

健康づくりスポーツ教室

①GYM&RUN（脚力・ヒップアップ・フィットネス）=2月3日～3月10日の火曜日。②体幹トレーニング=2月4日～3月18日（2月11日を除く）の水曜日。③格闘技エクササイズ=2月6日～3月13日の金曜日。いずれも、19:30～20:30。各全6回

①穴川コミュニティセンター、②高洲コミュニティセンター、③千葉ポートアリーナ

18歳以上の方

各25人

1,500円

詳しくは、市スポーツ協会

1月15日休必着。①（1人1通1教室）に明記して、〒260-0025中央区問屋町1-20千葉市スポーツ協会へ

同協会 238-2380 FAX 203-8936

千葉寺町1208-2千葉市ひとり親家庭福祉会



療育センター分館ふれあいの家 マジック短期教室

2月18日(木)13:30～15:30

マジックショーの観覧・実演指導
市内在住・在勤で、身体障害者手帳をお持ちの18歳以上の方

12人

1月21日(木)までに電話で、療育センター分館ふれあいの家 216-5130、FAX 277-0291・fureai1981@bz04.plala.or.jpも可（明記）

同施設 245-5809前記。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

市民スキー教室

3月13日(金)21:00～15日(日)18:00。

2泊3日

会津高原たかつえスキー場（福島県南会津郡南会津町高杖高原）
先着35人

中学生以上35,000円、小学生32,000円（往復バス代、宿泊・食事代、講師料など）、リフト券・用具レンタル料は別途

希望者にはSAJ公認級別テスト実施（有料）。スノーボードも可（指導・テストなし）。小学4年生以下は保護者同伴

2月12日(木)必着。詳しくは、募集案内をご覧ください。募集案内=Eメールで明記して、市スキー協会・安田さん chibashiski.yasuda.2019@gmail.comへ請求。
FAX 285-2774へFAXも可



相談

林業体験教室

2月7日(土)・8日(日)10:00～15:00

農政センター

森林の管理に関する講義、枝払いや玉切りの林業体験、ヒラタケの駒打ち

各20人

昼食

1,500円

1月16日金必着。②に明記して、〒265-0053若葉区野呂町714-3千葉市農政センター農業経営支援課へ。電子申請、keieishien.AAC@city.chiba.lg.jp、FAX 228-3317も可

同課 228-6275前記

春季硬式テニス講習会

2月14日～3月7日の土曜日10:00～12:00。全4回。雨天中止、振り替え無し

稻毛海浜公園庭球場

市内在住・在学の高校生以上で硬式テニス未経験者・初級者

80人

硬式ラケット、テニスシューズ

2,500円

1月15日(木)までに市テニス協会へから

スポーツ振興課 245-5968 FAX 245-5592

ひとり親家庭食育講座「親子クッキング」

2月15日(日)10:00～12:00

ハーモニープラザ

焼き餃子などを作ります。

ひとり親家庭の親と5歳以上の子ども

13組

1月28日(木)必着。Eメールで明記のほか、Eメールアドレス、参加者全員の氏名・フリガナ・年齢（学年）・食物アレルギーの有無を明記して、市ひとり親家庭福祉会 boshikai@grace.ocn.ne.jpへ。
FAX 261-9156、FAX 260-0844中央区

マリンピア店4階フードコート側エスカレーター前、13日(火)・30日(金)=イオンスタイル鎌取3階イベントスペース、19日(月)=イオンタウンおゆみ野1階中央エスカレーター前、21日(水)=イオンモール幕張新都心グランモール2階ACTUS前、22日(木)=市役所1階イベントスペース、26日(月)=アリオ蘇我1階サンコートエスカレーター前。いずれも、10:00～16:00

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 FAX 256-4507

マンションライフサイクルショミュレーション相談会

1月8日(木)13:30～15:30

市役所

大規模修繕工事費の目安、修繕積立金の増額の必要性などの相談（相談員は住宅金融支援機構の職員）

マンション管理組合

1月5日(月)必着。電子申請で。申請書（住宅政策課で配布。FAXから印刷也可）を持参、郵送、jutakuseisaku.URC@city.chiba.lg.jpも可。郵送先=〒260-8722千葉市役所住宅政策課

同課 245-5809 FAX 245-5887

分譲マンション相談・アドバイザー派遣

①1月8日(木)=大規模修繕・維持管理・建て替えに関する相談、②15日(木)=法律相談など。いずれも、13:30～16:30

市役所 3組

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

①1月5日(月)・②9日(金)までに電話で、すまいのコンシェルジュ 301-6278。FAX 301-6279も可（明記）

不妊専門相談

電話相談 090-6307-1122

1月8日～29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

不妊や不育症のほか、性に関するお悩みの方

面接相談

1月21日(木)・2月4日(木)14:15～16:30

市役所

医師と助産師による相談

不妊や不育症でお悩みの方

各先着3人

1月5日(月)から電話で、健康支援課 238-9925。電子申請も可

同課 238-9946

消費生活センターの多重債務者特別相談

1月8日(木)・22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 245-5796

外国人のための法律相談

①1月10日(土)13:00～16:00、②26日(月)17:00～20:00

国際交流協会

弁護士による法律相談

各先着4人

通訳希望者は要事前相談

①1月5日(月)～①9日(金)・②23日(金)12:00に電話で、国際交流協会 306-1034

同協会 245-5796

1月14日(木)10:00～15:00

市役所

相続・遺言、登記、税、不動産取引、建築・リフォーム、土地の境界

各相談先着8人

1人30分。電話相談不可

1月5日(月)から電話で、広報広聴課 245-5609・5298

同課 245-5796

こころの健康センターの相談

①ギャンブル等依存相談=1月14日(木)・27日(火)13:00～16:00。②アルコール・薬物依存相談=1月14日(木)・21日(木)、2月4日(木)14:00～16:00。③高齢者相談=1月15日(木)10:00～12:00。④一般相談=1月21日(木)10:00～12:00。⑤思春期相談=1月22日(木)15:30～17:30、2月2日(木)14:00～16:00

精神保健福祉士または司法書士、②～⑤専門医による相談

本人または家族

①～④各3人、⑤2人

1月5日(月)から電話で、こころの健康センター 204-1582

同センター 245-5796

スマートフォン相談会

1月17日(土)・29日(木)10:00～15:00=そごう千葉店地階まつりの広場、1月26日(月)10:00～16:00=高浜公民館

スマートフォンの使い方

当日直接会場へ

スマートシティ推進課 245-5362 FAX 245-5551

助産師による女性のための健

1月21日(木)=美浜区、27日(火)=花見川区、28日(木)=緑区。いずれも、10:00～12:00

保健福祉センター

生理不順、体の変化や見た目について、妊娠（望まない妊娠を含む）、出産、更年期などの女性の体や健康女性

1月5日(月)から電話で、各センター健康課・花見川 275-6295、緑 292-2620、美浜 270-2213

健康支援課 238-9925 FAX 238-9946

特設法律相談

1月24日(土)13:00～16:00

市役所

弁護士による相続・遺言、離婚、交通事故など法律問題全般の相談

12人

1人30分。裁判所で訴訟・調停中のもの、電話相談は不可

1月5日(月)～15日(木)に電子申請で。広報広聴課へ 245-5609・5298も可

同課 245-5796

弁護士による養育費相談

1月26日(月)=花見川保健福祉センター、30日(金)=中央保健福祉センター。いずれも、13:30～16:30