

ちば市政だより 2022 Chiba 10



しんかい6500 模型 (科学館)

🌟 深海に眠る
秘宝を探せ! 🌟

市長メッセージ (第16号)

神谷 俊一



新型コロナウイルスの感染状況は、第7波のピークは過ぎましたが、依然収束には至っていない状況です。オミクロン株対応の新型コロナワクチン接種を9月28日から開始し【5面】、小児（5～11歳）を対象とした3回目接種も始めています。希望する方が速やかに接種できるように集団接種会場の開設日を拡充するほか、新たに小児を対象とした集団接種会場を開設しました。ワクチン接種の枠組みが、回を重ねるごとに、対象年齢、ワクチンの種類など複雑になっていますが、市民お一人おひとりの接種状況に応じたご案内をすべくワクチン接種コールセンターの体制を強化しています。引き続き日常的な感染予防対策が重要です。手洗い・消毒、換気、場面に応じた不織布マスクの着用などの対策をお願いします。

千葉市科学館の展示をリニューアルしました。「最新の科学をより魅力的に、さらにわかりやすく」をコンセプトに、地底、深海、宇宙をテーマとして、深海に潜って活動する有人潜水調査船しんかい6500の実物大レプリカ【表紙】や、千葉大学が参画した、南極の氷でニュートリノを捕まえるアイスキューブ実験のデモなど、JAXAなどの協力も頂き、お子さんも大人も楽しめる魅力的な展示になっています。また、8・9日には、きぼーるで科学を身近に感じることができる科学フェスタを開催します。ぜひお越しいただき、展示を一新した科学館と合わせて、最新科学に触れ、知的好奇心を満たす秋の一日とされてはいかがでしょうか【2・3面】。



Contents

千葉市科学館が リニューアル!	2
個性がきらり 千葉市の6区.....	12~13
情報けいじばん.....	15~21
区版.....	24

千葉市役所 ☎043-245-5111 (大代表)
〒260-8722千葉市中央区千葉港1番1号
ホームページ <https://www.city.chiba.jp>

千葉市データ (2022年9月1日現在)
人口 978,704人 前月(8月)比 175人増
(男 482,121人 女 496,583人)
世帯数 459,719世帯 面積 271.76km²



千葉市科学館が リニューアル!

科学館は2007年10月に開館し、訪れた人たちが科学に親んでもらえるような機会を作り続けてきました。そして、10月1日(土)から、「最新の科学をより魅力的にさらにわかりやすく」をコンセプトに、常設展示の一部をリニューアルしました。詳しくは、[千葉市科学館](#) 問科学館 ☎308-0511 FAX308-0520

テーマは「地底、深海、宇宙」

新しい展示の一部を紹介します

さまざまな現象が起こる地底、光の届かない深海、無限に広がる宇宙空間…。世界には、未知の領域がまだまだ存在しています。その研究には、どんな科学技術が使われているのでしょうか。今回のリニューアルでは、子どもから大人までが好奇心を刺激される、魅力的な展示を取り入れました。ここでは、その一部をご紹介します。



10階 ジオタウン

岩石のできるどころ



地球にあるさまざまな岩石。これらはどこから生まれるのでしょうか。普段は見ることのできない地下で起こっていることが、地表の現象とつながっています。

お天気スタジオ



まるでニュース番組のお天気コーナー！気象予報士になりきって天気予報をしてみよう！かんたんコースとチャレンジコースが選べます。

宇宙線を探る



南極の氷でニュートリノ(素粒子の一部)を捕まえる！アイスキューブ実験で、宇宙の起源が分かるかも!?

まだまだ他にもあります!

その他新規展示一覧

衛星リモートセンシング、小惑星探査機「はやぶさ2」、有人圧縮ローバルナクルーザー、リアルタイム地震、活動的な地球の内部、西之島、天体望遠鏡の進化、宇宙に進出する人類、人類月に立つ

9階 テクノタウン

海底探査技術の最先端



海底探査のミッションに挑戦！衛星、船、しんかい6500を使って深海に眠るレアメタルを見つけ出そう！

表紙の写真

しんかい6500大解剖



6,500メートルの深海へ潜って活動する有人潜水調査船しんかい6500。その実物に近い大きさの模型が登場しました。パイロットが乗り込む耐圧殻(コックピット)内部を再現しており、乗船体験ができます。隣のマニピュレータ操作体験ブースでは、実際にロボットアームで物を運ぶ操作に挑戦できます。

まだまだ他にもあります!

その他新規展示一覧

しんかい6500と深海探査の1日、JAMSTEC紹介デスク、深海底の金属資源、江戸っ子1号が見た深海世界、江戸っ子1号開発物語、世界に広がる町工場の技術、手工具のいろいろ

8階 ワンダータウン

10階から、からだの不思議が移設します。

7階 エントランス・プラネタリウム

科学館へは、きぼーるアトリウム1階の科学館直通エレベータで7階からお越しください。

財源確保のため広告を掲載しています。なお、広告内容などは千葉市が推奨するものではありません。

下肢静脈瘤は早期の発見が大切です

下記の症状がある方は下肢の血管状態の悪化、もしくは下肢静脈瘤の可能性があるので、ご相談ください。

①足にこのような症状はありませんか?

- クモの巣状の血管がある
- 足の血管が浮き出ている
- 足の皮膚が黒っぽい
- 膝から下の皮膚が硬く黒ずんでいる
- 足の血管がポコポコ浮いている
- こむら返りで夜中に目が覚める
- 足の皮膚のポコポコとカユミ
- 足の血管の膨らみと痛み
- 足が重い・だるい・つる

院長 姫田 十二

静脈瘤の検査

開催場所 ちば静脈瘤クリニック

検査項目 ●超音波エコーによる足の血管チェック ●下肢静脈瘤

無料 無料静脈瘤検査は保険外検査です

10月19日(水)

静脈瘤の検査(無料)を開催します 静脈瘤の検査は予約制です。事前にお電話にてお問合せください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9時~12時	○	○	○	×	○	○	×
13時~17時	○	○	○	×	○	○	×

ちば静脈瘤クリニック ☎043-307-5115

千葉市中央区富士見1丁目2-11 勝山ビル6階 ※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

人形供養祭

供養祭を常光閣よりオンラインで配信

今まで大切にしてきた、お人形・ぬいぐるみを感謝の気持ちを込めてご供養致します。

人形持込みの方はご予約の上、完全予約制 (人形受け入れ期間)

常光閣 10/1(土)10:00 ~ 10/31(月)17:00

※お持ち込み日時を決めてご連絡ください。

開催日 11/3(木) 11:00~

人形受け入れ会場 常光閣 千葉モノレール「作草部駅」より徒歩2分

※供養祭はオンライン配信になりますので、参加はできません。

千葉県千葉市中央区并天4-9-1 TEL:043-290-7790 駐車場あり

www.ohnoya.co.jp

お申込み・お問合せ先 0120-02-8888

大野屋テレホンセンター 365日年中無休 非番のご依頼(24時間受付) 仏事・葬儀・お墓に関するご相談(9:00~17:00)

供養料 1体 500円

ダンボール1箱 2,000円

ダンボール箱サイズの目安 縦+横+高さの合計が100cm以内を目安とし、人形は何体入れても構いません。

※お願のついた人形に限りません。人形のカフスケース等は受付できません。人形のみお持ち込みください。



千葉市 科学フェスタ これからの私たち 2022

10月8日(土)・9日(日) きぼーるで開催

日常生活の中で科学・技術を身近に感じることができる科学フェスタを開催します。ぜひ参加して、科学に触れるきっかけにしてみませんか。来場予約や事前申込が必要なイベントがあります。

詳しくは [千葉市科学フェスタ](#)
 問科学フェスタ事務局（科学館内） ☎308-0511 FAX308-0520

ステージイベント

消防音楽隊による演奏や、化学マジック、防災をテーマにしたサイエンスショーなど、さまざまなステージをお楽しみください。

各ステージの内容および時間割は、ホームページでご確認ください。

- 日 程** ①10月8日(土) ②9日(日)
- 会 場** きぼーる1階広場特設ステージ
- 内 容** ①消防音楽隊と防火防災教室、JALグループによるお仕事講座、光のひみつで消える!?
 ②水を合成!?化学のチカラでサバイバル!、自然災害科学研教室、まわる!?ぐるぐる科学劇場
- 備 考** 席に限りがあります。満席の場合は立ち見となります。



科学体験ブース

誰でも気軽に科学を体験できます。

- 日 時** 10月8日(土)・9日(日)10:00~12:15、13:45~16:00
- 会 場** こども交流館
- 内 容**
- 割れないしゃぼん玉作り
 - クランクで歩くガイコツを作ろう
 - 救急隊員になってみよう!
 - 間伐材で木のストラップを作ろう!!
 - 楕円ビリヤード~百発百中~
 - 自動工作機械で自分だけの形を作ろう
 - プラバンでオリジナルキーホルダーを作ろう
 - アートな野菜を作ろう
 - 三匹の子ブタと工場を作ろう! 発明工作体験
 - DNAって、なんだろう?~DNAを見てみよう~
 - 紙コップとCDで光の色を分けてみよう
 - 温度で色が変わる!?カラフル液晶アクセサリを作ろう!! など

申込方法 来場前日の23:59までに、ホームページから。

昨年度の様子▼



理科自由研究科学館賞

①**優秀作品表彰式**
 科学館賞を受賞した児童生徒を表彰します。

②**作品発表会**
 小・中学生が自らの受賞作品を発表します。

日 時 10月8日(土)①9:30~10:30、
 ②10:40~12:30

会 場 科学館7階



千葉オンリーワン企業と身近な科学

ユニークな技術や製品を開発する、さまざまな分野の企業が大集合。

ビデオプレゼンテーションや体験型展示でご紹介します。

日 時 10月9日(日)10:00~16:00

会 場 科学館7階



財源確保のため広告を掲載しています。なお、広告内容などは千葉市が推奨するものではありません。

【森の苑】
新エリア、募集開始

里山の樹木葬「森の苑」。開苑から16年が経ちました。総面積5500坪の広大な墓苑に2700名以上の方がお申し込みをくださいました。各区分は約1坪あり、ご家族だけでなくペットの埋葬もできます。「森の苑」の新規募集は今回の新エリアで最後になる予定です。是非お早めにご見学ください。

樹木葬バス見学会
 定員の50%以下で運行中
10月2日(日)
10月30日(日)

お一人ご家族でもご参加できます
 全日程共通 10時集合
 参加費1,000円
 (税込、お弁当代込)

曹洞宗 真光寺
 千葉県袖ヶ浦市川原井634
 http://shinko-ji.jp
 0438-75-7365
 午後9時~午後5時

経営主体/宗教法人 真光寺 袖指令第80号 墓地経営許可番号 第26-1号

永代供養ほか
一人一式80万円

戒名・お位牌・墓碑・墓地区画使用
 納骨式・永代供養・管理費含む
 二人目以降のご家族は一式40万円です。

やすらぎの室内墓園がJR千葉駅より徒歩**7分**の好立地!! (駐車場完備)

一式**95万円**

個別永代供養墓
エテルノも併せて販売中

ご見学、お待ちしております。

千葉祖敬堂

千葉市中央区栄町2-1 (千葉市民会館前)
 TEL **043-227-4194**
 HPアドレス: www.chiba-sokeidou.jp
 経営主体/宗教法人祖敬堂 納骨堂経営許可番号/第19-1号

下水道使用料などを減免します

原油価格や物価の高騰の影響を受ける市民や市内事業者の負担を軽減するため、下水道使用料などの一部を免除します。

①下水道使用料特別減免

対象者 基本使用料を千葉市へ支払っている下水道使用者

*すでに従量使用料のみで料金適用を受けている方や、基本使用料などの減免(既存の減免制度)を受けている方は対象外です。



下水道キャラクター
(カワウソ一家)

減免内容 基本使用料と月10立方メートルまでの従量使用料(1回の請求につき使用期間が2カ月の場合、1,628円を限度額として減免します)

減免期間 10月検針(調定)分から来年1月検針(調定)分まで

備考 手続き不要。減額後の金額で、使用水量のお知らせや納入通知書を送付します。

②農業集落排水処理施設使用料特別減免

対象者 農業集落排水処理施設使用者

減免限度額 1請求当たり1,628円(1カ月当たり814円)

減免期間 11月請求分および来年1月請求分

備考 手続き不要。減額後の金額で、納入通知書を送付します。

☎①下水道使用料特別減免コールセンター ☎216-4320、下水道経理課 **FAX**245-5562

②下水道経理課 ☎245-5409 **FAX**245-5562

10月は3R推進&食品ロス削減月間

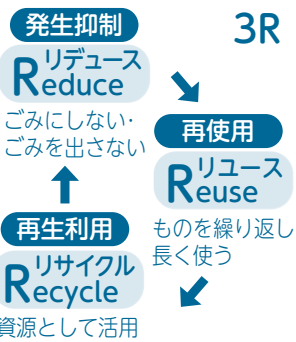
毎日の生活から出るごみを減らすなど、身近にあるもったいないをなくすことで、環境に優しい社会を築くことができます。この機会に、私たちにできるごみ減量について考えてみませんか。

へらそうくんフェスタ2022

日時 ①10月1日(土)10:00~16:00、②3日(月)~11日(火)10:00~20:00(11日は14:00まで)

会場 フレスポ稲毛イーストモール

内容 ①ペットボトルを使ったストラップ作り、ごみ分別ゲーム、へらそうくんの登場など、②ごみ減量に関するパネル展示



気泡緩衝材の回収ボックスを設置します!

現在、コンタクトレンズの空ケースの回収を行っています。気泡緩衝材(プチプチ®など)の回収も開始し、さらなるごみの減量とプラスチックの資源循環を促進します。

詳しくは、[千葉市 プチプチ回収ボックス](#)

開始日 10月3日(月)

場所 市役所本庁舎1階ロビー

回収品目 気泡緩衝材



食品ロス削減ワークショップ

家庭での食品ロス(まだ食べられるのに捨てられる食品)が問題になっています。対処法を学び、一人ひとりができることを考えてみませんか。

詳しくは、[千葉市 食品ロス削減ワークショップ](#)

日時 10月29日(土)11:00~13:00

内容 Zoomでのオンライン開催

対象 市内在住・在学の高校生以上の学生

定員 先着30人

申込方法 10月14日(金)までに電子申請で。

☎廃棄物対策課 ☎245-5379 **FAX**245-5624

防災リーダー研修会

男女共同参画の視点による防災啓発に取り組んでいる、現在、減災と男女共同参画研修推進センター共同代表の浅野幸子さんを講師に迎え、講演会を行います。

この機会に、地域の防災活動について考えてみませんか。

日時 10月25日(火)14:00~16:00
13:00開場

会場 市民会館

内容 テーマ=避難生活で「命」「健康」守れますか?~高齢者・子ども・女性・障害者 多様な目線で考える防災対策~

定員 先着498人

申込方法 10月21日(金)までにEメールで、必要事項(15面)のほか、参加人数、自主防災組織名または町内自治会名(所属している方)を明記して、市役所コールセンター☎event@callcenter-chibacity.jpへ。同センターへ電話、FAX、郵送(宛先=〒260-8722千葉市役所防災対策課)も可。

☎市役所コールセンター ☎245-4894 **FAX**248-4894

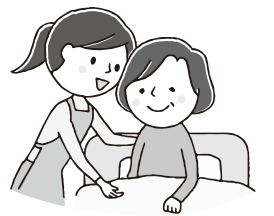
防災対策課 ☎245-5113 **FAX**245-5552



浅野幸子さん

家族介護者研修

在宅で高齢者を介護している家族が日頃困難に感じている介護方法を、経験豊富な講師から実技を含めて学びます。テーマに沿った講習のほか、介護方法に関する疑問や質問にも答えます。



日時・会場 ①11月8日(火)=緑保健福祉センター、9日(水)=美浜保健福祉センター。②11月10日(木)=県医師会地域医療総合支援センター(中央区千葉港4-1) いずれも、10:00~12:30

内容 ①排泄・移乗介助の仕方、②ベット上の介助とリフトなどの福祉用具を使った介護

対象 高齢者を介護している家族など

定員 各20人

申込方法 10月26日(水)までに電話で、県ホームヘルパー協議会へ。FAX・☎chihokyo@kfz.biglobe.ne.jpも可(必要事項(15面)のほか、希望会場を明記)。

☎県ホームヘルパー協議会 ☎242-5376 **FAX**242-6376

障害者福祉大会

12月3日~9日は障害者週間です。障害者の自立促進や相互交流を深めるために、障害者福祉大会を開催します。

日時 12月3日(土)10:00~12:20

会場 ハーモニープラザ

内容 ・心の輪を広げる体験作文・障害者週間のポスターの表彰式
・サヘル・ローズさん(俳優)による講演 など

定員 40人

申込方法 11月4日(金)必着。往復はがき(1通2人まで)に、必要事項(15面)のほか、手話通訳・要約筆記・介助者(1人まで)・車椅子席の希望、日中の連絡先(携帯電話、FAX、メールアドレスのいずれか)を明記して、〒260-0844中央区千葉寺町1208-2千葉市身体障害者連合会へ。

☎市身体障害者連合会 ☎209-3281 **FAX**209-3282



サヘル・ローズさん

新型コロナウイルス感染症関連情報

オミクロン株対応ワクチンの接種が始まりました

1・2回目の接種を終えた12歳以上のすべての方を対象に、オミクロン株対応ワクチンの接種が始まりました。

接種券は、前回の接種を受けてから5カ月が経過する方へ、順次お届けしていますが、国において接種間隔の短縮の検討が進められています。なお、すでに接種券をお持ちの方は、お手元の接種券を使用して接種を受けられます。

接種券を紛失された方は、市コロナワクチン接種コールセンター【下記】にご連絡いただくか、コロナワクチンナビから再発行の申請をしてください。[\[コロナワクチンナビ\]](#)

詳しくは、[\[千葉県 コロナワクチン\]](#)

*オミクロン株対応ワクチンの接種については、市政だより11月号で改めてお知らせします。

オミクロン株対応ワクチンの接種を受けられる方

- 1・2回目の接種を終えている方
- 12歳以上の方
- 前回の接種を受けてから5カ月が経過している方
- オミクロン株対応ワクチンの接種を初めて受ける方

オミクロン株対応ワクチンの接種を受けられる時期

3回目接種から5カ月以上が経過している次の方	すぐに接種を受けられます
<ul style="list-style-type: none"> • 60歳以上の方 • 18歳以上で基礎疾患があるなど重症化リスクが高い方 • 18歳以上の医療従事者、高齢者施設等従事者 	
【上記】以外の方	10月上旬から

*年齢はいずれも接種日時点

小児（5～11歳の方）への3回目のワクチン接種が始まりました

新型コロナワクチンの1・2回目の接種を受けた5歳以上の方は、3回目の接種を受けられるようになりました。2回目の接種を受けた日から5カ月が経過したら接種を受けられますので、2回目の接種を受けた時期に応じて、順次、接種券をお届けします。

詳しくは、[\[千葉県 コロナワクチン 3回目\]](#)

対象者 接種日時点で、千葉市に住民票がある5歳以上の方

費用 無料（交通費などは自己負担）

ワクチンの種類 ファイザー社小児用ワクチン

小児にも努力義務が適用されます

小児にも新型コロナワクチンの接種を受けることの「努力義務」が適用されるようになりました。

「努力義務」とは、「接種を受けるよう努めなければならない」という予防接種法の規定で、感染症の緊急のまん延予防の観点から、皆様に接種にご協力をいただきたいという趣旨です。接種は強制ではありません。

相談・問い合わせ

- ワクチンの接種予約、接種会場、接種券発行

市コロナワクチン接種コールセンター

☎0120-57-8970

8:30～21:00（土・日曜日は18:00まで）

耳や言葉の不自由な方

FAX245-5128 cv-call@city.chiba.lg.jp



- 接種後の副反応、医学的知見が必要となる専門的な相談

県新型コロナワクチン副反応等専門相談窓口

☎03-6412-9326 24時間（土・日曜日、祝日を含む）

- 新型コロナワクチン接種の施策など

厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター

☎0120-761-770 9:00～21:00（土・日曜日、祝日を含む）

*掲載している情報は、9月14日時点の情報です。最新の情報は、市ホームページなどでご確認ください。

予防接種を受けましょう

高齢者を対象に予防接種を実施しています。対象の方は、協力医療機関に予約をとり、予防接種を受けましょう。生活保護を受給している方や市民税非課税世帯の方などは自己負担額が無料になります。

①高齢者インフルエンザ予防接種

接種期間 10月1日(出)～12月31日(出)

対象 接種日に市に住民票がある、60～64歳で障害*がある方または65歳以上の方

自己負担額 1,800円

備考 2022年度は65歳未満のインフルエンザ任意予防接種費用の助成はありません。

協力医療機関、免除方法など詳しくは、[\[千葉県 インフルエンザ\]](#)

②高齢者肺炎球菌予防接種

接種期間 来年3月31日(金)まで

対象 接種日に市に住民票があり、これまで肺炎球菌ワクチンを接種したことがない方で、60歳以上の障害*がある方または次の期間に生まれた方

- 1957年（昭和32年）4月2日～1958年（昭和33年）4月1日
- 1952年（昭和27年）4月2日～1953年（昭和28年）4月1日
- 1948年（昭和23年）4月1日以前

自己負担額 3,000円

協力医療機関、免除方法など詳しくは、[\[千葉県 高齢者肺炎球菌\]](#)

*障害＝心臓・腎臓・呼吸器の機能・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能において身体障害1級相当

問市予防接種電話相談窓口 ☎307-6601

感染症対策課 FAX238-9932

夜間や休日に急病で困ったときは…

電話相談 すぐに受診するべきか、医師や看護師が電話でアドバイスします。
救急安心電話相談 ☎#7009（IP電話からは☎03-6735-8305）
 平日・土曜日18:00～翌朝6:00、日曜日・祝日・年末年始9:00～翌朝6:00
子ども急病電話相談 ☎#8000（IP電話からは☎043-242-9939）
 19:00～翌日6:00（365日）

診療 千葉県医師会などの協力で夜間・休日の応急診療を行っています。応急処置のため、詳しい検査は原則行いません。後日かかりつけ医で受診しましょう。

夜間		休日	
夜間応急診療(夜急診) (美浜区磯辺3-31-1海浜病院内) ☎279-3131 【内科・小児科】		休日救急診療所 (美浜区幸町1-3-9 総合保健医療センター内) テレホンサービス ☎244-5353 【内科・小児科・外科・整形外科】 【耳鼻いんこう科・眼科・歯科】 日曜日、祝日、年末年始	
診療時間	平日 19:00～24:00 土・日曜日、祝日、年末年始 18:00～24:00	診療時間	9:00～17:00
新型コロナウイルス感染症の影響により診療時間などを変更する可能性があります。		受付時間	8:30～11:30、13:00～16:30
夜間外科系救急当番医療機関 テレホンサービス ☎244-8080 【外科・整形外科】		産婦人科休日緊急当番医 テレホンサービス ☎244-0202 【産婦人科】日曜日、祝日、年末年始	
案内時間	8:00～翌日6:00	案内時間	8:00～17:00
診療時間	18:00～翌日6:00	診療時間	9:00～17:00
夜間開院医療機関案内 ☎246-9797		*電話での医療相談は行っていません 受診の際の持ち物 ①健康保険証(各種受給者証・子ども医療費助成受給券をお持ちの方は一緒に持参) ②診療代金 ③薬(服用している方) ④お薬手帳(お持ちの方)	
案内時間	17:30～19:30		
月～土曜日(祝日、年末年始を除く)			

医療機関情報など詳しくは、[\[千葉県 医療機関\]](#)

特に記載がない場合、対象は市内在住・在勤・在学の方、1日から申し込み受け付け、応募多数の場合抽選、料金は無料。

保育園・幼稚園などの来年4月からの利用児童を募集

10月17日(月)から受け付け・申請書配布開始

保育園・小規模保育・家庭的保育・事業所内保育・私立認定こども園(保育認定)・市立認定こども園(教育・保育認定)

