

食育ボランティア になりませんか

ヘルスマイト募集!!



先輩ヘルスマイトの声

自分と家族の健康のために勉強してみようと思ったことが、ヘルスマイトになったきっかけです。小学生対象のマナーを学ぶ活動では、豆つかみゲームやクイズを使い、楽しく学べるよう工夫しています。子ども達の「また参加したい」という声を励みに日々活動しています。

緑保健康福祉センター健康課 ☎292-2630 FAX292-1804

ヘルスマイトは、食生活改善推進員の愛称で、市が主催する食生活改善推進員養成講座を修了し、市長の委嘱を受け、食を通じて地域の健康づくりのためのボランティア活動を行っています。栄養・食生活の講話や調理実習を通して食について学び、子どもから高齢者まで幅広い世代の方を対象に、食の大切さを伝えています。皆さんと一緒に活動してみませんか？

食生活改善推進員養成講座

ヘルスマイトになるには養成講座を修了する必要があります。

- 日 時** 9月16日、10月21日、11月18日、12月16日、来年1月20日、2月24日の金曜日10:00~15:00 全6回
- 会 場** 稲毛保健福祉センター
- 対 象** 継続して活動できる70歳未満の方
- 定 員** 40人(面談で選考)
- 料 金** 1,000円程度
- 申込方法** 7月29日(金)までに電話で、緑保健康福祉センター健康課へ

無人ヘリコプターで農薬散布

水稻の病害虫防除のため、水田に無人ヘリコプターで農薬を散布します。

日程	散布場所
7/15(金)	小食土町
7/22(金)	高田町、平川町、高津戸町
7/23(土)	土気町、上大和田町、下大和田町、越智町、大木戸町、大椎町、小山町、板倉町

散布時間 4:30~12:00ごろ

*雨や強風などの場合は、後日実施。
散布地区付近の方は、当日、散布が終わるまで洗濯物などは外へ出さないようご注意ください。また、水田には立ち入らないでください。金魚などのいる池には、カバーをお願いします。
周辺地区には散布前日(変更の場合は当日)広報車がお知らせします。なお、無人ヘリコプターによる農薬散布は隣接市でも実施しますのでご注意ください。
園市植物防疫協会
☎232-3722 FAX232-9463
農業生産振興課 ☎228-6282

お知らせ

ホゴちゃん和サラちゃんの塗り絵展

7月16日(土)~29日(金)9:00~21:00
(29日は12:00まで)
鎌取コミュニティセンター2階ロビー
社会を明るくする運動として、区内の幼稚園児が彩色したホゴちゃん和サラちゃんの塗り絵を展示します。
園緑地区保護司会・森さん ☎090-4544-2479
地域福祉課 ☎245-5218 FAX245-5620

鎌取コミュニティセンターの催し

国蝶オオムラサキを知ろう
7月2日(土)11:15~12:45
小学生(保護者の参加も可)
先着20人 随300円(保護者500円)

夏休み昆虫教室
7月27日(水)11:15~12:45
小学生(保護者の参加も可)
先着20人 随300円(保護者500円)
直接または電話で、鎌取コミュニティセンター ☎292-6131。FAX292-6151も可(必要事項15面を明記)

土気あすみが丘プラザの催し

①障がい児を育てる保護者向けセミナー
7月14日(木)11:30~12:30
行政制度の情報の集め方
先着14人 随1,500円(ドリンク代含む)

②千葉市動物公園パネル展(申込不要)
7月21日(木)~28日(水)9:00~21:00
①直接または電話で、土気あすみが丘プラザ ☎295-0301。FAX295-0350も可(必要事項15面を明記)

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…損害賠償や示談の進め方
火曜日 9:00~16:00
木曜日 9:00~15:00
行政相談…国、県などへの要望・意見
7月4日(月) 9:00~16:00

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
水曜日、7月25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。

