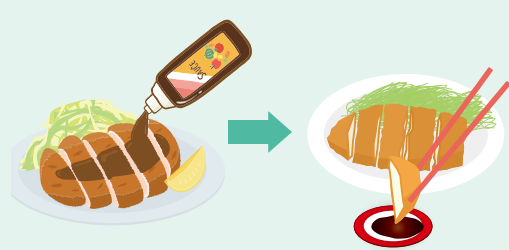
#### 酸味・辛味・香りをプラス！

かんきつ類やお酢類の酸味は塩味を引き立たせ、味に変化が生まれます。ピリッとした刺激は、メリハリの利いた味わいが魅力です。また、香りが加わることで嗅覚が刺激され、満足感が増します。



### 食べるときポイント

#### しょうゆやソースは、かけずにつけよう！

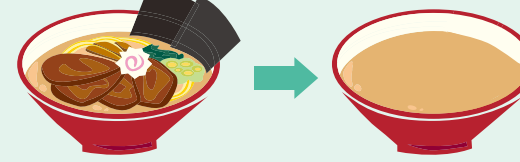


#### 漬物や佃煮など食塩量の多いものは、食べる量や回数に気を付けよう！



#### 麺類の汁は残そう！

汁を全部残せば、2～3g減塩することができます。



### 栄養成分表示の「食塩相当量」をチェックしよう！

栄養成分表示1袋(100g)当たり	
エネルギー	123kcal
たんぱく質	○g
脂質	○g
炭水化物	○g
食塩相当量	○g

### 健康づくり応援店を利用しよう

市では、飲食店などで自分の健康状態にあったものを選択できるよう、栄養成分表示や健康に配慮したメニューを提供しているお店を「千葉市健康づくり応援店」として登録しています。

塩分控えめメニューを提供しているお店もありますので、お店を選ぶ際の参考にしてください。

健康づくり応援店

このステッカーが目印です！



## 料理に隠れた食塩量を知ろう！

普段よく食べる料理には、どれくらいの食塩が含まれているのでしょうか。減塩のためには、まず自分がどれだけ食塩を摂取しているかを知ることが重要です。食塩量を把握したら1日の目標量に近づくように食べ物を組み合わせてみましょう。

作り方や商品により食塩量は異なります。目安として活用してください。



ごはん(普通盛り) 0.0g	トースト(6枚切り) 0.9g	ハンバーガー 2.5g	味噌汁 1.8g	ナポリタン 2.2g	焼き鮭 1.1g
鶏の唐揚げ 1.3g	野菜炒め 1.3g	カレーライス 3.7g	納豆 0.7g	ヨーグルト 0.2g	給食(基準値) 6～7歳 1.5g未満 8～11歳 2.0g未満 12～14歳 2.5g未満

食事バランスガイドより(給食を除く)

## 夏休みは親子で減塩レシピに挑戦！

### ナポリタン

調理時間 約20分  
食塩相当量 1.6g(1人分)

#### 減塩と調理のポイント

##### ケチャップを2回に分けて加える

最初に加えることで、麺の中まで味が染み込みます。また、仕上げにまとうせることで、口に入れた瞬間に味をしっかりと感じられます。

##### 隠し味はカレー粉

ほんの少し加えるだけで、深みのある味わいになり、塩分が少なくてもおいしく作ることができます。



#### 作り方 フライパン1つあれば、できる！

- ①タマネギ、ピーマンは薄切りに、ハムは半分に切ってから1cm幅に切る。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、タマネギ、ハム、マッシュルームを炒める。しんなりしたら、水、トマトケチャップ大さじ2を加える。水が沸騰したら、スパゲッティを加え(入らなければ半分に折る)、弱～中火でフタをして煮る。
- ③時々かき混ぜながら、スパゲッティの袋の表示時間になったらピーマンを加え、再度フタをして1～2分加熱し、フタを取って水分を飛ばす。
- ④残りの大さじ2のケチャップ、カレー粉を加えて全体を混ぜ合わせ、火を止める。

簡単・おいしい減塩レシピは、ホームページをご覧ください。ちばしお 減らしお ヘルシーライフ



### 科学・工作にチャレンジ

#### 子ども交流館の講座

- なかよし工房Aクラス「きらきらボトルをつくろう！」**  
 開7月18日(火)14:00~16:00  
 小4~高校生  
 先着16人
- オープン工房「おもしろスライムをつくろう！」**  
 開7月22日(土)14:00~16:00  
 小4歳~高校生  
 先着10人(保護者は1人まで)
- オープンキッチン「キウイのカップレアチーズをつくろう！」**  
 開7月23日(日)10:30~11:30、12:30~13:30  
 小4歳~高校生  
 各先着16人(保護者は1人まで)
- おやこ工作「いろいろ釣りゲームをつくろう！」**  
 開7月25日(火)14:00~16:00  
 小学生以下の子どもと保護者  
 先着10組20人  
 就学前児は保護者同伴  
 当日直接会場へ。  
 子ども交流館 ☎202-1504 FAX202-1503  
 火曜日(7月18日(火)・25日(火)を除く)休館

#### 未来の科学者育成プログラムジュニア講座

- 糞から知ろう！動物の消化**  
 開7月18日(火)10:00~14:45  
 動物公園  
 小5・6年生 先着10人  
 詳しくは、千葉市 科学者 ジュニア  
 7月7日(金)までに電子申請で。  
 生涯学習振興課 ☎245-5958 FAX245-5992

#### 南部青少年センターの講座

- ①工作A=「じしゃくをつかったコマづくり」と「くるくるミニカーづくり」**  
 開7月26日(水)・27日(木)10:00~12:00 全2回  
 小1・2年生  
 12人  
 600円
  - ②工作B=「リモコンカーづくり」と「風で電気をつくろう」**  
 開7月27日(木)13:30~15:30、28日(金)10:00~12:00 全2回  
 小3・4年生  
 12人  
 1,000円
  - ③工作C=自作のラジオで放送を聞こう**  
 開7月26日(水)・28日(金)13:30~15:30 全2回  
 小5・6年生  
 12人  
 1,200円
  - ④夏休み木工講座~楽しいビー玉迷路づくり~**  
 開8月4日(金)13:00~16:00  
 小学生  
 12人  
 900円
- ①~③7月12日(水)必着。往復はがきに必要事項(15面)のほか、学校名、保護者名を明記して、〒260-0841中央区白旗1-3-16千葉市南部青少年センターへ。  
 ④7月4日(火)~11日(水)に電話で、同センターへ。  
 南部青少年センター  
 ☎264-8995 FAX268-1032  
 月曜日(祝・休日の場合は翌日も)、祝・休日休館

### くらしを学ぶ

#### ゲーム「1週間1万円生活！」でお金の使い方を考えよう！

- 開7月26日(水)10:00~11:30  
 消費生活センター  
 小4~6年生と保護者  
 40人  
 7月7日(金)必着。電子申請で。往復はがき(1組1通)に必要事項(15面)のほか、参加者全員の氏名・学年を明記して、〒260-0045中央区弁天1-25-1消費生活センターへ郵送可。(千葉市 消費講座)  
 消費生活センター  
 ☎207-3602 FAX207-3111

#### おやこで学ぶ防災体験

- 開7月29日(土)  
 9:30~12:00、13:30~16:00  
 救助救急センター  
 小学生と保護者  
 各先着10組  
 7月3日(月)9:00から電話で、防災普及公社へ。申込書(ホームページからダウンロード)を、fukuy@chiba-bfk.or.jp、FAXも可。(防災普及公社)  
 防災普及公社  
 ☎248-5378 FAX248-7748

#### 夏休みおしごと感動体験 ワクワワークデー

- 開8月22日(火)9:15~16:45(複数回に分けて実施、各回1時間半程度)  
 千葉駅、海浜幕張駅周辺施設ほか  
 デパートの受け付けや食品の販売などのさまざまな仕事体験ができます。  
 小3~6年生  
 854人  
 要保護者の送迎。体験内容など詳しくは、夏休みおしごと感動体験2023  
 7月21日(金)までに電子申請で。  
 雇用推進課 ☎245-5278 FAX245-5558

#### 下水道教室

- 開7月27日(水)~8月1日(日)9:30~12:00 荒天中止  
 南部浄化センター  
 家庭から流された汚水がきれいな水となって川や海に戻される仕組みを学びます。  
 小学生と保護者 各80人  
 7月7日(金)必着。電子申請で。往復はがきに必要事項(15面)のほか、参加者全員の氏名、希望日(第3希望まで)、ビデオ鑑賞で座席に配慮が必要な方はその旨を明記して、〒260-8722千葉市役所下水道営業課へ郵送可。(千葉市 下水道教室)  
 下水道営業課 ☎245-5411 FAX245-5563

#### 認知症こどもカレーうどんプロジェクト

- 開8月2日(火)9:15~13:00  
 きぼーる  
 手打ちカレーうどんを作りながら、認知症のことや認知症予防に効果的な食事について学びます。  
 小4~6年生 先着10人程度  
 7月21日(金)17:00までにホームページ(https://medicalcenterfordi.wixsite.com/website)から。FAXも可。  
 千葉大学医学部附属病院認知症患者医療センター  
 ☎226-2736 FAX226-2738

### 自然に触れる

#### 大草谷津田いきもの里 自然観察会 「夏の谷津田はムシ天国」

- 開7月16日(日)9:30~11:00 雨天中止  
 15人  
 小学生以下は保護者同伴。集合・解散は大草谷津田いきもの里入口広場。帽子、長袖、長靴を着用。  
 7月5日(水)必着。電子申請で。  
 kankyohozen.ENP@city.chiba.lg.jpはがき・FAXも可(必要事項(15面)のほか、参加者全員の氏名、フリガナを明記)。郵送先=〒260-8722千葉市役所環境保全課  
 環境保全課 ☎245-5195 FAX245-5557

#### 花島公園 自然観察会 「夏の虫を観察してみよう」

- 開7月22日(土)10:00~12:00  
 5歳以上の方  
 先着20人  
 虫網、虫ご(お持ちの方)  
 就学前児は保護者同伴。  
 集合場所は花島公園センター。  
 駐車場=4時まで200円  
 7月3日(月)9:00から電話で、(有)花島公園協会へ。sdxt036@yahoo.co.jp・FAXも可(必要事項(15面)を明記)。  
 有花島公園協会 ☎298-6681 FAX298-6681

#### 泉自然公園 星の観察会

- 開7月28日(金)19:30~21:00  
 雨天中止  
 小学生と保護者  
 20組  
 1人50円 駐車場=400円  
 受け付けは19:00から。  
 メールで必要事項(15面)のほか、参加人数を明記して、若葉公園緑地事務所 wakaba.URP@city.chiba.lg.jpへ。  
 若葉公園緑地事務所  
 ☎306-0101 FAX306-0033

#### 市少年自然の家 自然体験講座

- こだわりクラフトワークショップ**  
 開①7月23日(日)10:00~12:00、13:00~15:00  
 ②7月29日(土)13:00~15:30  
 ①竹灯り作り、②ウッドBOXまたはウッドトレイ作り  
 各先着8組  
 小学生以下は保護者同伴。  
 料金など詳しくは、ホームページをご覧ください。  
 ①7月16日(日)・②22日(土)までに電話で、市少年自然の家へ。  
**ナイトアドベンチャー**  
 開7月29日(土)19:00~20:30  
 星空散歩とナイトハイキング 先着30人  
 高校生以上670円、中学生以下500円  
 中学生以下は保護者同伴  
 当日までに電話で、市少年自然の家へ。

#### マンスリーウィークエンド

- 開9月2日(土)13:00~3日(日)14:00 1泊2日  
 泥んこ遊び、クライミングウォール、キャンプファイアー、クラフトなどのプログラムを家族ごとに選択  
 3歳児から中学生を含む家族 36組  
 高校生以上5,760円、中学生5,230円、小学生5,070円、3~6歳4,690円、3歳未満800円  
 8月5日(土)までにホームページから。  
**ファミリーキャンプ**  
 開9月9日(土)10:30~10日(日)14:00 1泊2日  
 稲刈り体験やアウトドアクッキングなど、家族でワイルドな野外体験に挑戦  
 小・中学生を含む家族 18組  
 高校生以上6,900円、中学生6,370円、小学生6,260円、3~6歳5,960円、3歳未満800円  
 8月12日(土)までにホームページから。  
 申し込み方法など詳しくは、市少年自然の家 イベント  
 市少年自然の家 ☎0475-35-1131 FAX0475-35-1134

今年も夏がやって来た!