- 受付期間** 郵送・窓口=10月17日(月)~11月30日(水)必着
電子申請=10月17日(月)9:00~11月23日(木)17:30必着
- 申請書** 10月17日(月)~11月30日(水)、保健福祉センターこども家庭課、各園(土曜日は12:00まで)で配布。ホームページから印刷も可。
- 申請方法** 申請書と必要書類を、第1希望園がある区の保健福祉センターこども家庭課へ郵送または持参。電子申請も可。
出生前児の申し込みについては、お問い合わせください。
募集園など詳しくは、申請書またはホームページをご覧ください。

千葉市 4月利用児童募集 🔍

保健福祉センターこども家庭課

- 中央 ☎221-2172 FAX221-2606 花見川 ☎275-6421 FAX275-6318
- 稲毛 ☎284-6137 FAX284-6182 若葉 ☎233-8150 FAX233-8178
- 緑 ☎292-8137 FAX292-8284 美浜 ☎270-3150 FAX270-3291

保育園などの種類

保育園・小規模保育・家庭的保育・事業所内保育

保護者の就労や病気、就職活動などで、家庭で保育できない子どもを預かります。小規模・家庭的・事業所内保育の対象は、0~2歳児です。

幼稚園

3~5歳児を対象に、日中の4時間程度幼児教育を行います。

認定こども園

幼児教育と保育を一体的に行います。幼稚園と同様の利用方法(教育認定)と、保育園と同様の利用方法(保育認定)があります。
*園ごとに特色のある教育・保育を行っていますので、入園前の見学がおすすめです。

子育て支援コンシェルジュをご利用ください

子育て支援コンシェルジュは、就学前児の保護者を対象に、相談を受け、それぞれのニーズに合った子育て支援サービスを案内する専門相談員です。詳しくは、[千葉市 子育て支援コンシェルジュ](#) 🔍

幼稚園・私立認定こども園(教育認定)

各園で10月15日(土)から入園願書を配布、11月1日(火)から申し込みを受け付けます。
申込方法など詳しくは、各園にお問い合わせください。

区	園名	所在地	電話番号	区	園名	所在地	電話番号	区	園名	所在地	電話番号
中央	九重	稲荷町3-12-6	261-1418	花見川	花見川ちぐさ◎	花見川8-19	250-6660	緑	あすみ中央◇	あすみが丘6-23-2	205-2209
	翠(みどり)	春日2-12-10	241-2913		さざれ◇	幕張町5-241	273-8813		おゆみ野南◇	大金沢町381-1	300-0113
	登戸◎	新千葉3-14-18	241-3512		こてはし台	横戸町857	257-2111		鏡戸◎	大木戸町428-1	294-5611
	双葉	新田町5-8	242-4933		まこと第三◎	横戸町1242-19	047-407-3915		キッズビレッジ◎	おゆみ野4-30	308-5528
	大巖寺◇	大巖寺町186	261-5997		弥生	穴川1-4-6	253-5311		花水木	おゆみ野中央6-13-1	291-0880
	葵(あおい)◎	仁戸名町205	261-7095		穴川花園	穴川町375	251-3514		土気中央◇	土気町1630-1	226-5156
	松ヶ丘◎	仁戸名町552	265-1815		稲毛◇	稲毛町5-100-1	243-4115		こざくら	平山町65-1	263-0435
	仁戸名◎	仁戸名町616	261-5618		稲毛すみれ◎	稲毛東1-14-13	242-6116		聖母マリア	辺田町552	291-1352
	はまの◎	浜野町1252-4	261-0725		あやめ台第二	柏台1-25	255-7211		ほまれ◎	誉田町1-1007	291-1365
	羔(こひつじ)	東本町5-1	227-6368		小中台◇	小仲台8-20-1	255-3627		白梅◎	誉田町2-24	291-0135
	植草学園大学附属弁天◎	弁天2-7-1	290-1789		山王◎	山王町153-2	423-3331		磯辺白百合	磯辺4-14-1	277-2525
	ひまわり◎	松ヶ丘町611	261-2719		あやめ台◇	園生町468-1	253-5301		城徳学園いそべ	磯辺7-16-1	277-3113
	千葉明德短期大学附属◎	南生実町1412	265-1614		園生◇	園生町956-6	251-5002		子鹿	幸町1-5-1	242-8741
	山百合	都町5-23-30	231-3600		小ばと◎	天台1-7-17	251-6471		あいりす◎	幸町2-9-3	247-3921
	都◎	都町1-46-22	231-7047		愛隣	轟町5-2-12	251-6395		千葉白菊◇	幸町2-12-8	241-6600
	こまどり	宮崎町234-1	261-3083		土岐◎	緑町1-5-17	242-2561		千葉さざなみ◎	高洲1-1-20	243-3373
	梅乃園	矢作町939-6	222-2003		大宮	大宮台6-10-3	261-3918		千葉敬愛短期大学附属◎	高洲2-2-16	242-8746
	院内	祐光1-9-5	222-7775		泉	小倉台3-11-1	231-0802		千葉女子専門学校附属聖◎	高洲2-3-24	245-0626
	花見川	新検見川	朝日ヶ丘5-28-61		271-5000	加曾利	加曾利町953-3		231-3065	高洲◎	高洲3-3-12
青い鳥		検見川町1-48	271-3175	千葉文化	桜木4-16-38	231-0304	高浜◎	高浜1-8-2	246-7090		
千葉しらゆり		作新台8-7-3	259-4214	やまびこ	高根町898-2	228-3320	めぐみ◇	高浜3-2-1	278-3502		
さつきが丘◎		さつきが丘1-33-1	250-6383	のぞみ◎	千城台西1-31-1	237-1394	芳野学園附属	幕張西3-2-9	272-8500		
青い鳥第二		さつきが丘2-13	259-3788	へいわ◎	千城台東1-6-2	237-0551	真砂◎	真砂1-12-9	278-3310		
スガハラ		武石町2-1017	273-3328	千城東◇	千城台東3-14-13	237-9356	真砂第一◇	真砂2-17-82	278-0011		
信徳寺あさひ		長作町610-1	259-5558	千城台南◇	千城台南2-8-4	237-0552	こざくら第二	真砂4-17-2	278-2578		
暁		西小中台2-1	271-1950	みのり◇	都賀5-20-26	231-0652	ひばり	真砂5-24-1	278-0912		
花園		花園1-3-9	271-7837	都賀の台◇	都賀の台4-26-15	256-1981	幕張インターナショナルスクール	若葉3-2-9	296-0277		
由田学園千葉		花見川1-29	259-7095	まこと東◇	みつわ台2-22-3	255-9696					
花見川	花見川4-14-101	259-2637	千葉聖心◇	みつわ台3-6	255-3606						
まこと第二◎	花見川6-18	259-2602	みつわ台◎	みつわ台4-23-5	251-3331						
			若松台	若松町401	232-5177						

◇長期休業期間を含む平日に、11時間以上の長期間の預かり保育を実施している幼稚園

◎認定こども園

保健福祉センター ☎245-5100 FAX245-5629

子どもルームの来年4月からの利用児童を募集

保護者が就労などにより昼間家庭にいない小学生に、授業が終わった後の遊びと生活の場を提供する子どもルーム(学童保育)の、来年4月からの利用児童を募集します。詳しくは、[千葉県 子どもルーム](#)

受付期間 一次受付=10月17日(月)~11月7日(月)

二次受付=11月8日(火)~30日(水)

案内(申込書) 10月17日(月)から、保健福祉センターこども家庭課、市民センター・連絡所、市役所1階案内、健全育成課、子どもルームで配布。ホームページから印刷も可。

申込方法 申込書と必要書類を、第1希望の子どもルームがある区の保健福祉センターこども家庭課へ郵送または持参。電子申請も可。

注意

- ・保育の必要度・緊急度が同じ場合、一次受付を優先します。
- ・継続利用の方も、改めて申し込みが必要です。
- ・利用可否の通知は、来年1月下旬に送付予定です。

子どもルーム一覧

原則1~3年生を優先します。◇は4~6年生が対象の子どもルームあり、◎は原則4~6年生対象(申込状況により開設しない場合もあります)。

区	ルーム名	区	ルーム名	区	ルーム名	区	ルーム名
中央	院内小学校	花見川	検見川小学校◎	稲毛	園生小学校◇	緑	越智小学校
	生浜西小学校		検見川地区		轟町小学校◇		金沢小学校◇
	寒川小学校◇		犢橋		緑町小学校◇		小谷小学校◇
	新宿小学校◇		こてはし台		宮野木		椎名小学校
	新宿地区		作新		宮野木小学校◇		土気南
	蘇我		作新小学校◎	弥生小学校	平山小学校◇		
	蘇我小学校◎		西の谷小学校◇	小倉小学校	菅田小学校		
	蘇我地区		畑小学校	小倉地区	菅田東小学校		
	大蔵寺小学校		花島小学校	加曽利	磯辺小学校◇		
	鶴沢小学校◇		花園小学校◇	北貝塚小学校◇	磯辺第三小学校◇		
	仁戸名小学校	幕張小学校◇	北貝塚地区	磯辺わかしお			
	登戸	幕張東小学校◇	桜木	稲毛海岸			
	弁天	瑞穂小学校	桜木小学校◎	稲毛第二小学校◇			
	弁天小◎	横戸	白井小学校	打瀬地区			
	星久喜小学校◇	稲丘小学校◇	都賀の台小学校◇	海浜打瀬小学校			
	本町	稲毛	みつわ台北小学校◇	幸町第三小学校			
	本町小学校	小中台	みつわ台南小学校	高洲小学校			
	松ヶ丘小学校	小中台エリア	源	高洲第三小学校			
	都小学校◇	小中台小学校◎	若松小学校	幕張西小学校			
	宮崎	小中台地区	あすみが丘小学校◇	真砂西小学校◇			
宮崎小学校◇	小中台南小学校◇	有吉小学校	真砂東小学校◇				
宮崎地区	小中台南地区	泉谷小学校	真砂東地区				
花見川	上の台小学校	扇田	美浜打瀬小学校◇				
	検見川	園生	打瀬				

☎保健福祉センターこども家庭課

中央 ☎221-2172 FAX221-2606 花見川 ☎275-6421 FAX275-6318 稲毛 ☎284-6137 FAX284-6182

若葉 ☎233-8150 FAX233-8178 緑 ☎292-8137 FAX292-8284 美浜 ☎270-3150 FAX270-3291

子どもルームの利用

利用時間

平日	通常授業日	授業終了~18:00
	長期休業日	
土曜日	8:00~18:00	
学校行事などの振替休日		
*19:00まで延長も可。		

利用料金 月額8,500円(ただし、7月=10,800円、8月=11,900円、延長は1,000円加算)、2,000円(おやつ代)

*同一世帯で2人目以降は、基本時間分のみ半額。

*市民税の課税状況により、利用料が無料または半額となる場合があります。

民間の子どもルーム(学童保育)一覧

利用時間や申込方法など詳しくは、各事業者までお問い合わせください。

施設名	所在地	電話番号
アフタースクール新宿ルーム	中央区新宿2-16-20	307-8824
学童クラブ 相学舎	中央区港町16-25	215-7730
レイモンド汐見丘学童クラブ	中央区汐見丘町24-1	310-3538
学童クラブ キッズコミュニティ凜童舎	花見川区幕張本郷2-20-7 花見川区幕張町4-623-3	274-9776
アフタースクールcoco	稲毛区稲毛東2-4-14	070-7528-5856
学童クラブ 風の子シュワッチ	稲毛区黒砂1-5-14	243-5218
放課後子どもルーム ちばっ子寺子屋@稲毛	稲毛区園生町1111-1	301-2966
Bamboo Room	若葉区みつわ台5-36-18	207-1187
若竹子どもルーム	若葉区若松町331	231-2114
キッズクラブ おてんとさん	緑区あすみが丘1-44-7	312-7841
明德学童クラブ スペース土気	緑区土気町1626-5	294-0110
Kids BASE BunB	美浜区打瀬2-11	216-4610
放課後子どもスクール みらいの木	美浜区高洲2-3-14	245-1208
放課後児童クラブ 幕張海浜キッズ	美浜区幕張西2-7-2	273-2266
リトルガーデンインターナショナルアフタースクール 幕張校	美浜区中瀬1-7-1	445-7615

アフタースクールの来年4月からの利用児童を募集

子どもルームと放課後こども教室を一体的に運営し、希望する全ての児童に安全・安心な居場所と多様な体験・活動の機会を提供するアフタースクールの、来年4月からの利用児童を募集します。詳しくは、[千葉県 アフタースクール](#)

実施校 ①生浜・生浜東・川戸・朝日ヶ丘・柏井・さつきが丘西・さつきが丘東・長作・西小中台・あやめ台・草野・千草台東・都賀・大宮・更科・千城台みらい・千城台わかば・若松台・おゆみ野南・土気・稲浜・幸町・高洲第四・真砂第五小学校、②大森・花見川・幕張南・柏台・千草台・坂月・千城台東・大木戸・高浜海浜・高浜第一小学校

案内(申込書) 新1年生は就学時健康診断の際に、新2~6年生は10月上旬に、①アフタースクール・②学校で配布。ホームページから印刷も可。

申込方法 10月17日(月)~11月30日(水)に、電子申請で。申込書と添付書類を〒260-8730千葉県教育委員会生涯学習振興課へ郵送も可。新2~6年生は11月7日(月)~10日(水)に、①アフタースクール・②学校へ提出も可。弟妹が新1年生の場合は併せて提出も可。

注意

- ・継続利用の方も、改めて申し込みが必要です。
- ・利用可否の通知は、来年1月下旬に送付予定です。
- ・保健福祉センターこども家庭課では受け付けできません。

☎生涯学習振興課 ☎245-5957 FAX245-5992

アフタースクールの利用

利用時間

平日	通常授業日	授業終了~17:00
	長期休業日	
土曜日	8:00~17:00	
学校行事などの振替休日		
夜間(平日、土曜日、学校行事などの振替休日)		
17:00~19:00		

利用料金 月額3,500円(ただし、7月=4,000円、8月=5,500円。夜間は5,000円・2,000円(おやつ代)を加算)

*同一世帯で2人以上利用の場合は、上の子が半額(おやつは除く)。

*市民税の課税状況により、利用料が無料または半額となる場合があります。



いなげの浜で10月22日(土)・23日(日)開催!

ビーチゲームズ日本招致プロジェクト 観戦・体験無料!

ジャパンビーチゲームズフェスティバル千葉2022

～日本最大級のビーチスポーツの祭典!みんなでビーチを満喫しよう!～

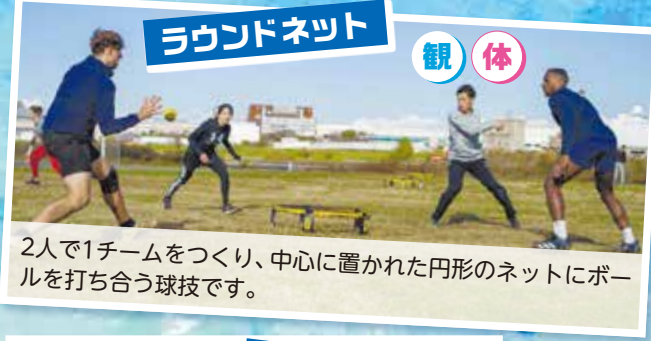
いなげの浜を舞台に、さまざまなビーチ・マリンスポーツを観戦・体験できます。トップ選手のプレーを観て、実際に体験してみましょう!

ビーチクリーンも行います。

閩スポーツ振興課 ☎245-5966 FAX245-5994

観 観戦できる競技

体 体験できる競技



日時 10月22日(土)・23日(日)9:45～17:00 荒天中止
会場 稲毛海浜公園いなげの浜
注意事項 体験希望者は申し込みが必要です。
申し込み方法や各競技の情報・タイムスケジュールなど詳しくは、[「ジャパンビーチゲームズフェスティバル千葉」](#)



プラス・テン +10

の身体活動で生活習慣病を予防しよう

生活習慣病は、私たちの医療費の約3割、死亡者数の約6割を占めており、その改善と予防は私たちの健康を守るために大変重要です。

いつもより10分多く身体を動かして、生活習慣病のリスクを減らしましょう。

☎健康推進課 ☎245-5223 FAX245-5659



生活習慣病とは？

生活習慣病とは、不適切な食生活や、運動不足、過剰なストレス、過度の飲酒・喫煙などの生活習慣によって起こる病気の総称です。

糖尿病や肥満、高血圧症、動脈硬化症、がんなどが挙げられます。

生活習慣病の中でも特に糖尿病に注意！

糖尿病とは、血液中のブドウ糖が慢性的に多くなる病気です。ブドウ糖は、生きていくためのエネルギーとして大切なものですが、多すぎると血管が傷つきやすくなり合併症【右図】を引き起こします。日本では、40歳以上の男性3人に1人、女性4人に1人が糖尿病または予備群といわれています。まだ糖尿病と診断されるほど血糖値が高なくても、正常より高くなってきた方は糖尿病予備群に該当します。一度、生活習慣を見直しましょう。



不適切な食生活



運動不足



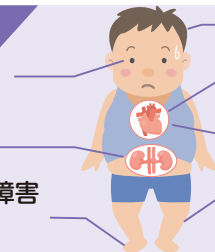
過剰なストレス



過度の飲酒・喫煙

主な合併症

糖尿病性網膜症 (⇒失明)
糖尿病性腎症 (⇒壊疽)
糖尿病性神経障害 (⇒壊疽)



脳梗塞
心筋梗塞
狭心症
下肢閉塞性動脈硬化症

生活習慣病予防のために！

毎日の身体活動に+10(プラス・テン)を取り入れよう

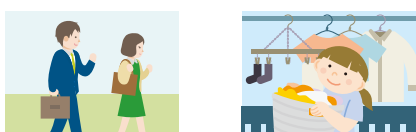
身体活動

運動



体力の維持や向上を目的として、計画を立てて、継続的に行う活動

生活活動



労働、家事、通勤・通学など日常生活上の身体の動き

+10 (プラス・テン)

普段の生活で

- 車で買い物する際、入り口から遠くに駐車する
- ごみ出しついでに近所を歩く
- テレビを見ながらストレッチ
- 掃除や洗濯の際、屈伸運動を意識する



職場で

- 通勤は徒歩や自転車でする
- なるべく階段を使う
- 仕事の合間にストレッチをする
- お昼休みは歩いて食事または散歩に出かける



身体活動は、血糖値を下げる、血液の循環が良くなる、肥満が解消されるなど、さまざまなメリットがあり、糖尿病をはじめとした生活習慣病の予防に効果があります。

また、ストレスを発散して気分転換を図ることができるため、こころの健康にもつながります。

身体活動は運動だけではありません

身体活動と聞くと運動をイメージし、仕事や家事・育児などが忙しくなかなかできないという方が多いかもしれません。しかし、身体活動は運動だけではなく、日常生活で体を動かす生活活動も含めて構成されています。運動は苦手という方も、生活活動の機会を増やしましょう。

+10 (プラス・テン) の効果

+10とは、今より10分多く身体を動かすことです。+10を取り入れるだけで、死亡や生活習慣病のリスクを3~4パーセント減らせることが分かっています。また、1年間継続すると、1.5~2.0キログラムの減量効果が期待できるといわれています。

日常生活でのちょっとした工夫で、無理なく+10を実現し、健康への第一歩を踏み出しましょう。

1日6,000歩を目指そう

歩くことは日常生活で最も基本的な身体活動です。1日6,000歩以上のウォーキングが、健康の維持増進につながるといわれています。まずは、普段の生活で10分（約1,000歩）多く歩くことから意識しましょう。

ウォーキングでポイントを貯めよう

1カ月間で1日平均6,000歩以上のウォーキングを継続した方へ、ちばシティポイントを付与します。貯まったポイントは、特典品やWAONポイントに交換できます。

詳しくは、[ちばウォーキングポイント](#)



健康づくり情報をチェックしよう

市内のおすすめのウォーキングコースや、食生活、運動などの健康づくり情報を紹介する健康づくり支援マップを保健福祉センター健康課で配布しています。

詳しくは、[健康づくり支援マップ](#)

運動時の注意点

- 病気を治療中の方は、運動を始める前に主治医に相談しましょう。
- 体調が悪い時や、関節や筋肉に痛みのある時はやめましょう。
- いきなり長時間行わず、身体を動かす時間は少しずつ増やしていきましょう。ゆっくりと自分のペースで行いましょう。

10月は里親月間

里親制度を知っていますか？

市内には現在、保護者の経済的事情や健康問題、虐待や死別などのさまざまな事情のため、家庭で暮らすことができない子どもたちが、およそ170人もいます。このような子どもたちを、家族の一員として自らの家庭に迎え入れ、温かい愛情と理解を持って養育するのが里親制度です。子どもが自立した大人になるには、健全で安心できる家庭で暮らすことがとても大切です。また、里親や子どもたちを温かく見守ってくれる地域の協力も欠かせません。

里親には、迎え入れる子どもの養育費として、里親手当、子どもの生活費・教育費・医療費などが支給されます。

詳しくは、[千葉市 里親制度](#)

里親の種類

- 養育里親…子どもが親元に帰るまで、または18歳(場合により20歳)まで養育する(期間は事情により異なる)
- 養子縁組里親…養子縁組を行い、戸籍上の子とすることを前提に養育する
- 専門里親…虐待を受けた子どもや障害のある子どもなどを養育する(一定の経験と知識が必要)
- 親族里親…両親が死亡や行方不明などの理由で養育できない子どもを祖父母などの親族が養育する

☎NPO法人キーアセット千葉オフィス(養育里親) ☎215-7802 FAX215-7803 東部児童相談所 ☎277-8820 FAX278-4371

里親Q&A

- Q.里親になるために必要な資格はありますか？
A.一定の要件を満たしていれば、保育士や社会福祉士のような特別な資格は必要ありません。望まれることは、子どもに対する理解や豊かな愛情と健康的で明るい家庭です。
- Q.里親になるための年齢制限はあるの？
A.年齢制限はありません。
- Q.既に子どもがいても里親になれるの？
A.子どもがいる方も里親になれます。
- Q.委託される子どもの年齢は？期間は？
A.年齢は0~18歳(場合により20歳)、期間は数日~十数年までです。

里親制度パネル展示

期 間 11月1日(火)~8日(火)

会 場 生涯学習センター

内 容 里親制度や手続きなどをパネルで展示します。11月6日(日)は里親・里親家庭で育った若者の体験談などのイベントも開催します。

☎こども家庭支援課 ☎245-5179 FAX245-5631

来年4月に小学校へ入学する子ども対象

就学時の健康診断

11月1日(火)から市立小学校で就学時の健康診断を行います。対象となる子どもの保護者に、就学時健康診断通知書(はがき)を郵送します。10月19日(水)までに届かない場合は、ご連絡ください。

また、小学校から事前調査票などを別途郵送します。受診日の1週間前までに届かない場合は、通知書に記載の小学校へご連絡ください。

なお、入学する学校は来年1月末に入学通知書でお知らせします。

対 象 来年4月に小学校・特別支援学校へ入学予定の子ども(2016年(平成28年)4月2日~2017年(平成29年)4月1日生まれ)

☎保健体育課(就学時の健康診断) ☎245-5943 FAX245-5982
学事課(入学する学校) ☎245-5927 FAX246-6424

外国人の方へ

2022年9月1日までに千葉市に住所の登録をした、来年小学校に入る年齢のお子さんがある家には、千葉市の小学校に入るための就学希望確認書(入学申請書)を郵便で送りました。2022年9月2日より後に千葉市に引っ越した人や郵便が届かない人は、学事課に聞いてください。

はたらくくるまみんなあつまれ

11月18日(土)の日にちなんで、11月13日(日)は土木の日特別イベントを開催します。

土砂を積み込むホイールローダーや整地を行うモーターグレーダーなどの作業車の展示、高さを図る測量器具などの使用体験を行います。

私たちの安全な暮らしを支える乗り物を、間近で見て触ってみませんか。

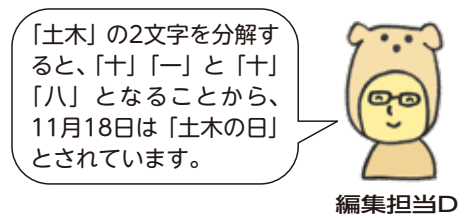
日 時 11月13日(日)10:00~11:00、11:00~12:00、12:00~13:00、13:00~14:00、14:00~15:00

会 場 千葉市役所駐車場
定 員 各先着40組(1組4人まで)

申込方法 10月7日(金)~14日(金)に電子申請で。

[千葉市 土木の日](#)

☎土木管理課 ☎245-5391 FAX245-5579



財源確保のため広告を掲載しています。なお、広告内容などは千葉市が推奨するものではありません。

庭木1本から承ります! [広告]

庭木1本より明瞭料金!
トイレはお借りしません
お茶はご遠慮します
土日でもOKです

「中小企業からニッポンを元気にプロジェクト」公式アンバサダー 郷ひろみ

ちば市政だより
をご覧の方へ

生垣剪定 (長さ1m 高さ2m) (※税込)
通常2,200円を
先着10名様 1,100円!

