

## 市住情報セミナー

■10月11日(土)13:00～14:40  
■生涯学習センター  
■テーマ＝住宅の断熱不足が健康に与える影響と対策～住まいの断熱改修のすすめ～  
■先着35人  
■電話で、すまいのコンシェルジュ 301-6278。FAX301-6279も可（④を明記）  
■住宅政策課☎245-5853/FAX245-5887

## 緑と花の園芸講座～秋植えハイブの植え付けと管理～

■10月15日(水)10:00～12:00  
■花島公園センター  
■25人  
■10月7日(火)必着。Eメールで④を明記して、緑政課☎midoritohana@city.chiba.lg.jpへ。FAX245-5885、☎245-5775、④も可。郵送先=〒260-8722千葉市役所緑政課

## 認知症サポーター ステップアップ講座

■10月23日(木)13:00～17:00  
■若葉保健福祉センター  
■認知症の基礎知識、認知症の人や家族に寄り添ったボランティア活動について  
■市内在住・在勤の認知症サポーター養成講座修了者で、本講座終了後に市内で地域活動に参加したい方  
■先着20人  
■ちばシティポイント対象事業  
■10月14日(火)までに電話で、地域包括ケア推進課☎245-5267。電子申請も可  
■同課☎前記/FAX245-5293

## 南部青少年センターの講座 「秋のヨガ入門」

■10月25日～11月8日の土曜日13:30～15:00。全3回  
■16歳以上の方  
■12人  
■10月16日(木)までに電話で、南部青少年センター☎264-8995  
■同センター☎前記/FAX268-1032。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

## 空き家セミナー・相談会

■10月25日(土)①セミナー=13:30～16:10、②相談会=16:20～17:00  
■生涯学習センター  
■①空き家の相続登記とトラブル回避、空き家の活用と処分の考え方、空き家の経済価値の見極め方。②司法書士・建築士・不動産鑑定士による個別相談  
■先着①40人、②各2組  
■詳しく述べは、HP「千葉市 空き家セミナー」で検索  
■10月1日(水)10:00から電子申請で。都市安全課へ☎245-5896・FAX245-5627・✉anzen.URU@city.chiba.lg.jpも可（④を明記）

## 障害者福祉短期講座 「季節のカードをつくろう」

■10月26日(日)、11月16日(日)13:30～15:00。全2回  
■障害者福祉センター  
■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  
■6人  
■1,000円  
■10月14日(火)必着。④に④のほか、障害種別を明記して、〒260-0844中

央区千葉寺町1208-2千葉市障害者福祉センターへ。✉kizuna@mbj.nifty.comも可  
■同センター☎209-8779/FAX209-8782。月曜日(祝・休日の場合は翌日も)、祝・休日休館

## 花島公園運動講習会 「健康なカラダをつくろう」

■10月29日(水)10:00～12:00  
■花島公園センター  
■食育や免疫などの健康セミナー、健康づくりのための体操とウォーキング  
■先着20人  
■動きやすい服装で。駐車場=200円(4時間まで)  
■10月1日(水)9:00から電話で、花島公園スポーツ施設☎286-8825  
■同施設☎前記/FAX286-8826

## ひとり親家庭などのためのパソコン応用講習会

■11月1日～22日の土曜日9:30～16:30。全4回  
■株式会社ラムシックス(中央区港町12-21)  
■ひとり親家庭などの親で、パソコンの文字入力ができる方(一部離婚前の方も可)  
■10人  
■2,300円  
■託児あり(1歳以上の就学前児)  
■5人  
■10月15日(水)必着。④に④のほか、受講理由、託児希望の方は子どもの氏名・年齢を明記して、〒260-8722千葉市役所こども家庭支援課へ。FAX245-5631、✉kateishien.CFC@city.chiba.lg.jpも可  
■同課☎245-5179/FAX前記

## 秋季硬式テニス講習会

■11月3日祝、8日・15日・29日の土曜日11:00～13:00。全4回。雨天中止  
■フクダ電子ヒルスコート  
■市内在住・在勤の高校生以上で硬式テニス未経験者・初級者  
■70人  
■硬式ラケット、テニスシューズ  
■2,500円  
■10月5日(日)までに市テニス協会HPから  
■スポーツ振興課☎245-5968/FAX245-5592

## 救命講習

①普通救命講習Ⅰ  
■11月4日(火)・12日(水)・21日(金)13:30～16:30=救助救急センター、7日(金)・18日(火)9:00～12:00=セーフティーちば、13日(木)9:00～12:00=緑消防署  
②上級救命講習  
■11月8日(土)・17日(月)9:00～17:00  
■1,320円  
③上級救命再講習  
■11月9日(日)9:00～12:00  
■上級救命講習を修了した方  
④パパ＆ママ救命教室  
■11月15日(土)10:30～11:30  
⑤普通救命講習Ⅲ(小児、乳児に対するAEDを用いた心肺蘇生法)  
■11月16日(日)9:00～12:00  
■②③⑤セーフティーちば、④こてはし台公民館  
■各先着①～③・⑤5人・④3組  
■詳しく述べは、防災普及公社HP  
■電話で、同公社☎248-5355。HPからも可  
■同公社☎前記/FAX248-7748

