

3月1日～8日は女性の健康週間

## 女性の健康について考えよう

3月1日～8日は女性の健康週間です。この機会にライフステージによる体の変化や健康的な生活習慣について考えてみませんか。

市では、思春期から更年期・妊娠・出産など、女性の健康についての相談ができます。詳しくは、[千葉市 女性の健康](#)

### 助産師による女性のための健康相談

**日時・会場** 3月4日(月)10:00～12:00＝緑保健福祉センター  
5日(火)10:00～12:00＝花見川保健福祉センター  
19日(火)10:00～12:00＝美浜保健福祉センター

**対象** 女性

**申込方法** 電話で、保健福祉センター健康課・花見川 ☎275-6295、緑 ☎292-2620、美浜 ☎270-2213へ

### 女性の健康について学びましょう

女性の健康について国のホームページで紹介しています。

- 女性の体と心の特性、女性特有の体調の悩みの原因と対応策について掲載されています。[ヘルスケアラボ](#)
- 婦人科についての基礎的な情報や、年代ごとの悩みに対する対処法などのほか、男性や周囲の方々に知っていただきたい情報なども掲載されています。[女性の健康週間 婦人科受診のトリセツ](#)

☎健康支援課 ☎238-9925 FAX238-9946

## 全国障害者スポーツ大会予選会

### ゆうあいピックの参加者募集

スポーツを通じて、知的障害のある方の自立と社会参加を進めるために、千葉市ゆうあいピックを開催します。

今大会は、10月に佐賀県で開催される全国障害者スポーツ大会の予選会を兼ねています。

**日時** 5月15日(水)9:30から(卓球は12日(日)10:00から)

**対象** 2012年(平成24年)4月1日以前に生まれた知的障害のある方

**申込期間** 3月8日(金)～4月12日(金)必着

**申込方法** 申込書(3月8日(金)から、保健福祉センター高齢障害支援課、障害者自立支援課で配布)を配布元へ直接持参。

☎障害者自立支援課 ☎245-5175 FAX245-5549

## 海外渡航時には感染症にご注意を

海外渡航の予定がある方は、感染症を予防するため、次のことに注意してください。

**渡航前** 渡航先の感染症情報の確認、流行している感染症の予防接種の検討など適切な感染予防を心がけてください。各国(地域)の感染症情報は検疫所ホームページで確認できます。

[FORTH](#)

**渡航中** ・生水や氷入り飲料、生ものなどの飲食は避けましょう。  
・肌の露出を避け、虫よけ剤を使用するなど、蚊やダニに刺されないような対策をしましょう。  
・現地の動物には不用意に接触しないようにしましょう。

\*発熱、激しい下痢、発疹などの症状がでたり、動物に噛まれた場合は、速やかに現地の医療機関を受診しましょう。

**帰国時** 健康上心配なことがある場合、空港や港に設置されている検疫所に必ず相談してください。

**帰国後** 具合が悪くなった場合は、渡航先、滞在期間、現地での飲食状況、渡航先での活動内容、動物との接触の有無、ワクチン接種歴などについて必ず伝え、医療機関を受診してください。感染症によっては、1週間以上経ってから具合が悪くなることもあります。

☎感染症対策課 ☎238-9974 FAX238-9932

3月31日(日)まで

## 新型コロナウイルスワクチンの接種

現在実施している新型コロナウイルスワクチンの接種は、3月31日(日)までとなります。接種を希望する方は、お早めの接種をご検討ください。

なお、接種券の再発行を希望される方は、3月15日(金)までに申請してください。

詳しくは、[千葉市 コロナワクチン接種](#)

☎市コロナワクチン接種コールセンター(3月31日(日)で終了)

☎0120-57-8970(9:00～17:00。土・日曜日、祝・休日を含む)

## こども・若者フォーラム

市では、こどもたちが、自分たちも社会の担い手であるという意識を持ち、まちの一員として主体的に行動することが重要であると考え、こども・若者の社会参画を推進しています。

こども・若者の社会参画の事例や成果を市民に向けて発信することにより、一層の周知・啓発を図り、市内全域での取り組みとなることを期待し、こども・若者フォーラムを開催します。

**日時** 3月20日(木)13:30～15:30

**会場** 子ども交流館アリーナ

**定員** 先着100人

**内容** こどもたちによる事例発表会

・こどものまちCBT

・こども・若者市役所(CCFC)

・こども・若者のカワーショップ「(仮)こども基本条例を考えよう」、「めざせ!防災マスター!!」

市長とこども・若者との対話会

☎こども企画課 ☎245-5673 FAX245-5547

## 泉自然公園 カタクリガイド

ボランティアによるガイドを受けながら、園内のカタクリなどの野草、樹木を観察します。春の陽光を感じながら園内を散策してみませんか。

**日時** 3月23日(土)～27日(水)  
10:30から、13:00から、  
(各回50分程度) 雨天中止

**定員** 各先着15人

**申込方法** 当日直接駐車場内ビジターセンターへ。

☎若葉公園緑地事務所 ☎306-0101 FAX306-0033



## ワンコインコンサート

市芸術文化新人賞を受賞した徳田雄一郎さん(サクソ)と、奨励賞を受賞した山田貴子さん(ピアノ)によるコンサート。

**日時** 5月18日(土)13:30～14:30

**会場** 蘇我コミュニティセンター

**定員** 先着300人

**料金** 一般500円、小学生以下100円(全席自由)。乳幼児の膝上鑑賞に限り無料

**申込方法** 3月5日(火)10:00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。

☎市文化振興財団 ☎221-2411 FAX224-8231



徳田雄一郎さん



山田貴子さん