

〒260-0026中央区千葉港4-3千葉県  
社会福祉センター3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) ☎前記または地域包  
括ケア推進課 ☎245-5267

### ひとり親家庭向けの講座

- ①リフレッシュヨガ  
☎1月24日(日)10:00~11:30  
☎ひとり親家庭の親と3歳以上の  
子ども、寡婦  
☎50人
- ②親子で太巻き寿司づくり  
☎2月20日(土)9:30~12:00  
☎ひとり親家庭の母親または父親  
と3歳以上の子ども  
☎5組  
☎ハーモニープラザ  
☎①1月14日(木)、②2月10日(木)必着。  
☎③に☎のほか、参加者全員の氏名、  
②は食物アレルギーの有無を明記し  
て、〒260-0844中央区千葉寺町1208  
-2千葉市ひとり親家庭福祉会へ。☎  
☎261-9156、☎boshikai@grace.  
ocn.ne.jp、電子申請も可

### 谷津田の自然体験教室

☎1月27日(木)10:00~15:00  
☎大草谷津田いきもの里  
☎森林の育成と管理を、刈払機・チェ  
ーンソーを使った実習を交えて学ぶ  
☎18歳以上の方 ☎15人  
☎長袖、長ズボン、長靴を着用  
☎1月14日(木)必着。☎③に☎を明記し  
て、〒260-8722千葉市役所環境保全  
課へ。☎kankyohozen.ENP@city.  
chiba.lg.jp、☎245-5553も可  
☎同課 ☎245-5195☎前記

### DV被害を受けた母子のための 心理教育プログラム

☎1月31日、2月14日・28日、3月14日  
・28日の日曜日13:30~15:30。全5回  
☎母親と子どもに分かれて行います。  
☎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=1月17日(日)13:30~  
15:30  
☎1月4日(月)~12日(火)に電話で、こ  
ども家庭支援課 ☎245-5608。☎245-  
5631も可 (☎を明記)

### 救命講習会

- ①普通救命講習会  
☎☎☎2月4日(木)・11日(祝)・14日(日)・18日  
(木)9:00~12:00=セーフティーちば。  
2月9日(火)・16日(火)13:30~16:30  
=救助救急センター。2月12日(金)  
13:30~16:30=花見川消防署。  
2月26日(金)9:00~12:00=稲毛消防署
- ②応急手当講習(けがの手当てなど)  
☎2月20日(土)9:30~11:30  
☎700円
- ③WEB講習会  
☎2月25日(木)14:00~15:30
- ④普通救命講習Ⅲ  
☎2月27日(土)9:00~12:00  
☎幼児・乳児に対する心肺蘇生法  
☎各先着5人  
☎②~④セーフティーちば  
☎1月4日(月)から電話で、防災普及公  
社 ☎248-5355。同公社☎からも可  
☎同公社 ☎前記☎248-7748

### 健康づくりスポーツ教室

☎①GYM&RUN (脚力・ヒップアッ  
プフィットネス)=2月5日~3月12日

の金曜日。②体幹トレーニング=2月  
10日~3月17日の水曜日。いずれも、  
19:30~20:30。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  
☎①25人、②12人  
☎1,500円  
☎1月15日(金)必着。☎(1人1通1教室)  
に☎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

### まちなかボランティア養成 講座

☎講義=2月7日(日)13:30~17:00。体験  
実習=講義受講日にお知らせ。全3回  
☎千葉商工会議所  
☎ボランティアの基礎、コミュニケ  
ーションを学ぶ講義と体験学習  
☎15歳以上の方  
☎先着30人  
☎1月4日(月)から電話で、市民活動支  
援センター ☎227-3081。☎info@  
chiba-npo.netも可 (☎を明記)  
☎同センター ☎前記☎227-3082

### 障害者支援版起業塾

☎2月26日(金)13:20~16:30  
☎中央コミュニティセンター  
☎障害福祉サービス事業者の講話、  
障害福祉制度などの紹介  
☎障害福祉サービス事業に新規参入  
を検討している個人または法人  
☎先着40人  
☎1月4日(月)~2月10日(火)にEメールで、  
☎を明記して、障害福祉サービス課  
☎shogaifukushi.HWS@city.chiba.  
lg.jp。☎245-5174、☎245-5630も可



### くらしとすまい・法律特設 相談

くらしとすまいの特設相談  
☎1月13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  
☎各相談先着8人  
☎1人30分。電話相談不可  
☎1月4日(月)から電話で、広報広聴  
課 ☎245-5609

### 特設法律相談

☎1月23日(土)13:00~16:00  
☎弁護士による相談  
☎16人  
☎1人20分。裁判所で訴訟・調停中  
のものは対象外。電話相談不可  
☎1月4日(月)~14日(火)に電話で、同  
課 ☎前記。電子申請も可  
☎中央コミュニティセンター  
☎同課 ☎前記☎245-5796

