



稲毛区の活性化のための活動を募集します

区では、地域課題の解決や稲毛区の活性化のための活動に対して、活動資金の支援を行います。ぜひ、ご応募ください。

対象団体 町内自治会、ボランティア団体、市民活動団体、NPO団体、市内の学生団体など

対象活動 区内で実施される、地域の課題解決や地域活性化に貢献する活動

審査方法 第1次審査＝書類審査、第2次審査＝公開プレゼンテーション（2月下旬予定）

募集期間 1月5日(月)～26日(月)17:00必着。

申請方法 稲毛区地域づくり支援課で配布する募集要項または、区ホームページをご覧ください。

詳しくは、[稲毛区 地域活性化支援事業](#)

支援区分	支援対象	補助金額 (上限額)	補助率
地域づくり活動支援 ①区テーマに基づく活動支援 ②地域活性化活動支援	①区が設定するテーマ（以下のいずれか）に基づく活動。 ・学生・若者による地域づくりの実践 ・地域を守る防犯力の向上 ・文化・スポーツ交流を通じた共生の地域づくり～多様性を尊重する地域づくりを目指して～ ・みんなで支え合い、安心して暮らせる稲毛（まち）づくり ・千葉開府900年記念事業 ②①に該当しない活動。	年間20万円	10/10
地域拠点支援	地域活動拠点として、新たに区内の不動産賃貸借契約が可能な空き店舗などを活用する際の家賃補助を行います。	年間120万円 (月額10万円)	市内の学生団体 10/10 その他の団体 1/2

＊区テーマに基づく活動支援と認められた場合、採点の際に点数の上乗せがあります。

＊補助期間は4月1日～来年3月31日。同一内容の活動について3回まで申請可能。

＊本事業は、令和8年度予算成立後に決定するため、内容が変更となる場合があります。

稲毛区地域づくり支援課 ☎284-6105 FAX284-6149



穴川コミュニティセンター

①いなげ穴川寄席

落語団体「縁」による寄席を開催します。

1月18日(日)14:00～16:30

＊開場13:30

小学生以上

先着50人

500円

②落語団体「ふくぶくろ」寄席

千葉大学落語研究会OB会による楽しい寄席を開催します。

1月24日(土)13:30～16:00

先着30人

①②当日直接穴川コミュニティセンターへ

同センター ☎284-6155 FAX284-6156

長沼コミュニティセンター

①みんなであそぼうさい

はしご車体験や地震体験などの体験型防災イベントです。楽しみながら備えましょう。

1月24日(土)10:00～14:00

②ながぬま えほんのひろば

保育士のボランティアによる

絵本の読み聞かせ会です。

2月7日(土)10:00～11:00

就学前児と保護者

先着10組

①当日直接、②2月6日(金)までに直接または電話で、長沼コミュニティセンターへ

☎257-6731

同センター ☎前記 FAX257-6732

一区役所駐車場で工事を行いますー

(1月下旬予定)

駐車可能台数が減少しているため、公共交通機関をご利用ください。

詳しくは、[稲毛区役所 アクセス](#)

稲毛区総務課

☎284-6102 FAX284-6149

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

毎週水曜日 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

1月6日(火) 9:00～12:00

法律相談…相続・離婚・訴訟など

毎週金曜日・1月27日(火)

13:00～16:00

定員＝各6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。

1人30分、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

1月20日(火) 10:00～15:00

1月6日(火)9:00から電話で予約

(先着8人)

12:00～13:00は相談を行いません。

相談は面談のみ

申込先・問い合わせ

稲毛区地域づくり支援課

☎284-6106 FAX284-6149

今月の区役所休日開庁日

1月11日(日)9:00～12:30

今日から実践 「オーラルフレイル予防」 ～健康寿命を延ばすカギは お口にあり～

「オーラルフレイルとは」「口から健康寿命の延伸を目指すには」「歯と全身の健康との関係」など、いつまでも美味しく食べるための秘訣を歯科医師が講演します。

日時 1月29日(木)13:30～15:30

会場 稲毛保健福祉センター

対象 区内在住の方

定員 先着35人

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 FAX284-6496

パパ・ママ安全教室

日時 2月7日(土)10:00～12:00 (9:30受付開始)

会場 稲毛保健福祉センター3階 大会議室

内容 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ぶ。

対象 区内在住で乳幼児を持つ保護者

定員 先着10人

料金 100円（親・子それぞれ1人につき）

備考 動きやすい服装で。就学前児の託児あり（要事前予約）

申込方法 1月5日(月)9:00から電話で市社会福祉協議会稲毛区事務所へ。必要事項(12面)を明記してFAX290-8318、image@chiba-shakyo.jpも可。

同事務所 ☎284-6160 FAX前記

健康ひろば

稲毛区健康スローガン『自分の血圧 知っていますか?』

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・教室など	日時	内容・対象など	定員	申込
相談	禁煙相談・健康相談	1/8(木)・16(金)・21(木)・28(木) 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。禁煙相談の方は、尿中ニコチン代謝濃度や呼気中の一酸化炭素濃度の測定もできます。	各4人 ②
	歯科衛生士による 歯科相談 ①大人②子ども	①1/9(金)9:30～14:40 ②1/9(金)9:30～15:30	①歯周病予防など歯の健康についての個別相談。口臭測定もできます。 ②乳幼児の歯みがき(染め出し可)、むし歯予防についての個別相談。	①4人 ②8人 ②
	栄養相談	1/16(金)・19(月)・26(月)・ 2/9(月)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
	精神保健福祉相談	1/23(金)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。 ＊精神科・心療内科通院中の方は除く	3人 ③
教室	65歳からのいきいき生活「プラチナ食事セミナー」	1/27(火)10:00～13:00 2/18(木)10:00～12:00 2/25(木)10:00～12:00 全3回	いつまでも健康で過ごすために、望ましい食生活と運動の実践方法を学ぶ教室です。①調理実習②簡単筋トレの実習③減塩の話。 対象＝区内在住の65歳以上の方で、今年度初めて「食事セミナー」に参加される方。費用＝300円。申込方法＝1/16(金)までに直接または電話で。	先着20人 ②
	離乳食教室	1/30(金)13:00～15:00	離乳食2～3回食の進め方の講話、デモンストレーション、試食。 対象＝1回食を始めた6～8カ月児を持つ保護者（第一子優先）。 持ち物＝母子健康手帳、筆記用具、食材費200円、抱っこひも(子連れの場合) (千葉市 乳児期の食生活(離乳食))	20人 ②
	パパも学ぼう母乳教室	2/6(金)9:30～11:30	母乳育児について、助産師による講義と実技。 対象＝区内在住の妊娠中の方およびパートナー（こどもの同伴不可） 持ち物＝母子健康手帳（別冊含む）、筆記用具、飲み物。 申し込みは1月26日(月)まで。	無 ①
講演会その他	知っておきたい！シニア世代の睡眠～ぐっすり眠れていますか？～	1/28(木)13:00～15:00	「最近、寝つきが悪い」「夜中に何度も起きてしまう」など悩んでいませんか？市医師会医師による高齢者の睡眠サイクル、睡眠リズムをつけるために、日常生活でできることについての講演会を行います。 対象＝区内在住の方	36人 ②

稲毛保健福祉センター（稲毛区穴川4-12-4）

1月5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 FAX284-6496