

募集 自主的なまちづくり活動を支援します! ~緑区地域活性化支援事業~

区では、区民の皆さんが自主的に行う地域の活性化や地域課題の解決などのための活動に対し、活動資金の支援を行います。皆さんのご応募をお待ちしています。

対象団体 区内で活動する町内自治会、ボランティア団体、市民活動団体、NPO法人、商業団体など (1年以上継続して活動している、または1年以上継続する活動が見込める団体)

募集コース

コース名	対象事業	補助金額 (限度額)	補助率
地域づくり活動支援	地域課題解決や地域活性化に資する地域づくり活動	1団体 (事業) 20万円	10/10
区テーマ解決支援	次のテーマに基づき実施する地域づくり活動 ・多世代で築く地域の絆 (活動対象には子どもを含むこと) ・緑区で盛り上げよう! 東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会 (緑区応援団)	1団体 (事業) 50万円	20万円以下は10/10、20万円超の部分に対しては1/2
地域拠点支援	地域課題解決や地域活性化に資する地域づくり活動を行うための拠点の整備および確保 (町内自治会館については対象外)	・改装費および事業開始経費補助 50万円 ・家賃補助 120万円 (月額10万円) いずれも学生などと連携しない場合は限度額が半額になります。	・学生などで構成される団体と連携する場合 10/10 ・その他 1/2

審査方法 申請額5万円以下=書類審査
申請額5万円超=書類審査、公開プレゼンテーション (2月27日(土)開催)
*審査の結果、支援の対象にならない場合があります。

募集期間 地域拠点支援=12月4日(金)~18日(金)必着
地域づくり活動支援、区テーマ解決支援=12月21日(月)~1月15日(金)必着

申請方法 緑区地域振興課地域づくり支援室へお問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

注意事項 ・同一事業の支援は3年を限度とします (毎回申請が必要です。ただし改装費の申請は1回のみ)
・本事業は2021年度予算により実施するため、内容が変更となる場合があります。

緑区地域振興課地域づくり支援室 ☎292-8105 ㊟292-8159

参加者募集 女性のための健康講座
更年期をHappyに迎えよう!

女性ホルモンと上手につき合う方法を身につけ、今から更年期をHappyに過ごしましょう。初回の医師講演会のみ参加も可能です。

日程 (全3回)	内容
1月19日(火) 13:30~15:00	婦人科医師講演会「女性のからだホルモンなどから考えるキレイの保ち方について」
1月26日(火) 10:00~12:00	歯や口の健康の話とエクササイズ (ストレッチやヨガなど)、骨密度測定
2月2日(火) 10:00~12:00	食事の話とエクササイズ (ストレッチやヨガなど)

会場 緑保健福祉センター
対象 区内在住の20~50代の女性
定員 先着15人
申込方法 電話で、緑保健福祉センター健康課へ。
緑保健福祉センター健康課 ☎292-2630 ㊟292-1804

お知らせ

チャリティーばらご寄席

㊟1月9日(土)15:00~16:00
㊟土気あすみが丘プラザ
㊟出演=千葉大学落語研究会卒業生
㊟小学生以上の方
㊟当日先着50人
㊟土気あすみが丘プラザ ☎295-0301 ㊟295-0350

土気図書室が休室します

改修工事に伴い、12月1日(火)から3月下旬まで休室します。
*工事の状況により予定が変更になることがあります。
緑区図書館 ☎293-5080 ㊟293-5100

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、県などへの要望・意見
12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、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。
住宅相談…不動産売買や賃借など
12月21日(月) 10:00~15:00
12月7日(月)9:00から電話で受付 (先着8人)。

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。

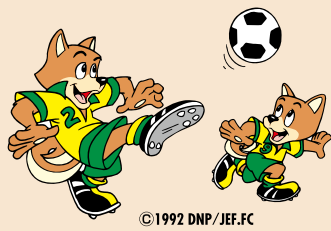
申込先・問い合わせ 緑区地域振興課 ☎292-8106 ㊟292-8159

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
12月13日(日)9:00~12:30

参加者募集 ジェフと一緒に健康づくり教室

ドイツで開発された簡単な運動と脳トレを組み合わせたライフキネティックを行います。このエクササイズはプロサッカーチームにも取り入れられています。強度を調節できることから幅広い年代の人が活用でき、認知機能低下予防や身体機能向上にも有効です。複数のボールを使ったエクササイズ、椅子に座ってできるストレッチやタオルを使ってのストレッチなどにも取り組んでみましょう。



日時 1月6日~27日の水曜日10:00~11:00 全4回
会場 緑保健福祉センター
対象 市内在住の65歳以上の方 (要介護・要支援認定の方を除く)
定員 30人
料金 400円
申込方法 12月15日(火)必着。往復はがきに、必要事項を明記して、〒260-0835中央区川崎町1-38ジェフユナイテッド千葉普及グループ「ジェフと一緒に健康づくり教室」係へ。Eメールで、件名に「ジェフと一緒に健康づくり教室申込」、本文に必要事項を明記して、school@jefunited.co.jpも可。
㊟ジェフユナイテッド千葉 ☎305-1507
健康推進課 ☎245-5146 ㊟245-5659

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	日時など	内容・対象など	定員	申込
栄養相談	12/7(月)・11(金)・15(火) 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	㊟
精神保健福祉相談	12/9(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	㊟
禁煙相談・健康相談	㊟12/15(火)・21(月) 9:30~15:45 ㊟1/6(水)14:00~15:45	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人	㊟
乳幼児歯科相談	12/16(水)9:20~15:00	歯科衛生士による仕上げみがぎ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	㊟
成人歯科相談	12/16(水)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	㊟
イベント	はじめよう! 健康ウォーク 12/7(月)10:00~12:00	これからウォーキングを始めたい人におすすめです。対象=4キロメートル程度のウォーキングができ、運動制限のない方。料金=100円。集合・解散場所=緑区役所前広場。	15人	㊟

㊟緑保健福祉センター (緑区鎌取町226-1) 特記記載のないものは予約制 (当日受付不可)
㊟12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 詳しくは、(千葉市 緑区健康課) ☎

㊟ 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