## 海を楽しまう!

千葉市で体験できる、楽しい海辺のイベントが盛りだくさん!

この夏は、海の潮風に吹かれながら爽やかな気分を味わってみませんか。

## 千葉港まつりで海を楽しむ

## ①海上保安庁巡視艇の見学など

日時 7月29日(土)10:00~16:00 最終入場14:30  
場所 ケーズハーバー

## ②観光船「あるめりあ」での港内見学会

日時 7月28日(金)A15:30、B18:45、  
C20:15、29日(土)D11:30、E  
14:00、F15:30、G18:45

集合場所 ケーズハーバー

内容 A①D①F港めぐりコース(約40分)  
E幕張メッセ沖合遊覧コース(約50分)  
B②C②工場夜景クルーズ(約70分)

定員 各100人

## ③クルーズ船「MYII」によるサンセットクルーズ

日時 7月28日(金)・29日(土)18:35から約60分

集合場所 ケーズハーバー

定員 各20人

## ④働く船と港の信号所に潜入! 港湾施設見学会

日時 7月29日(土)9:00~12:30

集合場所 千葉ポートタワー

対象 小学4年~中学生と保護者 定員 40人

備考 ①当日、直接会場へ。ハイヒール、サンダル不可。  
②③中学生以下は保護者同乗

申込方法 ②~④7月14日(金)までに、ホームページから。往復は  
がきに必要事項(15面)のほか、②③は参加者(5人まで)  
全員の氏名・年齢・住所・電話番号を明記して、〒260-  
0024中央区中央港1-6-1千葉港振興協会へ郵送も可。

千葉港振興協会

☎①~③千葉港振興協会 ☎246-5201 FAX238-0648

☎④千葉港運協会 ☎248-1153 FAX247-4873



## 稲毛ヨットハーバーで海を楽しむ

## ①監視艇「潮風」体験乗船会

日時 7月24日~8月21日の月曜日  
13:30~15:00

対象 小学生と保護者

料金 600円



## ②SUP(スタンドアップパドル)教室

日時 A7月29日(土)、B8月5日(土)  
9:30~11:30、13:00~15:00

対象 A小学4~6年生と保護者  
B中学生以上の方

料金 3,000円



## ③海にでようヨット体験会

日時 7月30日(日)9:30~12:00、13:00~15:30

対象 小学生以上の方(小学生は保護者同乗)

料金 1,500円

## ④ヨット入門コース

日時 8月6日(日)9:30~15:30

対象 16歳以上の方

料金 5,000円

## ⑤親子ヨット教室

日時 8月11日(祝)9:30~15:30

対象 小学生と保護者

料金 1組4,000円

定員 ①各4人、②③④各10人、⑤10組

備考 いずれも荒天中止

申込方法 ①②A7月3日(月)~6日(木)・②B③10日(月)~13日(木)・④  
⑤17日(祝)~20日(休)の10:00~16:00に電話で、稲毛  
ヨットハーバーへ。

☎稲毛ヨットハーバー ☎279-1160 FAX279-1575

火曜日(祝・休日の場合は翌日) 休館



## 検見川ビーチフェスタのイベント

稲毛ヨットハーバー周辺で開催される、検見川ビーチフェスタのイベントの参加者を募集します。

## マリンスポーツ体験

日時 8月13日(日)10:00~12:00

内容 ①ウインドサーフィン、②親子SUP、③SUPヨガ

対象 ①小学~高校生、②小学~高校生と保護者、③高校  
生以上の方

定員 ①24人、②10組、③4人

料金 ①③1,000円、②2,000円

申込方法 7月10日(月)~25日(火)に、ホームページから。

検見川ビーチフェスタ

## クルーザーヨット体験

日時 8月13日(日)10:00~11:45、  
13:00~14:45

対象 小学生以上の方(小学生は保  
護者同乗)

定員 各23人

料金 1,000円

申込方法 7月17日(祝)・19日(火)・20日(休)の10:00~16:00に  
電話で、稲毛ヨットハーバー☎279-1160へ。



☎検見川ビーチフェスタ実行委員会(緑政課内) ☎245-5789 FAX245-5885

# 情報けいじばん

特に記載のないものは次のとおり

- ・申し込みは1日から受け付け
- ・応募多数の場合は抽選
- ・対象は市内在住・在勤・在学の方
- ・料金は無料

### 申込方法

必要事項【右記】を明記して、各宛先へ送付してください。  
 往復はがきの場合は、返信用の宛先も記入。  
 電子申請の場合は、[千葉市 電子申請](#)

### 必要事項

- ◇催し名
- ◇コース名・日時など
- ◇代表者の
- ◇氏名（フリガナ）
- ◇〒・住所 ◇年齢・学年
- ◇電話番号

一部の施設では、65歳以上の方や障害のある方などを対象に、優待・割引料金があります。市の施設では、ここに掲載した以外にもイベント、教室・講座などの参加者を募集している場合があります。詳しくは、各施設へお問い合わせください。

## イベント

### 養育里親説明会

7月1日(出)①10:00~12:00、②13:00~14:00  
 若葉保健福祉センター  
 ①里親体験談、②養育里親説明会  
 申電話で、NPO法人キアセット ☎215-7802。HP（「キアセット千葉」で検索）からも可  
 同団体 ☎前記 ☎215-7803

### 千葉公園蓮華亭「ラベンダーバンドルズ作り体験」

7月1日(出)10:00~11:00、11:00~12:00  
 各先着25人  
 料金500円  
 申当日直接千葉公園蓮華亭へ  
 同中央・美浜公園緑地事務所 ☎279-8440 ☎278-6287

### こころの健康センターの催し

#### 依存症治療・回復プログラム

7月5日(休)・19日(休)14:00~15:45  
 アルコール・薬物依存症の方  
 事前前面談あり

#### アルコールミーティング

7月21日(金)14:00~16:10  
 話し合いと学習会  
 お酒の問題で悩んでいる家族と本人

#### 精神障害者家族のつどい

7月27日(木)14:00~16:50  
 講演会「家族が元気になるために」と家族ミーティング。講師=土屋徹さん（office夢風舎舎長）、貫井信夫さん（ファーム栗の木家族会）  
 申7月3日(月)から電話で、こころの健康センター ☎204-1582  
 同センター ☎前記 ☎204-1584

### ナツメロ青春同窓会

7月6日(木)・20日(木)13:45~16:00  
 千葉公園蓮華亭  
 各先着25人  
 料金500円  
 申当日直接会場へ  
 同NPO法人うたとともクラブ ☎090-5785-6652 ☎238-8005

### シニア従業員のお仕事説明会

7月14日(金)10:00~11:30  
 花島コミュニティセンター  
 レジ接客など多様な働き方を紹介  
 概ね60歳以上の方

先着10人  
 申電話で、(株)セブン-イレブンスタッフ応募受付センター ☎0570-031-711 (10:00~19:00)  
 同センター ☎前記、(株)セブン-イレブン・ジャパン千葉地区事務所 ☎274-6529

### 動物保護指導センター 育成中の子猫のお見合い会

7月14日(金)・28日(金)  
 お見合い時間は1組30分  
 申①7月5日(休)~11日(休)・②19日(休)~25日(休)に、HP（「千葉市 育成中の子猫」で検索）で、希望の子猫を確認して電話で、動物保護指導センター ☎258-7817

### 収容中の成猫・犬の譲渡

随時譲渡相談受け付け中。HPで譲渡可能な成猫・犬を確認の上、電話でお問い合わせください。予約なしの見学不可  
 同センター ☎前記 ☎258-7818

### 稲毛せんげん通りまつり

7月14日(金)17:00~21:00、15日(出)8:00~21:00  
 稲毛せんげん通り（京成稲毛駅付近）

### 稲毛せんげん通りまつりに伴う交通規制

7月14日(金)12:00~15日(出)23:00  
 神社の周辺道路で大幅な交通規制が実施されます。  
 同稲毛せんげん通りまつり実行委員会 ☎080-6384-1782 ☎243-5185

### 加曽利貝塚博物館 夏休み子ども向け展示

7月15日(土)~9月24日(日)  
 テーマ=調べて発見!!わたしのまちの縄文時代  
 同加曽利貝塚博物館 ☎231-0129 ☎231-4986。月曜日(祝・休日の場合は翌日)休館

### 原爆死没者慰霊式典

7月15日(出)13:00~14:30  
 生涯学習センター2階ホール  
 当日直接会場へ  
 同県原爆被爆者友愛会 ☎ ☎253-7768

### 先輩ママに聞こう!! 双子の子育て

7月23日(日)10:00~11:00  
 子育て支援館  
 対面およびオンライン（Zoom）での座談会  
 多胎を妊娠中の方、家族  
 先着8組  
 申電話で、同館 ☎201-6000。HP（「子育て支援館 予定カレンダー」で検

索）からも可。オンライン参加希望者は、HPから  
 同同館 ☎前記 ☎201-6003

### ウクライナ避難民支援チャリティコンサート

7月23日(日)13:30~16:00  
 花島コミュニティセンター  
 出演=Prime music Jazz Orchestra  
 先着200人  
 前売券（全席自由）=2,000円  
 申電話で、Prime music Jazz Orchestra・児玉さん ☎090-8432-8727  
 同同団体・児玉さん ☎前記 ☎423-5974

### 歌声カルテットの昭和歌謡コンサート

7月24日(月)13:00~15:00  
 市民会館  
 前売券（全席自由）=2,000円  
 就学前児の入場不可  
 申電話で、市民会館 ☎224-2431、文化センター ☎224-8211、市男女共同参画センター ☎209-8771、若葉文化ホール ☎237-1911、美浜文化ホール ☎270-5619  
 同市民会館 ☎前記 ☎224-2439

### 夏休み特別企画! ゴルフ場で昆虫採集ウオーキングツアー

7月28日(金)・29日(出)5:00~7:00。荒天中止  
 千葉市民ゴルフ場  
 カブトムシなどの昆虫を採集しながらウオーキング  
 小学生と保護者  
 各10組程度  
 申7月10日(月)までにEメールで、②のほか参加者全員の氏名・フリガナを明記して、若葉区役所地域づくり支援課 ☎chiikizukuri.WAK@city.chiba.lg.jpへ  
 同同課 ☎233-8122 ☎233-8162

### ハーモニープラザ サマーフェスティバル

7月29日(出)10:00~15:00  
 車イス体験、輪投げ・射的などの縁日、雑貨・軽食の販売など  
 詳しくは、市社会福祉協議会・市男女共同参画センター・蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 HP  
 同市社会福祉協議会 ☎209-8815 ☎209-8819

### 難病講演会「潰瘍性大腸炎の最新医療情報」

8月2日(水)14:00~16:00  
 総合保健医療センター  
 潰瘍性大腸炎と診断されている方と家族など

先着20人  
 申7月3日(月)から電話で、健康支援課 ☎238-9968  
 同同課 ☎前記 ☎238-9946

### リアル恐竜ショー恐竜パーク

8月5日(出)12:00~13:00、15:00~16:00  
 市民会館  
 恐竜たちのいる世界をリアルに体験しながら、恐竜にまつわる歴史を学ぶ  
 前売券（全席指定）=3,500円。  
 2歳児以下の膝上鑑賞に限り無料  
 申電話で、市民会館 ☎224-2431、文化センター ☎224-8211、市男女共同参画センター ☎209-8771、若葉文化ホール ☎237-1911、美浜文化ホール ☎270-5619  
 同市民会館 ☎前記 ☎224-2439



### 千葉市障害者差別解消法に係る講演会

8月7日(月)13:30~15:30  
 ハーモニープラザ  
 講師=藤尾健二さん（千葉障害者就業支援キャリアセンター）  
 先着80人  
 申7月21日(金)までに電話で、市身体障害者連合会 ☎209-3281。☎209-3282も可（②のほか、企業参加の場合は団体名、担当者名、参加人数（2人まで）を明記）

### トラック運転体験会・マッチング会

①9月2日(出)13:00~16:00、②28日(休)9:30~12:00、13:30~16:00  
 ①県運転免許センター、②姉崎自動車教習所（市原市椎津1694）  
 運送企業への就職を応援するため、中型トラックの運転体験および市内運送企業との面談会を開催  
 ①第一種中型自動車免許（大型免許も可）・②自動車運転免許（種類不問）を有する方  
 ①先着8人、②各先着6人  
 ②JR姉ヶ崎駅から送迎バスの運行あり  
 申電子申請で  
 同雇用推進課 ☎245-5278 ☎245-5558