【千葉支店】千葉市稲毛区作草部町 641-12 営業時間 9:00~17:00

1本からの
お庭サービス **ガーデンエクスプレス** **043-239-9801**

**千葉市のご当地電柱広告を
ご存じですか?!** [広告]

千葉市の4つの「たからもの」をテーマにした電柱広告を作りました。電柱広告でお店の名前と千葉市の魅力を広く伝えませんか。

加曾利貝塚	千葉氏		
オオガハス	アーバンビーチ		

東電タウンプランニング 千葉総支社
〒260-0034 千葉市中央区汐見丘町24-2

ご相談・お見積りは無料 お気軽に
お問合せ下さい

☎0120-78-5059

お問合せはこちら ▶
<https://www.ttplan.co.jp/contact/adv/>



学芸員が選ぶ 今月の★イッピン★

小早川清 《近代時世粧ノ内一 ほろ酔ひ》 木版多色摺、紙 昭和5年（1930）

とろんとしたまなざしをこちらに向け、タバコをくゆらせながら何かをささやく風情の女性。グラスはカクテルで満ちていますが、ややしどけない表情からして、一杯目ではなさそうです。

作者の小早川清は、福岡県博多の生まれ。鎗木清方に師事して日本画を描く一方、「新版画」と今日呼ばれる木版画を手がけました。この作品も、江戸時代に隆盛を極めた浮世絵版画の技術を受け継ぎ、小早川が下絵を描き、彫師と摺師の手を経て完成しています。



描かれるのは、当時モダンガール（モガ）と呼ばれた最新風俗の女性。短いボブヘアや大きな石の指輪、肌を大胆に露出したワンピースといったファッションは、モガたちの必須アイテムでした。小早川は、江戸時代に当世を描いた浮世絵師の正しい継承者として、同時代を活写した画家でした。



「新版画 進化系UKIYO-Eの美」(~11月3日祝)にて展示中。ご覧ください!

西山学芸員

市美術館 ☎221-2311 FAX221-2316

千葉シティトライアスロン 交通規制にご協力を

10月16日(日)に千葉シティトライアスロンを開催します。これに伴い、当日コース周辺では交通規制を行います。また、稲毛海浜公園内で、通行制限を行うほか、バスの運行に変更があります。ご協力をお願いします。

交通規制図



規制時間 8:00~13:00ごろ（規制中は、稲毛海浜公園の第1駐車場には出入りが出来ません。第2駐車場または地方卸売市場臨時駐車場をご利用ください。）

バスの運行について（千葉海浜交通）	
終日運休	高洲線（高浜車庫～稲毛海浜公園プールの区間）
8:00~13:00 運休	高浜線（稲浜ショップ～海浜公園入口の区間） （稲浜ショップ～アクアリンクちばの区間）

*制限区域や時間、バスの一時運休は一部変更となる可能性があります。詳しくは、[千葉シティトライアスロン](#)

市千葉シティトライアスロン事務局

☎080-7684-7810（平日11:00~17:00）
スポーツ振興課 ☎245-5966 FAX245-5994

秋のダイヤモンド富士を見よう

ダイヤモンド富士とは、富士山頂に重なった太陽がダイヤのように美しく輝く現象です。市内では、10月14日(金)~23日(日)の10日間にわたり、海越しのダイヤモンド富士を觀賞する機会があります。

この機会に、自然の神秘を堪能してみませんか。

10月のダイヤモンド富士の見頃



フェスティバルウォーク蘇我

14日(金)16:57 テッペン・ココロ
15日(土)16:56 テッペン
16日(日)16:55 左ダイヤ

千葉ポートタワー

15日(土)16:56 コロコロ
16日(日)16:54 テッペン
17日(月)16:54 左ダイヤ

アクアリンクちば

17日(月)16:53 テッペン・ココロ
18日(火)16:52 左ダイヤ・テッペン
19日(水)16:51 左ダイヤ

いなげの浜

17日(月)16:53 コロコロ
18日(火)16:51 テッペン
19日(水)16:51 左ダイヤ

検見川の浜

18日(火)16:52 コロコロ
19日(水)16:50 テッペン・ココロ
20日(木)16:49 左ダイヤ・テッペン

幕張の浜

21日(金)16:47 テッペン・ココロ
22日(土)16:46 テッペン
23日(日)16:46 左ダイヤ

觀賞スポットごとの見頃の時間や周辺イベント情報について詳しくは、[千葉市 ダイヤモンド富士](#)

市観光協会 ☎242-0007 FAX301-0280

秋のいずみ地区を満喫しよう

①富田町のコスモス

10月下旬まで、一面に広がる約10万本のコスモスが楽しめます。

また、12月まで地元野菜の直売も行います。



②いずみハロウィンキャンドルナイト

日時 10月29日(土)13:00~14:30、15:30~17:00 荒天中止
内容 カボチャをくりぬき、ジャック・オ・ランタンを作ります。作成したランタンは、夕暮れ~20:00に点灯します（点灯は雨天中止）。富田町産の新米を使用した塩むすびも味わえます（申し込み時に要予約）。

定員 各15組（1組4人まで）

料金 1組2,000円、塩むすび100円

備考 ランタン（1組1つ）の持ち帰り、仮装での参加可。詳しくは、[いずみハロウィンキャンドルナイト2022](#)

③秋冬野菜の収穫体験

日時 11月3日(祝)~27日(日)（休園日を除く）9:30~11:30、13:30~15:30 雨天中止
*午前=10:00、午後=14:00最終受け付け。

内容 ダイコン、ホウレンソウ、ニンジンの収穫。

募集数=先着100名

料金 1名1,000円

会場 ①②富田さとにわ耕園、③中田やつ耕園

申込方法 ②10月14日(金)までに電子申請で。

③電話で、中田やつ耕園へ。FAX・info@nakatapark.comも可（必要事項(15面)のほか、希望口数を明記）。

市①富田さとにわ耕園 ☎226-0022 FAX226-0501

②農政課 ☎245-5764 FAX245-5884

③中田やつ耕園 ☎228-2251 FAX228-2252

月曜日（祝・休日の場合は翌日）休園（農政課を除く）

花見川区

面積=34.19平方キロメートル
人口=177,072人(2022年9月1日現在)

市の北西部に位置し、北部は八千代市、北東部は佐倉市と四街道市、西部は習志野市に隣接する花見川区。

区域の中央を南北に流れる花見川は緑豊かな河川空間を形成しており、サイクリングや釣りを楽しむ人々の姿が見られ、自然に囲まれたのどかな風景は、オオガハスと共に区のシンボルになっています。

区の将来像

川と緑と花々に包まれた、安らぎと潤いのまち

開花70周年！市の花オオガハス

1993年に市の花に制定されたオオガハスは、植物学者の大賀一郎博士が現・東京大学検見川総合運動場で発掘した古代ハスの実を開花させたものです。

また、水辺と緑、四季折々の花々の魅力あふれる花島公園は1998年に開園しました。



オオガハス



花島公園

稲毛区

面積=...

市の北西部に位置し、区域の大半が住宅地の千葉大学、千葉経済大学、敬愛大学など高等

が集積し若者が学ぶほか、研究機関も立地してかつては海水浴や潮干狩りが楽しめるリゾート

てにぎわいました。稲毛浅間神社周辺の松林は影が残され、一部は稲毛公園として開放されて

区の将来像

まなびと創造が脈打つ文教のまち

保養地の歴史を伝える和風別荘建築

明治中期以降、保養地として多くの文人墨客が稲毛は、海岸線の松林を中心に、別荘・別邸が建てられ、中国清朝のラストエンペラー愛新覚羅溥儀(あいにんかくろうい)である溥傑と妻・浩も、半年ほど新婚生活を過ごした。溥傑らの住家は、保養地としての歴史を伝える重要な和風別荘建築であり、ゆかりの家・いなげや市地域有形文化財に登録されています。

美浜区

面積=21.20平方キロメートル
人口=152,551人(2022年9月1日現在)

国際色豊かな都市機能と、住環境を高度に融合させた未来型の都市を形成している美浜区。

中でも幕張新都心地区は、国際的なイベントや会議が開催される幕張メッセを核に、ZOZOマリンスタジアム、業務研究、タウンセンター、住宅、文教、公園・緑地の各地区をバランス良く配しています。

区の将来像

海辺を楽しみ、世界とつながるまち

花火、X Games、五輪など多様なイベントが開催

2012年から幕張海浜公園で開催されている幕張ビーチ花火フェスタ(千葉市民花火大会)。幕張ならではの、迫力満点の花火を体感できます。

2015~2019年にレッドブル・エアレースが幕張海浜公園で、2021年にオリンピック3競技・パラリンピック4競技が幕張メッセで、2022年にX GamesがZOZOマリンスタジアムで開催されました。



幕張ビーチ花火フェスタ



X Games



中央区

面積=44.71平方キロメートル
人口=213,621人(2022年9月1日現在)

市制施行以来、県都の政治・経済・文化の中心地として発展してきた中央区。

中でも千葉駅を中心とした千葉都心地区は、県庁、市役所をはじめとした各種公的機関のほか、銀行・大型商業施設・オフィスビルなどの多様な都市機能、市美術館や郷土博物館などの文化系施設なども集積しています。

区の将来像

人々が行き交い、にぎわいと文化を生み出すまち

1日10万人以上が乗車する千葉駅

1日の平均乗車人数が市内で最も多く(2019年時点=107,829人/日)、JR・京成電鉄・千葉モノレールの各線が接続し、市内および東京方面、県内各方面を結ぶ交通の要衝の千葉駅とその周辺は、この30年間で大きく生まれ変わりました。



郷土博物館



千葉駅周辺

緑区

面積=...

市の東南部に位置し、若葉区に次ぐ面積を有するJR外房線・京成電鉄千原線沿線には住宅地が広がる中にも、昭和の森をはじめとする緑あふれる

四季折々の自然が楽しめるおゆみ野四季の道など自然が生まれ、人々の暮らしと調和しています。

また、北部を中心に山林、畑地、田が広がっており、養豚、野菜などの農業が営まれています。

区の将来像

田園と調和する広やかで快適なまち

30年間の人口の増加率は6区で最大

緑区が誕生した1992年4月の人口は65,633人でしたが、あすみが丘とおゆみ野における大型区画による街づくりなどにより、現在の人口は当時よりもになりました。30年間の人口増加率は6区最大でも増え続けています。

面積=21.22平方キロメートル
人口=160,298人（2022年9月1日現在）

稲毛区。教育機関が多いです。土地としての面



千葉大学



ゆかりの家・いなげ

客が訪れが建てられ義の実弟を送りまし伝える貴として、

若葉区

面積=84.19平方キロメートル
人口=145,558人（2022年9月1日現在）

6区の中で一番面積が広く、市域の約3割を占める若葉区。また、農家数、耕地面積とも6区の中で最も多く、市の農業をけん引しています。

緑地・里山・谷津田などの豊かな自然環境に恵まれており、泉自然公園や大草谷津田いきもの里、坂月川ビオトープなどで自然に親しみ、触れ合えます。

区の将来像

共生の原点 縄文が息づく、自然の恵み豊かなまち

日本最大級！特別史跡加曽利貝塚

縄文時代の貝塚で、日本最大級の規模を誇る加曽利貝塚は、2017年に国の特別史跡に指定されました。

ライオンなど100種類以上の動物がいる動物公園。2005年には、レッサーパンダの風太くんの美しい立ち姿が話題になり、全国区の人気者となりました。



特別史跡加曽利貝塚



ライオン(トウヤ)

個性がきらり

千葉市の6区

千葉市は1992年4月1日に政令指定都市(政令市)に移行し、6区が設置されました。

皆さんと共に30年間歩んできた6区のプロフィールや将来像を紹介します。

園政策調整課

☎245-5047

FAX245-5476



緑区

面積=66.25平方キロメートル
人口=129,604人（2022年9月1日現在）

する緑区。がっている公園や、ど、豊かす。



昭和の森



おゆみ野四季の道

5人でし面整理にの約2倍大で、現

さらなる発展のために

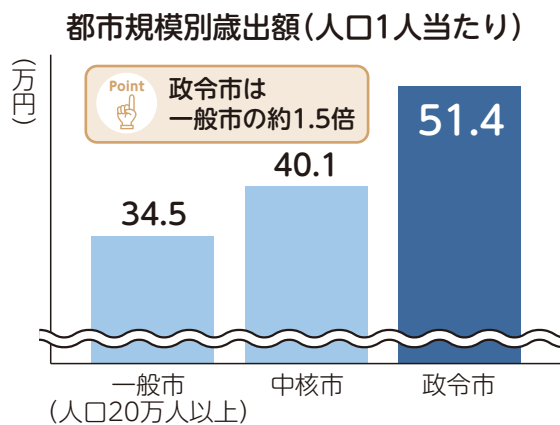
新たな大都市制度の創設に向けて

千葉市は政令市として発展を続けてきましたが、政令市制度には課題もあり、今後のさらなる発展のために、新たな大都市制度である特別自治市制度（通称＝特別市）の創設に向け、他の政令市と共に取り組んでいます。

現在の政令市制度の課題

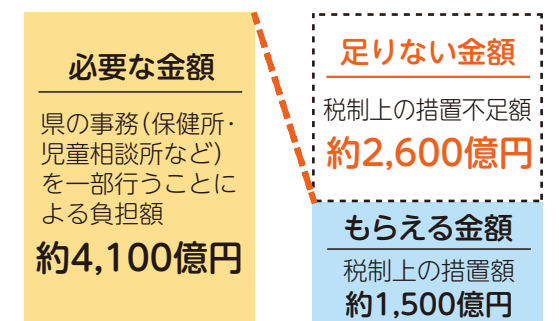
政令市は、道府県に代わって多くの仕事（大都市特例事務）を行っているほか、人口や産業の集積により、福祉や都市インフラの整備・維持などの仕事も多くあります。このため、一般市より多くのお金がかかりますが、役割や仕事量に対して税源が足りていません。

また、道府県と市に仕事と役割が分かれていることで、災害対応や感染症対策など緊急を要する場面で調整に時間がかかることがあります。



「令和元年度市町村別決算状況調」より作成

大都市特例事務に係る税制上の措置不足額(全政令市合計)



2022年度予算ベース

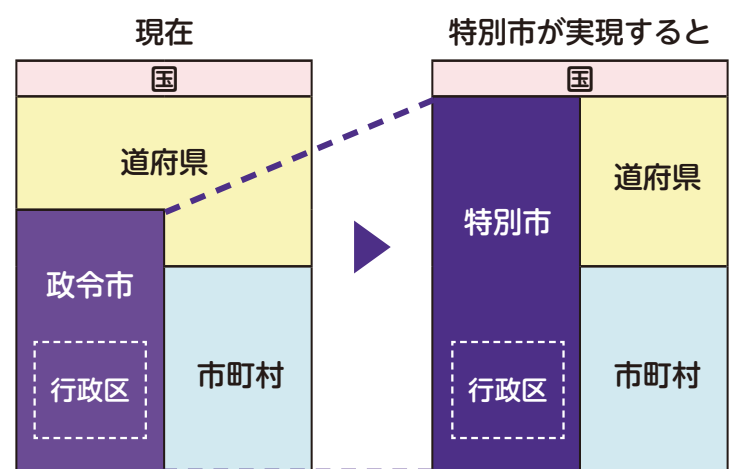
政令市制度の課題を解決する特別市制度

特別市とは、市民サービスの最前線にいる政令市が、市域内での道府県の仕事を一手に担う、新たな大都市のかたちです。詳しくは、[指定都市市長会](#) [特別自治市](#)

特別市が実現すると

- 国の業務を除き、全ての業務について特別市で決められるようになり、市民の声をより効果的かつ迅速に反映させ、市民生活が向上します。
- 役割や仕事量に見合う公平な税制上の措置がされます。
- 道府県が、特別市以外の市町村をサポートしやすくなり、バランスの良い発展につながります。

特別市のイメージ



郷土博物館特別展

我、関東の将軍にならん—小弓公方足利義明と戦国期の千葉氏—

1518年(永正15年)、古河公方家の風雲児・足利義明が小弓(現在の中央区生実町)で自立しました。世にいう「小弓公方」です。彼の行動と滅亡は、千葉氏をはじめ周辺の諸大名に強い影響を及ぼしました。本展では、千葉市の知られざる歴史である小弓公方足利義明を初めて本格的に取り上げ、戦国時代の関東における千葉市と千葉氏について紹介します。



足利義明

会期 10月18日(火)～12月11日(日)
9:00～17:00(入館は16:30まで)
会場 郷土博物館

関連イベント

歴史講座「関東の風雲児小弓公方足利義明とその時代」

開10月22日(土)、11月5日(土)、12月3日(土)14:00～15:30 全3回
開千葉経済大学(稲毛区轟町3-59-5)
開足利氏とは何者か—中世における足利氏の位置付けと戦国期東国の世界—、戦国時代の軍需物資の確保と調達—木材・鉄・鉛・兵糧を中心に—、房総の戦国時代と小弓公方足利義明
開120人
申10月7日(金)までに、電子申請で。往復はがきに必要事項(15面)を明記して、〒260-0856中央区玄鼻1-6-1千葉市立郷土博物館へ郵送も可。[千葉市立郷土博物館 歴史講座](#)

開郷土博物館 ☎222-8231 FAX225-7106
月曜日(祝・休日の場合は翌日)休館

谷津田の自然体験教室

ノコギリ鎌で稲刈り

ノコギリ鎌で稲を刈り取り、天日干しを体験します。

日時 10月23日(日)10:00～12:00 雨天の場合、30日(日)に延期
会場 大草谷津田いきもの里
対象 小学3年生以上の方 **定員** 20人
備考 帽子・長袖・長ズボン・ひざ下までの長靴を着用。
申込方法 10月12日(水)必着。Eメールで、必要事項(15面)のほか、参加者全員の氏名・フリガナを明記して、環境保全課 kankyohozen.ENP@city.chiba.lg.jpへ。はがき(1通5人まで)、FAXも可。郵送先=〒260-8722千葉市役所環境保全課
開環境保全課 ☎245-5195 FAX245-5553

パラグアイ人指導者によるサッカーワークショップ

姉妹都市のパラグアイ・アスンシオン市から、サッカーワールドカップのパラグアイ代表などでコーチを歴任した指導者を招き、ワークショップを開催します。詳しくは、[千葉市 サッカーワークショップ](#)

日時 10月22日(土)①10:30～12:00、②13:30～15:00
会場 JFA夢フィールド(人工芝)
内容 南米流の身体づくり、球際の駆け引きなど
対象 ①小学3～6年生、②中学1年生～18歳の方
定員 各18人
申込方法 10月12日(水)までに、電子申請で。
開国際交流課 ☎245-5018 FAX245-5247

あなたの「働く」を応援します！

千葉市で働く人などに向けて、相談やセミナーなどさまざまな支援を行っています。ぜひ、ご利用ください。

賃金未払い、労働条件や職場トラブルなどの相談

労働相談室 ☎300-8282

平日9:00～16:00、土・日曜日9:00～15:00(蘇我コミュニティセンター休館日を除く)

就職活動全般の相談、就職に係る生活・福祉・住宅の情報提供

ふるさとハローワークいなげ(稲毛区役所内) ☎284-6360

ふるさとハローワークみどり(緑区役所内) ☎292-8655

平日9:00～17:00。電話またはEメール(必要事項(15面)のほか、相談内容を明記して、chibashi-fhw@os.tempstaff.jp)で予約も可。対面のほか、オンラインや出張相談もあります。詳しくは、[千葉市ふるさとハローワーク](#)

労使間の解雇・パワーハラスメント・労働条件の不利益変更などのトラブル解決のあっせん

県労働委員会 ☎223-3735 FAX201-0606

しごと体験セミナー

はじめてのIoTプログラミング

開①10月13日(木)18:00～20:00、②11月10日(木)・11日(金)9:10～16:00

はじめての3D-CAD

開③10月15日(土)14:00～16:00、④10月29日(土)・30日(日)9:10～16:00

はじめての建築設計CAD

開⑤10月26日(水)18:00～20:00、⑥11月5日(土)・6日(日)9:10～16:00

開①ゆみ〜る鎌取ショッピングセンター、②④⑥ポリテクセンター千葉、③きぼーる、⑤ポリテクカレッジ千葉

開①③⑤=入門編、②④⑥=基礎編

開市内在住または市内企業への正規雇用就職を目指すおおむね36～51歳の方
開各10人

申開催の1週間前までに、ホームページから。[千葉市キャリアチャレンジ事業](#)

開キャリアチャレンジ事業運営事務局 ☎03-3593-1512 FAX03-3593-1510

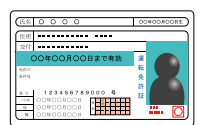
大型・中型免許などの取得・運送業への就職を支援します

大型自動車免許などの取得費用を支援するほか、中型トラックの運転体験・マッチング会を開催します。

運転免許取得支援制度

開補助額=教習費用、試験および免許に係る手数料などの合計額の2分の1または20万円のいずれか低い額
開次のいずれかの免許を取得後に、市内運送事業者に就職した方(免許取得時点で市内運送事業者に勤務していない方に限る)

- ・第一種大型自動車免許
- ・第一種中型自動車免許
- ・第一種準中型自動車免許



免許を取得してから1年以内に申請が必要です。申請方法など詳しくは、[千葉市 運転免許取得支援](#)

トラック運転体験会・マッチング会

開10月14日(金)・21日(金)、11月24日(木)9:30～12:00、13:30～16:00

開姉崎自動車教習所(市原市椎津1694)

開自動車運転免許を保有し、市内運送業への就職・転職を希望する方

開各先着8人

開JR姉ヶ崎駅から送迎バスの運行あり

申電子申請で。[千葉市 トラック運転体験会](#)

開雇用推進課 ☎245-5278 FAX245-5669



千葉県最低賃金 984円(10月1日(土)から)

詳しくは、[千葉労働局](#)

開千葉労働局 ☎221-2328 FAX221-4408

情報けいじばん

特に記載のないものは次のとおり

- 申し込みは1日から受け付け
- 応募多数の場合は抽選
- 対象は市内在住・在勤・在学の方
- 料金は無料

申込方法

必要事項【右記】を明記して、各宛先へ送付してください。
 往復はがきの場合は、返信用の宛先も記入。
 電子申請は、[千葉市 電子申請](#)

必要事項

- ◇催し名
- ◇コース名・日時など
- ◇代表者の氏名（フリガナ）
- ◇〒・住所 ◇年齢・学年
- ◇電話番号

一部の施設では、65歳以上の方や障害のある方などを対象に、優待・割引料金があります。市の施設では、ここに掲載した以外にもイベント、教室・講座などの参加者を募集している場合があります。詳しくは、各施設へお問い合わせください。

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。最新の情報を主催者にご確認ください。

イベント

緑と水辺の児童絵画コンクール入賞作品展

10月1日(土)～10日(祝)＝イオンマリンピア店4階フードコート付近、15日(土)～24日(月)＝生涯学習センター
 小学1～3年生の入賞作品
 問 緑政課 ☎245-5775 ☒245-5885

