



5年に一度、
全員参加の統計調査

**国勢調査2025**


国勢調査は、日本に住んでいるすべての人と世帯を対象とした、最も重要な統計調査で、大正9年の調査開始以来、今年で22回目の実施となります。

●国勢調査の概要● **調査期日** 10月1日(水)現在の状況で調査します。 **調査対象** 市内にお住いのすべての人・世帯

●調査の流れ● ①9月中旬に調査のチラシを郵便受けなどへ配布します。
②9月下旬に調査員が世帯を訪問し、世帯主又は代表者の氏名・世帯人数を聞き取り、調査書類を配布します。(何度か訪問しても会えない場合、調査書類を郵便受けなどへ入れさせていただく場合があります。)

●回答方法及び回答期間●
④インターネット回答(回答期間:9月20日(土)～10月8日(水)まで)
・届いた書類に記載されている二次元コードを読み取るだけで、簡単にログインして、回答画面に進むことができます。
・インターネット回答支援ブース*が設置されます。回答用タブレットと支援スタッフを配置しますのでご利用ください。ご利用の際は、配付された調査書類に同封されている「インターネット回答依頼書」をご持参ください。
⑤郵送回答(回答期間:10月1日(水)～8日(水)まで)
その他の問 美浜区総務課選挙統計班 ☎270-3121 ☎270-3191

***インターネット回答支援ブース**
開設場所 美浜郵便局(美浜区真砂4-1-1)
開設期間 9月22日(月)～10月8日(水)までの土日・祝日を除く12日間
開設時間 9:00～16:00まで
調査についてのお問合せは
国勢調査コンタクトセンター
【電話によるお問合せ】
0570-02-5901
IP電話の場合: 03-6628-2258
受付時間:午前9時から午後9時まで
(土日祝日も利用できます)
調査期間 9月16日～11月7日
チャット自動応答でお答えします
【土日・祝日含む 24時間対応】






高洲コミュニティセンターの催し
①脳と身体のリフレッシュ
9月5日～26日の金曜日15:10～16:20
身体を動かしながら脳のトレーニング
各先着20人 1回500円
②『もしも』の時に備えて 防災クッキングにチャレンジ!
9月20日(土)10:00～13:00
災害時にも生かせる料理法や食材を学ぶ
先着16人 2,000円
③高洲コミュニティまつりフリーマーケット出店者募集
11月1日(土)・2日(日)10:00～15:00
*雨天中止
市内在住・在勤の20歳以上で、営利を目的としない個人・団体
各先着20店
各2,000円(駐車場代含む)
④①②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)。③9月21日(日)9:00から費用持参で、直接同センターへ。10:00から説明会。

真砂コミュニティセンターの催し
①プライベート機能改善健康体操
9月1日(月)・8日(月)・22日(月)・29日(月)11:30～12:45 全4回
先着10人 4,000円
②スマイルピラティス
9月4日～25日の木曜日9:30～10:40 全4回
先着25人 3,200円
③ノルディックウォーキング
9月25日(木)9:30～12:00
約5キロメートル歩ける方
先着10人
800円(ポール持参の方は600円)
④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)。

美浜区民フェスティバル 稲毛ヨットハーバー
クルーザーヨット体験会
クルーザーヨットに乗船し、稲毛ヨットハーバーから幕張の浜沖周辺をセーリングします。
日時 10月5日(日)10:00～11:45、13:00～14:45
*荒天の場合は中止
対象 区内在住の小学生以上の方(小学生は保護者同乗)
定員 各23人(多数の場合は抽選)
料金 1人1,000円
申込方法 9月17日(水)～19日(金)10:00～16:00に電話で、稲毛ヨットハーバーへ
問稲毛ヨットハーバー
☎279-1160 ☎279-1575 (火曜日休館)



**小児科医による
育児講座**
赤ちゃんの体調で心配になったことや、赤ちゃんが動くようになって「危ない!」と感じたことはありませんか?
赤ちゃんの気になる症状や、受診するタイミング、子どもの成長に伴って起こりやすい事故等、小児科医からお話しします。この機会に是非、参加してみませんか?
日時 10月16日(木)13:30～15:00
会場 美浜保健福祉センター3階
対象 妊娠中の方やそのパートナー、0歳児の保護者
定員 20人(託児なし、お子様の同席可)
申込方法 9月1日(月)9:00から電話で、もしくは二次元コードから電子申請で美浜保健福祉センター健康課へ
問美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2213 ☎270-2065