## 教室・講座

### 療育センターふれあいの家 介護予防勉強会

7月7日(金)・20日(木)14:00~15:30  
 18歳以上の方  
 各8人  
 申電話で、療育センターふれあいの家 ☎216-5130。☎277-0291・☎fureai1981@bz04.plala.or.jpも可（②を明記）  
 同同施設 ☎ ☎前記。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

### 産業振興財団の事業者向け講座

①リスクリングと心理的安全性で活

気あふれる企業になるために

7月7日(金)15:00~17:00
市内中小企業経営者・管理者
10人

電子契約とは?何が出来るか、どんな効果生まれるか

7月21日(金)14:30~16:30
市内中小企業者
10人

組織目標達成のための現場のモチベーションアップ

7月27日(木)14:00~16:00
市内中小企業者

新規事業創出のための補助金申請書の書き方

8月4日(金)13:30~16:30
市内中小企業者(個人事業主含む)
先着5社

124産業振興財団(中央区中央2-5-1千葉中央ツインビル2号館)、3 Zoomでのオンライン開催
希望する場合は後日個別相談も可
同財団HPから。同財団産業創造課へ ☎201-9506、☎201-9507、✉sangyosocho@chibashi-sangyo.or.jpも可(☎を明記)

動物保護指導センター 飼い犬のしつけ方教室

7月13日(木)13:30~16:00
講習としつけのデモンストレーション

市内在住で、犬を飼っている方または飼う予定の方(参加する犬は健康で、登録・今年度の狂犬病予防注射が済んでいること)

25人
電子申請で。動物保護指導センターへ ☎258-7817も可
同センター ☎前記 ☎258-7818

要約筆記者養成講座(前期)

7月19日~来年2月7日(8月23日、12月27日、来年1月3日を除く)の水曜日14:00~16:00。全27回

生涯学習センター
市内在住で、要約筆記者として活動予定の方
10人
4,000円

要約筆記者として活動するには、後期講座も受講する必要があります。
7月7日(金)消印有効。③に④を明記して、〒261-0001美浜区幸町2-18-1-202橋本方・千葉市中途失聴・難聴者協会へ
同協会 ☎ ☎245-0847

緑と花の園芸講座

7月20日(木)10:00~12:00
都市緑化植物園
テーマ=バタフライガーデン入門~蝶の舞う庭づくり~

20人
7月10日(月)必着。③に④を明記して、〒260-8722千葉市役所緑政課へ。
✉midoritohana@city.chiba.lg.jp、☎245-5885、☎245-5775も可

亥鼻公園いのはな亭庭園文化講座「着物の着付けと浴衣」

7月21日(金)13:30~15:30
15歳以上の方
先着10人
1,500円

和菓子、お茶付き
電話で、(株)塚原緑地研究所 ☎306-8446。同研究所HP、☎306-8447も可(☎を明記)

認知症介護講習会

7月22日(土)・8月19日(土)13:30~15:30
文化センター

テーマ=①認知症を知ってそなえる~今、知っておいた方がよいこと~、②認知症と共に生きる~僕が考える「まちづくり」~
認知症の方を介護している家族など

各50人(介護中の家族優先)
7月6日(木)・8月3日(木)必着。③に④のほか、介護家族の場合はその旨を明記して、〒260-0026中央区千葉港4-5千葉県社会福祉センター4階認知症の人と家族の会へ。☎204-8256も可
同会 ☎204-8228(月・火・木曜日13:00~16:00) ☎前記、地域包括ケア推進課 ☎245-5267

マンション管理士によるセミナー・相談会

7月22日(土)13:00~16:00
幕張コミュニティセンター
セミナーテーマ=マンション管理計画認定制度と長寿化促進税制について

セミナー=先着40人、相談会=先着4組
7月21日(金)12:00までに電話で、県マンション管理士会 ☎244-9091。☎244-9094も可(☎を明記)
同住宅政策課 ☎245-5849 ☎245-5887

ひとり親家庭 親子スケート体験教室

7月23日(日)13:00~15:00
アクアリンクちば
ひとり親家庭の親と、5歳以上で靴のサイズが15センチメートル以上の子ども

50人
7月5日(水)必着。電子申請で。☎261-9156・✉boshikai@grace.ocn.ne.jp・④も可(参加者全員の④を明記)。郵送先=〒260-0844中央区千葉寺町1208-2千葉市ひとり親家庭福祉会
同協会 ☎ ☎261-9156

県民無料講演会「どうする財源」

7月23日(日)13:00~15:00
京成ホテルミラマーレ
貨幣論で読み解く税と財政の仕組み

200人程度
7月18日(火)までに電話で、(公社)県不動産鑑定士協会 ☎222-5795。同協会HPからも可
同協会 ☎前記 ☎222-9528

知的障害疑似体験講座

7月24日(月)10:30~12:00
若葉保健福祉センター
言葉が伝わらない状況など、知的障害の方がどのように感じているかを体験し、障害への理解を深める。

小学4年生以上の方
先着20人
7月3日(月)から電話で、若葉区ボランティアセンター ☎233-8181
同センター ☎前記 ☎233-8171

スマートエイジング=人生100年時代を生き抜く10の秘訣

7月25日(火)14:00~16:00
美浜文化ホール
講師=村田裕之さん(東北大学特任教授)

先着200人
7月3日(月)から電話で、生涯現役応援センター ☎256-4510
同センター ☎前記 ☎256-4507

認知症サポーター養成講座

7月26日(水)10:00~11:45
市役所
認知症の基礎知識と認知症の方の接し方について

20人
講座修了後、認知症サポーターカードを進呈
7月12日(水)必着。③に④を明記して、〒260-8722千葉市役所地域包括ケア推進課へ。☎245-5293、電子申請も可
同課 ☎245-5267 ☎前記

花の美術館 夏休み親子講座

7月26日(水)10:30~12:00、13:30~15:00

稲毛記念館
クッキーアイシングで動物たちのシェアハウス作り
各10組(大人1人の参加も可)
3,500円

7月7日(金)消印有効。④(1人1講座)に⑤を明記して、〒261-0003美浜区高浜7-2-4千葉市花の美術館へ。HP、☎277-8776も可
同館 ☎前記 ☎277-8674



マンションセミナー

7月29日(土)講演13:30~15:30、相談会15:30~16:30

市役所
千葉市マンション管理計画認定制度について
マンション管理組合役員、区分所有者
講演=先着35人程度、相談会=先着2組
7月3日(月)から電話で、すまいのコンシェルジュ ☎245-5690。☎245-5691も可(☎を明記)
同住宅政策課 ☎245-5849 ☎245-5887

夏季なぎなた教室

7月30日(日)8:30~11:30
新宿小学校体育館
小学生以上の方 20人

7月13日(水)必着。③に④を明記して、〒261-0012美浜区磯辺1-29-10小阿瀬方なぎなた連盟へ。☎279-5602も可
同連盟・高橋さん ☎224-3562、スポーツ振興課 ☎245-5968 ☎245-5592

初心者健康マージャン教室

7月31日~10月2日の月曜日または8月1日~10月3日の火曜日10:00~12:30。各全10回

西友新検見川店
市内在住の方
各20人
15,000円(要別途教材費)
7月20日(水)必着。④に⑤を明記し

〒262-0022花見川区南花園2-6-1NPO法人いきいき健康マージャン塾へ
同団体 ☎ ☎276-6616

健康づくりスポーツ教室

1 GYM&RUN(脚力・ヒップアップフィットネス)=8月1日~9月12日(8月15日を除く)の火曜日。②バーオソル(バレエ式エクササイズ)=8月4日~9月15日(8月11日を除く)の金曜日。③代謝力アップリンパマッサージ=8月23日~9月27日の水曜日。いずれも、19:30~20:30。各全6回

1 幕張コミュニティセンター、② 千葉ポートアリーナ
18歳以上の方
各25人
1,500円

7月15日(土)必着。④(1人1通1教室)に⑤を明記して、〒260-0025中央区問屋町1-20千葉市スポーツ協会へ。✉sanka@chibacity.spo-sin.or.jpも可
同協会 ☎238-2380 ☎203-8936

救命講習

1 普通救命講習 I

8月3日(木)・6日(日)・25日(金)9:00~12:00=セーフティーちば、9日(水)9:00~12:00=稲毛消防署、9日(水)13:30~16:30=緑消防署、18日(金)・28日(月)13:30~16:30=救助救急センター

2 上級救命講習

8月4日(金)・26日(土)9:00~17:00
1,100円

3 普通救命講習 III(小児、乳児に対するAEDを用いた心肺蘇生法)

8月5日(土)13:30~16:30

4 上級救命再講習

8月14日(月)・27日(日)9:00~12:00
上級救命講習を修了した方

5 WEB講習

8月14日(月)18:30~20:00

6 パパ&ママ救命教室

8月20日(日)10:30~11:15、13:30~14:15

②~⑤セーフティーちば、⑥鎌取コミュニティセンター
各先着①~⑤5人・⑥10組
詳しくは、防災普及公社HP

7月3日(月)から電話で、同公社 ☎248-5355。HPからも可

同公社 ☎前記 ☎248-7748

キッズソフトテニス講習会

8月10日(木)10:00~15:00。雨天中止

青葉の森スポーツプラザ庭球場

午前=講習会、午後=練習試合

小学生

30人

ラケット(貸し出し有り)、テニスシューズ

600円

7月28日(金)までに電話で、市レディースソフトテニス協会・小川さん ☎

☎372-0337。☎前記も可(☎を明記)

DV被害を受けた母親と子どものための心理教育プログラム

9月3日・17日、10月1日・8日・29日、11月12日、12月3日・17日、来年1月7日・21日、2月4日、3月3日の日曜日13:30~15:30。全12回

子どもと母親に分かれて行います。

配偶者または元配偶者と別居中の、DV被害を受けた女性と小学1~3年生の子ども

☎8組  
 ☎事前説明会＝8月20日(日)13:30～15:30（要参加）  
 ☎7月3日(月)～28日(金)に電話で、こども家庭支援課 ☎245-5608。☎kateishien.CFC@city.chiba.lg.jpも可（☎を明記）  
 ☎同課☎前記☎245-5631

**🏠 海洋プラスチックごみ削減ワークショップ**

☎8月10日(木)14:00～16:00  
 ☎市役所  
 ☎講義「海洋プラスチックごみ問題について」、体験「マイクロプラスチックを探してみよう」、グループディスカッション  
 ☎市内在住または在学の、高校生以上の学生  
 ☎先着15人  
 ☎希望者に参加証明書を発行。詳しくは、☎「千葉市 海洋プラスチックごみ削減ワークショップ」で検索  
 ☎7月26日(木)までに電子申請で  
 ☎廃棄物対策課 ☎245-5379☎245-5624



**🏠 ちば司法書士総合相談センター相談会**

☎☎7月1日～29日の土曜日＝千葉司法書士会館（美浜区幸町2-2-1）、1日(土)＝あかりサロン稲毛（稲毛区稲毛東2-16-1）。いずれも、10:00～15:00  
 ☎相続、少額訴訟、借金などの相談  
 ☎自作した書類の確認は不可  
 ☎開催日の2週間前から電話で、ちば司法書士総合相談センター☎204-8333  
 ☎同センター☎前記☎247-3998。日曜日、祝・休日休業

**🏠 生涯現役応援センター&シルバー人材センター出張相談会**

☎☎7月4日(火)＝市役所1階、6日(木)・20日(木)＝イオンマリソピア店4階フードコート側エスカレーター前、7日(金)＝イオンタウンおゆみ野1階、12日(火)・26日(火)＝イオンスタイル鎌取4階イベントスペース、13日(木)＝アリオ蘇我1階波のゲート前、19日(火)＝イオンモール幕張新都心グランドモール2階正光画廊前、28日(金)＝イコアス千城台1階フードコート前。いずれも、10:00～12:00、13:00～16:00  
 ☎就労・ボランティアなど、何かを始めたいシニアの相談窓口  
 ☎当日直接会場へ  
 ☎生涯現役応援センター ☎256-4510☎256-4507

**🏠 助産師による女性のための健康相談**

☎花見川区＝7月4日(火)、緑・美浜区＝21日(金)。いずれも、10:00～12:00  
 ☎保健福祉センター  
 ☎思春期から更年期・妊娠(望まない妊娠も含む)・出産など、女性の体や健康に関する相談  
 ☎女性  
 ☎7月3日(月)から電話で、同センター健康課・花見川☎275-6295、緑☎292-2620、美浜☎270-2213  
 ☎健康支援課☎238-9925☎238-9946