千葉市障害者作品展

10月6日(木)～12日(水)10:00～18:00
 (12日は12:00まで)
 市美術館9階市民ギャラリー
 市身体障害者連合会 ☎209-3281 ☒209-3282

昭和の森自然観察会「どんぐり何種類ひろえるかな」

10月9日(日)10:00～12:00
 先着20人
 料50円
 駐車場＝1時間100円、最大400円
 10月1日(土)9:00から電話で、昭和の森管理事務所 ☎294-3845。☒488-5223も可(☑を明記)

ファミリーで勾玉づくり

10月10日(祝)10:30～12:00、13:30～15:00
 埋蔵文化財調査センター
 小学生と保護者(小学生のみの参加も可)
 各10組(1組3人まで)
 10月5日(水)必着。①(1家族1通)に☑のほか、参加人数、希望時間帯を明記して、〒260-0814中央区南生実町1210千葉市埋蔵文化財調査センターへ。☒268-9004、☎maibun.fukyu@ccllf.jpも可
 問同センター ☎266-5433 ☒前記



動物保護指導センター 育成中の子猫のお見合い

①10月14日(金)・②28日(金)
 お見合い時間は1組30分
 ①10月4日(火)～11日(水)・②19日(水)～25日(火)に、HP(「千葉市 育成中の子猫」で検索)で、希望の子猫を確認して電話で、動物保護指導センター ☎258-7817
 問同センター ☎前記 ☒258-7818

政令市移行30周年記念 コミュニティまつり

10月15日(土)10:00～15:00
 中央コミュニティセンター
 サークル団体などの発表・展示会、プールの無料開放など
 問 中央コミュニティセンター ☎245-5724 ☒245-5881

都市緑化植物園の展示

ハーブ展＝10月15日(土)・16日(日)10:00～16:00、秋のバラ展＝28日(金)～30日(日)9:00～16:00
 当日直接、都市緑化植物園内みどりの相談所へ
 問 同園 ☎264-9559 ☒265-6088。月曜日(祝・休日の場合は翌日)休園

千葉公園蓮華亭の催し

①千葉公園に紙芝居がやってくる！＝10月15日(土)11:30～12:00、13:00～13:30、②初心者向け！入門編けん玉教室＝22日(土)10:00～12:00
 ②小学生以上の方
 先着①各25人・②20人
 ①当日直接千葉公園蓮華亭へ。②電話で、カフェ・ハーモニー ☎070-4325-3650(火～日曜日)
 ①中央・美浜公園緑地事務所 ☎279-8440 ☒278-6287。②同施設 ☎前記、同事務所 ☒前記

わんぱく相撲秋場所大会

10月16日(日)9:30～16:30
 相撲場(緑区古市場町474-277)
 学年別トーナメントの個人戦
 小学生(保護者同伴)
 小学生用まわしと相撲パンツは主催者で用意
 10月6日(水)必着。①に☑のほか、学校名・学年・性別・体重を明記して、〒266-0032緑区おゆみ野中央1-25-14-3-203千葉市相撲連盟・佐藤さんへ
 問 同連盟・佐藤さん ☎090-4613-9176 ☒291-9214

稲毛記念館の催し

①講演会「ビーチクリーンで地域活性化」＝10月16日(日)13:00～15:00、②海星庵茶室公開とお抹茶の進呈＝16日(日)・30日(日)13:00～16:00
 先着①20人・②各50人
 ①電話で、稲毛記念館 ☎277-4534
 問 同館 ☎前記 ☒277-4688。月曜日(祝・休日の場合は翌日)休館

こころの健康センターの催し

- 精神障害者家族のつどい
 10月17日(月)13:40～16:00
 家族として本人との関りを学ぶ
- 依存症治療・回復プログラム
 10月19日(水)14:00～15:45
 アルコール・薬物依存症の方
 事前面談あり
- アルコールミーティング
 10月21日(金)14:00～16:10
 話し合いと学習会
 お酒の問題で悩んでいる家族と本人
 10月3日(月)から電話で、こころの健康センター ☎204-1582
 問 同センター ☎前記 ☒204-1584

ちーバル×千葉氏

10月17日(月)～11月27日(日)
 千葉氏ゆかりの地を巡る街角クイズ・コラボ企画など、中央区内6つのエリアの街歩きを楽しむ。
 エリアごとに実施日が異なります。詳しくは、HP「ちーバル」で検索
 問 都市アイデンティティ推進課 ☎245-5660 ☒245-5476

養育里親説明会

10月18日(火)14:00～15:00
 緑保健福祉センター
 養育里親制度の説明と個別相談
 ①電話で、NPO法人キアアセット ☎215-7802。HP(「キアアセット千葉」で検索)からも可
 問 同団体 ☎前記 ☒215-7803

ブラームスの魅力に迫る！「没後125周年記念公演」

10月20日(木)15:00
 美浜文化ホール
 レクチャー＝ブラームスの人と生涯についてとコンサート。出演者＝三原末紗子さん(ナビゲーター、ピアノ)、大塚百合菜さん(バイオリン)
 先着150人
 前売券(全席指定)＝1,500円、ペアチケット2,500円
 就学前児の入場不可
 ①電話で、美浜文化ホール ☎270-5619、若葉文化ホール ☎237-1911
 問 美浜文化ホール ☎前記 ☒270-5609

秋季千葉市ベテランテニス大会

10月25日(火)9:00～15:00。雨天の場合、11月15日(火)に延期

フクダ電子ヒルスコート
 種目＝男子の部60歳以上・65歳以上・70歳以上・75歳以上。女子の部55歳以上・60歳以上・65歳以上。いずれも、ダブルス
 市内在住の方 ①1組3,000円
 前回優勝したペアでの出場不可
 10月12日(水)必着。①(1通1組)に☑のほか、種目、参加者全員の生年月日・所属クラブ名(所属している方)を明記して、〒263-0005稲毛区長沼町183-11金森方千葉市テニス協会へ
 問 同協会・金森さん ☎☒250-9241 または ☎080-3476-7317

消防音楽隊「けやきコンサート」

10月26日(水)11:00～12:00
 生涯学習センター ①140人
 10月7日(金)までにEメール(1通1家族)で、☑のほか、参加人数を明記して、市役所コールセンター ☎event@callcenter-chibacity.jpへ。☎245-4894、☒248-4894も可

認知症介護交流会

10月26日(水)13:30～15:30
 花見川保健福祉センター
 介護経験者の体験談、交流会、個別相談(希望の方)
 認知症の方を介護している家族など
 20人(介護中の家族を優先)
 ①電話で、認知症の人と家族の会 ☎204-8228(月・火・木曜日13:00～16:00)。個別相談を希望の方は10月21日(金)までに申し込み
 問 同会 ☎前記 ☒204-8256、地域包括ケア推進課 ☎245-5267

加曾利貝塚博物館の催し

①JOMONウォーク＝10月29日(土)9:00～13:00。②縄文プチ秋まつり＝11月13日(日)10:00～15:00。いずれも、荒天中止
 ①平和公園周辺の遺跡巡り。②④勾玉づくり(10:00～11:30、13:00～14:30)・③紐づくり(10:00、11:00、13:00、14:00。いずれも、30分程度)、⑤土偶ペーパークラフト工作・かそりぬいグッズ販売など
 ①10歳以上の方(小学生は保護者同伴)、②④小学5・6年生・③小学生
 ①15人、②④各8人・③各4人
 ①100円程度
 ②③④当日直接会場へ
 ①10月10日(祝)・②④⑧17日(月)までに、電子申請で
 問 加曾利貝塚博物館 ☎231-0129 ☒231-4986。月曜日(祝・休日の場合は翌日)休館

子ども・若者のカワーショップ

10月末～来年2月の土・日曜日のうち8回(月2回程度)9:00～12:00
 子ども交流館など
 市で行うゴミ減量の取り組みなどについて、小学生が楽しく学べるゲームなどを作成
 市内在住の小・中学生
 先着15人程度
 来年3月ごろに子ども・若者フォーラムで活動を発表。日程など詳しくは、HP「千葉市 子どものカワーショップ」で検索
 ①電話で、子ども企画課 ☎245-5673。☎sankaku@city.chiba.lg.jp・☒245-5547も可(☑を明記)。

障害者福祉センターの催し

フラワーアレンジメント

11月1日(火)10:00~11:30
カーネーションでブーケアレンジ制作
550円

モルック体験会

11月8日(火)、12月13日(火)10:00~11:30

市内在住・在勤の18歳以上で身体障害者手帳をお持ちの方

10月14日(金)必着。③に④を明記して、〒260-0844中央区千葉寺町1208-2千葉市障害者福祉センターへ。

講演会「ひきこもりの理解と支援」

11月9日(水)14:00~16:00
美浜文化ホール
長期・高齢化するひきこもりへの対応と支援について。

10月3日(月)から電話で、ひきこもり地域支援センター ☎204-1606。

福祉人材就職面接会~介護就職デー~

11月11日(金)12:30~15:50
ホテルポートプラザちば(中央区千葉港8-5)
就職面接会(20社を予定)

肢体・内部・聴覚障害者バス旅行

11月18日(金)9:00~13:00
八天堂ささらづ(木更津市かずさ鎌足2-2-22)
市内在住・在勤の18歳以上で肢体・内部・聴覚障害のある方

消防局市民見学会

11月19日(土)10:00~12:00。雨天中止
消防総合センター
消防隊・レスキュー隊・航空隊訓練、救急車などの見学

ワンコインコンサート「ヴァイオリン名曲コンサート」

12月17日(土)14:00~15:00
美浜文化ホール
出演=蓮見佳奈さん
先着75人
一般500円、小学生以下100円(全席自由)。

10月4日(火)から電話で、文化センター ☎224-8211、市民会館 ☎224-2431、市男女共同参画センター ☎209-8771、若葉文化ホール ☎237-1911、美浜文化ホール ☎270-5619(料金は当日精算)

千葉に響け!昭和なボイス「一条貫太コンサート」

来年1月9日(祝)14:00~16:00
市民会館 先着800人
前売券(全席指定)=S席4,800円、A席3,500円
就学前児の入場不可。前売券販売所=市民会館 ☎224-2431、文化センター ☎224-8211、市男女共同参画センター ☎209-8771、若葉文化ホール ☎237-1911、美浜文化ホール ☎270-5619

教室・講座

動物介在教育活動ボランティア養成講座

10~12月の第2水曜日10:00~12:00。全3回
動物保護指導センター、オンライン(ZOOM)
犬との正しい触れ合い方、命の大切さなどを子どもたちに伝える活動を行うボランティアの養成

動物保護指導センター 飼い犬のしつけ方教室

10月13日(水)・20日(水)13:30~16:00
講習としつけのデモンストレーション、②飼い犬同伴でしつけの実技

クラウドファンディング・クラウドソーシング活用セミナー

1クラウドファンディング
基礎編=10月14日(金)、実践編=11月10日(水)、12月4日(日)。いずれも、15:00~17:00
資金調達の事例や成功ポイントなどを学ぶ

基礎編はオンライン参加も可
HP ①「千葉市 クラウドファンディング」、②「千葉市 クラウドソーシング」で検索)から
開幕張PLAY(株) ☎080-3714-0043、産業支援課 ☎245-5590

子どものSOS支援員養成講座

10月15日(土)・29日(土)、11月5日(土)。いずれも、9:10~12:40。全3回
1美浜保健福祉センター、2花見川保健福祉センター
子どもの居場所サポーターなど子どもと関わりのある方の技術向上のため、子どもの小さなSOSに気付くためのポイントを学ぶ

認知症介護講習会

10月15日(土)13:30~15:30
文化センター
あんしんケアセンター・認知症ケアパスとは
認知症の方を介護している家族など

緑と花の園芸講座「低コスト・低メンテの花壇作り」

10月19日(水)10:00~12:00
千葉公園蓮華亭 15人
10月11日(火)必着。Eメールで④を明記して、緑政課 ☎midoritohana@city.chiba.lg.jpへ。

南部青少年センターの講座

1洋菓子づくり入門
10月22日(土)10:00~13:00
アップルトルトとクッキー作り
16歳以上の方 12人
先着12人 1,000円

住情報セミナー

10月22日(土)13:00~14:35
生涯学習センター
テーマ=戸建て住宅をリフォームで長く使える上質なものをへ~リフォームによる長寿命化・省エネ性能の向上~

明記)
住宅政策課 ☎245-5853 ☎245-5795

ひとり親家庭のためのパソコン応用講習会

10月29日~11月19日の土曜日9:30~16:30。全4回
プラムシックス(中央区港町12-21)
ひとり親家庭の母親または父親で、エクセルの基本的な操作ができる方

空き家セミナー・相談会

10月29日(土)①13:30~15:50、②15:50~16:30
生涯学習センター
1セミナーテーマ=今から始める空き家対策(相続・売却賃貸・土地境界確定)。

療育センターふれあいの家「ヨガ教室」

10月29日~11月12日の土曜日13:30~15:30。全3回
市内在住・在勤の18歳以上で身体障害者手帳をお持ちの方

旧生浜町役場庁舎歴史講座「浜野村の御用留」

11月5日(土)9:30~11:30
浜野会館(中央区浜野町1242)
40人 200円
10月11日(火)までに電話で、旧生浜町役場庁舎 ☎265-8816(火・木・土曜日9:30~16:00)またはNPO法人ちば・生浜歴史調査会 ☎080-5387-2592

市男女共同参画センターの講座

1男女共同参画講座「ずるい言葉」はなぜ、ずるい? =11月5日(土)14:00~16:00。2キャリア支援セミナー「仕事と育児 私らしく両立するために」 =11月19日(土)13:30~15:30。全2回

📷 初心者弓道教室

📅11月5日～12月10日の土曜日14:00～16:30。全6回
📍青葉の森スポーツプラザ弓道場
👤18歳以上の方
👥20人
🎫4,000円
📅10月24日(月)必着。③に④のほか、性別、弓道経験の有無を明記して、〒260-0045中央区弁天2-23-1-701宮本方・千葉市弓道協会へ
📞同協会・田中さん ☎090-8040-5302、スポーツ振興課☎245-5994

🚶 パパ理学療法士が伝える食育講座

📅11月6日(日)10:30～12:00
📍ハーモニープラザ
👤ひとり親家庭の母親または父親と子ども（親のみの参加も可）、寡婦
👥50人
📅10月20日(休)必着。電子申請で。市ひとり親家庭福祉会 ☎☎261-9156・📧boshikai@grace.ocn.ne.jp・③も可（④のほか、参加者全員の氏名・住所・年齢・電話番号を明記）。郵送先=〒260-0844中央区千葉寺町1208-2千葉市ひとり親家庭福祉会

🏠 救命講習会

- ① 普通救命講習会
📅11月7日(月)・30日(水)9:00～12:00=セーフティーちば、11日(金)・23日(祝)13:30～16:30=救助救急センター、17日(木)9:00～12:00=緑消防署、17日(木)13:30～16:30=稲毛消防署
② 上級救命講習会
📅11月8日(火)9:00～17:00
🎫1,000円
③ 普通救命講習Ⅲ
📅11月15日(火)9:00～12:00
👤乳児・小児に対するAEDを用いた心肺蘇生法
④ 上級救命再講習会
📅11月15日(火)13:30～16:30
👤上級救命講習を修了した方
⑤ WEB講習会
📅11月27日(日)10:00～11:30
📍②～⑤セーフティーちば
👥各先着5人
📖詳しくは、防災普及公社HP
📅10月3日(月)から電話で、同公社 ☎248-5355。HPからも可
📞同公社 ☎前記☎248-7748

🏠 公開講座「成年年齢引き下げに関する問題について」

📅11月7日(月)13:30～16:00
📍消費生活センター
👤若者の消費者被害についてマルチ商法を例に学ぶ。講師=秋山学さん(神戸女子大学教授)、庄司佳子さん((公財)消費者教育支援センター主任研究員)。
👤高校・大学生、高校・大学生の保護者、高校教員
👥40人
📺YouTubeでの配信あり。詳しくは、県生活協同組合連合会HP
📅10月28日(金)までに、HPから
📞同会 ☎224-7753☎225-3459

📷 中級古文書講座「江戸時代の村の史料を読む」

📅11月15日・22日、12月13日・20日、来年1月17日・24日の火曜日13:30～15:30。全6回
📍郷土博物館
👤講師=後藤雅知さん(立教大学文

学部教授)
👤古文書をある程度読める方
👥24人
📅10月7日(金)必着。③に④を明記して、〒260-0856中央区亥鼻1-6-1千葉市立郷土博物館へ。電子申請も可
📞同館 ☎222-8231☎225-7106。月曜日(祝・休日の場合は翌日)休館

📷 秋季硬式テニス講習会

📅11月19日～12月17日(12月3日を除く)の土曜日11:00～13:00。全4回。雨天中止
📍フクダ電子ヒルスコート
👤高校生以上の未経験・初級者
👥80人
📍硬式ラケット、テニスシューズ
🎫2,500円
📅10月15日(出)までに、市テニス協会HPから
📞スポーツ振興課 ☎245-5968☎245-5994



📍 生涯現役応援センター&シルバー人材センター出張相談会

📅10月3日(月)=アリオ蘇我1階波のゲート前、5日(水)=イオンタウンおゆみ野1階、6日(木)・19日(水)=イオンスタイル鎌取4階イベントスペース、12日(水)=イオンモール幕張新都心ブランドモール2階PLAZA前、13日(木)・21日(金)=イオンマリニピア店4階イベントスペース、17日(月)=イコアス千城台1階フードコート前。いずれも、10:00～12:00、13:00～16:00
👤就労、ボランティアなど、何かを始めたいシニアの相談窓口
📍当日直接会場へ
📞生涯現役応援センター ☎256-4510☎256-4507

📍 こころの健康センターの相談

📅①思春期相談=10月3日(月)・14日(金)・28日(金)14:00～16:00、②アルコール・薬物依存相談=6日(木)・19日(水)14:00～16:00、③一般相談=19日(水)10:00～12:00、④高齢者相談=20日(木)14:00～16:00、⑤ギャンブル等依存相談=11月9日(水)13:30～16:30
📞①～④専門医、⑤精神保健福祉士による相談
👤本人または家族
👥各3人
📅10月3日(月)から電話で、こころの健康センター ☎204-1582
📞同センター ☎前記☎204-1584

📍 助産師による女性のための健康相談

📍若葉区=10月4日(火)13:30～15:30、中央区・稲毛区=24日(月)10:00～12:00
📍保健福祉センター
👤思春期から更年期・妊娠(望まない妊娠も含む)・出産など、女性の体や健康についての相談
👤女性
📅10月3日(月)から電話で、同センター健康課・中央 ☎221-2581、稲毛 ☎284-6493、若葉 ☎233-8191
📞健康支援課 ☎238-9925☎238-9946

📍 不妊専門相談

📞電話相談 ☎090-6307-1122
📅10月6日～27日の木曜日15:30～

20:00(最終受け付け19:30)
📍助産師による相談
📍面接相談
📅10月12日(水)14:15～16:30
📍総合保健医療センター
📍医師と助産師による相談
👤不妊や不育症でお悩みの方
👥先着3人
📅10月3日(月)から電話で、健康支援課 ☎238-9925
📞同課 ☎前記☎238-9946

📍 「目の愛護デー」電話相談

📅10月10日(祝)9:00～16:00
📍眼科医による目の健康についての電話相談。相談専用電話 ☎242-4271
📞県医師会 ☎前記、県眼科医会 ☎332-9484

🏠 女性による女性のための相談会

📅10月12日(水)18:00～21:00
📍ペリエ千葉7階ペリエホール
👤コロナ下の影響を受け、不安や悩みを抱える女性を対象に、女性の弁護士・助産師・心理士などが相談に応じます。
👤女性 📍当日直接会場へ
📞男女共同参画課 ☎245-5060☎245-5539

🏠 消費生活センターの多重債務者特別相談

📅10月13日(木)・27日(木)13:00～16:00
📍弁護士による相談
👥各先着6人
👤1人30分程度。相談には債務者本人が来所。家族同伴も可。電話相談不可
📞電話で、消費生活センター ☎207-3000
📞同センター ☎前記☎207-3111

🏠 分譲マンション相談・アドバイザー派遣

📅10月13日(木)=大規模修繕・維持管理・建て替えに関する相談、20日(水)=法律相談など。いずれも、13:30～16:30
📍中央コミュニティセンター
📍相談結果により、現地で助言を行うアドバイザーの派遣も可
📅前週金曜日までに電話で、すまいのコンシェルジュ ☎245-5690。☎245-5691も可（④を明記）
📞住宅政策課 ☎245-5809☎245-5795

🏠 弁護士による養育費相談

📅10月21日(金)13:30～16:30
📍花見川保健福祉センター
👤離婚に伴う養育費など
👤市内在住のひとり親家庭の方、離婚を考えている方(子どもがいる方に限る)
👥3人
👤1人50分程度
📅10月3日(月)～12日(水)必着。③に④を明記して、〒260-8722千葉市役所こども家庭支援課へ。☎245-5179、☎245-5631、📧kateishien.CFC@city.chiba.lg.jpも可

📍 シニアから始めるボランティア相談会

📅10月27日(木)13:00～16:00
📍ハーモニープラザ
👤シニア向けのボランティア団体紹介と相談会
📅10月3日(月)から電話で、生涯現役応援センター ☎256-4510
📞同センター ☎前記☎256-4507

🏠 LGBT専門相談

📅第1月曜日19:00～22:00(最終受け付け21:30)、第3日曜日10:30～13:30(最終受け付け13:00)
📍日常生活でLGBT当事者や周囲の方が抱える性的指向や性自認が関係する悩みなどの相談。相談専用電話 ☎245-5440。LINE相談は、HP「千葉市 LGBT専門相談」で検索
📞相談日ごと1人1回30分。匿名・通称名での相談可
📞男女共同参画課 ☎245-5060☎245-5539

🚶 青少年の悩みごと相談

📅平日9:00～17:00
📍非行問題、いじめ、不登校など青少年の悩みごと。相談先=青少年サポートセンター(中央コミュニティセンター内) ☎245-3700☎245-3711、東分室(千城台市民センター内) ☎237-5411、西分室(市教育会館内) ☎277-0007、南分室(鎌取コミュニティセンター等複合施設内) ☎293-5811、北分室(花見川市民センター等複合施設内) ☎259-1110

📍 障害者基幹相談支援センターの相談

📅9:00～17:00(日曜日、祝・休日、年末年始を除く)。緊急の場合は時間外も電話に応じます。
📍障害福祉サービスや障害者手帳など福祉制度、仕事や学校・日中活動の場など、さまざまな悩みごとに関する相談
📍相談方法 お住まいの区の障害者基幹相談支援センターへ直接来所。電話、FAX・Eメールも可（④のほか、相談内容を明記）。出張相談も可
・中央区障害者基幹相談支援センター(中央区市場町2-15-201) ☎445-7733☎445-7785📧chuo-kikan@cckikan.or.jp
・花見川区障害者基幹相談支援センター(花見川区畑町591-17) ☎239-6427☎239-6428📧hanamigawa-kikan@seishinkai.or.jp
・稲毛区障害者基幹相談支援センター(稲毛区作草部2-4-6) ☎254-0671☎290-6530📧inage-kikan@houjin-chibacity-ikuseikai.jp
・若葉区障害者基幹相談支援センター(若葉区大宮町2112-8) ☎312-2853☎265-5405📧wakaba-kikan@wakabaizuminosato.or.jp
・緑区障害者基幹相談支援センター(緑区おゆみ野4-22-6初芝第5ビル101) ☎312-4891☎312-4892📧midori-kikan@mirai-kobo.or.jp
10月から同センターの所在地、相談先が変更となります。
・美浜区障害者基幹相談支援センター(美浜区真砂2-3-1) ☎304-5454☎304-6322📧mihama-kikan@shunyoukai.or.jp
📞障害福祉サービス課 ☎245-5228☎245-5630



📺 ティーミーティングの参加団体

📅11月2日(水)14:00～14:50、21日(月)

