

小学生と保護者  
 先着6組  
 1組1,500円  
 電話で、南部青少年センター ☎264-8995  
 同センター ☎前記 ☎268-1032。月曜日休館

**救命講習会**

- ①普通救命講習会  
 1月7日～21日の木曜日9:00～12:00＝セーフティーちば。1月8日(金)9:00～12:00＝若葉消防署。1月12日(火)・26日(火)13:30～16:30＝救助救急センター。1月22日(金)13:30～16:30＝緑消防署
- ②WEB講習会  
 1月28日(木)14:00～15:30＝セーフティーちば  
 各先着5人  
 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

**初心者のための傾聴ボランティア入門講座**

1月7日(木)・14日(木)10:00～12:00。全2回  
 花見川保健福祉センター  
 施設などでボランティア活動をするための、傾聴スキルの基礎を学びます。  
 先着20人  
 電話で、花見川区ボランティアセンター ☎275-6438  
 同センター ☎前記 ☎299-1274

**千葉ポートアリーナの教室**

- ①健康体操教室  
 1月7日～3月25日(1月21日・28日、2月11日・25日、3月4日を除く)の木曜日13:45～15:15。全7回  
 3,400円
- ②キッズヒップホップダンス教室  
 1月9日～3月13日の土曜日10:00～11:00。全10回  
 2,800円
- ③親子リトミック教室  
 1月12日～3月23日(2月23日を除く)の火曜日10:30～11:30。全10回  
 8,600円
- ④パワーヨガ教室  
 1月12日～3月23日(2月23日を除く)の火曜日13:30～14:30。全10回  
 4,600円
- ⑤女性限定シェイプアップ教室  
 1月13日～3月17日の水曜日10:00～11:30。全10回  
 5,300円
- ⑥ステップエクササイズ教室  
 1月13日～3月17日の水曜日13:30～14:30。全10回  
 4,400円
- ⑦ミドルインパクトエアロビクス教室  
 1月14日～3月25日(2月11日を除く)の木曜日10:30～11:30。全10回  
 4,400円
- ⑧女性限定初心者対象ヨガ&ピラティス教室  
 1月15日～3月19日の金曜日10:15～11:45。全10回  
 5,500円  
 千葉ポートアリーナ  
 ①④～⑧18歳以上の方(⑤⑧は女性のみ)、②小学生、③1・2歳児と保護者  
 ①50人、②④～⑧各12人、③6組12

人  
 12月18日(金)必着。⑥(1人1教室)に⑥を明記して、〒260-0025中央区問屋町1-20千葉ポートアリーナへ。  
 port@chibacity.spo-sin.or.jpも可  
 同施設 ☎241-0006 ☎241-0164

**水泳教室**

- ①小学生  
 1月6日(水)～3月31日(水)のうち各コース全8回。平日17:30～18:30、土曜日18:00～19:00の6コース。
- ②中・高校・一般(初～上級)  
 1月7日(木)～3月30日(火)のうち各コース全8回。火・金曜日(初・中級)・木曜日(上級)18:40～19:40の3コース。
- ③一般  
 1月12日～3月30日の火曜日のうち、各コース④全4回⑤全8回。初級=10:00～11:00、中級=11:05～12:05。
- ④一般(水中運動)  
 1月7日～3月25日の木曜日のうち全4回。10:00～11:00。  
 中央コミュニティセンター  
 ①6,000円、②6,800円、③④3,400円、⑤6,800円、④3,400円  
 日程、定員など詳しくは、☎「千葉市水泳協会」で検索  
 12月15日(火)必着。⑥に⑥を明記して、〒261-0003美浜区高浜1-14-1202佐藤方・千葉市水泳協会へ  
 同協会・佐藤さん ☎090-9851-3128(平日13:00～17:00) ☎244-1455

**健康づくりスポーツ教室**

- ①骨盤エクササイズ=1月14日～2月25日(2月11日を除く)の木曜日。
- ②格闘技エクササイズ=1月18日～2月22日の月曜日。③代謝力アップリンパマッサージ=1月19日～3月2日(2月23日を除く)の火曜日。いずれも、19:30～20:30。各全6回  
 ①③千葉ポートアリーナ、②蘇我コミュニティセンター  
 18歳以上の方  
 ①③12人、②25人  
 1,500円  
 12月18日(金)必着。⑥(1人1教室1通)に⑥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。  
 sank@chibacity.spo-sin.or.jpも可  
 同協会 ☎238-2380 ☎203-8936



**創業プラン作成スクール**

1月16日～2月6日の土曜日14:00～16:30。全4回  
 中小企業診断士によるZoomなどでのオンライン講座。創業計画書の作成、開業の基本知識、資金繰り、販売促進、営業戦略、創業社長の体験談、個別相談(後日)。  
 創業を考えている方、創業して間もない方  
 先着30人  
 県信用保証協会 ☎から  
 同協会 ☎311-5001 ☎221-8424