**赤ちゃんの病気と
事故予防と対応について**



血糖値改善教室
糖尿病予防について学ぶ教室を開催します。正しい知識や生活習慣を身につけて、血糖値を改善しませんか。
会場 美浜保健福祉センター
対象 血糖値が高めの方(糖尿病治療中の方は除く) 糖尿病の疑いがある方及びその家族。
*講演会1・5回目のみの参加も可能です。
定員 18人(予約制) *全6回


	日時	内容
1	10月1日(水)13:30～15:00	医師講演会「血糖値が気になる方へ～40代からできる糖尿病予防～」
2	10月8日(水)13:30～15:00	保健師と管理栄養士による話
3	10月15日(水)13:30～15:00	管理栄養士による話(試食あり)
4	10月21日(水)13:30～15:30	健康運動指導士による運動の実技
5	10月30日(木)13:30～15:00	歯科医師講演会「歯周病を予防して血糖値を改善しよう!」
6	11月5日(水)(予備日:11月7日(金))	個別相談(時間予約制)

申込方法 9月1日(月)9:00から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ
④問美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 ☎270-2065




医師講演会
**高齢者に多い耳の病気と
受診のタイミング
～聞こえづらいつと感じたら～**
高齢者に多い耳の病気と受診のタイミング、難聴や補聴器について医師が講演します。保健福祉センターでの上映会、またはご自宅で視聴できるオンデマンド配信どちらかでご受講いただけます。
上映会
日時 10月3日(金)13:30～15:00
会場 美浜保健福祉センター 4階
定員 50人
申込方法 9月1日(月)9:00から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ
オンデマンド配信
配信期間 10月3日(金)9:00～6日(月)17:00
申込方法 9月1日(月)から30日(水)までに電子申請で。(右記の二次元コードからお申込みできます)
問美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 ☎270-2065





健康ひろば
禁煙チャレンジ相談、健康相談、栄養相談、歯科相談も行っています。
ご希望の方はお電話でお問い合わせください。
参加する際は、体調を確認し、お越しください。



野菜レシピは、[美浜健康レシピ](#)

相談・教室名など		日時	対象・内容など	定員
相談	精神保健福祉相談 ☎こころと難病の相談班	9/12(金)13:30～15:00	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その家族。	3人
	子育て講演会 「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	10/15(水)10:00～12:00	第2子出産後の第1子の気持ちや関わり方等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子が生後1歳未満の子どもを持つ保護者	20人 (託児あり7人)
教室	食事セミナー 「みはま元気塾」 ☎健康づくり班	①10/10(金)10:00～12:00 ②10/17(金)13:00～15:00 ③10/24(金)10:00～12:30 全3回	①フレイルを予防する食事の話、調理の実演と試食、②簡単筋トレなど運動実技、③調理実習、みそ汁の塩分測定など。 対象＝医師から運動制限を受けていない65歳以上の方。 材料費＝300円	12人
	離乳食教室 「2回食からの進め方」 ☎健康づくり班	10/29(水)13:00～15:00	簡単にできる離乳食(2～3回食)について、管理栄養士がお話しします。(実演、試食あり) 対象＝1回食を始めた6～8カ月頃の子どもの保護者。第2子以降の参加も可。材料費＝200円	12人 (託児なし)
	簡単!野菜レシピ実演・試食会 ☎健康づくり班	10/30(木)10:00～11:30	美浜区健康課が作成している「簡単!野菜レシピ」の実演と試食 *6月に開催したものと同じ内容です。 妊娠中や子育て中の方、男性も歓迎。材料費＝200円	12人

☎美浜保健福祉センター(美浜区真砂5-15-2)
④9月1日(月)9:00から美浜保健福祉センター健康課各班へ。
問すこやか親子班☎270-2213 健康づくり班☎270-2221 こころと難病の相談班☎270-2287 ☎270-2065

全て予約制(当日受付不可)
詳しくは、[千葉市 美浜区健康課](#)

各種相談案内
電話相談も可

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	9月4日(木) 9:00～12:00

法律相談…相続・離婚・訴訟など	毎週火曜日、9月25日(木) 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。	
*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	9月18日(木) 10:00～15:00
*9月4日(月)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 美浜区地域づくり支援課 ☎270-3123 ☎270-3192

今月の区役所休日開庁日
9月14日(日)9:00～12:30