



作品募集

若葉区 魅力発信

川柳コンテスト



若葉区の魅力をテーマに川柳を作ってみませんか。5・7・5の音数が基本ですが、多少の字余り、字足らずでも構いません。自由な発想でお気軽にご応募ください！

テーマ 「若葉区の魅力的な場所、もの、イメージ」

- 応募対象** 区内在住・在勤・在学の方
- 注意事項**
- ・応募者本人によるオリジナル作品で未発表のもの（2句まで）
 - ・応募作品は返却しません。著作権は主催者に帰属します。著作権人格権は一切行使できません
 - ・入選作品および入選者名は、若葉区役所や市ホームページなどへ掲載予定（ペンネームで公表）
 - ・応募にかかる一切の費用は、応募者負担
- 入賞発表** 来年2月（予定）
- ・最優秀賞 副賞（クオカード1万円分および区特産品A） 1人
 - ・優秀賞 副賞（クオカード5千円分） 3人
 - ・学生賞 副賞（図書カード3千円分） 1人
 - ・区連協賞 副賞（区特産品B） 1人
- 応募方法** 12月11日（金）必着。応募用紙を、〒264-8733若葉区桜木北2-1-1若葉区役所地域振興課地域づくり支援室へ郵送または直接持参。FAX、Eメール、電子申請も可。詳しくは、[若葉区 川柳コンテスト](#)



応募用紙の入手方法・電子申請についてはこちら

若葉区地域振興課地域づくり支援室 ☎233-8122 FAX233-8162 Echiikidukuri.WAK@city.chiba.lg.jp

お知らせ

都賀コミュニティセンターの催し

シニア体操
11月12日（木）26日（木）
13:30～15:30

生がい相談
11月25日（木）
11:00～12:00

直接または電話で、都賀コミュニティセンター ☎233-4211
同センター ☎前記 ☎233-8204

千城台コミュニティセンターの催し

おもちゃの広場と絵本読み聞かせ

11月7日（土）
10:30～12:00
就学前児と保護者
先着10組

名作映画上映会「レベッカ」（1940年・アメリカ）

11月15日（日）
10:00～12:15、
13:30～15:45
先着30人

直接または電話で、千城台コミュニティセンター ☎237-2241
同センター ☎前記 ☎237-9213

参加者募集

認知症サポーター

ステップアップ講座

- 日時** 11月30日（日）13:00～17:00
- 会場** 若葉保健福祉センター3階大会議室
- 内容** 認知症の基礎知識や認知症の人に寄り添ったボランティア活動についての講義など
- 対象** 市内在住・在勤の認知症サポーター養成講座修了者で、本講座終了後にボランティア活動が可能な方
- 定員** 先着20人
- 備考**
- ・認知症サポーターとは、認知症サポーター養成講座を受講し、オレンジリングをお持ちの方です。
 - ・ちばシティポイントの対象となります。
- 申込方法** 電話で、社会福祉協議会若葉区ボランティアセンターへ
☎233-8181 FAX233-8171
地域包括ケア推進課 ☎245-5267

参加者募集

栄養講座

バランスの良い食事

- 管理栄養士が食生活に関する講義をします。栄養をしっかりとれるバランスの良い食事方法を学んでみませんか。簡単レシピの紹介もあります。
- 日時** 11月27日（日）10:00～11:30
- 会場** 若葉保健福祉センター
- 定員** 先着10人
- 申込方法** 電話で、若葉保健福祉センター健康課へ
☎若葉保健福祉センター健康課
☎233-8714 FAX233-8198

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。

健康ひろば

11月8日は「いい歯の日」です。この機会に口の健康を見直しましょう。

若葉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。参加する方は、体調を確認の上、お越しください。

相談・教室名	日時	対象・定員	内容など
栄養相談 健康づくり班	11/6(金)・18(水)・25(水)・26(木) 9:30～14:00	乳幼児～高齢者	管理栄養士による離乳食や生活習慣病などの個別相談。特定保健指導を受けている方はご遠慮ください。
離乳食教室 健康づくり班	11/10(火) 13:00～14:00、14:00～15:00	第1子で6～8カ月児の保護者 定員=各8人	離乳食（中期・後期）の具体的な進め方・作り方の説明を行います。
歯科相談 健康づくり班	11/10(火)14:00～15:00 11/17(火)、12/3(木)10:30～14:00 11/17(火)、12/3(木)9:30～15:30	成人 乳幼児	むし歯予防や歯周病予防など、歯についての個別相談。
精神保健福祉相談 こころと難病の相談班	11/12(木)14:00～16:00、26(木) 9:30～11:30	心の健康でお悩みの方または家族 定員=各3人	専門医による憂うつ・眠れないなど悩みについての相談。
健康・禁煙相談 健康づくり班	11/25(水)9:30～14:00	成人	生活習慣病についての相談や健診の結果の見方。禁煙にむけての支援・情報提供。
母親＆父親学級 すこやか親子班	母乳編 12/3(木)9:30～11:30	来年1月ごろまでに出生予定の方 定員=10人	助産師による母乳育児の講義。
講演会「冷えは万病のもと～東洋医学の観点から、体の冷えへの対応方法～」 健康づくり班	12/8(火)14:00～15:30	成人 定員=10人	あなたが感じている心身の不調は、実は冷えが原因かもしれません。東洋医学の観点でできる身体のケア、漢方治療について、専門医による講演。

若葉保健福祉センター（若葉区貝塚2-19-1）
11月2日（月）9:00から電話で、若葉保健福祉センター健康課各班へ

いずれも予約制（当日受付不可）
詳しくは、[千葉市 若葉区健康課](#)

すこやか親子班 ☎233-8191 健康づくり班 ☎233-8714 こころと難病の相談班 ☎233-8715 FAX233-8198

各種相談案内 無料

- くらし相談…家族の問題や心配ごと
月～木曜日 9:00～16:00
金曜日 9:00～15:00
- 交通事故相談…損害賠償の諸問題など
月～木曜日 9:00～16:00
*上記相談で面談をご希望の方は、あらかじめお問い合わせください。
- 行政相談…国・県・独立行政法人への要望や意見など
11月6日（金） 9:00～16:00
- 法律相談…相続、離婚などの諸問題
毎週水曜日、11月27日（金）
13:00～16:00
*定員各8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。
*裁判所で訴訟・調停中のものについては、受け付けできません。
- 住宅相談…不動産売買などの諸問題
11月20日（金） 10:00～15:00
*11月6日（金）9:00から電話で申し込み（先着8人）。

会場は若葉区役所1階市民相談室。
12:00～13:00は相談を行いません。

申込先・問い合わせ
若葉区地域振興課くらし安心室
☎233-8123 FAX233-8163

今月の区役所休日開庁日

11月8日（日）9:00～12:30

開庁窓口

- ・市民総合窓口課 ☎233-8126
- ・住民異動班 ☎233-8129
- ・戸籍班 ☎233-8131
- ・国民健康保険班 ☎233-8133
- ・高齢医療・年金班 ☎233-8133
- ・東部市税事務所 ☎233-8137
- ・市民税課 ☎233-8137