**🏠 不妊専門相談**

☎面接相談

☎7月5日(水)、8月2日(水)14:15～16:30、7月13日(木)17:45～20:00  
 ☎総合保健医療センター  
 ☎医師と助産師による相談  
 ☎不妊や不育症でお悩みの方  
 ☎各先着3人  
 ☎7月3日(月)から電話で、健康支援課☎238-9925

**☎電話相談☎090-6307-1122**  
 ☎7月6日～27日の木曜日15:30～20:00（最終受け付け19:30）  
 ☎助産師による相談  
 ☎不妊や不育症のほか、性に関することでお悩みの方  
 ☎同課☎前記☎238-9946

**🎧 ふるさとハローワークの就活相談（オンライン相談）**

☎7月6日～27日の木曜日13:00～13:50、14:00～14:50、15:00～15:50  
 ☎Zoomでの相談。キャリアカウンセラーによる就労・生活支援の相談。職業紹介なし  
 ☎各先着1人  
 ☎前週日曜日までに、Eメールで☎を明記して、ふるさとハローワーク事務局 ☎chibashi-fhw@os.tempstaff.jpへ  
 ☎同事務局☎292-8655☎221-5518

**🏠 こころの健康センターの相談**

☎①アルコール・薬物依存相談＝7月6日(木)・12日(火)14:00～16:00。②ギャンブル等依存相談＝7月12日(火)13:30～16:30。③思春期相談＝7月14日(金)・28日(金)14:00～16:00。④一般相談＝7月19日(火)10:00～12:00。⑤高齢者相談＝7月20日(木)14:00～16:00  
 ☎①③～⑤専門医・②精神保健福祉士による相談  
 ☎本人または家族  
 ☎7月3日(月)から電話で、こころの健康センター☎204-1582  
 ☎同センター☎前記☎204-1584

**🏠 外国人のための法律相談**

☎①7月8日(出)13:00～16:00、②24日(月)17:00～20:00  
 ☎国際交流プラザ  
 ☎弁護士による法律相談  
 ☎各先着4人  
 ☎通訳希望者は要事前相談  
 ☎①7月7日(金)・②21日(金)12:00までに電話で、国際交流協会☎245-5750  
 ☎同協会☎前記☎245-5751。日曜日、祝・休日休業

**🏠 建築相談**

☎7月9日(日)10:00～15:00  
 ☎生涯学習センター1階エントランスホール  
 ☎建築士による住宅の設計・建築・耐震診断などの相談  
 ☎当日直接会場へ。電話相談不可  
 ☎県建築士事務所協会千葉支部☎☎227-4001

**🏠 行政書士による相続・遺言・成年後見相談**

☎☎7月10日(月)＝若葉区役所、12日(火)＝中央保健福祉センター15階。いずれも、13:00～16:00  
 ☎当日直接会場へ。電話相談不可  
 ☎県行政書士会千葉支部・樋口さん☎080-1039-5550☎306-7233

**🏠 暮らしとすまい・法律特設相談**

☎暮らしとすまいの特設相談  
 ☎7月12日(火)10:00～15:00

☎相続・遺言、登記、税、不動産取引、建築・リフォーム、土地の境界の相談  
 ☎各相談先着8人  
 ☎1人30分。電話相談不可  
 ☎7月3日(月)9:00から電話で、広報広聴課☎245-5609

**☎特設法律相談**

☎7月22日(土)13:00～16:00  
 ☎弁護士による相続・遺言、離婚、交通事故など法律問題全般の相談  
 ☎12人  
 ☎1人30分。裁判所で訴訟・調停中のもの、電話相談は不可  
 ☎7月3日(月)～13日(木)に電話で、同課☎前記。電子申請も可  
 ☎市役所  
 ☎同課☎前記☎245-5155

**🏠 消費生活センターの多重債務者特別相談**

☎7月13日(木)・27日(木)13:00～16:00  
 ☎弁護士による相談  
 ☎各先着6人  
 ☎1人30分程度。相談には債務者本人が来所。家族同伴も可。電話相談不可  
 ☎電話で、消費生活センター☎207-3000  
 ☎同センター☎前記☎207-3111

**🏠 分譲マンション相談・アドバイザー派遣**

☎7月13日(木)＝大規模修繕・維持管理・建て替えに関する相談、20日(木)＝法律相談など。いずれも、13:30～16:30  
 ☎市役所  
 ☎相談結果により、現地で助言を行うアドバイザーの派遣も可  
 ☎7月3日(月)～前週金曜日までに電話で、すまいのコンシェルジュ☎245-5690。☎245-5691も可（☎を明記）  
 ☎住宅政策課☎245-5849☎245-5887

**🏠 住宅増改築相談**

☎7月14日(金)10:00～15:00  
 ☎さぼーる1階、花見川・若葉・緑・美浜区役所  
 ☎増改築や高齢者向けの改造などの相談  
 ☎各当日直接会場へ  
 ☎増改築相談員協議会☎285-3003☎290-0050

**🏠 女性専門家による相談会**

☎7月21日(金)13:00～17:00  
 ☎市役所1階市民相談室  
 ☎不安や悩みを抱える女性を対象に、女性の弁護士・助産師・心理士などが相談に応じます。  
 ☎女性  
 ☎当日直接会場へ  
 ☎男女共同参画課☎245-5060☎245-5592

**🏠 弁護士による養育費相談**

☎花見川区＝7月24日(月)、中央区＝25日(火)。いずれも、13:30～16:30  
 ☎保健福祉センター  
 ☎離婚に伴う養育費などの相談  
 ☎市内在住のひとり親家庭の方、離婚を考えている方（子どもがいる方に限る）  
 ☎各3人  
 ☎1人50分程度  
 ☎7月3日(月)～14日(金)必着。④に☎を明記して、〒260-8722千葉市役所こども家庭支援課へ。☎245-5179、☎kateishien.CFC@city.chiba.lg.jp

も可  
 ☎同課☎前記☎245-5631

**🏠 空き家空き地相談会**

☎7月30日(日)10:00～12:00  
 ☎文化センター  
 ☎弁護士・司法書士・一級建築士・税理士・土地家屋調査士による、空き家や空き地の処分・解体・相続問題、権利関係などの相談  
 ☎先着20人  
 ☎電話で、日本空き家空地対策協会☎307-7688。☎307-7689・☎info@akikyuu.or.jpも可（☎を明記）

**🏠 LGBT専門相談**

☎第1月曜日19:00～22:00（最終受け付け21:30）、第3日曜日10:30～13:30（最終受け付け13:00）  
 ☎日常生活でLGBT当事者や周囲の方が抱える性的指向や性自認に関する悩みなどの相談。相談専用電話☎245-5440。LINE相談は、☎「千葉市 LGBT専門相談」で検索  
 ☎相談日ごと1人1回30分。匿名・通称名での相談可  
 ☎男女共同参画課☎245-5060☎245-5592

**🏠 青少年の悩みごと相談**

☎平日9:00～17:00  
 ☎非行問題、いじめ、不登校など20歳未満の青少年の悩みごと。相談先＝青少年サポートセンター（中央コミュニティセンター内）☎245-3700☎245-3711、東分室（千城台市民センター内）☎237-5411、西分室（市教育会館内）☎277-0007、南分室（鎌取コミュニティセンター等複合施設内）☎293-5811、北分室（花見川市民センター等複合施設内）☎259-1110

**🏠 人権擁護委員特設相談**

☎毎週火曜日10:00～15:00  
 ☎市役所1階市民相談室4・6  
 ☎差別待遇、名誉毀損、いやがらせ、いじめなど人権上の悩みごとの相談  
 ☎当日直接会場へ。電話相談は、全国共通人権相談ダイヤル☎0570-003-110（平日8:30～17:15）  
 ☎千葉地方法務局人権擁護課☎302-1319、男女共同参画課☎245-5060☎245-5592

**🏠 空き家相談**

☎宅地建物取引士・建築士・司法書士・弁護士などの相談員による、空き家の管理・相続・売却・賃貸・解体などの相談。相談方法は電話・対面・現地のいずれか  
 ☎空き家相談シート（市住宅供給公社☎から印刷）を、〒260-0026中央区千葉港2-1すまいのコンシェルジュへ郵送。☎245-5691、同公社☎からも可  
 ☎すまいのコンシェルジュ☎245-5690☎前記



**🎧 ティーミーティングの参加団体**

☎8月3日(木)・21日(月)14:00～14:50

特に記載のない場合は、●申し込みは1日から受け付け ●応募多数の場合は抽選 ●対象は市内在住・在勤・在学の方 ●料金は無料  
 申込時に記載する必要事項は15面参照。

**市役所市長室**  
 ④テーマ=参加団体の活動内容など  
 ⑤各1団体(5~9人)  
 ⑥7月7日(金)必着。Eメールで④のほか、メールアドレス、団体名、活動内容、参加人数、話し合いたいテーマを明記して、広報広聴課 ⑦kohokocho.CIC@city.chiba.lg.jpへ。電子申請、⑧245-5155、⑨も可。郵送先=〒260-8722千葉市役所広報広聴課  
 ⑩同課 ☎245-5298 ⑪前記

**市職員中初級・民間企業等職務経験者・資格免許職・障害者**

⑫中級=1998年(平成10年)4月2日~2004年(平成16年)4月1日生まれの方  
 ⑬初級=2002年(平成14年)4月2日~2006年(平成18年)4月1日生まれの方  
 ⑭民間企業等職務経験者=1963年(昭和38年)4月2日~1995年(平成7年)4月1日生まれで、民間企業等での職務経験が直近10年中6年以上の方  
 ⑮資格免許職=中級相当資格免許職の保育士・栄養士・学校栄養職員は1988年(昭和63年)4月2日以降生まれ、看護師は1963年(昭和38年)4月2日以降生まれで、資格免許を有する方(取得見込みも可)  
 ⑯民間企業等職務経験者の保育士・獣医師・薬剤師・保健師・心理士=1963年(昭和38年)4月2日~1988年(昭和63年)4月1日生まれで、心理士は指定する資格要件を満たす方。その他は資格免許を有し職務経験の要件を満たす方  
 ⑰障害者=1978年(昭和53年)4月2日~2006年(平成18年)4月1日生まれで、筆記試験日までに身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳または児童相談所などによる知的障害者であることの判定書のいずれかの交付を受けている方  
 ⑱採用は、来年4月1日を予定。試験区分、採用予定人数、受験資格など詳しくは、受験案内をご覧ください。受験案内は、7月14日(金)から⑲「千葉市 職員募集」に掲載するほか、市人事委員会、市役所1階総合案内、区役所総務課、市民センター・連絡所などで配布

**筆記試験**  
 ⑲保育士=9月17日(日)、市役所。中級・初級、資格免許職、民間企業等職務経験者=9月24日(日)、市立稲毛高校または市立千葉高校。障害者=10月15日(日)、美浜区役所、美浜保健福祉センターまたは市役所  
 ⑳電子申請で(7月26日(水)9:00~8月8日(火)17:00受信分まで有効)  
 ㉑市人事委員会 ☎245-5870 ㉒245-5889

**青葉病院・海浜病院看護職員(看護師・助産師)**  
 ㉓新卒・既卒の看護師・助産師。詳しくは、受験案内をご覧ください。  
 ㉔130人程度  
 ㉕採用は、来年4月1日を予定。免許取得者は、随時採用可(応相談)。受験案内・申込書は、⑲「千葉市立病院 看護師」で検索)に掲載するほか、市役所1階総合案内、行政資料室、病院局管理課、区役所総務課、保健福祉センター、青葉病院、海浜病院、保健所などで配布

**論文・面接試験**  
 ㉖9月23日(祝)9:00から(多数の場合は翌日も)  
 ㉗市役所または中央コミュニティセンター

㉘電子申請で(7月11日(火)0:00~8月15日(火)23:59受信分まで有効)。申込書を、〒260-8722千葉市役所病院局管理課へ郵送も可(7月11日(火)~8月10日(休)消印有効)  
 ㉙同課 ☎245-5224 ㉚245-5257

