



花見川糖尿病 0(ゼロ) プロジェクト

啓発標語優秀作品決定! ~表彰式を開催~

糖尿病予防の標語募集にたくさんのご応募をいただき、ありがとうございました。
応募作品から、最優秀賞、優秀賞に入賞された受賞者の表彰式を開催しました。

	部門	作品	受賞者
最優秀賞	小学校 低学年の部	はやくねて おいしくたべよう あさごはん	市原 漣遥
	小学校 高学年の部	運動で 減らす体重 増すじゅ命	茂木 紫妃
	一般の部	楽しもう 健康貯金 コソコソと	青木 真巨
優秀賞	小学校 低学年の部	はらっぱい つぎのひとくち かんがえよう	関根 望結
	小学校 高学年の部	楽しんで 歩いて感じる 季節と変化	村岡 玲音
	一般の部	高脂肪 カロリー控えよ 糖尿病	辻井ツヤ子 (敬称略)



糖尿病は過食・肥満や、運動不足などによって発症しますが、正しい生活習慣を身に付けることで予防ができます。
皆さんも、糖尿病予防に取り組み、健康なまち花見川を目指しましょう!

☎花見川保健福祉センター健康課 ☎275-6296 ☎275-6298

お知らせ

畑コミュニティセンター

寄席 花見川亭
 2月12日(出)14:00~15:30
 小学生以上の方
 先着20人
 500円
 上映会「電車を止めるな!」
 2月13日(日)14:00~15:30
 先着5人
 2,000円
 直接または電話
 で、畑コミュニティ
 センター ☎273-5454
 同センター ☎前記
 ☎271-4894



幕張コミュニティセンター

幕張シアター「麦秋」
 2月15日(火)13:30~15:40
 先着10人
 わらべうたと絵本の会
 乳幼児向けの絵本
 の読み聞かせを行
 います。保護者の
 方も一緒にご参加
 ください。
 2月25日(金)10:30
 ~11:00
 先着6人
 直接または電話で、幕張コミュニティセン
 ター ☎272-5001
 同センター ☎前記 ☎271-5894



花島公園の魅力が伝わる

写真を募集します

あなたが考える花島公園のおすすめスポットをテーマに写真を募集します。応募写真は、花島コミュニティセンター内に展示します。

- 展示期間** 3月1日(火)~4月3日(日)
- 内容** 花島公園内で撮影された撮影場所がわかる写真
テーマ=「花島公園のおすすめスポット」。1人2点まで。
- 注意事項** 動植物の近景撮影など撮影場所が判別できない写真は受け付けできません。
- 申込方法** 2月1日(火)~21日(月)必着。Eメールで必要事項(12画)を明記し、画像を添付して、花見川・稲毛公園緑地事務所 ☎hanamigawa-inage.URP@city.chiba.lg.jpへ。

☎花見川・稲毛公園緑地事務所 ☎286-8740 ☎286-8827



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たはホームページでご確認ください。

千葉県 新型コロナ イベント

各種市民相談 無料

くらし相談…日常生活での心配ごとなど
 月~木曜日 9:00~16:00
 金曜日 9:00~15:00
 交通事故相談…損害賠償や示談など
 2月4日(金)・18日(金) 9:00~16:00
 行政相談…行政活動全般に関する相談
 2月1日(火) 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。

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
 (裁判所で訴訟・調停中のものは不可)
 月曜日 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。
 住宅相談…不動産売買・賃借など
 2月16日(水) 10:00~15:00
 2月2日(火)9:00から電話で申し込み(先着8人)。

花見川区役所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
花見川区地域振興課くらし安心室
☎275-6213 ☎275-6799

健康ひろば

花見川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。
*各相談については、随時予約を受け付けています。



	相談・教室名	日時・会場	内容・対象者	定員	申込
相談	歯科衛生士による ①成人歯科相談 ②こどもの歯科相談	2/8(火)9:30~15:00	①歯周病予防など歯の健康について相談ができます。希望者には口臭測定を行います。 ②乳幼児の歯みがき、むし歯予防について相談ができます。	① 5人 ② 10人	②
	栄養相談	2/8(火)・14(月)・18(金)・21(月) 9:30~15:00	離乳食や生活習慣病などの食事について管理栄養士が相談に応じます。食事の記録、健診データなどあればご持参ください。特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
	健康相談・禁煙相談	2/8(火)・21(月)10:00~14:30	生活習慣病予防や健診結果の見方、禁煙、介護予防など保健師が相談に応じます。希望者には身体機能測定を実施します。介護認定を受けている方は除く。	各3人	②
	精神保健福祉相談	2/8(火)10:00~12:00、 2/25(金)14:00~16:00	精神科医師による相談。対象=憂うつ・眠れない・不安・引きこもっている・イライラなど、こころの健康でお悩みの方または家族。	各3人	③
	女性のための健康相談	3/8(火)10:00~12:00	女性ホルモンの乱れによる心と体の悩みなどについて助産師が相談に応じます。	2人	②
教室	食事セミナー「目指せ!骨コソ!骨美人」	2/21(月)13:30~15:30 20分前から受付 会場=花園公民館	食習慣・運動習慣を見直して65歳からを元気に過ごすための教室です。低栄養予防、骨粗鬆症予防のための食材の選び方や塩分の摂り方について学びます。運動実習もあります。持ち物=自宅で作った味噌汁やスープ50cc程度、動きやすい服装、飲み物	10人	②
	母乳クラス	2/25(金)10:00~12:00	母乳について助産師による講義と実技。対象=妊娠中の方とパートナー、子どもの同伴不可。妊娠中の方のみ、パートナーのみの参加も可。	10組	①
	離乳食教室	3/8(火)13:00~14:00または 14:30~15:30 15分前から受付	2・3回食の離乳食の進め方の講義と離乳食の固さを触って確認する体験。対象=生後6~8カ月の第1子を持つ母親および家族。	各8組	②

☎花見川保健福祉センター(花見川区瑞穂1-1) 特に記載のないものは予約制(当日受付不可)
☎2月1日(火)9:00から電話で、花見川保健福祉センター健康課各班へ 詳しくは、千葉県 花見川区健康課

☎ ①すこやか親子班 ☎275-6295 ②健康づくり班 ☎275-6296 ③こころと難病の相談班 ☎275-6297

今月の区役所休日開庁日

2月13日(日)9:00~12:30