**ボランティア養成事業「点字講習会」**

1月19日～3月30日(2月23日を除く)の火曜日14:00～16:00。全10回  
 18歳以上の方  
 10人(初めての方を優先)  
 1,815円  
 12月15日(火)必着。⑥に⑥のほか、点字経験の有無を明記して、〒261-0003美浜区高浜3-3-1千葉市療育センター分館ふれあいの家へ。  
 fureai1981@bz04.plala.or.jpも可  
 同施設 ☎216-5130 ☎277-0291。月曜日、休日休館

**埋蔵文化財ロビー巡回展開連講座**

石斧から探る弥生時代の文化と社会=1月22日(金)、房総半島における石斧の流通・保有・消費=29日(金)。いずれも、10:00～11:30  
 生涯学習センター  
 各40人  
 12月21日(月)必着。⑥に⑥のほか、希望日を明記して、〒260-0814中央区南生実町1210千葉市埋蔵文化財調査センターへ。  
 maibun.fukyu@ccllf.jpも可  
 同センター ☎266-5433 ☎268-9004

**手話より簡単、シニアサイン講座**

1月27日(水)10:00～12:00  
 花見川保健福祉センター  
 耳の遠い方とのコミュニケーションを取りやすくするため、言葉に身ぶりや簡単な手話を補って会話するシニアサインを学びます。  
 先着20人  
 電話で、花見川区ボランティアセンター ☎275-6438  
 同センター ☎前記 ☎299-1274

**認知症研修(介護基礎・介護実践者・事業管理者)**

①認知症介護実践者研修=1月28日(木)・29日(金)、2月1日(月)・4日(木)・5日(金)、3月12日(金)。全6回。②認知症対応型サービス事業管理者研修=2月8日(月)・9日(火)。全2回。③認知症介護基礎研修=2月18日(木)。いずれも、9:00～17:00  
 ①市社会福祉研修センター、②県経営者会館(中央区千葉港4-3)  
 市内の介護保険施設・事業所の職員。①は2年程度の実務経験を有する方、②は認知症介護実践者研修を修了し、グループホームなどの管理者になる予定のある方  
 ①③28人、②20人(多数の場合選考)  
 ①5,000円、②6,000円、③1,000円(③テキストをお持ちでない方は別途1,100円)  
 申請書は地域包括ケア推進課で配布。☎(「千葉市 研修・説明会等」で検索)から印刷も可  
 12月15日(火)必着。申請書を、〒260-8722千葉市役所地域包括ケア推進課へ。①③電子申請も可  
 同課 ☎245-5267 ☎245-5293

**市民スキー教室**

1月29日(金)21:00～31日(日)18:00。2泊3日  
 苗場スキー場(新潟県湯沢町)  
 先着20人  
 中学生以上28,000円、小学生23,000円(往復バス代、宿泊・食事代、講師料など)、用具レンタル料は別途

希望者には級別テスト実施(有料)、スノーボードは指導なし  
 EメールまたはFAXで⑥を明記して、市スキー協会・安田さん ☎chibashiski.yasuda.2019@gmail.comまたは ☎285-2774に募集案内を請求して、12月23日(火)までに申し込み  
 同協会・安田さん ☎ ☎285-2774



**2019年の台風15号・19号、豪雨被災者向け税務相談**

12月4日(金)・9日(水)10:00～16:00(12:00～13:00を除く)  
 税理士会館(中央区中央港1-16-12)  
 税理士による、災害で建物などに損害が出た方の所得税還付・軽減措置などの相談  
 必要書類など詳しくは、☎「税理士会千葉東支部 相談会」で検索  
 電話で、県税理士会千葉東支部 ☎243-1527  
 同支部 ☎前記 ☎243-1646

**助産師による女性のための健康相談**

中央区=12月4日(金)、稲毛区=17日(木)10:00～12:00。若葉区=12月14日(月)13:30～15:30  
 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こと、妊産婦の健康について悩んでいる方  
 電話で、同センター健康課・中央 ☎221-2582、稲毛 ☎284-6494、若葉 ☎233-8714  
 健康推進課 ☎245-5794 ☎245-5659

**ちば司法書士総合相談センター相談会**

12月5日～19日の土曜日10:00～15:00  
 司法書士会館(美浜区幸町2-2-1)  
 相続、小額訴訟、借金など  
 電話相談不可  
 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。日曜日休業

**社会保険労務士相談**

12月7日(月)・21日(月)、1月18日(月)10:00～16:00  
 森林会館(中央区長洲1-15-7)  
 労働、社会保険、年金など  
 各相談先着5人  
 電話相談不可  
 電話で、社会保険労務士会千葉支部 ☎224-9027  
 同支部 ☎前記 ☎224-9058

**不妊専門相談**

面接相談  
 12月9日(水)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  
 電話で、健康支援課 ☎238-9925  
 電話相談  
 12月3日～24日の木曜日15:30～20:00(最終受付19:30)  
 助産師による相談。相談電話番号 ☎090-6307-1122  
 同課 ☎前記 ☎238-9946