**コミュニティ通訳・翻訳サポーター**

外国人市民が安心して暮らせるように、日常生活のさまざまな場面(行政窓口、医療、各種相談など)で、通訳・翻訳をボランティアで行うコミュニティ通訳・翻訳サポーターを募集します。  
 ㉚以下の要件をすべて満たす方  
 ・日本語を含む、2つ以上の言語でコミュニケーションがとれる  
 ・母語以外の言語レベルがCEFR B2以上に相当する  
 ・指定の講座・研修を受講できる  
 ・守秘義務を遵守できる  
 ・18歳未満の方は、親権者の同意を得ている  
 ・オンライン説明会に参加できる  
 ㉛1回あたりの謝礼は、通訳=対面2,000円、オンライン1,500円。翻訳=3,000円  
**オンライン説明会**  
 ㉜7月22日(土)10:00~12:00  
 ㉝7月13日(木)までにEメールで、申込書(国際交流協会 ㉞からダウンロード)を、同協会 ㉟cciasupport722@ccia-chiba.or.jpへ  
 ㊱同協会 ☎245-5750 ㊲245-5751

**千葉市アクセラレーションプログラム(C-CAP)**

㊲事業の拡大・成長を目指す市内企業の課題解決や事業成長のため、経験豊富な支援者(メンター)が5カ月間個別に支援を行います。  
 ㊳創業10年以内の市内創業者、株式上場を目指している市内中小企業  
 ㊴採択予定数=創業枠2者以上、上場チャレンジ枠1者以上(審査により決定)  
 ㊵申し込み期間など詳しくは、⑲「千葉市 アクセラレーションプログラム」で検索  
 ㊶⑲から  
 ㊷産業支援課 ☎245-5292 ㊸245-5590

**副業プロ人材を活用した課題解決事業(C-BID)**

㊸専門スキルを有する副業プロ人材(大手企業などに勤務しながら副業を実践する人材)と企業をマッチングし、プロ人材がプロジェクトメンバーの一人として企業の課題解決を支援します。  
 ㊹新規事業の立ち上げ、既存事業の強化などを検討する市内中小企業  
 ㊺採択企業予定数=8者  
 ㊻副業プロ人材への報酬(例=週1回2時間)で月3万円程度。業務内容による)、交通費の支払いが必要。詳しくは、⑲「千葉市 C-BID」で検索  
 ㊼⑲から  
 ㊽産業支援課 ☎245-5292 ㊾245-5590

**BAY SIDE JAZZ 2023 CHIBA 演奏動画に集まろう!**

アマチュアグループから演奏動画を募集します(動画はYouTubeで公開)。  
 ㊿募集要項=アマチュアグループであること、自ら演奏している動画であること、市販の音源を使用しないこと、演奏する曲は「内国曲」であること(オリジナルも可。ジャズアレンジした曲であること)、1グルー

プ1曲まで10分以内であること(同じグループの複数応募は無効)  
 ㊿応募期限=8月31日(休)必着。応募方法など詳しくは、文化振興財団 ㊿ ㊿同財団 ☎221-2411 ㊿224-8231

**お知らせ**

**ジェフユナイテッド千葉試合日程・ホームゲームに招待**

7月にフクダ電子アリーナで行われるジェフユナイテッド千葉の試合日程をお知らせします。  
**ジェフユナイテッド千葉**

日程	開始時間	対戦チーム
7/1(土)	19:00	ヴァンフォーレ甲府
9(日)	19:00	ツエーゲン金沢
29(土)	19:00	レノファ山口FC

**フクダシートプレゼント**  
 フクダ電子(株)がフクダ電子アリーナで行われるホームゲームに招待します。席はメイン北コーナー自由席  
 ㊿8月19日(土)19:00開始・対藤枝MYFC  
 ㊿市内在住・在学の小・中学生と保護者  
 ㊿40組80人  
 ㊿当選者には試合日のおおむね1週間前までに入場引換券を発送。試合が中止された場合などは、当選無効。詳しくは、⑲「ジェフユナイテッド千葉」で検索  
 ㊿7月10日(月)必着。㊿に保護者の氏名・フリガナ・住所・電話番号、子どもの氏名・フリガナ・学年、試合名を明記して、〒260-8722千葉市役所観光MICE企画課「フクダシートプレゼント」係へ。⑲hometown@city.chiba.lg.jpも可  
 ㊿ジェフユナイテッドファンクラブ ☎0570-064-325、観光MICE企画課 ㊿245-5558

**千葉ロッテマリーンズ 試合日程**

7月にZOZOマリンスタジアムで行われる千葉ロッテマリーンズの試合日程をお知らせします。

日程	開始時間	対戦チーム
7/1(土)	14:00	楽天
2(日)	14:00	楽天
4(火)	18:00	埼玉西武
5(水)	18:00	埼玉西武
6(木)	18:30	埼玉西武
15(土)	18:00	楽天
16(日)	18:00	楽天
17(祝)	17:00	楽天
22(土)	18:00	福岡ソフトバンク
23(日)	17:00	福岡ソフトバンク
24(月)	18:00	福岡ソフトバンク

㊿マリーンズ・インフォメーションセンター ☎0570-026-226、観光MICE企画課 ㊿245-5558

**千葉市民ゴルフ場 夏季特別料金**

㊿7月1日(土)~9月30日(日)  
 ㊿9ホールまでの料金。利用税、緑化協力金、手引きカート代含む

対象	平日	土・日曜日、祝日
一般	3,990円	6,020円
65歳以上の市民	3,310円	4,940円
70歳以上の市民	2,960円	4,590円
障害のある方	2,960円	4,590円
高校生以下(17歳まで)	1,960円	2,970円

㊿利用税など詳しくは、⑲「千葉市民ゴルフ場 夏季料金」で検索  
 ㊿電話で、千葉市民ゴルフ場 ☎237-0010。⑲からも可  
 ㊿同施設 ☎237-0020 ㊿237-0025

**サマージャンボ宝くじが発売されます!**

㊿7月4日(火)~8月4日(金)  
 ㊿1枚300円  
 ㊿当せん金=1等5億円、1等前後賞各1億円ほか  
 ㊿抽せん日=8月18日(金)  
 宝くじの収益は、私たちの身近な暮らしに役立てられています。ぜひ、市内の宝くじ売り場でご購入ください。売り場の所在地など詳しくは、⑲「宝くじ 公式」で検索  
 ㊿資金課 ☎245-5074 ㊿245-5535



**身近な生き物をレポートしよう**

スマートフォンを利用して、市内で見られた生き物などの写真を撮ってレポートすると、約2週間後に市から生き物の名前を返信します。寄せられた写真や結果は、生き物マップにまとめてホームページで公開します。詳しくは、⑲「ちばレポ 生き物」で検索  
**期間** 7月14日(金)~8月15日(火)、9月15日(金)~10月14日(土)、12月15日(金)~来年1月14日(日)  
**投稿方法** ちばレポアプリ(My City Report)をインストールし、写真をアップロード  
**注意事項** 対象は野生生物(哺乳類、鳥類、昆虫、植物など)に限る  
 ㊿環境保全課 ☎245-5195 ㊿245-5557

**女性活躍推進アドバイザー派遣**

㊿一般事業主行動計画の策定や、えるばし認定の取得に向けた支援のため、社会保険労務士によるアドバイザーを派遣  
 ㊿市内の企業、一般社団法人、一般財団法人など  
 ㊿財先着50回分(1社5回まで)  
 ㊿Eメールで、申請書(⑲「千葉市 男女 アドバイザー派遣」で検索)からダウンロード)を男女共同参画課 ㊿danjo.CIL@city.chiba.lg.jpへ  
 ㊿同課 ☎245-5060 ㊿245-5592

**パラスポーツ教室・体験会の費用を助成**

㊿障害者を対象とするスポーツ、運動やレクリエーションなどの教室や体験会を開催した際の費用の一部を助成します(上限20万円)。  
 ㊿市民団体、障害者団体などの福祉団体、障害者スポーツ団体など  
 ㊿申請方法、対象事業など詳しくは、⑲「千葉市 パラスポーツ振興補助金」で検索  
 ㊿スポーツ振興課 ☎245-5622 ㊿245-5592

**大気汚染状況5月分**

㊿市内の測定局で測定した5月の微小粒子状物質(PM2.5)の暫定指針値超過日(70.1µg/m³以上)、二酸化窒素(NO₂)の環境目標値超過日(41ppb以上)はともに0日でした。最新情報など詳しくは、⑲「千葉 大気 時報」で検索  
 ㊿テレホンサービス ☎238-7491・7492  
 ㊿環境規制課 ☎245-5190 ㊿245-5557





# 施設

## 科学館

☎308-0511 FAX308-0520 7/3(月)休館  
 入館料=大人600円、高校生300円、小・中学生100円  
 プラネタリウム(1番組)=大人600円、高校生300円、小・中学生100円  
 ①④同館券売機・③同館ミュージアムショップでチケット購入。②当日12:00からきぼーる1階で整理券配布

催し名など	日時・対象・定員など
①プラネタリウム新番組「フレヨンしんちゃん」	各先着200人 投影日時など詳しくは、同館HP
②夏の特別展イベント「迫るキケン疑似体験！～災害体験車がやってくる～」	7/8(土)13:00～16:00 定員など詳しくは、同館HP
③プラネタリウム特別投影「星空ヨガ」	7/8(土)18:30～19:30 先着60人 大人1,000円、高校生600円
④夏の特別展「スタンバイ！防災！#もしものときのわたしたち」	7/15(土)～8/27(日)9:00～17:00 大人800円、高校生450円、小・中学生250円
⑤サマースクール2023	7/15(土)～8/27(日) 申込期限=7/2(日)。申し込み方法など詳しくは、同館HP

## 生涯学習センター

☎207-5820 FAX207-5822  
 第4月曜日（祝・休日の場合は翌日）休館  
 ①②④当日直接会場へ。⑤7/14(金)・⑨⑩31(月)必着。⑥(1人1通1講座)に☑を明記して、〒260-0045中央区弁天3-7-7千葉市生涯学習センターへ。manabi.kouza@ccllf.jpも可。③⑥⑦7/14(金)・⑧⑩31(月)までに、Eメール(⑩は1通4人まで)で☑を明記して、同センター☑前記へ

講座・催し名	日時・対象・定員など
①月曜名画座「現金に手を出すな」	7/10(月)10:00～11:40、14:00～15:40 各先着300人
②木曜名画座「アイネクライネナハトムジーク」	7/20(木)10:00～12:00、14:00～16:00 各先着300人
③まなぶ先生のスクラッチ入門～基礎編～	7/22(土)・23(日)10:00～12:00、13:30～15:30 簡単なパソコン操作ができる小学3～6年生 各10人
④木更津高専サイエンススクエア	7/29(土)10:00～15:00 小・中学生(小学1・2年生は保護者同伴)
⑤千葉市ものしり検定	7/30(日)～8/1(火)9:30～11:30 全3回 小学3年～中学生 各30人
⑥パソコンで万華鏡模様の下じきを作ろう	8/1(火)10:00～12:00、13:30～15:30 簡単なパソコン操作ができる小学3～6年生 各8人
⑦はじめよう！おとなも子どもとスクラッチ	8/6(日)10:00～12:00、13:30～15:30 小学1・2年生と保護者 各6組12人
⑧エクセルでお小遣い帳を作ろう	8/8(火)10:00～12:00 簡単なパソコン操作ができる小学5・6年生 8人 物USBメモリ
⑨たのしいこくご☆チャレンジ	8/18(金)・19(土)9:30～10:30、11:00～12:00 小学生 各30人
⑩カンタン！ビデオにチャレンジ	8/20(日)10:00～17:00 小学4～6年生 各6人 物USBメモリ
⑪夏休み特別上映会「映画 聲の形」	8/27(日)10:00～12:10、14:00～16:10 18歳以下の方。保護者同伴も可(小学3年生以下は保護者同伴) 各200人

## 公民館

☑受付時間は特に記載のない限り9:00～17:00。直接来館も可

区	館名	講座名など	日時・対象・定員・申込方法など
中央	生浜公民館 ☎263-0268 FAX263-0907	コーヒーの楽しみ方教室	7/20(木)13:30～15:30 成人 12人 物マグカップ、お菓子 7/2(日)～6(木)に電話で
	葛城公民館 ☎222-8554 FAX222-1453	睡眠と健康の知恵袋	7/13(木)10:00～12:00 成人 16人 7/6(木)までに電話で
	川戸公民館 ☎265-9256 FAX265-4372	夏休み体験教室①スポーツチャンバラ体験教室、②藍染体験教室、③ソフト粘土で作るスイーツ	①7/30(日)、②8/11(祝)・③19(土)10:00～12:00 ①小・中学生、②小学3～6年生、③小学生 各15人、③16人 各2,500円、③600円 7/15(土)までに電話で
	末広公民館 ☎264-1842 FAX264-3746	夏休み子ども講座「みんなで楽しくけん玉教室」	7/24～8/7の月曜日9:30～11:30 全3回 小学生 16人 7/7(金)～11(火)に電話で
	椿森公民館 ☎254-0085 FAX254-1285	プラレールで遊ぼう！@椿森公民館	7/30(日)10:00～12:00、13:00～15:00 4歳児～小学生と保護者 各40人 7/21(金)までに、Eメールで☑のほか、希望車両(ある場合)を明記して、oubo.tsubakimori@ccllf.jpへ。同館HPからも可

