



いなげ



防犯ウォーキングボランティア を行いますか？

防犯ウォーキングボランティアは、日頃のウォーキング、犬の散歩や買い物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。

犯罪を未然に防ぐには、犯行の機会を向う犯罪者に、地域全体の防犯意識が高いと思わせることが大切です。申し込み時に、防犯グッズとして帽子またはバッグをお渡しします。帽子の色は黄色、バッグの色は黄、赤、青の三色です。この活動は、自分の都合のいい時間に無理せず気軽にできますので、ぜひ登録し、安全・安心なまちづくりにご協力ください。

- 対象** 区内在住・在勤・在学で、原則として週1回以上活動できる18歳以上の方
- 申込方法** 稲毛区役所地域振興課2階くらし安心室で申込書を記入してください。その場で帽子またはバッグをお渡しします。
- 注意事項**
- 活動の際は、帽子またはバッグ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。
 - この活動は、千葉市ボランティア保険の対象外です。



稲毛区地域振興課くらし安心室 ☎284-6107 FAX284-6189



長沼コミュニティセンター

- ①大人のシュートレングくり
ドイツの定番クリスマス菓子シュートレングくりを作ります。
12月18日(土)10:00~12:30
高校生以上の方
先着12人
3,000円
- ②スマホお悩み相談室
12月23日(休)9:10~12:20
スマートフォン操作の簡単な悩み相談
スマートフォン操作でお困りの方
先着5人
1人最大30分
- ③パソコンお悩み相談室
1月12日(休)13:10~15:30
パソコン操作の簡単な悩み相談
パソコン初心者の方
先着6人
1人最大40分
- ④子どものプログラミング教室
初回無料体験を受け付けています。
毎月第1・3水曜日17:30~18:30
小・中学生
先着6人
5,000円
①12月11日(土)、②12月22日(休)、③1月11日(休)までに、直接または電話で、長沼コミュニティセンター☎257-6731
同センター☎前記☎257-6732

地域活性化のために活動している2団体を紹介します！

稲毛区では、地域の課題解決や、活性化のために活動している団体を支援しています。

団体名 草野水路治水対策会議
活動内容 過去の草野水路氾濫を教訓として、周辺町内自治会会員の方々と対策を検討するなど、防災活動を行っています。
主な活動場所 稲毛三丁目町内会館



活動の様子はこちら！

冊子『草野水路治水対策活動10年の歩み』

防災活動10年間の実績を冊子化して、地域への啓発活動を行っています。

稲毛区地域振興課 ☎284-6105 FAX284-6149

団体名 千葉経済大学まちづくりゼミ
活動内容 西千葉駅から延びる通学路を文教のまちにふさわしい道になるよう、学生と市民で植栽帯の美化をしています。
主な活動場所 弥生町



活動の様子はこちら！

環境美化活動『グリーンパーティ』

ゆりの木通りの植栽帯の美化活動を月2回行っています。

稲毛区地域振興課 ☎284-6105 FAX284-6149

がん検診 集団検診のご案内

集団検診を事前予約制で実施しています。詳しくは、ホームページまたは稲毛区役所および保健福祉センター、市民センターで配布されている「令和3年度がん集団検診日程表」をご確認ください。

千葉市 集団検診 予約

会場 稲毛保健福祉センター
申込方法 予約開始日の0:00からホームページで。予約受付専用電話☎0120-110063 (平日10:00~14:00) も可。
健康支援課 ☎238-1794 FAX238-9946

日時	検診内容 (対象年齢)	予約開始日	
		ホームページ	電話
1/18(火)	9:00~13:00	12/15(水)	12/22(水)
	13:00~17:00		
1/19(水)	13:00~17:00	12/16(木)	12/23(木)
1/26(水)	9:00~13:00	12/23(木)	1/5(水)
1/31(月)	9:00~13:00	12/28(火)	1/11(火)

健康ひろば

稲毛区健康づくりスローガン **歩け稲毛あなたのいっぽ！**
健康のために、あなたのいっぽ、踏みだしてみませんか？

稲毛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。



相談・教室名	日時	内容・対象など	定員	申込
栄養相談	12/8(水)・16(木)・22(水)・27(月) 9:30~14:50	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	12/8(水)・16(木)・24(金)・27(月) 10:00~15:30	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。禁煙相談の方は、尿中ニコチン代謝濃度の測定もできます。	各4人	②
離乳食教室	12/16(木)13:00~14:00、 14:00~15:00	離乳食2~3回食の進め方を学ぶ教室。対象=第一子で1回食を始めた6~8カ月児をもつ保護者。持ち物=母子健康手帳、筆記用具	各8人	②
大人の歯科相談	12/17(金)・27(月) 9:20~15:00	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
母親&父親学級	12/17(金)・22(水) 9:30~12:00 全2回	妊娠や出産・育児についての学習や実習を行います。対象=妊娠28~35週の方およびパートナー。持ち物=母子健康手帳、筆記用具	10組	①
精神保健福祉相談	12/23(木)15:10~17:10	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家族。	3人	③
子どもの歯科相談	12/27(月)9:20~15:20	歯科衛生士による仕上げみがきの方法や虫歯予防など、歯の健康についての個別相談。	15組	②
歯っぴー健口教室	1/11(火)・18(火)、2/1(火)・ 8(火)13:00~15:00 全4回	日常生活で簡単に取り入れられる口腔ケア、お口の体操、音楽などから、口の機能を維持していくことを目指します。対象=区内在住の65歳以上の方。	10人	②

稲毛保健福祉センター (稲毛区穴川4-12-4)
12月1日(火)9:00から電話で、同センター健康課各班へ

特に記載のないものは予約制 (当日受付不可)
詳しくは、千葉市 稲毛区健康課

①すこやか親子班 ☎284-6493 ②健康づくり班 ☎284-6494 ③こころと難病の相談班 ☎284-6495 FAX284-6496

各種相談案内 無料

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
水曜日 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。
行政相談…行政活動全般に関する相談
12月7日(火) 9:00~16:00

法律相談…相続・離婚・訴訟など
金曜日、12月28日(火)
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9:00~1週間前の17:00に電話で申し込み。電子申請も可。
裁判所で訴訟・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(火) 10:00~15:00
12月7日(火)9:00から電話で予約(先着8人)

稲毛区役所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
稲毛区役所地域振興課
☎284-6106 FAX284-6189

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・延期になる場合があります。最新の情報を主催者にご確認ください。

今月の区役所休日開庁日

12月12日(日)9:00~12:30

主な開庁窓口 市民総合窓口課 市税出張所