## 就活応援スクール

■11月10日(月)～20日(木)(13日(木)・17日(月)を除く)全9回  
■録取コミュニティセンター  
■ビジネスマナー、就職活動基礎、パソコン操作演習など  
■市内在住または市内に事業所のある企業への就職を希望する方  
■15人  
■時間など詳しくは、HP「千葉市就活応援スクール」で検索  
■HPから  
■就活応援スクール事業事務局☎03-6261-1362雇用推進課/FAX245-5558

## 家族介護者研修

■①11月12日(水)=稻毛保健福祉センター、13日(木)=若葉保健福祉センター、②14日(金)=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  
■①認知症の方への対応・介護なんでも相談(食事・排泄・移乗)、②負担の少ない介護のコツ(ベッド上の介護)、福祉用具を使った介護)  
■高齢者を介護している家族など  
■各20人  
■10月24日(金)までに電話で、県ホームヘルパー協議会☎242-5376。FAX242-6376・✉chihokyo@kfv.biglobe.ne.jpも可(④のほか、希望会場を明記)

## 療育センターふれあいの家 手話講習会(中級)

■木曜コース=11月13日～来年2月5日(1月1日を除く)の木曜日13:30～15:30。土曜コース=11月15日～来年2月7日(1月3日を除く)の土曜日9:45～11:45。各全12回  
■市内在住・在勤の18歳以上で、手話講習会初級修了者または同程度の経験がある方  
■各40人(初参加の方優先)  
■800円  
■10月24日(金)必着。④に④のほか、手話経験の有無を明記して、〒261-0003美浜区高浜3-3-1千葉市療育センターふれあいの家へ。✉fureai1981@bz04.or.jpも可  
■同施設☎216-5130/FAX277-0291。月曜日(祝・休日の場合は翌日も)、祝・休日休館

## 認知症介護講習会

■11月15日(土)13:30～15:30  
■文化センター  
■テーマ=若年性認知症支援について。パネルディスカッション  
■認知症の方を介護している家族など  
■50人(多数の場合は、介護中の家族優先)  
■11月13日(木)必着。④に④のほか、介護家族の場合はその旨を明記して、〒260-0026中央区千葉港4-5千葉県社会福祉センター4階認知症の人と家族の会へ。FAX204-8256も可  
■同会☎204-8228(月・火・木曜日13:00～16:00)FAX前記、地域包括ケア推進課☎245-5267

## 知ろう！介護の基礎知識

■①11月16日～12月21日の日曜日、②来年1月11日～2月15日の日曜日。午前クラス=8:45～12:00または8:45～13:00、午後クラス=13:45～17:00または13:45～18:00。各全6回  
■市進学院千葉教室(中央区新町16-10)

■介護に関する基本的な知識・技術を学ぶ(実技を含む)

■各クラス20人

■各回終了後、就職相談窓口あり。詳しくは、HP「介護に関する入門的研修」で検索

■①10月31日(金)、②12月12日(金)までに電子申請で。FAX245-5623・✉kaigohokenkanri.HWS@city.chiba.lg.jp・④を郵送も可(④を明記。④の場合は同日消印有効)。郵送先=〒260-8722千葉市役所介護保険管理課  
■同課☎245-5206/FAX前記

## 教育相談公開講座 「思春期の子供との向き合い方」

■11月29日(土)10:00～12:00  
■生涯学習センター  
■講師=式場敬子さん(親業訓練協会インストラクター)  
■80人  
■11月25日(火)必着。Eメールで、④のほか参加者全員の氏名・住所・電話番号を明記して、教育センター✉kyosyokuinkensyu@city.chiba.lg.jpへ。FAX256-3778、④も可。郵送先=〒263-0021稻毛区轟町3-7-9千葉市教育センター  
■同センター☎285-0902/FAX前記



## スマートフォン相談会

区民まつり(詳しくは、区版24面)開催会場で、スマートフォンの操作についての相談会を実施します。  
■10月5日(日)9:30～14:00=稻毛海浜公園、19日(日)10:00～15:00=穴川中央公園、19日(日)10:00～16:00=中央公園、26日(日)10:00～15:00=花島公園、11月2日(日)10:00～15:00=東京情報大学(若葉区御成台4-1)、昭和の森  
■当日直接会場へ  
■スマートシティ推進課☎245-5362/FAX245-5551

## 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6日(月)=イコアス千城台1階フードコート、8日(水)・23日(木)=イオンマリンピア店4階催事場、10日(金)・31日(金)=イオンスタイル錦取3階イベントスペース、15日(水)=イオンタウンおゆみ野1階中央エスカレーター前、16日(木)=市役所1階イベントスペース、20日(月)=花見川区役所1階ロビー、27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/FAX256-4507

## こころの健康センターの相談

■①思春期相談=10月6日(月)14:00～16:00、23日(木)15:30～17:30。②ギャンブル等依存相談=10月8日(水)13:00～16:00。③一般相談=10月15日(水)10:00～12:00。④アルコール・薬物依存相談=10月15日(水)、11月5日(水)14:00～16:00。⑤高齢者相談=10月16日(木)10:00～12:00  
■①③～⑤専門医、②司法書士による相談