区	館名	講座名など	日時・対象・定員・申込方法など
中央	星久喜公民館 ☎266-4392 FAX266-4981	整理収納講座～防災のお片付け術～	8/25(金)10:00～12:00 成人 16人 7/2(日)～12(木)に電話で。oubo.hoshiguki@ccllf.jpも可(☑を明記)
	宮崎公民館 ☎263-5934 FAX263-4904	ドキドキ！家族で避難所体験！	7/30(日)10:00～12:00 小学生と保護者 10組 物上履き、避難時に必要と思うもの 100円 7/20(木)までにEメールで☑を明記して、oubo.miyazaki@ccllf.jpへ
	朝日ヶ丘公民館 ☎272-4961 FAX271-6994	おたのしみおはなし会	7/25(火)10:00～12:00 小学生 15人 7/2(日)～8(土)に電話で。同館HPからも可
	検見川公民館 ☎271-8220 FAX271-9319	千葉市科学館出張科学教室「人工イクラをつくろう」	7/29(土)10:00～11:00 小学生(1・2年生は保護者同伴) 15人 物筆記用具、ハンカチ、マイバッグ 食用ではありません。 7/2(日)～14(金)に電話で。同館HPからも可
	檜橋公民館 ☎259-2958 FAX259-6431	手ぶらでスマホ体験「よくわかる！超入門編」	7/13(木)10:00～12:00 60歳以上でスマートフォンを持っていない方 16人 7/6(木)までに電話で。同館HPからも可
花見川	こてはし台公民館 ☎250-7977 FAX250-1992	SDGsを考えよう！プラスチック包装容器と企業のとりくみ	7/29(土)10:00～11:30 小学4～6年生 16人 7/9(日)までに電話で
	さつきが丘公民館 ☎250-7967 FAX286-6469	夏休み子ども教室「スノードーム作り」	7/23(日)10:00～11:00 小学生(1～3年生は保護者同伴) 10人 200円 7/3(月)～9(日)に電話で。同館HPからも可
	長作公民館 ☎258-1919 FAX286-6449	夏休み子ども教室～金づちとんとん オリジナルペンスタンドを作ろう～	8/1(火)10:00～12:00 小学3～6年生 12人 600円 7/2(日)～12(木)に電話で。同館HPからも可
	花園公民館 ☎273-8842 FAX271-0370	やさしいアーユルヴェーダ～毎日つづけるセルフケア～	8/2(水)10:00～12:00 成人 20人 物タオル 200円 7/3(月)～9(日)に電話で。同館HPからも可
	花見川公民館 ☎257-2756 FAX286-0185	木工教室「杉板目の花入れとスマホスタンドづくり」	7/29(土)10:00～12:30 成人 12人 1,000円 7/7(金)までに電話で
	幕張公民館 ☎273-7522 FAX273-6185	料理で学ぶ韓国文化	8/2(水)10:00～13:00 中学生以上の方 15人 1,000円 7/12(水)～26(水)に電話で。同館HPからも可
	幕張本郷公民館 ☎271-6301 FAX271-0881	楽しく学ぶ！認知症予防講座	8/18(金)・25(金)10:00～12:00 全2回 60歳以上の方 20人 7/13(木)～8/3(木)に電話で
	稲毛公民館 ☎243-7425 FAX243-3962	まちづくりと生涯学習	7/26(水)10:00～12:00 成人 15人 7/2(日)～6(木)に電話で
	草野公民館 ☎287-3791 FAX287-3672	夏休み親子体験木工教室⑥～プロペラポートつくろう～	8/20(日)13:00～16:00 小学生と保護者 10組20人 1組1,700円 7/2(日)～5(木)に電話で
	黒砂公民館 ☎241-2811 FAX247-1931	スマホ初心者のためのLINE使い方講座	7/24(月)10:00～12:00 65歳以上の方 20人 7/5(水)必着。☑に☑を明記して、〒263-0042稲毛区黒砂2-4-18黒砂公民館へ
稲毛	小中台公民館 ☎251-6616 FAX256-6179	シニア映画会「人生、いろいろ」	7/26(水)10:00～12:00 60歳以上の方 30人 7/5(水)までに電話で
	山王公民館 ☎421-1121 FAX423-0359	親子で工場見学～作業体験付き～「大成ユーレック千葉工場(山王)」	7/21(金)9:30～12:00 小学4～6年生と保護者 8組16人 7/2(日)～8(土)に電話で
	千草台公民館 ☎255-3032 FAX255-3682	吟詠体験講座「詩吟」	7/9(日)・23(日)・30(日)13:00～15:00 全3回 成人 10人 7/5(水)までに電話で
	都賀公民館 ☎251-7670 FAX284-0627	ミニ太陽系惑星モデルをつくろう	8/24(木)10:00～11:30 小学4～6年生 10人 7/10(月)までにEメールで、☑を明記してoubo.tsuga@ccllf.jpへ。同館HPからも可
若葉	轟公民館 ☎251-7998 FAX285-6301	Todoroki mini Festival(ミニフェス)作品展示&体験会	7/15(土)10:00～15:00 当日直接会場へ。体験内容により実費が必要
	緑が丘公民館 ☎259-2870 FAX286-6442	特別史跡加曽利貝塚～雑学としての貝塚～	7/12(水)10:00～12:00 成人 20人 7/6(木)までに電話で。oubo.midorigaoka@ccllf.jpも可(☑を明記)
	加曽利公民館 ☎232-5182 FAX232-6408	はじめてのスマホ体験「スマホに触れてみよう」	7/26(水)10:00～12:00 60歳以上の方 12人 貸出機を使用 7/2(日)～8(土)に電話で。oubo.kasori@ccllf.jp(☑を明記)、同館HPからも可
	桜木公民館 ☎234-1171 FAX234-1172	認知症サポーター養成講座	7/12(水)10:00～12:00 成人 20人 7/2(日)～5(木)に電話で

特に記載のない場合は、●申し込みは1日から受け付け ●応募多数の場合は抽選 ●対象は市内在住・在勤・在学の方 ●料金は無料  
 申込時に記載する必要事項は15面参照。

区	館名	講座名など	日時・対象・定員・申込方法など
若葉	更科公民館 ☎239-0507 FAX239-0569	親子パン作り教室	8/5(土)9:30~12:30 対象 小・中学生と保護者 定員10人 料金500円 申 7/2(日)~16(日)に電話で
	白井公民館 ☎228-0503 FAX228-6168	健康ヨーガ体操教室	7/26(水)13:30~15:00 対象 成人 定員10人 備 バスタオルまたはヨガマット 申 7/12(水)~19(水)に電話で
	千城台公民館 ☎237-1400 FAX237-1401	東日本大震災の「語り部」から学ぶ~学んで助かる命がある~	8/27(日)14:00~16:00 定員40人 講 サテライト会場(更科・白井・みつわ台・若松公民館)での受講も可 申 7/2(日)~8(土)に電話で。同館HPからも可。サテライト会場での受講を希望の場合は、各館へ申し込み
	みつわ台公民館 ☎254-8458 FAX254-3135	歯っぴー健口(けんこう)教室~口からはじめる介護予防~	7/19(水)・26(水)10:00~11:30 全2回 対象 65歳以上の方 定員15人 申 7/7(金)必着。③に④を明記して、〒264-0032若葉区みつわ台3-12-17みつわ台公民館へ。同館HPからも可
若松公民館 ☎231-7991 FAX231-0798	紙芝居作家が伝授する「手作り紙芝居教室」	7/21(金)・25(火)、8/1(水)・4(金)9:00~12:00 全4回 対象 小学3年~中学生(保護者同伴も可) 定員8組16人 備 筆記用具 申 7/9(日)までに同館HPから	
緑	越智公民館 ☎294-6971 FAX294-1931	初めての陶芸教室	7/13~8/24(8/10を除く)の木曜日10:00~12:00 全6回 対象 同講座を受講したことがない成人 定員10人 料金1,000円 申 7/2(日)~6(木)に電話で
	椎名公民館 ☎292-0210 FAX292-4631	「もっと一緒に!パパ力全開講座」親子で楽しく体を動かし、パパ力全開といきましょう!	8/27(日)10:00~11:00 対象 3歳以上の就学前児と父親 定員6組12人 備 託児あり(対象1歳6カ月以上の就学前児) 申 7/10(月)~31(月)に電話で。E oubo.shiina@ccllf.jpも可(④のほか、託児希望の場合はその旨を明記)
	土気公民館 ☎294-0049 FAX294-4233	バスクラリネットコンサート	8/20(日)14:00~15:00 定員30人 申 7/15(土)~19(水)に電話で。E oubo.toke@ccllf.jpも可(④を明記)
	誉田公民館 ☎291-1512 FAX292-7487	人生100年時代! 現役世代のための「NISAとiDeCoの基礎知識」	9/2(土)10:00~12:00 対象 成人 定員20人 申 7/28(金)~8/10(木)に電話で。E oubo.honda@ccllf.jpも可(④を明記)
美浜	磯辺公民館 ☎278-0033 FAX278-9959	気になる! 糖質と塩分の身体に美味しい話	7/19(水)10:00~12:00 対象 成人 定員30人 申 7/2(日)~4(火)に電話で。E oubo.isobe@ccllf.jpも可(④を明記)
	稲浜公民館 ☎247-8555 FAX238-4176	夏休みファミリーコンサート・吹奏楽演奏会	7/30(日)14:00~15:00 対象 小学生以上の方 定員50人 申 7/8(土)までに電話で。E oubo.inahama@ccllf.jpも可(④を明記)
	打瀬公民館 ☎296-5100 FAX296-5566	LGBT講座~SOGIハラのない社会を~	8/19(土)14:00~16:00 定員先着20人 備 託児あり(対象1歳6カ月以上の就学前児) 申 7/11(火)から電話で。E oubo.utase@ccllf.jpも可(④のほか、託児希望の場合はその旨を明記)
	高浜公民館 ☎248-7500 FAX248-6851	くらしに役立つ「睡眠」と「健康」の知恵袋	7/28(金)13:30~15:30 対象 成人 定員28人 申 7/10(月)必着。③に④を明記して、〒261-0003美浜区高浜1-8-3高浜公民館へ。E oubo.takahama@ccllf.jpも可

子育ておしゃべりタイム

☎10:00~12:00

対象 子育て中の方・妊婦およびパートナー(子ども同伴可)

申 当日直接会場へ(時間中出入り自由)

区	日程	館名	問い合わせ	区	日程	館名	問い合わせ
中央	7/5(水)12(水)19(水)	松ヶ丘公民館	松ヶ丘公民館 ☎261-5990	若葉	7/13(木)27(木)	桜木公民館	千城台公民館 ☎237-1400
		生浜公民館				みつわ台公民館	
花見川	7/12(水)26(水)	幕張公民館	幕張公民館 ☎273-7522	緑	7/10(月)	誉田公民館	誉田公民館 ☎291-1512
		小中台公民館				稲浜公民館	
稲毛	7/10(月)24(月)28(金)	黒砂公民館	小中台公民館 ☎251-6616	美浜	7/20(木)	高浜公民館	稲浜公民館 ☎247-8555
		山王公民館					

図書館

月曜日(祝・休日の場合は翌日)・第3木曜日、分館は祝・休日も休館。みずほハスの花図書館は第3木曜日、祝・休日休館

夏イベント

申 ①7/8(土)・②④⑥⑧⑩⑫⑭⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

催し名など	日時・対象・定員・申込方法など
中央図書館 〒260-0045中央区弁天3-7-7 ☎287-3980 FAX287-4053	
①親子図書館たんけんツアー	7/28(金)10:00~12:00、14:00~16:00 対象 小学生(保護者同伴も可) 定員各20人

☎=日程・時間 ①=場所 ②=内容 ③=対象 ④=定員 ⑤=持ち物 ⑥=料金 ⑦=備考 ⑧=くらし・地域 ⑨=健康・福祉 ⑩=子育て・教育 ⑪=申込方法 ⑫=問い合わせ ⑬=はがき ⑭=往復はがき ⑮=ホームページ ⑯=必要事項(15面) ⑰=魅力・観光 ⑱=その他