10:00~10:50

市役所市長室

参加団体の活動内容などについて市長と意見交換

各1団体(5~9人)

10月11日(火)必着。Eメールでのほかに、メールアドレス、団体名、活動内容、参加人数、話したいテーマを明記して、広報広聴課

kohokocho.CIC@city.chiba.lg.jpへ。電子申請、245-5796、④も可。郵送先=〒260-8722千葉市役所広報広聴課

同課 ☎245-5298 前記

コンテナガーデンコンテストの作品

11月15日(火)~20日(日)に千葉公園で行われるちはなちゃんお誕生会と合同開催のコンテナガーデンコンテストにて、花、鉢・プランター・ハンギングバスケット、工芸品などを飾り、美しさを競います。

コンテナガーデン部門=高さ100×幅60×奥行60センチメートル以内、ハンギングバスケット部門=高さ60×幅60×奥行60センチメートル以内。いずれも、一人で運搬できるもの。

持ち込みまたは会場での製作=11月15日(火)、片付け=20日(日)

自ら作品の持ち込みまたは会場での製作、管理、片付けができる個人・団体

20作品程度

参加者には、11月15日(火)に培養土を配布

11月4日(金)必着。④に⑥を明記して、〒260-8722千葉市役所緑政課緑と花の推進室へ。245-5885、midoritohana@city.chiba.lg.jpも可

同課 ☎245-5775 前記

二十歳のつどいにおける「二十歳の決意」の発表者

来年1月9日(祝)中央・若葉・緑区の部=10:00~10:30、花見川・稲毛・美浜区の部=13:00~13:30

千葉ポートアリーナ

市内在住で、2002年(平成14年)4月2日~2003年(平成15年)4月1日生まれの方

2人(選考により決定)

10月24日(月)必着。20歳を迎えるの感想・決意を800字以内にまとめた用紙と、別紙に④のほか、生年月日を明記して、〒260-8722千葉市役所健全育成課へ。kenzenikusei.CFC@city.chiba.lg.jpも可

同課 ☎245-5973 245-5995

市スクールカウンセラー

児童生徒や保護者、教職員に、専門的な知識・経験による適切な相談や助言を行うスクールカウンセラーを募集します。

応募資格=公認心理師・臨床心理士の有資格者(来年3月末までに資格取得見込みの方も含む)など

応募締め切り=11月4日(金)

応募方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、HP(「千葉市 スクールカウンセラー」で検索)をご覧ください。

教育支援課 ☎245-5935 246-6148

市スクールソーシャルワーカー

教育・社会福祉などの専門知識や技術を用い、関係機関との連携により、児童生徒や家庭への支援を行うスクー

ルソーシャルワーカーを募集します。応募資格=社会福祉士・精神保健福祉士の有資格者(来年3月末までに資格取得見込みの方も含む)

応募締め切り=11月11日(金)

応募方法など詳しくは、お問い合わせいただくか、HP(「千葉市 スクールソーシャルワーカー」で検索)をご覧ください。

教育支援課 ☎245-5935 246-6148

特別養護老人ホーム「アーバンライフ・ネクステ」の入居者

来年3月1日(火)開所予定の「アーバンライフ・ネクステ」(緑区古市場461-1ほか)の入居者を募集します。

原則要介護3~5と認定され、自宅での介護が困難な方

同施設 ☎261-7077 261-7078

特別養護老人ホーム「こぶしの里」の入居者

来年4月1日(土)開所予定の「こぶしの里」(稲毛区山王町171-1)の入居者を募集します。

原則要介護3~5と認定され、自宅での介護が困難な方

同施設 ☎422-8711 424-1287

市立学校講師

小・中・特別支援・中等教育学校の教諭、養護教諭、学校栄養職員、学校事務職員などを募集します。

産休・育休期間中の代替常勤講師など。

勤務時間=週5日38時間45分勤務。給料=月額244,250円~384,872円(地域手当含む)、期末・勤勉手当を6・12月に支給。通勤手当=実費相当額

7月1日に教員免許更新制が廃止になりました。教員免許状を更新していない方は、お問い合わせください。

申し込み方法など詳しくは、HP「千葉市 教育職員課」で検索

同課 ☎245-5931 245-5987



ジェフユナイテッド千葉試合日程・ホームゲームに招待

10月にフクダ電子アリーナで行われるジェフユナイテッド千葉の試合日程をお知らせします。

ジェフユナイテッド千葉

Table with 3 columns: 日程, 開始時間, 対戦チーム

ジェフユナイテッド市原・千葉レディース市民招待

フクダ電子アリーナで行われるYogibo WEリーグ開幕戦に招待します。席はホーム自由席

11月5日(土)13:00開始・対AC長野パルセイロ・レディース

市内在住の方

100組200人

小・中学生はふれあいパスポート提示で無料のため、申し込み不要。試合が中止された場合などは、当選無効

10月13日(木)までに、HP(https://f.msgs.jp/webapp/form/19984_qodb_224/index.do)から

ジェフユナイテッドファンクラブ ☎0570-064-325、観光MICE企画課 245-5669

女子ソフトボールJDリーグ市民招待

ZOZOマリンスタジアムで行われる女子ソフトボールJDリーグダイヤモンドシリーズの試合に招待します。席は内野自由席

11月13日(日)13:00開始

市内在住の方

200組400人

当日はプレゼントや多数の企画を用意しています。

10月19日(火)までに、HPから(https://forms.gle/ACoengCV3zYSyG8)

JDリーグ事務局 ☎03-5843-0481、スポーツ振興課 245-5994

赤い羽根共同募金にご協力を

10月1日(土)~来年3月31日(金)に実施される赤い羽根共同募金は、地域福祉活動、福祉団体の活動支援、災害支援などに役立てられています。ぜひ、ご協力ください。

募金の方法など詳しくは、HP「千葉市 赤い羽根」で検索

県共同募金会千葉市支会 ☎209-8868 312-2442

10月は骨髄バンク推進月間

骨髄移植は、白血病などの血液疾患に有効な治療法で、年間2,000人以上の患者が、骨髄バンクを通じて移植を必要としています。

骨髄バンクの登録に、ぜひご協力ください。

(公財)日本骨髄バンク ☎03-5280-1789 03-5280-0101

し尿のくみ取り手数料を減免します

一般世帯や事業所でくみ取り便所を利用している方がくみ取り時に支払う手数料を減免します(手続き不要)。

減免期間=10月~来年1月

減免対象=期間内のくみ取りのうち各月最初の1回、880円まで

収集業務課 ☎245-5252 245-5477

宮野木スポーツセンター体育館が10月1日(土)から営業再開

改修工事のために休業していた宮野木スポーツセンター体育館が、10月1日(土)から営業を再開します。

詳しくは同施設HPをご覧ください。

同施設 ☎258-9690 258-9692

子どもの声による防災行政無線放送

子どもの見守りについての防災行政無線放送を、子どもの声で行います。

10月4日から毎週火曜日(冬休み、春休み期間を除く)。10月=16:00から、11~来年3月=15:30から。いずれも、1分間の放送

学事課 ☎245-5928 264-6424

10月15日~21日は違反建築防止週間

期間中に建築パトロールを行います。建物を建てる場合は、建築基準法などの法令で定める基準や手続きを守り、適正に工事を進めて完了した段階で、建物が法令に基づき安全なものであるか検査を受けましょう。また、建物が法令に適合しているか建築士に相談するなど、点検を検討してください。

建築指導課 ☎245-5838 245-5888

10月18日(火)は市民の日

市民の日を記念して、公共施設の無料開放などの記念行事が行われます。

詳しくは、HP「千葉市 市民の日」で検索

市役所コールセンター ☎245-4894、市民自治推進課 ☎245-5138 245-5665

ハロウィンジャンボ宝くじの販売

10月21日(金)まで

当せん金=1等3億円、1等前後賞各1億円ほか

1枚300円

抽選日=10月28日(金)

宝くじの収益は、私たちの身近な暮らしに役立てられています。ぜひ、市内の宝くじ売り場でご購入ください。

売り場の所在地など詳しくは、HP「宝くじ 公式」で検索

資金課 ☎245-5074 245-5535

10月24日(月)は全ての図書館・公民館図書室が休館(室)

電気設備定期点検に伴い、みずほハスの花図書館を含む、全ての図書館・公民館図書室が休館(室)します。図書館ホームページもご覧になれません。

中央図書館管理課 ☎287-4081 287-4074

次期千葉市水環境保全計画策定に関する説明会

11月7日(月)18:30から1時間30分程度

中央コミュニティセンター

水環境や生物多様性の保全などに関する計画の策定状況を紹介します。

30人

10月21日(金)までに電子申請で。環境保全課 245-5553も可(④のほか、Eメールアドレスを明記)

同課 ☎245-5195 前記

市戦没者追悼式

11月4日(金)14:00~15:15

市民会館

戦争や戦災による死没者に弔意を表し、平和祈念のための追悼式を行います。駐車場には限りがありますので、来場の際は公共交通機関をご利用ください。

詳しくは、HP「千葉市 戦没者追悼式」で検索

地域福祉課 ☎245-5218 245-5620

剪定枝チップ機貸し出し事業を終了します

剪定枝などをごみステーションで資源として排出できるようになったため、来年3月31日(金)で剪定枝チップ機貸し出し事業を終了します。

廃棄物対策課 ☎245-5236 245-5624

大気汚染状況8月分

市内の測定局で測定した8月の微小粒子状物質(PM2.5)の暫定指針値超過日(70.1µg/m³以上)、二酸化窒素(NO₂)の環境目標値超過日(41ppb以上)はともに0日でした。最新情報など詳しくは、HP「千葉 大気 時報」で検索

テレホンサービス ☎238-7491・2

環境規制課 ☎245-5190 245-5581



施設

子ども交流館

☎202-1504 FAX202-1503 火曜日（祝・休日の場合は翌日）休館
就学前児は保護者（①は1人）同伴
当日直接会場へ

講座・催し名	日時・対象・定員など
①オープン工房「ハロウィンマスクをつくろう！」	10/29(土)14:00～16:00 対象4歳児～高校生 定員先着8人
②オープンキッチン「さつまいもとクリームチーズのパウンドケーキをつくろう」	10/30(日)14:00～16:00のうち30分ごと 対象4歳児～高校生 定員各先着4人

科学館

☎308-0511 FAX308-0520 10/24(月)休館
入館料＝大人510円、高校生300円、小・中学生100円
プラネタリウム(1番組)＝大人510円、高校生300円、小・中学生100円
①同館券売機でチケット購入。②10/5(休)必着。同館HPから。③に④を明記して、〒260-0013中央区中央4-5-1千葉市科学館へ郵送も可

催し名など	日時・対象・定員など
①秋の企画展 「はやぶさ2～リュウグウの石から探る生命の謎～」	10/15(土)～11/13(日)9:00～17:00 対象大人510円、高校生300円、小・中学生100円 要入館料
②大人が楽しむ科学教室	①「ボイル・ラヴォアジエ・アボガドロ・宇田川榕庵」への道をふかんする。ー西欧の近代化学への道のりと日本の化学の始まり（幕末）の物語ー＝11/3(祝)、②生命情報科学による高度先進獣医療～猫を幸せに長生きさせよう～＝5(出)、③植物や藻類に含まれる脂質成分の研究から生命進化の謎に迫る＝12(出)、④音で見分ける、良い細胞？悪い細胞？＝13(日) ①③13:30～15:00、②④10:30～12:00 定員各30人
③火星ローバーコンテスト in千葉	12/3(土)①9:00～11:30、②12:30～16:00 対象自作ローバー（探査車）の性能やアイデアを競うコンテスト 対象①小学生、②中学生 要申込期限＝10/21(金)17:00。申込方法など詳しくは、HP「火星ローバーコンテストin千葉」で検索

生涯学習センター

☎207-5820 FAX207-5822 第4月曜日（祝・休日の場合は翌日）休館
①～⑤10/14(金)、⑥⑧～⑩31(月)必着。⑥(1人1通1講座)に⑦を明記して、〒260-0045中央区弁天3-7-7千葉市生涯学習センターへ。⑧manabi.kouza@ccllf.jpも可

講座名	日時・対象・定員など
①東邦大学出前講座「色が見える不思議」	10/29(土)13:30～15:00 対象中学生 定員18人
②はじめてのエクセル2019	11/3～24の木曜日10:00～12:00 全4回 対象ワード使用経験のあるエクセル初心者 定員16人 要USBメモリ 定額1,320円
③40代、50代のキャリアを考える～自分自身をアップデートしていますか？～	11/3(日)13:30～15:30 対象40・50代の方 定員30人
④ワード2019で年賀状	11/4～25の金曜日10:00～12:00 全4回 対象パソコンで文字入力ができる方 定員16人 要USBメモリ
⑤初心者のためのパソコン入門	11/5～26の土曜日10:00～12:00 全4回 対象パソコン初心者 定員16人
⑥POPをつくって、お気に入りの本をみんなに紹介しよう！	11/13(日)10:00～11:30 対象小学4～6年生 定員15人
⑦デジカメピクニックⅡ	11/14(月)・18(金)・21(月)・22(火)10:00～15:00 全4回 対象60歳以上で文字入力ができる方 定員8人 要デジタルカメラ、USBメモリ
⑧家庭教育講座「LDの子どもの理解と支援」	11/15(火)、12/13(火)、来年1/10(火)10:00～12:00 全3回 定員15人
⑨市民自主企画講座「自分だけの物語を作って、朗読しよう」	11/17～12/15の隔週木曜日13:30～15:30 全3回 定員10人
⑩家族で楽しむ 千葉ウシノヒロバ	11/23(祝)9:30～12:00 対象千葉ウシノヒロバ小学生を含む家族(1組2～4人) 定員10組 定額2,970円

公民館

講座
受付時間は特に記載のない限り9:00～17:00。直接来館も可

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
中央	生浜公民館 ☎263-0268 FAX263-0907	パソコン講座～エクセルの基本操作を学びます～	10/26(火)～28(金)9:00～12:00 全3回 対象パソコンで文字入力ができる成人 定員10人 要USBメモリ 定額1,320円 要10/2(日)～10(祝)に電話で
	葛城公民館 ☎222-8554 FAX222-1453	大人の科学講座「うがい薬でおもしろ実験」	10/12(火)10:30～12:00 対象成人 定員16人 定額200円 要10/7(金)までに電話で

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
中央	川戸公民館 ☎265-9256 FAX265-4372	シニアスクール③ヘルシー料理教室	10/23(日)10:00～13:00 対象60歳以上の方 定員9人 定額600円 要10/15(土)までに電話で
	新宿公民館 ☎243-4343 FAX243-3972	大人の木工工作～花入れ・クリスマスツリーを作ろう～	10/29(土)9:30～12:00 対象成人 定員12人 定額900円 要10/14(金)～20(木)に電話で
	末広公民館 ☎264-1842 FAX264-3746	伝統工作教室「火薬を使わない線香花火を作ろう」	11/12(土)10:00～12:00 対象成人 定員6人 定額300円 要10/14(金)～20(木)に電話で
	椿森公民館 ☎254-0085 FAX254-1285	(座学)千葉のよいところ再発見・ふらわー散歩第二弾	11/6(日)10:00～12:00 対象成人 定員20人 要10/2(日)～15(土)に電話で
	星久喜公民館 ☎266-4392 FAX266-4981	男の家事力アップ講座～洗濯男子を応援します～	10/29(土)10:00～12:00 対象成人男性 定員16人 要託児あり(1歳6カ月以上の就学前児) 要10/2(日)～17(月)に電話で。⑧oubo.hoshiguki@ccllf.jpも可(⑨を明記)
	松ヶ丘公民館 ☎261-5990 FAX263-9280	「てん刻」体験～自分だけのハンコを作ろう～	11/20(日)・27(日)10:00～12:00 全2回 対象成人 定員10人 定額1,000円 要10/30(日)～11/5(土)に電話で
	宮崎公民館 ☎263-5934 FAX263-4904	蘇我DEポッチャ2022	11/23(祝)10:00～12:00 定員12組 要10/2(日)～31(月)に、Eメールで⑩を明記して、同館⑪oubo.miyazaki@ccllf.jpへ
	朝日ヶ丘公民館 ☎272-4961 FAX271-6994	御朱印帳づくり講座	10/29(土)・30(日)13:30～15:30 全2回 対象成人 定員10人 要筆記用具 定額1,500円 要10/17(月)必着。⑥(1通1人)に⑦を明記して、〒262-0019花見川区朝日ヶ丘1-1-30朝日ヶ丘公民館へ。同館HPからも可
	検見川公民館 ☎271-8220 FAX271-9319	光のアート ローズウィンドウ教室	10/19～11/2の水曜日10:00～12:00 全3回 対象成人 定員15人 定額2,800円 要10/2(日)～11(火)に電話で。同館HPからも可
	積橋公民館 ☎259-2958 FAX259-6431	パン作り教室(初心者向け)「あんパンとピザパン」	10/28(金)10:00～13:00 対象成人 定員8人 定額800円 要10/2(日)～8(土)に電話で
こてはし公民館 ☎250-7977 FAX250-1992	おしゃれも叶えてSDGs!ふろしきの粋な活用法を伝授	11/8(火)10:00～12:00 対象成人 定員15人 要10/2(日)～8(土)に電話で	
花見川	さつきが丘公民館 ☎250-7967 FAX286-6469	ベビーマッサージ体験教室「赤ちゃんとのコミュニケーション」	10/15(土)13:00～13:50、14:10～15:00 対象3カ月～2歳前後の子どもと保護者 定員各7組14人 要バスタオル、タオル 要ズボン着用 要10/6(木)までに電話で
	長作公民館 ☎258-1919 FAX286-6449	これならできる!かんたん!スマートフォン体験	10/24(月)10:00～12:00、13:30～15:30 対象成人 定員各18人 要10/2(日)～10(祝)に電話で
	花園公民館 ☎273-8842 FAX271-0370	文学講座「森鷗外と千葉県」	10/20(木)10:00～12:00 対象成人 定員30人 要10/2(日)～10(祝)に電話で
	花見川公民館 ☎257-2756 FAX286-0185	くらしUPセミナー「始めよう終活～エンディングノート書き方講座～」	10/26(火)10:00～12:00 対象成人 定員20人 要10/3(月)～9(日)に電話で
	幕張公民館 ☎273-7522 FAX273-6185	親子で幕張の歴史を歩こう	10/29(土)10:00～12:00 雨天の場合、11/12(土)に延期 対象小学4～6年生と保護者 定員12組 要10/4(火)～10(祝)に電話で。同館HPからも可
	幕張本郷公民館 ☎271-6301 FAX271-0881	サークル体験講座「初めての水墨・墨彩画」	10/11(火)・25(火)13:30～15:30 全2回 対象成人 定員16人 定額1,000円 要10/5(火)までに電話で
	稲毛公民館 ☎243-7425 FAX243-3962	パソコン講座「Excel入門」	10/12(火)～14(金)9:00～12:00 全3回 対象パソコンで文字入力ができる成人 定員10人 定額1,320円 要10/2(日)～5(火)に電話で
	草野公民館 ☎287-3791 FAX287-3672	郷土の歴史～長沼さんぼ～3代将軍ゆかりの地をめぐる	10/31(月)9:30～12:00 対象成人 定員20人 要10/6(木)～10(祝)に電話で
	黒砂公民館 ☎241-2811 FAX247-1931	昼下がりの音楽会	11/12(土)14:00～16:00 定員20人 要10/3(月)～9(日)に電話で
	小中台公民館 ☎251-6616 FAX256-6179	郷愁のハーモニカコンサート	10/17(月)10:00～12:00 対象成人 定員30人 要10/6(木)～10(祝)に電話で
稲毛	山王公民館 ☎421-1121 FAX423-0359	文化の日「山王寄席」～笑いで憩いの一時を～	11/3(祝)10:00～12:00 対象成人 定員20人 要10/10(祝)～16(日)に電話で
	千草台公民館 ☎255-3032 FAX255-3682	木工教室「杉板目で作ってみたいませんか」	10/22(土)9:00～12:00 対象成人 定員12人 定額900円 要10/4(火)～10(祝)に電話で

特に記載のない場合は、●申し込みは1日から受け付け ●応募多数の場合は抽選 ●対象は市内在住・在勤・在学の方 ●料金は無料
申込時に記載する必要事項は15面参照。

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
稲毛	都賀公民館 ☎251-7670 FAX)284-0627	シニア体験講座「音楽療法士と一緒に音楽を楽しみながら脳を活性化」	11/8(火)14:00～16:00 対象 65歳以上の方 定員 20人 申込 10/2(日)～15(土)に電話で。☎oubo.tsuga@ccllf.jpも可(※を明記)
	轟公民館 ☎251-7998 FAX)285-6301	鉄オタ先生の脱線講座～戦前・戦後を走った千葉県の鉄道～	10/22(土)10:00～12:00 対象 成人 定員 20人 申込 10/12(水)必着。☎に※を明記して、〒263-0021稲毛区轟町1-12-3轟公民館へ
	緑が丘公民館 ☎259-2870 FAX)286-6442	親子ふれあい教室	11/2(水)・9(水)・15(水)・30(水)9:30～11:30 全4回 対象 1歳6カ月～3歳児と保護者 定員 10組20人 申込 10/12(水)～20(木)に電話で。☎oubo.midorigaoka@ccllf.jpも可(※を明記)
若葉	加曾利公民館 ☎232-5182 FAX)232-6408	親子ふれあい体操「いろいろな道具を使って遊ぼう」	11/7～28の月曜日10:30～11:30 全4回 対象 1歳6カ月～3歳児と保護者 定員 7組14人 申込 10/2(日)～17(月)に電話で。☎oubo.kasori@ccllf.jpも可(※を明記)
	桜木公民館 ☎234-1171 FAX)234-1172	苔玉をつくろう	10/28(金)10:00～12:00 対象 成人 定員 12人 料金 1,000円 申込 10/2(日)～5(水)に電話で
	更科公民館 ☎239-0507 FAX)239-0569	コーヒーで癒しの一時を	10/22(土)13:30～15:30 対象 成人 定員 20人 料金 100円 申込 10/2(日)～16(日)に電話で
	白井公民館 ☎228-0503 FAX)228-6168	郷土史講座～佐倉古道散策～	10/18(火)10:00～15:30 対象 成人 定員 15人 備 昼食 料金 300円 申込 10/2(日)～10(祝)に電話で
	千城台公民館 ☎237-1400 FAX)237-1401	成年後見制度の活用を学ぶ～法定後見制度と任意後見制度～	10/19(水)13:30～15:00 対象 成人 定員 15人 申込 10/2(日)～8(土)に電話で。同館HPからも可
	みつわ台公民館 ☎254-8458 FAX)254-3135	苔玉をつくろう	10/22(土)10:00～12:00 対象 成人 定員 15人 料金 1000円 申込 10/7(金)必着。☎に※を明記して、〒264-0032若葉区みつわ台3-12-17みつわ台公民館へ。☎oubo.mitsuwadai@ccllf.jpも可
若松公民館 ☎231-7991 FAX)231-0798	若松公民館文化祭同時開催「都笑亭出前落語会」	10/15(土)13:00～15:00 定員 35人 申込 10/5(水)必着。☎に※を明記して、〒264-0021若葉区若松町2117-2若松公民館へ。☎oubo.wakamatsu@ccllf.jpも可	
緑	越智公民館 ☎294-6971 FAX)294-1931	「スポーツウエルネス吹矢」入門講座	10/15(土)・22(土)10:00～11:00または11:00～12:00 各全2回 対象 成人 定員 各6人 料金 100円 申込 10/2(日)～6(木)に電話で
	おゆみ野公民館 ☎293-1520 FAX)293-1521	子育て応援プログラム「もっと一緒に！パパカ全開講座」	10/29(土)10:00～11:00 対象 3歳以上の就学前児と父親 定員 12組24人 電話 託児あり(対象1歳6カ月以上の就学前児) 申込 10/2(日)～12(水)に電話で
	椎名公民館 ☎292-0210 FAX)292-4631	大人の科学「うがい薬で科学実験～科学マジックを楽しもう～」	11/6(日)10:00～12:00 対象 成人 定員 16人 料金 200円 申込 10/2(日)～16(日)に電話で
美浜	土気公民館 ☎294-0049 FAX)294-4233	歴史講座「特別史跡加曾利貝塚～雑学としての貝塚～」	10/19(水)10:00～12:00 対象 成人 定員 20人 申込 10/7(金)必着。☎に※を明記して、〒267-0061緑区土気町1631-7土気公民館へ。☎oubo.toke@ccllf.jpも可
	磯辺公民館 ☎278-0033 FAX)278-9959	健康講座「お口の健康測定とオーラルフレイル対策」	10/14(金)10:00～12:00 対象 成人 定員 15人 申込 10/2(日)～4(火)に電話で。☎oubo.isobe@ccllf.jpも可(※を明記)
	稲浜公民館 ☎247-8555 FAX)238-4176	文学講座「中原中也と千葉市」	10/30(日)14:00～16:00 対象 成人 定員 30人 申込 10/14(金)必着。☎に※を明記して〒261-0005美浜区稲毛海岸3-4-1稲浜公民館へ。☎oubo.inahama@ccllf.jpも可
	打瀬公民館 ☎296-5100 FAX)296-5566	シニア体操と健康講座「アクティブシニアのための食事～フレイル予防～」	11/2(水)14:00～16:00 対象 60歳以上の方 定員 先着50人 申込 10/5(水)から電話で
	幸町公民館 ☎247-0666 FAX)238-4153	親子リトミック教室	11/8～22の火曜日10:00～11:00 全3回 対象 3歳前後の子どもと保護者 定員 10組20人 申込 10/17(月)必着。☎に※を明記して、〒261-0001美浜区幸町2-12-14幸町公民館へ。☎oubo.saiwaicho@ccllf.jpも可
	高浜公民館 ☎248-7500 FAX)248-6851	古典を楽しむ「漂泊～俳諧紀行と旅情・芭蕉の句他」	10/21(金)・28(金)10:00～12:00 全2回 対象 成人 定員 12人 申込 10/7(金)必着。☎に※を明記して、〒261-0003美浜区高浜1-8-3高浜公民館へ。☎oubo.takahama@ccllf.jpも可
幕張西公民館 ☎272-2733 FAX)271-8944	明日のための介護のことはじめ～男性のための介護講座～	11/5(土)10:00～11:30 対象 成人男性(家族同伴も可) 定員 20人 電話 託児あり(対象1歳6カ月以上の就学前児) 申込 10/2(日)～16(日)に電話で。☎oubo.makuharinishi@ccllf.jpも可(※を明記)	

