

12月10日(金)～19日(日)

## 冬の交通安全運動

「その一杯 愛車も走る凶器に 早変わり」をスローガンに12月10日(金)～19日(日)の10日間、冬の交通安全運動が県下一斉に実施されます。一人ひとりが交通ルールを守り、正しい交通マナーを実践して交通事故をなくしましょう。

### 運動重点

- ・飲酒運転の根絶
- ・夕暮れ時や夜間、明け方における交通事故防止
- ・子どもと高齢者の交通事故防止

飲酒運転について、九都県市で共同メッセージを発信しています。

詳しくは、[千葉市 飲酒運転](#) 

[問](#)地域安全課 [☎245-5148](tel:245-5148) [FAX245-5637](tel:245-5637)

飲酒運転は、絶対しない・させない・許さないという強い意志を持ち、全ての人が心を一つにして取り組んでいきましょう



編集担当Z

## インフルエンザを予防しましょう

インフルエンザが流行しやすい季節となりました。感染を予防するため、次の点を心がけましょう。

### 外出後や食事の前には、手洗いする 人混みや繁華街への外出を控える

特に高齢者や慢性疾患のある人は、感染すると重症化することがあります。

### 十分な睡眠と休養を取り、バランスのよい食事を取る

日頃から、自己の免疫力を高めておくことも重要な予防策です。

### 咳エチケットを心がけ、マスクを着用する

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫（ひまつ）とそれらに含まれるウイルスなど病原体の飛散を防ぐ効果が高いとされています。

### 適度な湿度（50～60パーセント）を保つ

空気が乾燥すると、喉の粘膜が乾燥して、ウイルスを防御する力が衰えるため、感染しやすくなります。

### 予防接種を受ける

ワクチンにはインフルエンザの発症をある程度抑える効果や、重症化を防ぐ一定の効果が期待できます。


[問](#)感染症対策課 [☎238-9974](tel:238-9974) [FAX238-9932](tel:238-9932)



受診期限は2月まで

## 特定健康診査・健康診査


生活習慣病を予防するため、40歳以上の方に特定健康診査と健康診査を実施しています。対象者には5月に受診券を送付しましたので、まだ受診していない方は、早めに受診してください。

受診券を紛失した場合は、再発行しますので、健康支援課へご連絡ください。電子申請でも発行手続きができます。[千葉市 特定健康診査](#) 

勤務先などの健康保険（協会けんぽ、健康保険組合、共済組合など）に加入している方やその被扶養者の方は、勤務先などにお問い合わせください。

### 健診結果の提供にご協力を


千葉市国民健康保険加入中に、職場健診や自費で人間ドックを受診した方は、2021年度受診分の健診結果を提供してください。被保険者の健康状態を把握し、今後の事業計画に活用します。提供者には謝礼もあります。

詳しくは、[千葉市 健診結果提供](#) 

[問](#)健康支援課 [☎238-9926](tel:238-9926) [FAX238-9946](tel:238-9946)

特に記載がない場合、1日から申込受付、応募多数の場合抽選、料金は無料。

## チャレンジシニア教室

体操、料理実習、アミューズメントカジノなどを楽しみながら、介護予防に取り組みませんか。詳しくは、[千葉市 チャレンジシニア教室](#) 

区	会場	日程（全6回）	時間
中央	蘇我コミュニティセンター	1/13～27、2/10～24の木曜日	午前
花見川	花島コミュニティセンター	1/18～2/22の火曜日	午後
稲毛	長沼コミュニティセンター	1/12～2/16の水曜日	午後
若葉	都賀コミュニティセンター	1/14～28、2/18～3/4の金曜日	午前
緑	鎌取コミュニティセンター	1/13・20、2/3～24の木曜日	午後
美浜	高洲コミュニティセンター	1/17～2/21の月曜日	午前

3回目は料理実習。午前＝10:00～12:00、午後＝14:00～16:00（料理実習のみ12:00～14:00）

**対象** 市内在住の65歳以上の方（要介護・要支援認定を受けている方を除く）

**定員** 各20人（長沼コミュニティセンターは14人、高洲コミュニティセンターは16人。初めての方を優先）

**申込方法** 12月15日(水)必着。往復はがきに必要事項(12面)のほか、生年月日、希望する会場を明記して、〒260-8722千葉市役所健康推進課へ。電子申請も可。

[問](#)健康推進課 [☎245-5146](tel:245-5146) [FAX245-5659](tel:245-5659)

## 小学校入学の準備金を支給します

4月に子どもが小学校に入学予定で、経済的に困っている保護者に、学用品や通学用品を購入するための準備金を支給します。支給は3月下旬を予定しています。

**対象** 2022年1月1日時点で千葉市に住民票があり、次のいずれかに該当する方

- ・2020または2021年度の市民税が非課税
- ・2020または2021年度中に生活保護を受給していたが、申込時に受給していない
- ・申込時に国民年金保険料免除または国民健康保険料減免
- ・申込時に児童扶養手当を受給
- ・そのほか、経済的に困難な特別の事情がある

\*対象となる所得額の目安

例＝4人世帯の場合、世帯総所得236万円以下

**申請期間** 1月20日(木)まで **支給額** 51,060円（予定）

**申請方法** 申込書（就学時健康診断で配布。ホームページから印刷も可）を市立小学校へ。

詳しくは、[千葉市 就学援助](#) 

[問](#)学事課 [☎245-5928](tel:245-5928) [FAX246-6424](tel:246-6424)


## 公立夜間中学市民説明会

義務教育を修了できなかった方や不登校だった方などの学び直しのための公立夜間中学を、2023年4月に開校します。

学校についての市民説明と、通いたい方との相談（希望者のみ）などを実施します。

**日時** 12月18日(土)14:00～16:30（市民説明は14:00から1時間程度）

**会場** 千葉ポートサイドタワー12階 **定員** 40人

**申込方法** 12月16日(木)17:00までにEメールで、必要事項(12面)を明記して、市教育委員会企画課 [kikaku.EDG@city.chiba.lg.jp](mailto:kikaku.EDG@city.chiba.lg.jp)へ。FAX、電子申請も可（定員に満たない場合、当日まで受け付け）。[千葉市 夜間中学](#) 

[問](#)市教育委員会企画課 [☎245-5911](tel:245-5911) [FAX245-5988](tel:245-5988)