催し名など	日時・対象・定員・申込方法など
みやこ図書館 〒260-0001中央区都町3-11-3 ☎233-8333 FAX234-4187	
②子ども一日図書館員~やってみよう図書館の仕事~	7/26(水)10:00~12:00、14:00~16:00 対象 小学3年生 定員各6人
③わくわく体験教室~テレイドスコープをつくろう!~	8/23(水)14:00~15:00 対象 小学生(1・2年生は保護者同伴) 定員12人
花見川図書館 〒262-0005花見川区こてはし台5-9-7 ☎250-2851 FAX250-2853	
④子ども一日図書館員~やってみよう図書館の仕事~	7/26(水)10:00~12:00、14:00~16:00 対象 小学3年生 定員各4人
みずほハスの花図書館 〒262-8733花見川区瑞穂1-1花見川区役所1階 ☎275-6330 FAX275-6351	
⑤工作会	8/5(土)10:00~10:30、11:00~11:30 対象 4歳児~小学生 定員各先着5人
稲毛図書館 〒263-0043稲毛区小仲台5-1-1 ☎254-1845 FAX284-4795	
⑥子ども一日図書館員~やってみよう図書館の仕事~	8/2(水)・3(木)10:00~12:00 対象 小学3年生 定員各10人
⑦夏休みお楽しみ教室	8/19(土)10:00~11:30 対象 小学4~6年生 定員先着10人
若葉図書館 〒264-0004若葉区千城台西2-1-1 ☎237-9361 FAX237-5163	
⑧子ども一日図書館員~やってみよう図書館の仕事~	7/26(水)10:00~12:00、14:00~16:00 対象 小学3年生 定員各4人
⑨小学生かんたん工作	8/2(水)10:00~12:00 対象 小学生 定員10人
⑩高校生が語るおはなし会	8/25(金)10:15~10:45 対象 3歳児~小学生(保護者同伴も可) 定員先着15人
緑図書館 〒266-0031緑区おゆみ野3-15-2 ☎293-5080 FAX293-5100	
⑪子ども一日図書館員~やってみよう図書館の仕事~	7/26(水)10:00~12:00、14:00~16:00 対象 小学3年生 定員各10人
⑫おおむかしのアクセサリーをつくろう~勾玉(まがたま)づくり~	8/2(水)10:00~12:00、14:00~16:00 対象 小学生(3年生以下は保護者同伴) 定員各20人
あすみが丘分館 〒267-0066緑区あすみが丘7-2-4 ☎295-0200 FAX295-0219	
⑬夏の工作教室~とびだすえほんをつくろう!~	8/17(木)10:00~11:30 対象 小学1~3年生 定員先着20人
美浜図書館 〒261-0004美浜区高洲3-12-1 ☎277-3003 FAX278-4303	
⑭子ども一日図書館員~やってみよう図書館の仕事~	7/26(水)・27(木)9:30~12:00、13:30~16:00 対象 小学3年生 定員各4人程度
⑮おもしろ算数と絵本の会	8/2(水)10:00~11:30 対象 小学生 定員20人程度

夏の親子おはなし会

☎時間、対象、定員など詳しくは、お問い合わせください。

申 当日直接会場へ

館名	日程	問い合わせ	館名	日程	問い合わせ
中央図書館	7/22(土)	☎287-3980	若葉図書館	7/22(土)	☎237-9361
みやこ図書館	7/11(火)	☎233-8333	西都賀分館	7/22(土)	☎254-8681
白旗分館	8/16(水)	☎264-8566	泉分館	7/22(土)	☎228-2982
花見川図書館	7/28(金)	☎250-2851	緑図書館	7/21(金)	☎293-5080
花見川団地分館	7/22(土)	☎250-5111	あすみが丘分館	7/12(水)	☎295-0200
みずほハスの花図書館	7/15(土)	☎275-6330	打瀬分館	7/27(木)	☎272-4646
稲毛図書館	7/28(金)	☎254-1845			

都市緑化植物園

☎264-9559 FAX265-6088

月曜日(祝・休日の場合翌日)休園

申 ①当日直接同園内みどりの相談所へ、②7/6(木)から電話で、同園へ。

教室・講座名	日時・内容・定員・料金
①園内ガイドツアー	7/15(土)13:30~14:30 雨天中止
②花の写真講座(経験者向け)	9/10(日)・18(祝)、10/8(日)、11/5(日)13:30~16:30 全4回 定員先着18人 料金3,000円

ふるさと農園

☎257-9981 FAX258-1024

月曜日(祝・休日の場合翌日)休園

申 7/5(水)必着。③(1講座1人1通)に④を明記して、〒262-0011花見川区三角町656-3千葉市ふるさと農園へ。E furu-noen@tsukahara-li.co.jpも可

講座・教室名	日時・定員・料金など
農業講座「秋冬野菜の育て方」	7/16(日)9:30~11:30 定員24人 料金500円
親子教室「親子でうどん作り」	8/5(土)9:30~14:00 対象 小学生と保護者 定員12組24人 料金1組1,500円
親子教室「親子でパン作り」	8/6(日)9:30~14:00 対象 小学生と保護者 定員12組24人 料金1組1,500円

男女共同参画センター

☎209-8771 FAX209-8776

月曜日、祝・休日休館

☎託児希望の方は申し込み時に申し出(対象1歳6カ月以上の就学前児)

申 ①~③Eメールで④を明記して、同センターE sankaku@f-cp.jpへ。☎209-8771も可。④開催日直前に電話で、同センター☎209-8775

催しなど

催し名など	日時・対象・定員
①夏休み子ども映画会Aレオ・レオニ②日本昔ばなし	7/29(土)①10:30~11:00、②13:00~14:10 対象 2歳~小学生の子どもと保護者 定員各先着20人
②しごと応援ゼミ 働く女性が知っておきたいこと~タイムマネジメント編~	8/26(土)10:00~12:00 対象 生涯学習センター 女性 定員先着20人

催し名など	日時・対象・定員
③しってみよう！からだのこと Vol.2「おうち性教育のぞもん・しつもん話そう会」	8/26(土)14:00～16:00 〓蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 〓3歳～小学生の子どもの保護者、保育士、養護教諭 〓先着30人

相談

相談名	日時・定員など
④女性のためのキャリア相談	7/8(土)、8/12(土)14:00～14:50、15:00～15:50 〓働き方、キャリアアップ、転職などの相談 〓女性 〓各先着1人

いきいきプラザ・センター

〓市内在住の①④～⑧⑩⑫⑬60歳以上の方、②小学生以上の方、③高校生以上の方、⑨60歳以上の方および小・中学生、⑪市内在住の方、⑭60歳以上の方および小学3～6年生

〓7/1(土)9:30から、①④⑦⑧⑩⑫⑭10月・②③⑤⑥⑨⑪⑬催しの前日までに、直接各プラザ・センターへ。電話、FAX（〓を明記）も可。⑪はNPO法人Q-mii〓からも可

講座・催し名	日時・内容・定員など
<b>中央いきいきプラザ</b> ☎209-9000 FAX209-9006	
①骨格改善コンディショニング	7/21～9/1の隔週金曜日9:30～11:30 全4回 〓26人 〓40円程度
<b>花見川いきいきプラザ</b> ☎216-0080 FAX216-0083	
②夏休み自由工作プラン！陶芸教室「好きな食器作り」	7/29(土)、8/19(土)10:00～12:00 〓各先着25人 〓500円程度
③旬な染物「藍の生葉染めストール作り」	8/26(土)10:00～12:00 〓先着10人 〓1,500円程度
④eスポーツ体験会	7/17～8/7の月曜日13:30～15:30 (8/7は9:30～11:30) 全4回 〓16人 〓筆記用具
<b>稲毛いきいきプラザ</b> ☎242-8005 FAX242-8175	
⑤ボランティア養成講座「人のため自分のための読み聞かせ講座」	7/21～9/15の隔週金曜日9:30～11:30 全5回 〓先着20人
⑥健康フェスティバル	7/27(木)9:30～11:30、13:30～15:30 〓骨密度・血管年齢測定、健康相談など 〓各先着60人
⑦eスポーツ体験会	8/8(火)・10(木)・22(水)13:00～15:00 全3回 〓20人 〓筆記用具
<b>都賀いきいきセンター</b> ☎232-4771 FAX232-4773	
⑧ヨガピラー	8/4～9/15の隔週金曜日12:00～14:00 全4回 〓12人 〓ヨガマット、上履き
<b>土気いきいきセンター</b> ☎205-1000 FAX205-1001	
⑨世代間交流「マジックで楽しむ"笑タイム"」	8/2(水)13:30～15:00 〓先着15人 〓100円
<b>美浜いきいきプラザ</b> ☎270-1800 FAX270-1811	
⑩みはま歌声集会	7/15(土)13:30～15:30 〓80人
⑪地域多世代交流イベント～人と人がつながる～	7/30(日)14:00～15:00 〓朗読、手話で歌おう、健康体操、民舞（ソーラン節） 〓先着50人

講座・催し名	日時・内容・定員など
<b>美浜いきいきプラザ</b> ☎270-1800 FAX270-1811	
⑫eスポーツ体験会	7/17～8/7の月曜日9:30～11:30 全4回 〓16人 〓筆記用具
<b>真砂いきいきセンター</b> ☎278-9641 FAX278-9642	
⑬健康測定会「血管年齢測定会」	7/30(日)10:15～11:15、13:00～15:00 〓血管年齢の測定、看護師による健康相談 〓先着36人
⑭世代間交流「夏休み工作教室 海のフレームを作ろう」	7/31(月)10:00～12:00 〓60歳以上の方＝10人、小学3～6年生＝10人 〓500円

シルバー人材センター

☎265-0070 FAX265-0048

パソコン教室

〓パソコンで文字入力ができる方

〓各先着6人

〓①②④10,100円、③2,900円、⑤5,300円

〓7/3(月)から電話で、同センターへ

講座名	日時
①夏期エクセル講座	7/11～8/1の火曜日13:00～16:00 全4回
②夏期ワード初級講座	7/19～8/9の水曜日13:00～16:00 全4回
③Outlookメール講座	7/20(木)13:00～16:00
④夏期アクセス初級講座	7/24～8/14の月曜日13:00～16:00 全4回
⑤エクセル「関数やテーブル・グラフ」	8/23(水)・30(水)13:00～16:00 全2回

学習教室

〓来年3月まで。各月4回

〓①②④⑤⑦⑧⑪～⑭⑰～⑳先着10人程度、③⑥⑨⑩⑫⑮先着5人程度

〓小学生＝各月2,500円（別途年1,900円）、中学生＝各月3,500円（別途年400円）。10月以降、それぞれ各月200円値上げ

教室名(会場)	曜日	クラス	科目・時間
末広教室（シルバー人材センター内）	火	小学3・4年生	①算数＝16:30～17:30、②国語＝17:30～18:30
		中学生	③数学＝17:00～18:30
	木	小学6年生	④算数＝16:30～17:30、⑤国語＝17:30～18:30
		中学生	⑥英語＝17:00～18:30
真砂教室（真砂コミュニティセンター内）	木	小学3～6年生	⑦算数＝16:00～17:00、⑧国語＝17:00～18:00
		中学生	⑨英語＝18:00～19:30、⑩数学＝19:30～21:00
	土	小学3・4年生	⑪算数＝13:00～14:00、⑫国語＝14:00～15:00
		小学5・6年生 中学生	⑬算数＝15:00～16:00、⑭国語＝16:00～17:00 ⑮英語＝17:00～18:30、⑯数学＝18:30～20:00
おゆみ野教室（緑区おゆみ野中央4-34-11）	金	小学3・4年生	⑰算数＝16:30～17:30、⑱国語＝17:30～18:30
	土	小学5・6年生	⑲算数＝16:30～17:30、⑳国語＝17:30～18:30

TIPSTAR DOME CHIBA（千葉競輪場）

公営事業事務所 ☎251-7111 (株)JPF FAX050-3512-3840

PIST6 Championship（千葉市営競輪）レース日程

〓入場にはチケットが必要です。なお、7/13(木)・14(金)・21(金)は入場無料です。

レース名	日程	レース名	日程
千葉市営競輪第3回第3節	7/1(土)・2(日)	千葉市営競輪第4回第1節	7/13(木)・14(金)
千葉市営競輪第3回第4節	8(土)・9(日)	千葉市営競輪第4回第2節	21(金)・22(土)