子育てママのおしゃべりタイム

☎10:00～12:00 ☎子育て中の方・妊婦(子ども同伴可)
☎当日直接会場へ(時間中出入り自由)

区	日程	会場	問い合わせ	区	日程	会場	問い合わせ
中央	10/ 3(月) 11(火) 17(月) 24(月)	生浜公民館 星久喜公民館 新宿公民館 末広公民館	松ヶ丘公民館 ☎261-5990	若葉	10/13(木) 27(木)	千城台公民館 みつわ台公民館	千城台公民館 ☎237-1400
	10/12(水) 26(水)	幕張公民館	幕張公民館 ☎273-7522	緑	10/ 6(木) 24(月)	土気公民館 誉田公民館	誉田公民館 ☎291-1512
	10/ 7(金) 10(祝) 28(金)	稲毛公民館 小中台公民館 緑が丘公民館	小中台公民館 ☎251-6616	美浜	10/ 6(木) 20(木)	高浜公民館	稲浜公民館 ☎247-8555

図書館

月曜日(祝・休日の場合は翌日)・第3木曜日、分館は祝・休日も休館。みずほハスの花図書館は第3木曜日、祝・休日休館

読書まつり

☎特に記載のないものは当日直接会場へ

区	催し名など	時間・対象・定員・申込方法など
中央	中央図書館 ☎287-3980 FAX)287-4074	
	アトリウムでたのしもう	11/13(日)①わらべうたであそぼう=10:00～10:30、 ②大型絵本おはなし会=10:40～11:10、14:00～14:30、 ③紙芝居=11:20～11:50、④外国語おはなし会=14:40～15:10 対象 ①1・2歳児と保護者、②④小学生以下の子どもと保護者 定員 先着①10組・②～④各20人
	みやこ図書館 ☎233-8333 FAX)234-4187	
	わらべうたであそぼう	10/22(土)10:00～10:30 対象 3歳以下の子どもと保護者 定員 先着6組
	親子で楽しむおはなし会	10/22(土)①11:00～11:30、②14:30～15:00 対象 ①3～6歳児と保護者、②小学生と保護者 定員 各先着10組
	白旗分館 ☎264-8566 FAX)268-1032	
花見川	親子おはなし会	10/15(土)14:00～14:30 定員 南部青少年センター 対象 3歳児～小学生と保護者 定員 先着20人
	花見川団地分館 ☎250-5111 FAX)250-5112	
	本だいすき!	10/29(土)10:00～15:00
	親子で楽しむおはなし会	10/29(土)11:00～11:30 対象 3歳児～小学生と保護者 定員 先着10人
	みずほハスの花図書館 ☎275-6330 FAX)275-6351	
	わらべうたであそぼう	10/29(土)10:30～11:30 対象 2歳以下の子どもと保護者 定員 先着8組 ☎電話で
稲毛	おはなし会	10/29(土)14:00～15:00 対象 3歳児～小学生と保護者 定員 先着8組 ☎電話で
	稲毛図書館 ☎254-1845 FAX)284-4795	
	昔なつかし紙芝居	10/22(土)10:30～11:15 定員 先着50人
若葉	手話で楽しむ大型絵本おはなし会	10/22(土)14:00～14:30 対象 3歳児～小学生と保護者 定員 先着20人
	若葉図書館 ☎237-9361 FAX)237-5163	
	つくってあそぼう算数工作	10/15(土)10:00～12:00 対象 3歳児～小学生と保護者
	おはなし会(語り手=①高校生、②おはなしボランティア)	10/15(土)①11:00～11:30、②11:35～12:00 対象 3歳児～小学生と保護者 定員 各先着6組
	西都賀分館 ☎254-8681 FAX)254-8682	
	親子おはなし会	11/5(土)11:00～11:30 対象 3歳児～小学生と保護者 定員 先着4組8人
緑	泉分館 ☎228-2982 FAX)228-0514	
	布表紙のまめ本をつくろう	10/22(土)10:00～11:00 対象 3歳児～小学生 定員 先着20人
	親子おはなし会	10/22(土)11:00～11:30 対象 3歳児～小学生と保護者 定員 先着15人
	緑図書館 ☎293-5080 FAX)293-5100	
	わらべうたであそぼう	11/5(土)①10:00～10:30、②11:10～11:40 対象 ①0・1歳児と保護者、②2・3歳児と保護者 定員 各先着10組
	大型絵本おはなし会	11/5(土)10:30～11:00、11:30～12:00、14:10～14:40 定員 各先着5組
美浜	あすみが丘分館 ☎295-0200 FAX)295-0219	
	親子おはなし会	11/19(土)10:30～11:00 対象 小学生以下の子どもと保護者 定員 先着20組
	美浜図書館 ☎277-3003 FAX)278-4303	
英語で楽しむ親子おはなし会	11/19(土)10:30～11:00、11:30～12:00 対象 4歳児～小学生と保護者 定員 各8組 ☎10/14(金)必着。☎に※を明記して、〒261-0004美浜区高洲3-12-1美浜図書館へ。電子申請も可	
オリジナルタグ作りと秋のおはなし会	11/19(土)14:00～15:30 対象 小学生 定員 10人 ☎10/14(金)必着。☎に※を明記して、〒261-0004美浜区高洲3-12-1美浜図書館へ。電子申請も可	

☎=日程・時間 ☎=場所 ☎=内容 ☎=対象 ☎=定員 ☎=持ち物 ☎=料金 ☎=備考
☎=申込方法 ☎=問い合わせ ☎=はがき ☎=往復はがき ☎=ホームページ ☎=必要事項(15面)
☎=くらし・地域 ☎=健康・福祉 ☎=子育て・教育
☎=魅力・観光 ☎=その他

区	催し名など	日時・対象・定員・申込方法など
美浜	打瀬分館 ☎272-4646 FAX272-4648	
	親子おはなし会	10/27(木)①11:00～11:20、②15:30～15:50 ☎打瀬公民館 ☎①3歳以下の子どもと保護者、②3歳児～小学生（保護者同伴も可） ☎先着①24人・②12人
	英語で楽しむ親子おはなし会	11/5(土)15:30～16:00 ☎打瀬公民館 ☎4歳児～小学生（保護者同伴も可） ☎12人（1家族2人まで） ☎10/14(金)までに電話で。電子申請も可

保存期間が過ぎた雑誌を配布します
まつり当日、中央・みやこ・みずほハスの花・稲毛・若葉・緑図書館、泉・西都賀分館で、不用雑誌（保存期間が過ぎた雑誌）を配布します。

花の美術館

フラワーカレッジ参加者募集

☎稲毛記念館
☎10/10(祝)消印有効。☎（1通1人1講座）に☎を明記して、〒261-0003美浜区高浜7-2-4千葉市花の美術館へ。☎fc-inage-hanabi@worldpark.jpも可
☎稲毛記念館 ☎277-4534 FAX277-4688 月曜日（祝・休日の場合は翌日）休館

教室名	日時・定員・料金
ドライハーブの香るリースづくり	11/8(火)10:00～12:00 ☎12人 ☎3,000円
食養生のためのハーブふりかけ作り	11/16(水)10:00～12:00 ☎15人 ☎2,000円
市民のための寄せ植え教室	11/23(祝)10:00～12:00、13:30～15:30 ☎各12人 ☎2,700円
ノエルリース作り	11/29(火)10:00～12:00 ☎15人 ☎3,500円

ふるさと農園 ☎257-9981 FAX258-1024

月曜日（祝・休日の場合翌日）休館
☎10/5(水)必着。☎（1講座1人1通）に☎を明記して、〒262-0011花見川区三角町656-3千葉市ふるさと農園へ。☎furu-noen@tsukahara-li.co.jpも可

教室名	日時・定員・料金
料理教室「旬の秋野菜を味わう料理」	11/4(金)9:30～14:00 ☎24人 ☎1,500円
刃とぎ教室「包丁の刃とぎ」	11/12(土)10:00～12:00 ☎20人 ☎200円

いきいきプラザ・センター

☎市内在住の60歳以上の方
☎10/1(土)9:30から、①～⑦催しの前日、⑧17日(月)までに電話で、各プラザ・センターへ。FAXも可（☎を明記）

講座名	日時・内容・定員など
中央いきいきプラザ ☎209-9000 FAX209-9006	
①元気向上体操「体の張りやは心の張り」	10/17(月)13:30～15:30 ☎先着25人
蘇我いきいきセンター ☎264-6966 FAX264-6967	
②健康フェスティバル	10/23(日)9:30～12:00、13:00～15:30 ☎脳年齢・骨密度・血管年齢・体組成測定など ☎各先着40人
花見川いきいきプラザ ☎216-0080 FAX216-0083	
③健康フェスティバル	10/19(水)9:30～12:00、13:00～16:00 ☎骨密度・血管年齢測定、健康・生活相談など ☎先着100人
稲毛いきいきプラザ ☎242-8005 FAX242-8175	
④傾聴ボランティア入門講座	10/7(金)・21(金)9:45～11:45 全2回 ☎先着20人
あやめ台いきいきセンター ☎207-1388 FAX207-1368	
⑤健康体力測定会	10/30(日)9:30～11:30、13:30～15:30 ☎握力・長座体前屈・開眼片足立ち・体組成(筋肉率)測定 ☎各先着40人
緑いきいきプラザ ☎300-1313 FAX300-1511	
⑥健康測定会	10/30(日)9:30～11:30、13:30～15:30 ☎血管年齢・骨密度・足指力・握力測定 ☎各先着40人
美浜いきいきプラザ ☎270-1800 FAX270-1811	
⑦脳年齢測定会	10/16(日)9:30～11:30、13:15～15:15 ☎先着64人
⑧「コグニサイズ！楽しく頭と体の体操講座」	10/23(日)10:00～11:30 ☎20人

TIPSTAR DOME CHIBA（千葉競輪場）

公営事業事務所 ☎251-7111 (株)JPF FAX050-3512-3840
PIST6Championship（千葉市営競輪）レース日程

レース名	日程	レース名	日程
千葉市営競輪第6回第4節	10/1(土)・2(日)	千葉市営競輪第7回第3節	10/22(土)・23(日)
千葉市営競輪第7回第1節	8(土)・9(日)	千葉市営競輪第7回第4節	27(木)・28(金)
千葉市営競輪第7回第2節	17(月)・18(火)		

大草谷津田いきものの里自然観察会

クモはおもしろいぞ！

ガイドの解説を聞きながら、普段は見ることのない谷津田の自然や生き物と触れ合ってみませんか。

日時 10月16日(日)10:30～12:00 雨天中止
会場 大草谷津田いきものの里 **定員** 20人
備考 小学3年生以下は保護者同伴。帽子・長袖・長ズボン・長靴を着用。
申込方法 10月5日(水)必着。Eメールで必要事項(15面)のほか、参加者全員の氏名・フリガナを明記して、環境保全課☎kankyohozen.ENP@city.chiba.lg.jpへ。はがき（1通5人まで）、FAXも可。郵送先＝〒260-8722千葉市役所環境保全課
☎環境保全課 ☎245-5195 FAX245-5553

市長と語ろう会

「みんなが輝く 都市と自然が織りなす 千葉市」をテーマに、市長と語ろう会を開催します。この機会に、市長と意見交換してみませんか。各会場とも同じ内容です。

日時	会場
11/5(土)14:30～15:30	穴川コミュニティセンター
5(土)17:00～18:00	美浜区役所
26(土)13:30～14:30	花島コミュニティセンター
26(土)16:00～17:00	蘇我コミュニティセンター
12/11(日)13:30～14:30	千城台コミュニティセンター
11(日)16:00～17:00	土気あすみが丘プラザ

定員 各先着30人
申込方法 開催日前日までに電話で、広報広聴課へ。電子申請、☎kohokocho.CIC@city.chiba.lg.jp、FAXも可(必要事項(15面)のほか、希望会場(1人1会場)、参加者全員の氏名・フリガナを明記)。詳しくは、**市長と語ろう会** ☎
☎広報広聴課 ☎245-5609 FAX245-5796

あなたの意見を市政に！

WEBアンケート

10月1日(土)～10日(祝)、ホームページ上でWEBアンケートを行います。テーマは、「スポーツ施策」「大都市制度(政令指定都市・特別自治市)」「応急手当・救急車の利用」「図柄入りご当地ナンバープレート(自動車)」です。

ちばシティポイントの対象となるほか、抽選で動物公園の施設利用券などをプレゼントします。
参加方法など詳しくは、**千葉市 WEBアンケート** ☎
☎広報広聴課 ☎245-5609 FAX245-5796

救急医療功労者の表彰

永年にわたり本市の休日などの救急医療に尽力された方を表彰し、その功労をたたえました。敬称略

- 中央区** 田邊雄三（そがこどもクリニック）、中島浩一（なかしまクリニック）、仁瓶博史（にへい脳外科）
- 花見川区** 小泉信人（小泉医院）、平岡純（ひらおか内科クリニック）、本田悦功（花園診療所）
- 稲毛区** 河野宏彦（千葉中央外科内科）、新藤寛（新藤医院）、村松俊範（むらまつクリニック）
- 若葉区** 佐藤純彦（さとうクリニック）
- 緑区** 西郡博明（西郡整形外科）、山崎泰明（昭和の森クリニック）
- 美浜区** 笹谷有紀子（海浜幕張眼科）、和田亮一（亀田総合病院附属幕張クリニック）

☎医療政策課 ☎245-5210 FAX245-5554



2022年
デジタルの日
JAPAN
DIGITAL DAYS 2022

みんなでつくる 快適なまち

10月2日(日)・3日(月)はデジタルの日です。テクノロジーを活用した、市などの取り組みを紹介します。
問スマートシティ推進課 ☎245-5362 FAX245-5551

千葉市は、みんなでつくる「快・適」なまち!をキャッチフレーズに、テクノロジーを活用するなどして、市民が「こちよく・ちよどよい」と感じられるまちを目指します。市民の皆さんと目指す姿を共有するため、千葉市スマートシティ推進ビジョンを策定し、ビジョンに基づき行っているさまざまな取り組みを「千葉市スマートシティプロジェクト2022」にまとめました。詳しくは、[千葉市 スマート プロジェクト](#)



あなたが使える制度お知らせサービス

家族構成や生年月日などの市が保有する住民情報を利用して、受給できる可能性のある各種手当や健康診査などについて、LINEを通じて個別に市民へお知らせするサービスが「あなたが使える制度お知らせサービス～For You～」です。

ここが便利!
Useful Function

- 子どもが生まれた、ひとり親になった…登録しておけば、状況に応じたお知らせが届きます!
- 検索や問い合わせの手間が省けます!



【お知らせサービス】
水痘(水ぼうそう)の予防接種(生後12カ月の方がいる世帯へお送りしています。)あなたと一緒に住んでいるお子さんは、「水痘(水ぼうそう)の予防接種」を受けられる可能性があります。
詳しくは、ホームページをご確認ください。
<https://www.city.chiba.jp/...html>

【お知らせサービス】
胃がんリスク検査(ピロリ菌検査)あなたは「胃がんリスク検査(ピロリ菌検査)」を受けられる可能性があります。
詳しくは、ホームページをご確認ください。
<https://www.city.chiba.jp/...html>

手続き漏れも防げます!

対象制度 健康診査、がん検診、予防接種、子育て支援関連手続きなど。10月からは一日人間ドック費用助成、脳ドック費用助成、妊産婦歯科健診が追加され、26制度となります。

対象者 市内に住民登録がある16歳以上の方
登録方法 市公式LINEアカウントから
詳しくは、[千葉市 お知らせサービス](#)



市公式LINEアカウント

問業務改革推進課 ☎245-5797 FAX245-5692

慣れれば簡単! はじめてのスマホ体験講座

まずはスマホに触れよう!

スマートフォン初心者向けの講座を開催します。基本操作やLINEなどのコミュニケーションアプリ・地図アプリ・カメラ・インターネットの利用方法、マイナンバーカードの申請などを、体験しながら学びましょう。

スマートフォンをお持ちでない方へ貸し出しもできます。

区	日時	会場
中央	11月1日(火)午前・午後	松ヶ丘公民館
	11月22日(火)午前	末広公民館
花見川	11月2日(水)午前・午後	検見川公民館
	12月6日(火)午前・午後	花園公民館
稲毛	11月8日(木)午前・午後	小中台公民館
	11月29日(火)午前	緑が丘公民館
若葉	11月10日(木)午前・午後	若松公民館
	12月1日(木)午前	みつわ台公民館
緑	11月17日(木)午前・午後	誉田公民館
	11月24日(木)午前	越智公民館
美浜	11月15日(火)午前・午後	稲浜公民館
	12月8日(木)午前・午後	幸町公民館

午前=10:00~12:30、午後=14:00~16:30

定員 各先着12人

申込方法 10月3日(月)から電話で、スマートシティ推進課へ。

ちばぎんスマホ講習会

スマートフォン初心者向けの講習会です。各種アプリの使い方やマイナンバーカードの申請、防犯などについて学びます。

日時 10月28日(金)10:00~12:00

会場 千葉銀行本店(中央区千葉港1-2)

定員 30人

申込方法 10月14日(金)までに電話で、ちばぎん講習会申し込みダイヤル☎276-3113(平日9:00~17:00)へ。

国家戦略特区での未来技術実証

ドローン宅配や自動運転モビリティなどの実用化に向けた検討や民間事業者による実証実験を支援しています。詳しくは、[千葉市 特区](#)



東京湾臨海部の物流倉庫から、幕張新都心内の超高層マンションまで配送

問国家戦略特区推進課 ☎245-5346 FAX245-5551



店舗で購入した商品を自動走行ロボットがマンションまで配送



カードがあれば、行政手続きや確定申告が、自宅で簡単に!

携帯ショップでマイナンバーカードの申請をサポートしています

市が行っている商業施設などのマイナンバーカード出張窓口のほか、携帯電話キャリアショップでも、マイナンバーカードの申請をサポートしています。携帯電話契約の有無は問いません。

店舗 市内にあるNTTドコモ、KDDI、ソフトバンク、UQスポット、ワイモバイルショップの店舗

サポート内容 顔写真の撮影、申請までの補助やカード受け取りまでの案内

問区政推進課 ☎245-5134 FAX245-5550



千葉県つくたべって?

千葉県つくたべは、生産地と消費地が近い特徴を生かし、「千葉県でつくって千葉県で食べる」を合言葉に、市内のつくる人(生産者・飲食店)と食べる人(消費者)をつなぐ地産地消の取り組みです。

顔写真だけではなく、リアルな顔が見える関係性をつくり、農業が近くにある豊かな生活の実現を目指しています。



千葉県つくたべBOXを販売します



市内で採れた旬の野菜や加工品など、千葉市の「おいしい」が詰まった、千葉県つくたべBOXを販売します。BOXには、旬の味覚を自宅で楽しめるつくたべ特製レシピも同梱します。

また、BOXの食材を使い、ABCクッキングスタジオが開発したレシピをオンラインでLIVE配信します(購入者以外の方も視聴可)。

*一部の食材は、購入者が準備する必要があります。

申込期間 10月1日(出)~12日(休)

発送日 10月19日(休)(収穫状況により変更となる可能性あり)

数量 先着100セット 料金 3,500円

販売方法などはつくたべLINEアカウント(【右記】コードから)でお知らせします。



ABCクッキングスタジオ オンラインレッスン

日時 10月20日(木)20:00から

視聴方法 ABCクッキングスタジオ公式 Instagram (@abccookingofficial) から



詳しくは、千葉県つくたべBOX

農政課 ☎245-5758 FAX245-5884

千葉市のつくたべ!

市内ではさまざまな農産物がつくられています。産地ならではの、新鮮で旬の農産物をおいしくたべませんか?

サツマイモ 旬…10~1月

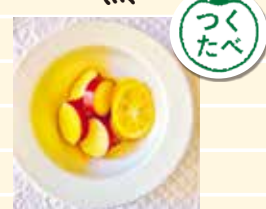


サツマイモの原産地は、メキシコを中心とする熱帯アメリカです。日本では、江戸中期に下総国馬加村(現在の幕張町)でサツマイモの試作に成功し、関東各地に栽培が広まりました。現在、千葉県の収穫量は全国第3位です。

サツマイモは低温に弱いので、冷蔵庫での保存に向いていません。また、掘りたてをすぐに食べるのではなく、ひと月ほど置いておくと、サツマイモ内部のでんぷんが糖に変換されるので、甘みが増えてより美味しく食べることができます。

Recipe サツマイモのはちみつレモン煮

- 〈材料〉2人前
- さつまいも…300g 水…200ml
- はちみつ…大さじ2 レモン汁…大さじ2
- 塩…少々
- レモンの輪切り…2枚(あれば)



- ①さつまいもは皮つきのまま、1センチくらいの輪切りにして水にさらす。
- ②鍋に①、水、はちみつ、塩を入れ、落とし蓋をして中火にかける。
- ③ひと煮立ちしたら弱火にし、煮汁が半分になるまで煮る。
- ④レモン汁とレモンの輪切りを加え、弱火で煮汁がなくなるまで煮て、完成。冷めても美味しいので、お弁当にも。バニラアイスなどを乗せてスイーツにもどうぞ。

レシピ監修(千葉県つくたべ推進店) = タンジョウファームキッチン(花見川区大日町1399-2)

動物公園日誌

日直 ユメタ (マレーバク)



ユメタ

ぼくはユメタ。2006年7月26日に動物公園で生まれたんだ。見て!ぼくの体の色、白と黒のツートンカラーでカッコいいでしょ? 子どものころはてきに見つかりにくい、ウリボウに似た白い点々もようなんだけど、半年くらいで色が変わるんだ。

ごはんは鼻を使って、ぼくそうやえだ葉のほか、リンゴやオレンジ、キャベツなどを食べているよ。鼻がのびちぢみするから、べんりなんだ。

動物公園 ☎252-1111 FAX255-7116

じつはぼく、自分のにおいがしないとふあんになって、つついおしっこをスプレーみたいにとばしちゃうんだ。8メートルくらいとぶときもあるから、しいくいんさんはぼくのななめ後ろを歩いているよ。

そうそう、ぼくにはカナエっていうステキなパートナーがいるんだ!