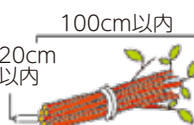
申込先・問い合わせ 緑区地域振興課 ☎292-8106 FAX292-8159

木の枝・刈り草・葉は 月2回の収集日に出しましょう

木の枝や落ち葉などは、可燃ごみの日ではなく、月2回の木の枝・刈り草・葉の収集日に排出するよう、ご協力をお願いします。収集後、燃料チップや家畜の敷料原料などにリサイクルしています。

木の枝(資源収集日のみ次の大きさで出せます)

1本あたり太さ(直径)20cm、長さ100cm以内に切り、ひもで束ねる
*1束は大人が持ち上げられる程度の量にしてください。



刈り草・葉

透明な袋(45ℓ以内)・旧指定袋に入れて排出する
*刈り草の根に付いた土はよく払ってください。



収集の曜日は、地域により異なります。詳しくは、家庭ごみ相談ダイヤル ☎204-5380 またはホームページへ。[千葉市 収集日](#)
園収集業務課 ☎245-5246 FAX245-5477

今月の区役所休日開庁日

7月10日(日)9:00~12:30

防犯パトロールに必要な物品を配付しています!

市では、安心・安全なまちづくりを目指し、地域で防犯活動を実施している団体(継続団体)、これから実施しようとしている団体(新規結成団体)に対し、防犯パトロールに必要な物品を配付しています。物品の配付を受けるには、申請が必要です。申請可能な団体の要件など、詳しくはお問い合わせください。

対象となる物品の例

- たすき・腕章・パトロールベスト・ライトなど
- *申請できる物品数に上限があります。
- 申請期限** 継続団体=7月29日(金)まで
新規結成団体=来年1月27日(金)まで



園緑区地域振興課くらし安心室 ☎292-8107 FAX292-8159

土気市民センターにマイナンバーカード臨時申請窓口を設置します

土気市民センターの窓口でマイナンバーカード(写真撮影を含む)を申請し、緑区役所に行くことなく、郵送で受け取ることができます。予約は不要です。

- 期 間** 7月1日(金)~9月30日(金)の平日
- 受付時間** 9:00~16:30(12:00~13:00を除く)
- 必要書類**

- マイナンバー(個人番号)通知カードまたは個人番号通知書
- 本人確認書類(運転免許証・パスポートなど顔写真付きの公的な身分証明書1点または、健康保険証・基礎年金番号通知書・年金手帳などの顔写真のない身分証明書2点)
- 住民基本台帳カードや、すでにマイナンバーカードをお持ちの方は、申請の際に返納していただけます。

園緑区市民総合窓口課 ☎292-8109 FAX292-8160



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	日時	内容・対象など	定員	申込
相談	栄養相談	7/5(水)・13(水)・22(金)・26(水) 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
	成人歯科相談	7/12(水)13:00~15:00、 13(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。	各4人	②
	乳幼児歯科相談	7/13(水)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。対象=乳幼児と保護者。	10組	②
	禁煙相談・健康相談	7/13(水)14:00~15:00、 28(水)9:30~15:00	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4人	②
	精神保健福祉相談	7/13(水)・21(木) 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家族。	各3人	③
教室	「食事セミナー」骨コツ骨美人	7/29(金)10:00~12:00	フレイル予防のための食事やカルシウムを上手に取るコツの話と介護予防のための運動実習。対象=65歳以上の方。*ご自宅の汁ものを50cc程度持参すると塩分測定ができます。	15人	②
	食の実践教室~プロから学ぶ郷土料理~	8/3(水)10:00~12:00	千葉の郷土料理の太巻き祭り寿司を自宅で上手に巻くためのコツを学びます。対象=小学生と保護者。	8組	②
	母乳教室	8/5(金)10:00~12:00	助産師による母乳育児についての講義と実技。対象=妊娠中の方。持ち物=母子健康手帳。	12人	①

園緑保健康福祉センター(緑区鎌取町226-1)
☎7月1日(金)9:00から電話で、緑保健康福祉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 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 FAX292-1804

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へご確認ください。

緑区役所 ☎043-292-8111(代表) 〒266-8733 千葉市緑区おゆみ野3丁目15番3 [千葉市 緑区役所](#) 区版編集 緑区役所地域振興課 ☎043-292-8103 FAX043-292-8158