



## 花の写真展

区内で見つけたきれいな花や、ご自宅で育てた自慢の花の写真を募集します。応募された写真は、区ホームページに掲載するほか、区役所1階ロビーに掲示します(応募多数の場合は、ロビーに掲示できないことがあります)。

**募集テーマ** 区内に咲く花々を題材にした作品  
**応募資格** 区内在住・在勤・在学の方  
**応募方法** Eメールで、住所、氏名、電話番号、写真のタイトル、撮影場所、撮影日を明記し、画像データを添付して地域づくり支援室へ [chiikizukuri.INA@city.chiba.lg.jp](mailto:chiikizukuri.INA@city.chiba.lg.jp)  
\*氏名をホームページに掲載不可の場合、その旨をご連絡ください。撮影場所がご自宅の場合、町名まで掲載します。写真の見どころ、コメントなどがありましたら記載してください。



稲毛区地域振興課 地域づくり支援室 ☎284-6105 ㊚284-6149

## お知らせ

### 穴川コミュニティセンター

#### ①気功入門

身体を楽にして瞑想を行います。  
日時4月8日～7月22日の第2・第4水曜日14:00～16:00 全8回

定員先着10人

料金1回500円

#### ②和菓子教室

八重桜ういろうを作ります。

日時4月15日(水)14:00～16:00

定員先着15人

料金2,000円

#### ③フラワーアレンジメント教室

ブーケ風のアレンジメントを作ります。

日時4月19日(日)9:30～12:00

定員先着15人

料金2,000円

#### ④いなげ穴川寄席

日時4月19日(日)14:00～16:00

定員先着70人

料金500円

①～③申込書(窓口配布・HPから印刷も可)に記入の上、料金をそえて穴川コミュニティセンター窓口へ④当日直接会場へ  
☎284-6155 ㊚284-6156



### 長沼コミュニティセンター

#### 長沼ジャズコンサート 春

日時4月26日(日)14:00～16:00

定員先着174人

料金前売券500円

#### 春のスクエアダンス体験会

日時4月4日～25日の土曜日13:00～14:45

全4回

定員先着20人

#### はじめてのプログラミング教室

日時毎月第1・3水曜日17:30～18:30

休館日を除く

対象小～中学生

定員6人(見学・体験可)

料金月5,000円

☎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



## 新鮮野菜を食べよう!

### 区役所朝市を開催

市内農家が野菜を販売します。今回から終了時間が早まります。数に限りがありますので、ぜひお早めにお越しください。

**日時**  
4月12日(日)8:45～9:45  
荒天中止  
\*原則毎月第2日曜日に開催

**会場**  
稲毛区役所1階市民ロビー

☎農政課 ☎245-5758 ㊚245-5884



僕たちがつくった野菜、ぜひ食べてください!



## ランチタイムコンサート中止のお知らせ

4月のランチタイムコンサートは中止となりました。

☎稲毛区地域振興課 ☎284-6105 ㊚284-6149

## 今月の区役所休日開庁日

4月12日(日)9:00～12:30



主な 市民総合窓口課  
開庁窓口 市税出張所

## 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・教室など	日時・会場	内容・対象など	定員	申込
検診 乳幼児健康診査	対象児のいる家庭に送付する健康診査票でご確認ください。	各健康診査に要する時間は、受付終了後1時間30分～2時間位です。4か月児健康診査は、結核予防のためのBCG接種を併せて行います。4か月児健康診査=4・5カ月、1歳6か月児健康診査=1歳6・7カ月、3歳児健康診査=3歳5～7カ月が対象です。	-	-
相談 禁煙相談・健康相談	4/10(金)・15(水)・23(木)・28(火)・5/7(木) 10:00～15:30	保健師などによる禁煙の取り組み方や生活習慣病予防、健診結果の見方などについての個別相談。禁煙相談の方は、尿中ニコチン代謝濃度や呼気中の一酸化炭素濃度の測定もできます。	各4人	②
相談 栄養相談	4/10(金)・15(水)・24(金)・28(火)・5/7(木) 10:00～15:30	管理栄養士による離乳食や生活習慣病予防など、食事についての個別相談。特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
相談 成人歯科相談	4/14(水)・24(金) 9:30～15:00	歯科衛生士による歯周病予防など歯の健康についての個別相談。口臭測定もできます。対象=成人。	各4人	②
相談 精神保健福祉相談	4/23(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。	3人	③
相談 乳幼児歯科相談	4/24(金)9:20～15:00	歯科衛生士による仕上げみがきの方法や虫歯予防など歯の健康についての個別相談。対象=0歳～就学前児と保護者。	15組	②
教室 離乳食教室	4/24(金)13:00～15:00	離乳食2～3回食の進め方の話と実演・試食。対象=第1子で1回食を始めた6～8カ月児を持つ保護者。料金=200円。持ち物=母子健康手帳、筆記用具、試食用の皿とスプーン、抱っこひも(子連れの場合)。	25人	②
教室 ぴーなっつくらぶ	5/8(金)10:00～11:30	日頃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)。	-	-
教室 母親&父親学級	5/13(水)・20(水)・6/17(水) 13:00～15:30 全3回	妊娠や出産・育児についての学習や実習。対象=9月ごろまでに産産を迎える方およびパートナー。持ち物=母子健康手帳、筆記用具。	20人	①
教室 母乳教室	6/3(水)13:30～15:30	母乳育児について、助産師による講義と実技。対象=区内在住で妊娠中の方(子どもの同伴不可)。持ち物=母子健康手帳、飲み物。	20人	①

☎稲毛保健福祉センター(稲毛区穴川4-12-4)  
☎4月1日(水)9:00から電話で、稲毛保健福祉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

新型コロナウイルスの影響で、催しが中止・延期になる場合があります。最新の情報は、  
千葉市 新型コロナ イベント 🔍

## 各種相談案内

電話相談も可  
暮らし相談…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  
4月7日(火) 9:00～16:00

相談は面談のみ  
法律相談…相続・離婚・訴訟など  
金曜日・4月28日(火) 13:00～16:00  
定員=各8人(多数の場合抽選)  
相談日の2週間前の9:00～1週間前の17:00に電話。電子申請も可。  
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  
4月21日(火) 10:00～15:00  
4月7日(火)9:00から電話で予約(先着8人)

相談はすべて無料。  
稲毛区役所2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 稲毛区地域振興課  
☎284-6106 ㊚284-6189