カナエが近くにいるとうれしくて、走り回ったり池にとびこんだりしちゃうんだけど、はしゃぎすぎていつもカナエをびっくりさせちゃうみたい。だから、こんどはゆっくり近づいて決めてるんだ。…あ!!カナエが来たみたいだから、またね!

カナエ~!!待ってよ~!! (ドタドタバシャーン)



カナエ

財源確保のため広告を掲載しています。なお、広告内容などは千葉県が推奨するものではありません。

住宅型有料老人ホーム

アビタシオン千葉

介護実績約40年の経験と安心

入居者募集中!

前川清さん出演テレビCM TBS「サンデーモーニング」で放送中!

アビタシオン ホームページでも公開中

0120-17-2617 受付時間(年中無休) AM9:00~PM5:00 JR鎌取駅より徒歩4分 千葉県緑区辺田町2番地12

●介護保険の種類/千葉県指定介護保険特定施設(一般型特定施設)●土地・建物の権利形態/賃借●居室数/174室●居室タイプ/19.80~51.51㎡ ●居室区分/全個室●介護に係る職員体制/2.5:1以上●事業主体・運営管理会社/株式会社アビタシオン●居住の権利形態/利用権方式 ●利用料の支払い方式/選択方式(全額前払い方式、一部前払い方式、一部月払い方式、月払い方式)●入居時の要件/満65歳以上(自立・要支援・要介護)

ケアハウス 若葉園

入居者募集中

若葉園は自由に自立した生活を長く続けていただくためのお住まいです。

若葉園は、利用料・サービス・設備等、市の基準に従って運営しており、ご収入に応じて助成があります。利用料金の差はこれによるものです。早めに、住み替えて、健康寿命を楽しんでください。先々必要な時は介護認定を取り、職員ヘルパー対応で、住み続けられるようにしています。

ご利用の条件	利用料金	サービス
<ul style="list-style-type: none"> ●60歳以上(ご夫婦の場合どちらか60歳以上であれば可) ●ご入居時自立の方 ●保証人2人 	<ul style="list-style-type: none"> ●入居時お預かり金(保証金) 300,000円 ●月額利用料 87,895~123,795円 ※居室電気料金はご自分の負担です。 	<ul style="list-style-type: none"> 栄養士による毎日の食事・行事食/入浴用意/日常生活支援 緊急時対応/相談事のお手伝い 一人居室22平米 トイレ洗面所台所(IH)

社会福祉法人若葉会 ケアハウス 若葉園 職員も募集しております! 千葉県若葉区都賀2-13-1

☎043-231-2088 ケアハウス若葉園 検索

JR(千葉県都市モノレール)都賀駅 徒歩5分、貝塚IC下り出口から1.5km HP: http://www.wakabaen.jp/



地域で運動を始めよう!

ヘルスサポーター養成教室



自ら健康づくりのための運動を実践し、地域へ広める「ヘルスサポーター（健康づくり支援者）」を養成する教室です。ウォーキングやラジオ体操など、健康づくりのための運動について学び、地域ではじめませんか。

日時	11月7日～21日の月曜日10:00～11:30 全3回	対象	運動習慣を身につけ、地域で自主的に運動を継続したい方
会場	中央保健福祉センター12階	定員	先着10人
内容	ウォーキングやラジオ体操などの運動実技のほか、健康づくりのためのミニ講義やグループワークを行います。自分にあった運動（健康的な生活習慣）を続けていくための知識や方法を学びます。	持ち物	飲み物、筆記用具、動きやすい服装でお越しください
		備考	ちばシティポイント対象事業
		申込方法	電話で、中央保健福祉センター健康課へ。

☎中央保健福祉センター健康課 ☎221-2582 ☎221-2590



蘇我コミュニティセンターの催し

手作り甲冑教室 木曜コース
 10月6日～12月22日の木曜日（10月13日、11月3日、12月8日を除く全9回）18:00～20:30
 先着10組
 14,400円（要別途材料費）
料理教室～五平餅・しきしき～
 10月22日（土）10:00～13:00
 先着10人
 1,800円*メニューは変更する可能性があります。
 直接または電話で、蘇我コミュニティセンター ☎264-8331
 同センター ☎前記 ☎265-2796

蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館の催し

キッズ運動スクール（エリートキッズ）
 秋は運動会の季節！かけっこのコツの練習も盛り込んだレッスンで楽しく運動しよう
 10月1日・15日、11月5日・19日、12月3日・17日の土曜日。就学前児クラス14:30～15:30、小学生クラス15:45～16:45
 先着10人
 1,650円
 直接または電話で、蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 ☎420-8001
 同分館 ☎前記 ☎420-8002

パパのための育児相談

乳幼児の育児のことで心配なことや不安なことはありませんか。自分の子育てがこれでよいのか、子どもの発達が心配など、男性心理士が個別相談に応じます。

日時	10月25日（火）13:30～15:20
会場	中央保健福祉センター12階
内容	男性心理士による個別相談
対象	乳幼児の育児について相談希望のある父親
定員	先着2組
備考	子ども連れの方はお知らせください。
申込方法	電話で、中央保健福祉センター健康課へ。

☎中央保健福祉センター健康課 ☎221-2581 ☎221-2590

講演会「ママとパパのセルフコントロール～怒りと上手に付き合う方法」

子どもを怒りすぎてしまう、子育てのなかで感じる怒りをどうしていいかわからないなど。子育て中の気持ちやセルフコントロールについて学んでみませんか。

日時	11月16日（水）10:00～12:00
会場	中央保健福祉センター12階
内容	心理士による講演会
対象	乳幼児の保護者
定員	先着18組
備考	託児あり（定員＝4人）
申込方法	電話で、中央保健福祉センター健康課へ。

☎中央保健福祉センター健康課 ☎221-2581 ☎221-2590

認知症サポーターステップアップ講座

認知症サポーター（「認知症サポーター養成講座」を受講し、「オレンジリング」または「認知症サポーターカード」を受け取った方）を対象とした講座です。

日時	11月18日（金）13:00～17:00
会場	中央保健福祉センター15階
内容	認知症の基礎知識や認知症の人に寄り添ったボランティア活動についての講義など
対象	市内在住・在勤・在学・在学の認知症サポーター養成講座修了者で、本講座終了後にボランティア活動が可能な方
定員	先着15人
備考	ちばシティポイント対象事業
申込方法	電話で、社会福祉協議会中央区ボランティアセンターへ

☎社会福祉協議会中央区ボランティアセンター ☎221-2177 ☎221-6077
 地域包括ケア推進課 ☎245-5267

参加者募集 「パパ・ママのための赤十字救急法スクール」

幼児期に起こりやすい事故の予防や手当の方法、かかりやすい病気と看病の仕方などを学びませんか。

日時	10月29日（土）10:00～12:00
会場	中央保健福祉センター15階
対象	区内在住で乳幼児を持つ保護者
定員	先着20人
費用	100円（保険代）
備考	動きやすい服装で。託児なし
申込方法	電話で、中央区赤十字奉仕団事務局へ。

☎中央区赤十字奉仕団（市社会福祉協議会中央区事務所内） ☎221-2177 ☎221-6077

市美術館コレクション探訪

深斎英泉《浮世四拾八手 ひめきをたのしみにみる手》1821～22（文政4～5年）頃



若い娘が髪結（かみゆい）に髪を結ってもらっている姿。題からすると、これから芝居に出かけて、ひいきの役者を見るのを楽しみにしているようです。髪結を呼び、特別オシャレをして出かけたという、華やいだ気分なのでしょう。眉をそりお歯黒をした髪結は、舌を出して湿り気を与えながら元結（もとゆい）を結んでいるところ。髪に飾るための赤い鹿子絞（かのこしば）りの手絡（てがら）を持ち、結んでもらおうと待っている娘の様子が、なんとも可愛らしいですね。10月は、美人画の名手であった浮世絵師・深斎英泉の特集展示をおこないます。この秋は美術館で、艶やかな美人図にぜひ心癒されてください。（常設展示室にて10月5日（火）～11月6日（日）展示）

健康ひろば

中央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・教室名など	日時	対象者・内容など	定員	申込	
相談	栄養相談	10/7（金）・13（木）・18（火）・27（水） 9:30～14:30	対象＝乳児から高齢者 管理栄養士による個別相談。離乳食の困り事などの相談も応じています。（会場＝きばーる13階）	各4人	②
	歯科相談	①10/14（金）・21（金）9:30～15:00 ②10/21（金）9:30～15:00	対象＝①成人、②乳幼児 歯科衛生士による個別相談。	①各4人 ②8人	②
	精神保健福祉相談	10/13（木）10:00～12:00 10/24（月）14:00～16:00	対象＝こころの健康でお悩みの方または家族 憂うつ、眠れない、不安などの悩みについて、専門家が相談に応じます。	各3人	③
	スモールベビーの会	11/9（水）10:00～11:30	対象＝出生時体重1,500グラム以下の就園前児と保護者 体重1,500グラム以下で生まれた子どもを育てる保護者の交流の場です。同じ立場の保護者同士で情報交換しませんか。	6組	①
教室	食事セミナー 元気幸（高）齢者になるための実践教室（単発コース）	10/17（月）13:30～15:00	対象＝区内在住の65歳以上の方 食事バランスの話、簡単レシピ紹介、調理初心者向け。（調理実習はありません）	20人	②
	離乳食教室	10/24（月）13:00～14:00	対象＝第1子で6～8カ月の子どもの持つ母親および家族。離乳食の2回食、3回食への進め方や作り方の話。ミニ個別相談も実施しています。	15組	②

☎中央保健福祉センター（中央区中央4-5-1きばーる12階）
☎10月3日（月）9:00から電話で、中央保健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 中央区健康課 ☎

☎ ①すこやか親子班 ☎221-2581 ②健康づくり班 ☎221-2582 ③こころと難病の相談班 ☎221-2583 ☎221-2590

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。

中央区役所 ☎043-221-2111（代表） ☎260-8733 千葉市中央区中央4丁目5番1号（きばーる11階） ☎千葉市 中央区役所 ☎ 区版編集 中央区役所地域振興課 ☎043-221-2102 ☎043-221-2159

記号の見方は☎15面参照 特に記載のないものは10月3日（月）から受け付け

各種相談案内

くらし相談…日常生活上の心配ごと
 月～水・金曜日 9:00～16:00
 木曜日 9:00～15:00
 交通事故相談…損害賠償や示談の進め方
 火曜日 9:00～15:00
 金曜日 9:00～16:00
 *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
 10月3日（月） 9:00～16:00

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
 毎週木曜日、10月24日（月）
 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。
 *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
 10月17日（月） 10:00～15:00
 10月3日（月）9:00から電話で申し込み（先着8人）

相談はすべて無料。
中央区役所（きばーる11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 中央区地域振興課
☎221-2106 ☎221-2179

今月の区役所休日開庁日

10月9日（日）9:00～12:30



はなみがわ

花見川区設置から30周年を迎えました

人口:177,072人 前月比36人減 (男87,065人 女90,007人)
世帯数:83,057世帯 (2022年9月1日現在)

参加者募集

JEF UNITED **一緒に健康づくり教室**

簡単な運動と脳トレを組み合わせたライフキネティックを行います。このエクササイズはプロサッカーチームにも取り入れられています。強度を調節できるので幅広い年代の人に活用でき、認知機能低下予防や身体機能向上にも有効です。椅子に座ったままでも可能なエクササイズが多いです。

体と脳を使った動作を楽しみながら体験してみませんか。

日時 11月22日・29日、12月6日・13日の火曜日10:00~11:00 全4回

会場 花見川保健福祉センター

対象 市内在住の65歳以上の方(要支援・要介護認定者除く)

定員 30人(初めての方優先)

料金 400円

申込方法 10月14日(金)必着。往復はがきに必要事項(5面)のほか、会場、生年月日を明記して、〒260-8722千葉市役所健康推進課へ。電子申請も可。

☎健康推進課 ☎245-5146 ☎245-5659

参加者募集 ~血糖値が気になる方の教室~

糖尿病は初期の段階では自覚症状がなく、放置すると症状が悪化してしまいます。糖尿病は予防が大切です。正しい知識を持ち、ご自身のために、ご家族のために、健康的な生活習慣を身につけてみませんか。

日程(全5回)	内容
10月24日(月)	医師講演会「この機会に正しく知りましょう!糖尿病~ちょっとした知識と意識からできる予防~」
10月31日(月)	管理栄養士による食事の話「そうだ、食生活を見直そう」
11月7日(月)	歯科医師講演会「歯周病は血糖値を上げる?!~健康はよいお口から~」
11月14日(月)	トレーナーによる運動実習「運動習慣はこれで身につく!三日坊主とは言わせない!」
11月21日(月)	バランスを意識した献立の演習「やってみて、気づくこともあるんです」

*講演会のみ参加もできます。

時間 13:30~15:30

会場 花見川保健福祉センター

対象 糖尿病予備群の方、血糖値が境界域の方、および家族

定員 先着16人

申込方法 10月3日(月)9:00から電話で、花見川保健福祉センター健康課へ。

☎花見川保健福祉センター健康課 ☎275-6296 ☎275-6298

花島公園

健康づくり運動講習会

専門の講師による、普段から実践できる正しい動作での歩き方や公園の健康遊具を利用した健康づくりの講習会を開催します。

緑豊かな公園の中で伸び伸び体を動かしてみませんか。

日時 10月17日(月)10:00~11:30 雨天中止

会場 花島公園(花見川区花島町308)

定員 先着20人

料金 駐車場200円

申込方法 10月3日(月)9:00から電話で、花見川・稲毛公園緑地事務所 ☎286-8740へ。☎hanamigawa-inage.URP@city.chiba.lg.jpも可(☎を明記)。

☎同事務所 ☎前記 ☎286-8827

11/5(土)開催 **花見川区 魅力発見ウォーキング** **参加者募集!**

歴史ある神社仏閣など区内の魅力的な観光スポットを巡ります。ガイドによる詳しい説明を聞きながら、花見川区の新たな魅力を発見しましょう。

日時 11月5日(土)9:00~12:00 雨天中止

内容 JR幕張駅改札外集合、京成電鉄検見川駅解散。愛宕神社、検見川神社、善勝寺、三峯神社、広徳院などを徒歩で巡ります(約2.7キロメートル)

対象 区内在住・在勤・在学の方

定員 25人

注意事項

- コースの一部に階段や坂道などがあります。
- 車いす、ベビーカーでの参加はできません。
- コースは変更することがあります。

申込方法 10月14日(金)必着。往復はがきに参加者全員(1通3人まで)の必要事項(5面)を明記して、〒262-8733花見川区役所地域振興課へ。☎chiikizukuri.HAN@city.chiba.lg.jpも可。

☎花見川区地域振興課地域づくり支援室 ☎275-6203 ☎275-6799

パパ・ママ&じいじ・ばあばのための

赤十字救急法スクール

幼児期に起こりやすい事故の予防や手当ての方法、かかりやすい病気と看病の仕方などを学びませんか。

日時 11月12日(土)10:00~12:00

会場 花見川保健福祉センター

対象 区内在住で乳幼児を持つ保護者

定員 先着10人

費用 100円

備考 動きやすい服装でお越しください。当日、健康チェック票をご記入いただきます。

申込方法 電話で、花見川区赤十字奉仕団事務局へ。

☎花見川区赤十字奉仕団事務局(市社会福祉協議会花見川区事務所内) ☎275-6438 ☎299-1274

お知らせ

畑コミュニティセンター

①第42回畑コミュニティまつり

☎10月16日(日)10:00~16:00

☎絵画や書、手編みやフラワーなどの作品展示、舞踊やダンスなどの演芸会、新鮮野菜の即売を予定しています。

☎まつり開催に伴い、10月15日(土)・16日(日)・17日(月)は本館・体育館とも通常の利用はできません。

☎当日直接会場へ

☎同センター ☎273-5454 ☎271-4894

幕張コミュニティセンター

初心者向けのスマホ教室

☎10月24日(月)9:30~10:30

☎5人

☎10月17日(月)までに、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

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・講演会名	日時	内容・対象など	定員	申込	
相談	栄養相談	10/5(水)・11(水)・21(金)・24(月)9:30~15:00	離乳食や生活習慣病予防などの食事について、管理栄養士が相談に応じます。*特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
	歯科衛生士による ①成人歯科相談 ②子どもの歯科相談	10/7(金)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
	健康相談	10/11(水)・24(月)10:00~14:30	生活習慣病予防や健診結果の見方、禁煙、介護予防などについて、保健師が相談に応じます。*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	10/11(水)10:00~12:00、28(金)14:00~16:00	精神科医による相談。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
教室	離乳食教室	10/21(金)13:00~14:00または14:30~15:30	2・3回食の離乳食の進め方のお話しと簡単だしのデモ、離乳食の体験を行います。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
	若返り食事セミナー「簡単!時短!バランスランチ」	10/25(水)13:30~15:30 会場=さつきが丘公民館	食習慣を見直して65歳からを元気に過ごすための教室です。料理初心者でも手軽にできる調理法などについてお話しします。対象=65歳以上の方。	10人	②
	ちばしいいきき体操体験教室	10/28(金)10:00~12:00	椅子に座ってDVDを観ながら行うおもりの使った筋力体操(体験ではおもりは使用せず)と、口の体操を行います。	10人	②
	母親&父親学級	①11/4(金)9:30~12:00もしくは13:00~15:30 ②11/11(金)9:30~12:00 全2回	妊娠や出産・育児についての講義や実習を行います。対象=来年2~3月までに産を迎える方とパートナー。 申込締切=10/14(金)	各10組	①
	若返り食事セミナー「骨コツ!骨美人」	11/9(水)13:30~15:30	高齢期の生活習慣の見直しや骨粗鬆症予防を目指す教室です。栄養講話、体組成測定、運動実習などを行います。対象=65歳以上の方。	10人	②
講演会	「腎臓ってどんな役割がある?~腎臓に関する病気とその予防~」	10/19(水)13:30~15:00	腎臓の働きや仕組み、日常生活における注意点などについての医師による講演があります。	25人	②
	小児科医講演会「子どもの病気と事故予防」	10/25(水)13:30~15:00	対象=乳児を子育て中の保護者および家族。または妊娠中の方。 *1歳未満の子ども連れ可。	12組	①

☎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)
☎10月3日(月)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、☎千葉市 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

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。

花見川区役所 ☎043-275-6111(代表) 〒262-8733 千葉市花見川区瑞穂1丁目1番地 ☎千葉市 花見川区役所 ☎ 区版編集 花見川区役所地域振興課 ☎043-275-6157 ☎043-275-6719

記号の見方は(5面)参照 特に記載のないものは10月3日(月)から受け付け

各種市民相談 無料

☎電話相談も可

☎暮らし相談...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
金曜日 9:00~16:00

☎行政相談...行政活動全般に関する相談
10月4日(火) 9:00~16:00
*面談希望の方は、あらかじめお電話ください。不定休があります。

☎相談は面談のみ

☎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、10月26日(水)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
10月19日(水) 10:00~15:00
10月5日(水)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暮らし安心室
☎275-6213 ☎275-6799

今月の区役所休日開庁日
10月9日(日)9:00~12:30



いなげ

稲毛区設置から30周年を迎えました

人口:160,298人 前月比7人減 (男80,049人 女80,249人)
世帯数:76,463世帯 (2022年9月1日現在)

稲毛区民まつりを開催します

区民の手づくりイベント「稲毛区民まつり」を3年ぶりに開催します。感染症対策を行いながら、子どもから大人まで楽しめる催しや出店をたくさん用意しています。ご家族・お友達を誘って、ぜひご来場ください。



- 日時** 10月16日(日)10:00~14:00 荒天中止
- 会場** 穴川中央公園(稲毛区役所隣)ほか
- 内容** ステージ(舞踊・和太鼓など)、ミニゲーム、ミニSL、スポーツ体験、模擬店など
- 備考** 来場の際は公共交通機関をご利用ください。プログラムなど詳しくは、チラシ・ポスター・ホームページでお知らせいたします。



ご来場される方はコロナ対策にご協力ください。



飲食時以外
マスク着用



飲食は決められた場所で
(食べ歩きは禁止)



会場内での
大声禁止

- 発熱など体調不良の方は来場をご遠慮ください。
- 検温・消毒およびマスク着用にご協力をお願いします。
- 人と人との間隔の確保にご協力をお願いします。
- 飲食は「飲食スペース」でのみ可能です。飲食時は黙食し、マスクを外しての会話はご遠慮ください。

稲毛区民まつり実行委員会事務局(稲毛区役所地域振興課内) ☎284-6105 ☎284-6149
chiikizukuri.INA@city.chiba.lg.jp

歩け稲毛!健康ウォーキング

~秋を感じながら文教のまち稲毛を巡る~

歩くことは運動の基礎です。長い自粛生活が続き、運動不足を感じている方はいませんか?最近歩くのが遅くなったな...という方は要注意です。ウォーキングから運動を始めてみましょう。

内容 稲毛保健福祉センターから、西千葉公園~千葉大学正門前~外周~千葉経済大学を巡り、稲毛保健福祉センターに戻る約4.8キロメートルのコースです。土のうステーション見学や地域の防災についてのミニ講話もあります。

日時 11月5日(土)9:30~13:00

定員 先着60人

集合・解散 稲毛保健福祉センター

集合時間は、予約申込後にご連絡します。

申込方法 電話で、稲毛保健福祉センター健康課へ。

稲毛保健福祉センター健康課

☎284-6494 ☎284-6182

稲毛区地域活性化支援事業 Vol.3

~地域の活性化のために活動している各団体を紹介します!~

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に対して、活動資金などの支援を行っています。

団体名 認定特定非営利活動法人まちづくりスポット稲毛

活動内容 人と人が出会う場を作り、市民・NPO・企業・行政が連携しながらまちを元気にする活動に取り組んでいます。

主な活動場所 まちづくりスポット稲毛(フレスポ稲毛内)

活動の様子をお見せします!

子ども育成事業として、絵本の読み聞かせとあそびうた・土曜日学校・壁画ワークショップを開催しています。また、シニアリーダー体操などのシニア向け事業も展開し、地域のつながりをつくります。



稲毛区地域振興課 ☎284-6105 ☎284-6149

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・講演会など	日時	内容・対象など	定員	申込	
相談	栄養相談	10/6(木)・13(木)・19(水)・28(金)・11/2(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
	禁煙相談・健康相談	10/13(木)・28(金)・31(月)・11/4(金)9:30~14:40	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。	各4人	②
	歯科衛生士による 歯科相談 ①大人②子ども	①10/21(金)9:30~14:40 ②10/24(月)9:30~15:00	①歯周病予防など歯の健康についての個別相談 ②乳幼児の歯みがき、むし歯予防についての個別相談	①4人 ②9組	②
	精神保健福祉相談	10/27(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組	③
講演会	イヤイヤ期と上手に付きあうために	10/19(水)10:00~11:45	臨床心理士による2歳児の特徴と関わり方についての講演会。対象=1歳6カ月児~2歳児を持つ保護者。託児先着4人まで	10人	①
	アンガーマネジメント	11/2(水)10:00~11:45	臨床心理士による、感情のコントロール、特にイライラや怒りのコントロールについて、ZOOMでの講演会。詳しくは、ホームページから。対象=就学前児の保護者。	10組	①

稲毛保健福祉センター(稲毛区穴川4-12-4)
☎10月3日(月)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 ☎284-6496

食の実践教室 「減塩について学ぼう」

自身や家族の健康のために美味しい減塩について学んでみませんか?減塩レシピのデモンストレーションや家庭の味噌汁の塩分計測もできます。

日時 11月2日(火)13:00~15:00

場所 稲毛保健福祉センター

対象 区内在住の高血圧が気になる方など

定員 先着15人

申込方法 電話で、稲毛区保健福祉センター健康課へ。

稲毛区保健福祉センター健康課

☎284-6494 ☎284-6496



穴川コミュニティセンター

穴川コミュニティセンターまつり

穴川CC開館セレモニーや、催し物、野菜販売など行います。

☎10月1日(土)10:00~17:00

同センター ☎284-6155 ☎284-6156

長沼コミュニティセンター

健康チャレンジフェスタ

体操体験会、ソフトパラフェンシング体験会を実施します。併せて健康測定・相談も行います。ぜひご参加ください。

☎10月23日(日)10:00~12:00

体操体験会のみ先着15人

☎直接または電話で、長沼コミュニティセンター ☎257-6731

*定員に満たない場合、当日参加可能。

同センター ☎前記 ☎257-6732

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
10月4日(火) 9:00~16:00

法律相談...相続・離婚・訴訟など

金曜日、10月25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までに電話で申し込み。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

10月18日(火) 10:00~15:00

10月4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 ☎284-6189

今月の区役所休日開庁日

10月9日(日)9:00~12:30

主な開庁窓口 市民総合窓口課
市税出張所



知ろう! 防ごう! オーラルフレイル (お口の機能低下)

ささいなお口のトラブル(むせる、食べこぼす、滑舌が悪いなど)、「まだ大丈夫!」と過信は危険。見過ごしていると食生活や身体の健康にも影響します。早めに気づき、お口のケアに取り組んでオーラルフレイル予防しましょう!