### 不妊専門相談

面接相談  
☎1月13日(火)14:15~16:30  
☎保健所  
☎医師と助産師による相談  
☎不妊や不育症でお悩みの方  
☎先着3人  
☎健康支援課 ☎238-9925  
電話相談  
☎1月7日~28日の木曜日15:30~  
20:00 (最終受付19:30)  
☎助産師による相談。相談番号 ☎  
090-6307-1122  
☎同課 ☎前記☎238-9946

### 消費生活センターの 多重債務者特別相談

☎1月14日(木)・28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  
☎1月4日(月)から電話で、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

☎1月14日(木)=大規模修繕、維持管理、  
建替えに関する相談。21日(木)=法律  
相談など。いずれも、13:30~16:30  
☎中央コミュニティセンター  
☎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  
☎1月4日(月)から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☎245-5795

### 難病医師相談

膠原(こうげん)病  
☎1月19日(火)13:00~16:00  
☎全身性エリテマトーデス、ベー  
チェット病、全身性強皮症、皮膚筋  
炎、多発性筋炎、シェーグレン症候  
群、関節リウマチなどでお悩みの方  
と家族

### 神経・筋難病

☎1月22日(金)13:00~16:00  
☎パーキンソン病、脊髄小脳変性  
症、重症筋無力症、多発性硬化症、  
多系統萎縮症、筋萎縮性側索硬化  
症、スモンなどでお悩みの方と家  
族

### 消化器系難病

☎2月4日(木)13:00~16:00  
☎潰瘍性大腸炎、クローン病、ベ  
ーチェット病(腸管型)などでお  
悩みの方と家族  
☎総合保健医療センター  
☎専門医による個別相談  
☎各先着6人  
☎1月5日(火)から電話で、健康支援課  
☎238-9968  
☎同課 ☎前記☎238-9946

### 助産師による女性のための 健康相談

☎緑区=1月20日(火)、花見川区=22日  
(金)、美浜区=27日(火)。いずれも、10:00  
~12:00  
☎保健福祉センター  
☎思春期から更年期までの月経など  
に関する事、妊産婦の健康で悩ん  
でいる方  
☎1月4日(月)から電話で、同センター  
健康課・花見川 ☎275-6296、緑 ☎292-  
2630、美浜 ☎270-2221  
☎健康推進課 ☎245-5794☎245-5659

### 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=1月  
20日(火)14:00~16:00。②高齢者相談  
=1月21日(水)14:00~16:00。③思春期  
相談=1月22日(木)、2月1日(月)10:00~  
12:00、2月12日(金)14:00~16:00。④  
一般相談=2月3日(火)10:00~12:00。  
⑤ギャンブル相談=2月10日(火)12:30  
~16:30  
☎①~④専門医・⑤司法書士による相談  
☎本人または家族  
☎1月4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

### 心配ごと相談所の相談

法律相談  
☎1月21日(水)13:00~15:00  
☎弁護士による相談  
☎先着6人  
☎裁判所で訴訟・調停中は相談不可  
☎1月4日(月)~20日(火)15:00に電話  
で、心配ごと相談所 ☎209-8860

### 常設相談

☎平日10:00~15:00 (12:00~  
13:00を除く)  
☎民生委員・児童委員などによる  
相談。面談または電話で相談  
☎電話で、同相談所 ☎前記  
☎同相談所 (ハーモニープラザ内)  
☎同相談所 ☎前記☎312-2442

### 弁護士による養育費相談

☎①花見川区=1月22日(金)、②稲毛区  
=2月4日(木)。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  
☎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  
☎①1月4日(月)~13日(火)、②1月13日(火)  
~25日(月)必着。☎③に☎を明記して、  
〒260-8722千葉市役所子ども家庭支  
援課へ。☎245-5179、☎245-5631、☎  
kateishien.CFC@city.chiba.lg.jp  
も可

### 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) ☎  
382-7830☎382-7831、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



### ROAD TO JAPAN JAMの 参加者

5月2日(日)~5日(祝)に蘇我スポーツ公  
園で開催されるJAPAN JAM 2021  
のオープニングアクト出場権をかけた  
コンテストを開催します。  
☎音楽活動・バンド活動をしている  
個人またはグループ(原則30歳代ま  
で)。メンバーのうち、一人が市内在  
住・在勤・在学であれば可  
☎市、(株)ベイエフエム、(株)ロッキン  
グ・オン・ジャパンによる一次審査  
(書類選考)、二次審査(動画審査・最  
終選考)で決定。詳しくは、☎  
「ROAD TO JAPAN JAM」で検索  
☎1月31日(日)までに、☎前記から  
☎文化振興課 ☎245-5961☎245-5592

### 花島公園写真展の作品

募集作品=花島公園内で、撮影場所  
がわかる写真。1人2点まで。動植物  
の近景撮影は場所が判明できないた  
め不可。  
展示期間=2月2日(火)~28日(日)  
☎1月4日(月)9:00~25日(月)までに、E

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【13面】参照。