

～1920年から100年目～ 国勢調査が始まります!

国勢調査は全国で5年ごとに実施する統計調査で、1920年の調査開始以来、ちょうど100年を迎えます。今回は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、世帯を訪問する調査員と世帯の皆さんが直接接しない方法で実施しますので、調査・回答にご協力ください。

国勢調査の概要

- 調査期日** 10月1日(木)現在の状況で調査します。
- 調査対象** 住民票の届出に関係なく、区内在住のすべての方
*今年9月に生まれた子どもや、一人暮らしの学生、日本在住の外国人の方も対象です。
- 調査事項** 氏名、出生年月、国籍、就業状況、住居の種類など19項目



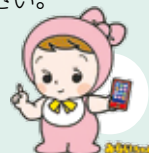
調査の流れ

調査員が事前に、調査の実施を知らせるチラシを、郵便受けなどへ配布します。調査が始まると、世帯を訪問し、玄関ドアやインターホン越しに、世帯の人数の聞き取りを行い、調査書類を配布(郵便受けなどへ投函)します。
*この調査で、銀行口座の暗証番号やクレジットカードの番号を聞くことはありませんので、かたり調査にご注意ください。
*訪問した際に会えない場合は、聞き取りは行わず、書類を郵便受けなどへ投函します。

回答方法

10月7日(木)までに、インターネットまたは郵送で回答
緑区地域振興課 ☎292-8104 FAX292-8158

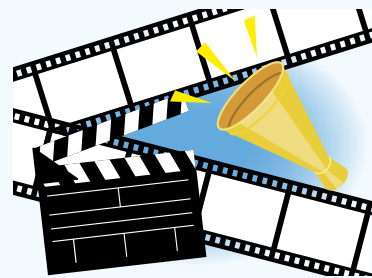
簡単便利で24時間回答可能な
インターネット回答をお勧めします!



プラザ映画鑑賞会

映画鑑賞会をします。ぜひ、ご参加ください。

日時 9月5日(土)10:00～12:10
会場 土気あすみが丘プラザ
内容 「くちづけ」(2013年製作邦画)
対象 小学4年生以上の方
定員 当日先着30人
土気あすみが丘プラザ ☎295-0301
FAX295-0350



9月6日～12日は救急医療週間です

救命の連鎖をご存じですか。救命の連鎖とは、急病人を救命するために必要となる一連の行動のことです。4つの輪がすばやく繋がることで救命率が高まるといわれていますが、最初の3つの輪はその場に居合わせた方が担うことになります。

すぐに救急車を呼んでも、到着までには約9分かかります。皆さんがこの連鎖を救急隊に繋ぐことで、救命率の向上に繋がります。ぜひ、この機会に救急医療について考えてみませんか。

救命の4つの連鎖

- 心停止の予防** 急性心筋梗塞や脳卒中の初期症状に気づき、迅速に救急車を要請すること
- 早期認識と通報** 突然倒れた人や意識がない人を見たら心停止を疑い、大声で応援を呼び119番通報とAEDの手配を依頼すること
- 一次救命処置** 心肺蘇生とAEDで救急蘇生を行うこと
- 二次救命処置と心肺再開後の集中治療** 救急救命士や医師による適切な治療を受けること

覚えよう心肺蘇生法

もしもの時、あなたの知識と勇気で救える命があります。日本医師会作成の心肺蘇生法の手順をチェックしましょう。



心肺蘇生法の手順

どんなときに救急車を呼ぶの?

「こんな時は救急車呼んでいいのかな?」と不安になったとき、全国版救急受診アプリ「Q助」が役に立ちます。当てはまる症状を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応が表示されますので、ぜひご利用ください。



アプリ「Q助」

緑消防署消防課 ☎292-6215 FAX292-6279

血糖値を上げない講座

糖尿病予防に必要な知識を学び、日常生活を振り返って、より健康な生活を送りませんか?

日時	内容(全6回)
9月28日(月)13:30～15:30	医師講演会「打糖! 高血糖! ～正しく知ろう糖尿病～」
10月2日(金)10:00～12:00	食事のポイント①
10月9日(金)10:00～12:00	歯科医師講演会「歯周病で血糖値が上がる理由～歯周病と糖尿病の関係を中心に～」
10月16日(金)10:00～12:00	健康運動指導士による運動
10月23日(金)10:00～12:00	食事のポイント②
来年2月5日(金)9:30～13:00	血糖値が気になる方のための健康料理(調理実習)

会場 緑保健福祉センター
定員 15人
料金 600円(調理実習材料費)
申込方法 電話で、緑保健福祉センター健康課へ。FAXも可(必要事項を明記)。

緑保健福祉センター健康課 ☎292-2630 FAX292-1804



健康ひろば

緑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。

*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。



相談・教室など	日時	内容・対象など	定員	申込	
相談	乳幼児歯科相談	9/7(月)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。	10組	②
	成人歯科相談	9/7(月)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。	4人	②
	栄養相談	9/9(水)・15(木)・24(木)・28(月)・10/5(月)9:30～14:40	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
	精神保健福祉相談	9/9(水)・14(月)14:00～16:00	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その家族。	各3人	③
	女性の健康相談	9/16(水)10:00～11:40	助産師による女性の心と体の不調などについての個別相談。対象＝思春期から更年期までの女性。	2人	②
	禁煙相談・健康相談	9/18(金)・10/5(月)9:30～15:45	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。特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
教室	医師講演会	9/28(月)13:30～15:00	内科医による講演会「打糖! 高血糖! ～正しく知ろう糖尿病～」	10人	②
	歯っぴー健口教室	10/7～28の水曜日10:00～11:30 全4回	日常生活で簡単に取り入れられる「口腔ケア」「お口の体操」「音楽」などから、お口の機能を維持していくことを目指す教室です。対象＝区内在住の65歳以上の方。	10人	②
	ヘルスサポーター養成教室	10/7～28の水曜日13:30～15:00 全4回	地域に運動の輪を広げる教室です。ウォーキング・ストレッチ・ラジオ体操などの運動を実施します。対象＝運動や健康づくりに興味があり、地域で運動を継続したい方	10人	②
	育児講座	10/8(木)13:30～15:00	小児科医による講演会「子どもの病気と事故予防」対象＝乳児をもつ保護者と初妊婦(乳児同伴可)	10人	①

緑保健福祉センター(緑区鎌取町226-1)
☎9月1日(火)9:00から電話で、緑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 緑区健康課) ☎

問 ①すこやか親子班 ☎292-2620 ②健康づくり班 ☎292-2630 ③こころと難病の相談班 ☎292-5066

各種相談案内

くらし相談…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…損害賠償や示談の進め方
火曜日 9:00～16:00
木曜日 9:00～15:00
*上記相談をご希望の方は、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
9月7日(月) 9:00～16:00

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
水曜日、9月28日(月)13:00～16:00
定員＝各8人(多数の場合は抽選)。
各相談日の2週間前の9:00～1週間前の17:00に電話。電子申請も可。
裁判で訴訟、調停中のものは不可。

相談はすべて無料。
緑区役所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 緑区地域振興課
☎292-8106 FAX292-8159

本紙掲載のイベントなどについて
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までご確認ください。

今月の区役所休日開庁日
9月13日(日)9:00～12:30