歯っぴー健口教室

日時 10月19日、11月2日～16日の水曜日 13:30～15:30 全4回
会場 若葉保健福祉センター
内容 歯科衛生士によるミニ講座、お口の手入れ方法、健口体操、音楽療法
対象 区内在住で65歳以上の方
定員 先着12人
申込方法 電話で、若葉保健福祉センター健康課へ
☎233-8714 ☎233-8198

パパ・ママのための 赤十字救急法スクール

幼児期に起こりやすい事故の予防および手当ての方法、かかりやすい病気と看病の仕方などの知識と技術を学びませんか。

日時 11月12日(土)10:00～12:00
会場 若葉保健福祉センター
対象 区内在住で乳幼児を持つ保護者
定員 先着12人
費用 100円(保険代)
備考 動きやすい服装で。託児なし。
申込方法 電話で、若葉区赤十字奉仕団事務局(市社会福祉協議会若葉区事務所内)へ。
☎233-8181 ☎233-8171

認知症サポーターステップアップ講座

認知症サポーター(「認知症サポーター養成講座」を受講し、「オレンジリング」または「認知症サポーターカード」を受け取った方)を対象とした講座です。

日時 10月27日(木)13:00～17:00
会場 若葉保健福祉センター
内容 認知症の基礎知識や認知症の人に寄り添ったボランティア活動についての講義など
対象 市内在住・在勤の認知症サポーター養成講座修了者で、本講座終了後にボランティア活動が可能な方
定員 先着20人
申込方法 電話で、社会福祉協議会若葉区ボランティアセンターへ。
☎233-8181 ☎233-8171
地域包括ケア推進課 ☎245-5267

講座参加者にはちばシティポイントをプレゼントします



加曽利貝塚と新博物館をつなぐ ルート開発に関するワークショップ

加曽利貝塚縄文遺跡公園と坂月川対岸の小倉町内に新しく整備する博物館をつなぐルートについて、快適性や景観性などさまざまな観点から考えます。

日時 10月29日(土)14:30～16:30、来年1月予定 全2回
会場 都賀コミュニティセンター
定員 30人程度
申込方法 10月12日(木)必着。往復はがきに必要事項(15面)のほか、性別、職業、応募動機を記載して〒260-8730中央区問屋町1番35号千葉ポートサイドタワー11階新博物館整備室へ。FAX、Eメールも可。

☎245-5949 ☎245-5993
shinhakubutsukan.EDL@city.chiba.lg.jp

参加者募集 フレイル予防教室～健康100歳目指して～

機能低下の悪循環を断ち切り、元気に100歳を目指すための身体づくり、転倒予防について学ぶ教室です。

日時 ①10月27日(木)・②11月8日(火)・③17日(木)・④22日(火)13:30～15:30 全4回
会場 若葉保健福祉センター
内容 ①医師による講演、②保健師・栄養士の話、③歯科医師講演会・口腔ケアの話、④運動実習 *講演会のみ参加も可能です。
対象 区内在住で65歳以上の方
定員 先着15人
申込方法 電話で、若葉保健福祉センター健康課へ。
☎233-8714 ☎233-8198



千葉市・東京情報大学共催 市民公開講座

パソコンを使った実習講座を東京情報大学で行います。

①スグにできる! デジタル・アニメーション
日時 11月1日(火)13:10～14:40
②SNSを活用した情報収集術～情報の真偽を見極める～
日時 11月6日(日)13:30～15:00
場所 東京情報大学(若葉区御成台4-1)
定員 各先着30人
①10月28日(金)②11月2日(木)までにホームページから「東京情報大学」電話も可。
☎236-4710 ☎236-1251



都賀コミュニティセンターの催し

脳トレ運動
～笑顔で楽しく脳の機能をアップ～
☎10月3日(月)・17日(月)9:30～10:30 全2回
☎成人
☎先着15人
☎1回500円
☎直接または電話で、都賀コミュニティセンター☎233-4211☎233-8204も可(必要事項を15面を明記)。

千城台コミュニティセンターの催し

第32回千城台コミュニティまつり
当館で活動しているサークルが日頃の成果を発表し、地域の方々と交流を深める祭典です。隣接する若葉文化ホールではサークル支援フェスティバルも併催します。
☎10月15日(土)10:00～16:00、16日(日)10:00～15:00
☎千城台コミュニティセンター☎237-2241 ☎237-9213

各種相談案内 無料

くらし相談…家族の問題や心配ごと
月～木曜日 9:00～16:00
金曜日 9:00～15:00
交通事故相談…損害賠償の諸問題など
月・木曜日 9:00～16:00
*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・独立行政法人への要望や意見など
10月7日(金) 9:00～16:00
法律相談…相続、離婚などの諸問題
毎週水曜日、10月28日(金) 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。
*裁判所で訴訟・調停中のものについては、受け付けできません。
住宅相談…不動産売買などの諸問題
10月21日(金) 10:00～15:00
*10月7日(金)9:00から電話で申し込み(先着8人)。

会場は若葉区役所1階市民相談室。
12:00～13:00は相談を行いません。

申込先・問い合わせ
若葉区地域振興課くらし安心室
☎233-8123 ☎233-8163

今月の区役所休日開庁日

10月9日(日)9:00～12:30

健康ひろば

若葉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。参加する方は、体調を確認の上、お越しください。



相談・教室・講演会名	日時	対象・定員	内容など	申込
相談	栄養相談	10/5(木)・13(木)・17(月)・25(火) 9:30～14:00	管理栄養士による離乳食や生活習慣病などの個別相談。特定保健指導を受けている方はご遠慮ください。	②
	歯科相談	10/11(火)14:00～15:00、 21(金)・26(水)10:30～14:00 10/21(金)・26(水)9:30～15:00	成人 定員=各3人 乳幼児 定員=各11人 虫歯予防や歯周病予防など、歯についての個別相談。口臭が気になる成人の方は、口臭測定もできます。	②
	健康・禁煙相談	10/25(火)9:30～14:00	成人 定員=4人 生活習慣病についての相談や健診の結果の見方。禁煙に向けての支援・情報提供。	②
	精神保健福祉相談	10/27(木)9:30～11:30	心の健康でお悩みの方または家族 定員=3人 専門医による憂うつ・眠れないなど悩みについての相談。	③
教室	シニアのための食事セミナー	①10/14(金)、②11/2(火) 10:00～12:00	65歳以上の方 定員=各10人 ①カルシウムと運動②バランスの良い食事をテーマに、食生活の話や簡単レシピの紹介をします。	②
	母乳教室	10/21(金)13:30～15:30	母乳育児に関心のある妊婦とそのパートナー 定員=10組 助産師による母乳育児の講義。対象=出産予定日が来年1月ごろまでの方	①
	離乳食教室	10/28(金)13:00～14:00	第1子で6～8カ月児の保護者 定員=15人 離乳食(中期・後期)の具体的な進め方・作り方の説明を行います。	②
講演会	母親&父親学級	妊娠編=10/31(月) 出産編=11/7(月) 13:00～15:30 全2回	妊婦とそのパートナー 定員=14組 妊娠期の生活・出産についての学習。持ち物=母子健康手帳、応援プラン。出産編は、動きやすい服装で。対象=出産予定日が来年2月ごろまでの方	①
	講演会～知っておこう! 眼の病気～	10/17(月)13:30～15:00	成人 定員=20人 医師による加齢に伴う目のトラブル、受診のタイミングについての講演。	②
	育児講座	10/26(火)13:30～15:00	乳児を持つ保護者 定員=15人 *子ども同伴も可。 テーマ=子どものかかりやすい病気と事故予防について小児科医による、乳幼児期にかかりやすい病気や事故への対応についての講演。	①

☎若葉保健福祉センター(若葉区貝塚2-19-1)

☎10月3日(月)9:00から電話で、若葉保健福祉センター健康課各班へ

いずれも予約制(当日受付不可)

詳しくは、☎千葉市 若葉区健康課

☎①すこやか親子班☎233-8191 ②健康づくり班☎233-8714 ③こころと難病の相談班☎233-8715 ☎233-8198

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。

若葉区役所 ☎043-233-8111(代表) 〒264-8733 千葉市若葉区桜木北2丁目1番1号 ☎千葉市 若葉区役所

区版編集 若葉区役所地域振興課 ☎043-233-8120 ☎043-233-8162

11/6日 第30回 緑区ふるさとまつり

3年連続で中止となっていた緑区ふるさとまつりを4年ぶりに開催します！ステージや模擬店をはじめ、子どもから大人まで伸び伸びと遊べる楽しいイベントを多数企画していますので、ぜひお越しください。

日時 11月6日(日)10:00~14:00 雨天中止
会場 昭和の森太陽の広場
内容 ステージ(舞踊・和太鼓など)、伝承遊び、ミニゲーム、軽スポーツ(グラウンドゴルフなど)、フリーマーケット、模擬店など

注意事項

- ・駐車場は有料(普通車400円)です。駐車台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。
- ・当日は無料バスを運行します。公共交通機関と併せてご利用ください。
- ・無料バスの時刻表や新型コロナウイルス感染症対策の詳細については、パンフレット(緑区地域振興課、区内の公民館で10月中旬から配布)または市ホームページをご確認ください。 [緑区ふるさとまつり](#)

新型コロナウイルス感染症拡大防止について

- ・検温・消毒およびマスクの着用をお願いします。
- ・入場受け付けにてリストバンドを配布します。必ず入場受け付け口から入場し、会場内ではリストバンドの着用をお願いいたします。
- ・食事は飲食スペースでのみ可能です。(飲酒は不可)

緑区ふるさとまつり実行委員会事務局(緑区地域振興課地域づくり支援室内) ☎292-8105 FAX292-8159

鎌取コミュニティまつり

鎌取コミュニティセンターで活動しているサークルの皆さんが、発表・展示など日頃の成果を披露いたします。ぜひご来場ください。

日時 10月22日(土)・23日(日) 10:00~15:00
会場 鎌取コミュニティセンター
内容 音楽・演舞の発表や、絵画・書道の展示など
備考 駐車台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

鎌取コミュニティセンター ☎292-6131 FAX292-6151



10/16(日) まちカフェライブ 2022

今年のみちカフェライブは、鎌取コミュニティセンターでの会場演奏とYouTubeによる動画配信、そして10月2日にはプレイベントを開催します。音楽を通じての人々のつながりを感じてみませんか。

会場演奏

日時 10月16日(日)第1部=10:30~13:20 第2部=14:30~17:30
会場 鎌取コミュニティセンター
スペシャルゲスト 第1部=Rythmission、第2部=加藤道郎トリオ
出演者 第1部=Emiyusic、ビエントフェリス、pomme raisin 第2部=Check、岡崎ひとみ、松崎寛子ソプラノデュオ、Yumile
定員 各部100人

チケット(サポーターズカード) 500円
10月1日(日)から、鎌取コミュニティセンターにて販売。
*駐車台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

10/2(日)プレイベント

日時 10月2日(日)13:00~14:45
会場 イオンスタイル鎌取4階イベント会場
出演者 くるみボタン、大岩廣道、JerryfishMoon

動画配信

配信開始 10月16日(日)11:00から
配信サイト YouTube「まちカフェライブ」チャンネル
出演者 あすみ吹奏楽団、LLF、岡秀年、コフレット、猫袋、ホンダのジョニー、リメンバーズ、夕焼けカムパニーfrom B

詳しくは、ホームページをご覧ください。 [まちカフェライブ2022開催](#)

のみちカフェライブ実行委員会・笹原さん ☎090-1129-7211 緑区地域振興課地域づくり支援室 ☎292-8105 FAX292-8159

鎌取コミュニティセンターの催し

スマイルピラティス
ゆがみを直し、呼吸を整えて疲れにくい体を手に入れましょう。
10月4日~25日の火曜日15:30~16:40 全4回
先着15人 随3,200円

初心者ノルディックウォーキング
10月30日(日)9:30~11:45
先着20人 随約4キロメートル歩ける方 随800円(ポール持参の方は600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

蒸留ヨガ教室
10月6日(日)9:30~10:45
18歳以上の方 随先着6人 随2,500円

障がい児を育てる保護者向けセミナー
10月20日(日)11:30~12:30
随相続の基礎知識
随先着14人 随1,500円(ドリンク代含む)

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)

集まれ!料理初心者お手軽バランス食 65歳からの食事セミナー

いつまでも健康で過ごすために、望ましい食生活について学んでみませんか。講義が中心で調理実習はありません。

日時 10月25日(火)10:00~12:00
会場 緑保健福祉センター
内容 管理栄養士によるフレイル予防のための食事の話
対象 区内在住で65歳以上の方
定員 先着15人
備考 自宅の汁ものを50cc程度持参すると塩分測定ができます。

申込方法 電話で、緑保健福祉センター健康課へ
緑保健福祉センター健康課 ☎292-2630 FAX292-1804

傾聴ボランティア フォローアップ講座

傾聴ボランティアの経験者、傾聴ボランティア講座の受講者を対象に、より効果的な活動を目指すための実践的な講座を開催します。

日時 10月24日(月)・31日(月)10:00~12:00 全2回
会場 緑保健福祉センター
定員 先着20人
備考 ちばシティポイント対象事業
申込方法 電話で、社会福祉協議会緑区ボランティアセンターへ

社会福祉協議会緑区ボランティアセンター ☎292-8185 FAX293-8284

健康ひろば

緑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。栄養相談、禁煙・健康相談、歯科相談も行っていますので、お問い合わせください。

相談・教室・講演会	日時	内容・対象	定員	申込	
相談	精神保健福祉相談	10/12(水)・20(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	はじめよう!健康ウォーク	10/12(水)10:00~12:00 *雨天中止	対象=4キロメートル程度のウォーキングができ、運動制限のない方。集合・解散場所=緑区役所前広場。	15人	②
	歯っぴー健口教室	10/19~11/9の水曜日 10:00~12:00 全4回	歯科衛生士による歯と口を元気にするお話や口の体操、足腰などを鍛える体の体操。対象=65歳以上の方。	15人	②
	離乳食教室	11/1(火)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8人	②
	母親&父親学級	①11/14(月)9:30~12:00、②11/21(月)9:30~12:00、13:30~16:00	①助産師によるお産や産後の生活についてのお話。②管理栄養士、歯科衛生士、看護師、保健師による育児(食事・歯・お風呂)に関するお話。対象者=来年2~3月ごろ出産予定の妊婦、パートナー。	①12組 ②各9組	②
講演会	歯科医師講演会	10/13(木)13:30~15:00	テーマ=知っておきたい歯周病の話~糖尿病との深い関係~。歯科医師による歯周病の原因や糖尿病との関係、予防法・治療法についての講演会。	10人	②
	母子講演会	10/31(月)10:00~12:00	テーマ=イヤイヤ期を上手に乗り切ろう。臨床心理士による育児中の気持ちのコントロールや子どもとの関わり方についてのお話。対象=2歳児の保護者。*託児あり(定員=4組)	12人	①

緑保健福祉センター(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)
☎電話で、緑保健福祉センター健康課各班へ 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

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
*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
10月3日(月) 9:00~16:00

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
水曜日、10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
10月17日(月) 10:00~15:00
10月3日(月)9:00から電話で受け付け(先着8人)。

今月の区役所休日開庁日

10月9日(日)9:00~12:30

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 FAX292-8159



健康づくりに役立てよう!

美浜健康づくり支援マップ

配布中

さまざまな世代の皆さんが自分にあった健康づくりに取り組めるよう、地域の健康づくり情報を掲載しています。ご自身やご家族の健康づくりのために役立ててください。

配布場所 美浜保健福祉センター健康課、美浜区役所地域振興課、区内の公民館、コミュニティセンター、いきいきプラザ、いきいきセンターなど
*なくなり次第配布を終了します。



☎美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 ☎270-2065

医師講演会

「あなたの肺は大丈夫? ~肺炎・感染症予防とCOPD~」

高齢者や糖尿病などの持病がある人は、肺炎を起こしやすく、重症化しやすいといわれています。また、高齢者の肺炎は、熱や咳、痰などの症状が出にくいことがあります。気になる呼吸器の病気とその予防法について学びましょう。

日時 10月27日(木)15:30~17:00
会場 美浜保健福祉センター
内容 喘息、肺炎、COPDなどの症状と受診のタイミング、予防法などについて
定員 先着16人
申込方法 10月3日(月)9:00から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ。

☎美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 ☎270-2065

バスケットボールスクール

バスケットボールの「上手くなるコツ」を JBA公認コーチが直接アドバイス!

生徒たちと直接触れ合って一人ひとりに声をかけ、バスケットの面白さや楽しさを伝えます。

日時 10月5日~26日の水曜日19:00~20:15 全4回
会場 真砂コミュニティセンター体育館
対象 小・中学生
定員 先着20人
料金 4,800円
申込方法 直接または電話で、真砂コミュニティセンターへ。

☎真砂コミュニティセンター ☎277-2512 ☎277-0104



健康ひろば

美浜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、体調を確認し、マスクを着用の上、お越しください。



野菜レシピは、[美浜健康レシピ](#)

相談・教室・講演会名	日時	対象・内容など	定員
大人の歯科相談 ☎健康づくり班	10/3(月)・27(木)9:20~15:20	歯や義歯の手入れ、虫歯や歯周病などについて、歯科衛生士が個別に相談に応じます。口臭が気になる方は、口臭測定もできます。	各5人
子どもの歯科相談 ☎健康づくり班	10/3(月)、11/10(木) 9:30~15:30	虫歯予防、お口の手入れ方法などについて、歯科衛生士が個別に相談に応じます。	各20人
栄養相談 ☎健康づくり班	10/6(木)・13(木)・21(金)・25(火) 9:20~15:00	離乳食や生活習慣病予防などの食事について、管理栄養士が個別に相談に応じます。 *特定保健指導を受けている方は除きます。	各4人
禁煙チャレンジ相談・健康相談 ☎健康づくり班	10/6(木)・25(火)9:30~15:30	禁煙の取り組み方・生活習慣病予防や健診結果の見方などについて、保健師などが個別に相談に応じます。	各4人
精神保健福祉相談 ☎こころと難病の相談班	10/13(木)15:10~16:40	精神科医師が相談に応じます。 対象=憂うつ・眠れない・不安・ひきこもっているなど、こころの健康でお悩みの方、または家族。	3人
食事セミナー「みはま元気塾」 ~おいしく減塩~ ☎健康づくり班	10/19(水)10:00~12:00	フレイル予防のための食事や、減塩のための調理の工夫について学びます。会場=幕張西公民館 対象=減塩に関心のある65歳以上の方。	8人
離乳食教室 ☎健康づくり班	10/25(火)13:00~14:00 または14:00~15:00	簡単にできる離乳食について、管理栄養士がお話しします。 対象=第1子で1回食を始めた6~8カ月児の保護者。	各8人
母乳教室 ☎すこやか親子班	11/4(金)10:00~12:00	母乳育児について、助産師がお話しします。 対象=母乳育児を希望する妊娠中の方(お子様は同伴できません)。	10人
母親&父親学級 ☎すこやか親子班	11/11(金)9:30~12:00または13:15~15:45、18(金)9:30~12:00 全2回	妊娠中の生活や出産、育児について学びます。 対象=来年3月末までに出産予定の妊婦とパートナー。	20組
歯科医師講演会「歯周病を予防して血糖値を改善しよう!」 ☎健康づくり班	10/20(木)13:30~15:00	日本人に多い糖尿病が、歯の病気「歯周病」と相互に関係していることがわかってきました。歯周病を予防して血糖値を改善しませんか。	10人
育児講演会「はじめてお兄ちゃんお姉ちゃんになるとき」 ☎すこやか親子班	10/28(金)10:00~12:00	第2子出産後の第1子の気持ちと関わり方について臨床心理士が講演します。 対象=第2子を妊娠中、または第2子が6カ月未満の保護者。託児あり(定員=先着3人)。	10人

☎美浜保健福祉センター(美浜区真砂5-15-2)
☎10月3日(月)9:00から美浜保健福祉センター健康課各班へ

全て予約制(当日受付不可)
詳しくは、[千葉市 美浜区健康課](#)

☎すこやか親子班☎270-2213 健康づくり班☎270-2221 こころと難病の相談班☎270-2287 ☎270-2065

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。

美浜区役所 ☎043-270-3111(代表) 〒261-8733 千葉市美浜区真砂5丁目15番1号 [千葉市 美浜区役所](#) 区版編集 美浜区役所地域振興課 ☎043-270-3120 ☎043-270-3191

記号の見方は15面参照 特に記載のないものは10月3日(月)から受け付け



高洲コミュニティセンターの催し

ワクワクあそび体操 親子で動こう!

☎10月2日(日)10:00~10:45

☎3~5歳児と保護者

☎先着15人

☎1人100円

リセットピラティス

☎10月7日~28日の金曜日9:20~10:30

全4回

☎先着20人

☎4,000円

脳と身体のリフレッシュ

☎10月7日(金)・21日(金)・28日(金)15:10~16:20

全3回

☎先着20人

☎1回500円

☎直接または電話で、高洲コミュニティセンター☎277-3000。☎277-0507も可(必要事項15面を明記)

真砂コミュニティセンターの催し

ボールで筋膜リリース

☎10月11日(火)・18日(火)9:30~10:40 全2回

☎先着20人

☎1,500円

まちの保健室

病気の予防や更年期などの相談、血圧・体脂肪率などの測定を実施します。どなたでもご相談いただけます。

☎10月1日(土)・29日(土)10:30~13:30

☎1階ロビー

シナプソロジーとボディメンテナンス

☎10月7日(金)・21日(金)・28日(金)11:30~12:40

全3回

☎先着12人 ☎1,500円

ストレッチボールピラティス

☎10月3日~31日の月曜日15:30~16:40

全5回

☎先着10人 ☎1回1,200円

☎直接または電話で、真砂コミュニティセンター☎277-2512。☎277-0104も可(必要事項15面を明記)

各種相談案内

くらし相談…日常生活上の心配ごと
月・水~金曜日 9:00~16:00
火曜日 9:00~15:00
交通事故相談…損害賠償や示談など
月・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…国、県などへの要望・意見
10月6日(木) 9:00~16:00

法律相談…相続・離婚・訴訟など
毎週火曜日、10月27日(木)
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。
*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
10月20日(木) 10:00~15:00
*10月6日(木)9:00から電話で予約(先着8人)

相談はすべて無料。
美浜区役所1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 美浜区地域振興課
☎270-3123 ☎270-3192

今月の区役所休日開庁日

10月9日(日)9:00~12:30