地域社会貢献者・寄附行為者の褒賞

地域社会に貢献された方々や公益のために多大な寄附をされた方々へ感謝状を贈り、その功績をたたえました。

功績概要など詳しくは、[千葉市 地域社会貢献者](#)

順不同・敬称略

地域社会貢献者

人命救助 磯由美 江澤春佳 古本天音 中島まり子

防犯・防火 岡田通代

教育・文化の向上 大塚瑞照 勝畑五楽 米良敏子 昆陽だより発行委員会

子ども・青少年の健全育成 須田邦子 根本正之 横山啓子 吉川伸子

ボーイスカウト千葉第6団 ボーイスカウト千葉第8団

緑が丘中花活けボランティア

社会福祉への貢献 お買い物楽ら～くキャリー支援隊

社会福祉法人千葉いのちの電話

環境美化 園生三和会

交通安全活動 加藤あさ 門倉茂 佐野正道 中筋秀樹

防犯活動 湯澤健二

国際交流活動 安彦四郎 片桐美穂子 小竹光代 小林稔子 小林庸子

澤野久美子 箱岩郁子 三浦チイ

寄附行為者

飯田大輔 伊藤幸夫 上田幸伺 岡村秀俊 木下恵梨華

GURUNG ANUJ GURUNG HIRA MAN 志村恵美子 下山修司 鈴木解子

砂長谷和子 高橋久美子 竹谷正之 戸部田英樹 羽鳥成子 古川敬芳

増村章仁 山口康生 湯川昌彦 公益財団法人川口教育・スポーツ財団

〓秘書課 ☎245-5010 FAX245-5529

株式会社京葉銀行 国際ソロプチミスト千葉 株式会社小竹物産・株式会社K's塗装・ヒカリアート株式会社・株式会社エアリー・誠建クリエート株式会社・鳥越浩・近藤文子・Growth Ship株式会社 コリアビジネスセンター 株式会社SAKURUG 株式会社サンワ 宗教法人真如苑 株式会社ZOZO 株式会社千葉経済開発公社 千葉県浦安市倫理法人会 株式会社千葉建設工業・有限会社わかな造園・荒木トラック運送株式会社・鳥越浩・近藤文子・板谷保 一般社団法人千葉県宅地建物取引業協会千葉支部 株式会社 千葉ジェッツふなばし 協同組合千葉市管工事業協会 千葉市造園緑化協同組合 千葉城さくら祭り実行委員会 千葉ライオンズクラブ 学校法人千葉黎明学園・ジェフユナイテッド株式会社 株式会社トヨタユーゼックTAA関東会場 株式会社ニチレイ 株式会社ハウスメイク・東葉工業株式会社・株式会社スポットライフ・鳥越浩・近藤文子・株式会社協同工芸社・有限会社季織苑・株式会社千葉建設工業・有限会社マリブエンタープロジェクト 株式会社日立ハイテク 飛躍会 株式会社みんなの会社 ヤマザキ製パン従業員組合千葉支部 米屋株式会社 株式会社ワイズマート

特に記載のない場合は、●申し込みは1日から受け付け ●応募多数の場合は抽選 ●対象は市内在住・在勤・在学の方 ●料金は無料 申込時に記載する必要事項は15面参照。

## JR幕張駅北口に駅前広場が完成

8月1日(火)に、JR幕張駅北口に駅前広場が完成し、バスやタクシー、自家用車が出入りできるようになります。これによりバス停とタクシー乗り場が駅前広場に移設されます。バスの運行(時刻表は変更なし)については、千葉シーサイドバス(株)にお問い合わせください。



問東幕張土地区画整理事務所 ☎276-0456 FAX276-1977  
千葉シーサイドバス(株) (バスの運行) ☎271-0205 FAX274-3010

あなたの意見を市政に!

## WEBアンケート

7月1日(土)~10日(月)、ホームページ上でWEBアンケートを行います。テーマは、「使い捨てプラスチック削減」「公園トイレ」「スマートシティ」「成年後見制度」です。ちばシティポイントの対象となるほか、抽選で動物公園の施設利用券などをプレゼントします。

参加方法など詳しくは、[千葉市 WEBアンケート](#)

問広報広聴課 ☎245-5298 FAX245-5155

## 合同企業説明会 (10社)

企業PRやフリートークなどを通して、自分に合った仕事や企業を見つけましょう。県内の企業が午前と午後で5社ずつ参加します。

参加する企業など詳しくは、[ジョブカフェちば イベント](#)

日時 7月13日(木)10:00~12:30、14:00~16:30

会場 生涯学習センター

対象 おおむね30歳代までの就職活動中の方(高校生を除く)  
\*学生は、来年3月末までに卒業見込みであること。

定員 各先着40人

申込方法 ホームページから。電話も可。

問ジョブカフェちば ☎047-426-8472 FAX047-425-2308

## 廃棄物減量等推進審議会委員を募集

廃棄物の減量および適正処理の推進に関する事項について、審議します。

任期 10月から2年間

開催予定 年2~4回程度(平日の日中)

応募資格 10月1日現在で、市内在住の18歳以上の方  
\*市の議員・職員またはほかの附属機関の公募委員は申し込みません。

募集人数 2人

報酬 規定により支給

小論文テーマ ごみを減らすために私がしていること、したいこと(400~800字程度)

応募方法 7月31日(月)必着。Eメールで、必要事項(15面)のほか、性別、職業を明記し、小論文を添付して、廃棄物対策課 [haikibutsutaisaku.ENR@city.chiba.lg.jp](mailto:haikibutsutaisaku.ENR@city.chiba.lg.jp)へ。FAX、郵送または直接持参も可(用紙の様式は自由)。郵送先=〒260-8722千葉市役所廃棄物対策課

選考方法 書類・面接により選考。結果は全員に通知。

詳しくは、[千葉市廃棄物減量等推進審議会](#)

問廃棄物対策課 ☎245-5236 FAX245-5624

## パブリックコメント手続

市では、重要な計画や条例などの施策を策定する際に、案の段階で市民の皆さんから意見を募集し、それを考慮して施策を決定するパブリックコメント手続を行っています。



ぜひ、皆さんの意見をお聞かせください。

### 千葉市暴力団排除条例(改正案)

暴力団の排除を推進するため、暴力団排除特別強化地域で規制の対象となる特定接客業の範囲を拡大するとともに、特定接客業を営む者が自首した場合は刑の減輕または免除ができるようにする条例の改正案を作成しました。

案の公表 7月10日(月)

案の公表場所 ホームページで。地域安全課、行政資料室、区役所総務課、市図書館でもご覧になれます。

意見の提出期間 案の公表日から、8月9日(火)まで

意見の提出方法 Eメール、FAX、郵送または直接持参。

市の考え方の公表 9月を予定。氏名、住所などの個人情報(公表しません)。

意見の提出先など詳しくは、ホームページをご覧ください。[千葉市 パブリックコメント](#)

問地域安全課 ☎245-5264 FAX245-5155

[chiikianzen.CIC@city.chiba.lg.jp](mailto:chiikianzen.CIC@city.chiba.lg.jp)



### 千葉市つくたべって?

千葉市つくたべは、生産地と消費地が近い特徴を生かし、「千葉市でつくって千葉市で食べる」を合言葉に、市内のつくる人(生産者・飲食店)と食べる人(消費者)をつなぐ地産地消の取り組みです。

顔写真だけではなく、リアルな顔が見える関係性をつくり、農業が近くにある豊かな生活の実現を目指しています。



### 千葉市つくたべBOXを販売します



つくたべBOXイメージ

市内で採れた旬の野菜や加工品など、千葉市の「おいしい」が詰まった、千葉市つくたべBOXを販売します。BOXの野菜などを使って作れるつくたべ特製レシピに加え、千葉市つくたべ推進店のシェフが考案したレシピもご用意します。

ぜひ、自宅で旬の味覚をお楽しみください。

\*一部の食材は、購入者が準備する必要があります。

申込期間 7月1日(土)~12日(水)

発送日 7月15日(土)から順次配送(収穫状況により変更となる可能性あり)

対象 市内在住の方(届け先も市内に限る)

数量 100セット

料金 3,500円

販売方法などはつくたべLINEアカウント(【右記】コードから)でお知らせします。

詳しくは、[千葉市つくたべBOX](#)



問農政課 ☎245-5758 FAX245-5884

## 千葉市のつくたべ!

市内ではさまざまな農産物がつくられています。産地ならではの、新鮮で旬の農産物をおいしくたべませんか?

ハオクラ 旬...7月~9月



千葉市食のブランド「千」認定品 さわの森農園の「palupalu (パルパル) オクラ」

選びましょう。さっとゆで、刻んでおかか和えにしたり、星形の切り口を活かして冷製パスタに入れたりするのもおすすめです。

保存する場合は密封できる保存容器や袋に入れ、冷蔵庫の野菜室で4~5日が目安です。

夏のスタミナ野菜の定番であり、胃の粘膜を守るといわれるオクラ! この時期は、プリプリの食感が楽しめるおいしいオクラが収穫を迎えます。

やや小ぶりで、鮮やかな濃い緑色の、うぶ毛が密集している新鮮なオクラを

### Recipe 疲労回復!夏バテ解消!無限オクラ

(材料) 2~3人前  
オクラ...15本 塩昆布...大さじ1  
鷹の爪...適量  
マリネ液 { 調理酒...120cc みりん...80cc  
水...50cc 酢...小さじ2  
醤油...小さじ1



- ①オクラに塩をまぶして板ずりし、15分置く。
- ②マリネ液の材料を全て鍋に入れ、煮切り後に火を止める。
- ③②に塩昆布、お好みで鷹の爪を入れる。
- ④オクラを水洗いしヘタの部分を取り落とす。
- ⑤④を密封できる保存容器や袋に入れ③を加える。
- ⑥粗熱がとれたら封をし、半日程冷蔵庫で漬け込む。

レシピ監修(千葉市つくたべ推進店) = small planet CAMP&GRILL (美浜区高浜7-2) 平 仁喜シェフ



## 学芸員が選ぶ 今月のイッピン

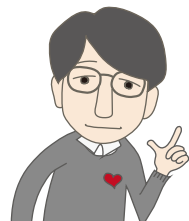
みさわ あつひこ 三沢厚彦《Animal 2016-01》 2016年 ©Misawa Atsuhiko Courtesy of Nishimura Gallery

フサフサとした鬃や鋭いツメ。こちらを真っ直ぐに見つめているような、あるいはどこか遠くを眺めているような大きな瞳。この白いライオンの彫刻作品は、日本を代表する彫刻家である三沢厚彦さんによるものです。三沢さんは、樟を素材に動物の姿を彫り、油絵具で彩色する「ANIMALS」シリーズを2000年に始め、オリジナリティあふれる造形が高く評価されてきました。クマやトラといった猛獣から、イヌやネコなどの身近な小動物まで、これまで制作されてきた多種多様な動物たちは、多くの人々に愛され続けています。ANIMALSの見どころは、何といても等身大で作られるその圧倒的な存在感でしょう。



人間の想像力への関心から、あえて本物を見ずに作られる作家独自の制作方法によって、それらは現実とイメージの間で揺れる不思議なリアリティを持っています。

私たちにとって動物とはどのような存在か、自然の中で長きにわたって育んできた人間と動物の関係そのものの意味を、ANIMALSは見る人に問いかけているようです。



森学芸員

「三沢厚彦 ANIMALS / Multi-dimensions」(6/10~9/10)にて展示中です。

問市美術館 ☎221-2311 FAX221-2316

### 郷土博物館企画展

## 商人たちの選択~千葉を生き抜いた商家の近世・近現代~

近世から近現代へと移り変わる激動の時代の中、新店舗を構えて進出する道を選んだ商家や、新たな事業に乗り出す道を選んだ商家が存在しました。

本展では、時代の変化に合わせて経営を大きく変える道を選んだ、岩田屋(和田商店)・多田屋・奈良屋の歴史を取り上げています。多田屋については、千葉の店舗のほか、東金や八日市場にあった店舗の資料を展示しています。また、奈良屋については、千葉に進出する前に京都で創業した頃の資料に加え、佐原・佐倉に店を構えていた頃の資料も展示しています。商業活動のみならず、社会活動や文化活動など多岐にわたった千葉の商人たちの、近世から近現代へのあゆみをぜひご覧ください。

会期 7月11日(火)~9月3日(日) 9:00~17:00(入館は16:30まで)

会場 郷土博物館 2階展示室  
問郷土博物館 ☎222-8231 FAX225-7106  
月曜日(祝・休日の場合は翌日)休館



奈良屋百貨店



千葉セントラルプラザ