

防犯ウォーキングボランティアをしませんか?

～安全で安心なまちづくりを目指して～

防犯ウォーキングボランティアは、日頃行っているウォーキングやペットの散歩などの機会を利用して、地域をパトロールするボランティアです。緑区では1,878人の方が登録し、活動しています(2021年2月末日現在)。

犯罪を未然に防ぐには、犯行の機会をうかがう犯罪者に、地域全体の防犯意識が高いと思わせることが大切です。

個人の活動は、都合の良い時間に、無理せず気軽に活動することができます。ぜひ登録し、安全・安心なまちづくりにご協力ください。

なお、防犯ウォーキングボランティアの登録者には、帽子、サンバイザー、エコバックを配布しています。詳しくはお問い合わせください。

対象 区内在住・在勤・在学の18歳以上で、原則週1回以上活動できる方

申込方法 本人確認書類(運転免許証・健康保険証など)を持参の上、緑区役所地域振興課くらし安心室で、申込書を記入してください。

注意事項

- 活動中は、帽子、サンバイザー、エコバックのいずれかを携帯してください。
- 犯罪を目撃した場合は、犯人を捕まえようとするなど危険な行為は行わず、直ちに警察に通報してください。
- 千葉県ボランティア活動補償制度の適用対象外です。

図緑区地域振興課くらし安心室 ☎292-8107 図292-8159

傾聴ボランティア入門講座

相手の気持ちに寄り添う傾聴ボランティアのスキルを学んでみませんか。

日時 5月17日(月)・24日(月)
10:00～12:00 全2回

会場 緑保健康福祉センター

対象 区内在住・在勤の方

定員 先着20人

申込方法 電話で、市社会福祉協議会緑区ボランティアセンターへ。

図市社会福祉協議会緑区ボランティアセンター
☎292-8185 図293-8284

追加募集 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～

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)

募集要件 支援の対象となる事業、補助金額、補助率および申請方法については緑区地域振興課地域づくり支援室【下記】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。[千葉県 緑区地域活性化]

注意事項 補助金額によって書類審査および公開プレゼンテーション(6月19日(土)開催)の参加が必要となります。なお、支援期間は3年を限度とし、毎年申請および審査が必要です。また審査の結果、支援対象とならない場合があります。

募集期間 5月7日(金)～21日(金)必着

図緑区地域振興課地域づくり支援室 ☎292-8105 図292-8159

ヘルスサポーター養成教室

日時 6月2日～16日の水曜日
13:30～15:30 全3回

会場 土気あすみが丘プラザ

内容 ウォーキング・ストレッチ・ラジオ体操の基礎(実習)、グループワークなど

対象 区内在住の方

定員 先着15人

申込方法 電話で、緑保健康福祉センター健康課へ。

図緑保健康福祉センター健康課
☎292-2630 図292-1804

歯っぴー健口教室

楽しみながら口の働きを良くする教室を開催します。特にむせや口の乾きがある方にお勧めです。

日時 6月8日～22日の火曜日
10:00～12:00 全3回

会場 緑保健康福祉センター

内容 歯科衛生士によるお口の健康についての話や口の体操、手入れ方法など

対象 区内在住の65歳以上の方

定員 先着10人

申込方法 電話で、緑保健康福祉センター健康課へ。

図緑保健康福祉センター健康課
☎292-2630 図292-1804

健康ひろば

緑保健康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。

相談・教室など	日時など	内容・対象など	定員	申込		
健診	乳幼児健康診査	対象児のいる家庭に送付する健康診査票をご確認ください。	各健康診査に要する時間は、受付終了後1時間30分～2時間程度です。4カ月児健康診査は、結核予防のためのBCG接種を併せて行います。4カ月児健康診査=4・5カ月、1歳6カ月児健康診査=1歳6・7カ月、3歳児健康診査=3歳5～7カ月が対象です。			
	相談	栄養相談	5/7(金)・12(水)・20(木)・27(木)・6/1(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	②
		禁煙相談・健康相談	5/12(水)・27(木)14:00～15:45、5/21(金)9:30～11:00	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2人	②
		精神保健福祉相談	5/12(水)・17(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
		乳幼児歯科相談	5/14(金)9:20～15:00	歯科衛生士による仕上げ磨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	5/14(金)・28(金)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。	各4人	②
		女性の健康相談	5/18(火)10:00、11:00	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=思春期から更年期の女性。	各1人	②
教室	離乳食教室	6/3(木)13:00～14:00、14:00～15:00	離乳食2～3回食の進め方、作り方を学ぶ教室。対象=第1子で1回食を始めた6～8カ月児を持つ保護者。	各先着8人	②	
	母親&父親学級	5/21(金)・31(月)9:30～12:00(全2回) *31(月)は13:00からもあり	妊娠や出産・育児についての学習や実習(赤ちゃんのお風呂の入れ方など)。対象=10月ごろまでに産を迎える方およびパートナーの方。持ち物=母子健康手帳、筆記用具、飲み物。21日(金)は動きやすい服装で。	12人	①	
	はじめよう!健康ウォーク	5/12(水)10:00～12:00	これからウォーキングを始めたい人にお勧めです。対象=4km程度のウォーキングができ、運動制限のない方。費用=100円。集合・解散場所=緑区役所前広場。*雨天中止	15人	②	
	医師講演会	5/27(木)10:30～12:00	テーマ「フレイル(虚弱)ってなに?～フレイルを予防して健康寿命をのばそう～」内容=フレイルについての説明、日常生活での予防方法について	10人	②	
講演会など	母子講演会「ひとりっ子がお兄ちゃんお姉ちゃんになるとき」	5/28(金)10:00～12:00	今まで一人っ子だったが、これからきょうだいが生まれ、育てるための親の心構え、子どもへの関わり方について、臨床心理士が分かりやすくお話しをします。対象=第2子を妊娠中または第2子が1歳未満の保護者*託児あり(定員=4組)	12人	①	

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
5月10日(月) 9:00～16:00

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
水曜日、5月24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。

住宅相談…不動産売買や賃借など
5月17日(月) 10:00～15:00
5月6日(火)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 図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

5月9日(日)9:00～12:30

図緑保健康福祉センター(緑区鎌取町226-1) 特に記載のないものは予約制(当日受付不可)
☎5月6日(火)9:00から電話で、緑保健康福祉センター健康課各班へ 詳しくは、[千葉県 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