

第33回  
中央区  
ふるさとまつり

中央区ふるさとまつりを10月19日(日)に中央公園などで開催します。楽しいイベントのほか、多数の模擬店が出来ます。皆さん誘い合わせの上、ぜひお越しください。  
日時 10月19日(日)10:00～16:00 \*荒天中止  
場所 中央公園(中央区中央1)など  
来場者用の駐車場はありません。  
詳しくは、[中央区ふるさとまつり](#) で検索

中央公園

市消防音楽隊の演奏  
J\*BOLTSのチアリーディング ほか

栄町ロードステージ

音楽ライブ ほか

きぼーる(1階アトリウム)

千葉開府900年展示  
パラスポーツ体験(ペガボール) ほか

当日は、会場周辺で交通規制を行いますので、ご協力ください。

中央区ふるさとまつり実行委員会(中央区地域づくり支援課内) ☎221-2105 FAX221-2179

お知らせ

蘇我コミュニティセンターの催し

おはなし会

0歳から参加できます。読みきかせの他にも  
わらべうたやかんたん工作など。  
10月29日(水)10:30～11:30  
就学前児の子どもと保護者  
先着13組  
やさしいストレッチヨガ 第1・3金  
心と体をリフレッシュ!初心者でも安心の  
ヨガ、ぜひ一緒に体験しませんか。  
10月3・17・31日、11月21日、12月5・19日の  
金曜日13:00～14:00  
先着15人  
10,020円(途中参加可。1回目1,670円で体験可)  
運動のできる服装、飲み物  
☎☎直接または電話で、蘇我コミュニティセンター☎264-8331FAX265-2796

蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館の催し

健康づくり&魅力再発見!ちばでら夕焼けさんぽ

理学療法士の先生とのおさんぽを通じて千葉寺の魅力を見つけよう  
10月18日(土)15:30～18:00  
10人  
ぐるっと発見!車いすおさんぽ体験会

地域の散策を通じて、身近なバリアや配慮について考えませんか。  
10月12日(日)13:00～16:00  
10人  
はじめての水墨画講座  
10月25日(土)、11月8日(土)10:00～12:00 全2回  
18歳以上 先着12人  
2,500円  
☎☎直接または電話で、蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館☎420-8001FAX420-8002

老後に備えて知っておきたい  
成年後見制度  
～自分らしい生活をするために～

日時 11月28日(金)10:00～11:30  
場所 市役所1階正庁  
内容 司法書士講演会ほか  
講師＝上美谷飛鳥さん(あすか司法書士事務所司法書士)  
定員 先着70人  
申込方法 電話で、あんしんケアセンター中央へ。FAXも可(必要事項15面を明記)  
備考 主催＝区内あんしんケアセンター  
☎あんしんケアセンター中央 ☎216-2121 FAX216-2211

パパ・ママのための  
赤十字救急法スクール

日時 11月15日(土)10:00～12:00  
会場 中央保健福祉センター15階  
内容 幼児期に起こりやすい事故の予防や手当の方法、かかりやすい病気と看病の仕方などを学びませんか。  
対象 中央区在住で乳幼児を持つ保護者  
定員 先着16人  
費用 1人100円(保険代)  
その他 動きやすい服装で。就学前児の託児あり(要事前予約)  
☎中央区赤十字奉仕団(市社会福祉協議会中央区事務所内) ☎221-2177 FAX221-6077

シニアサイン講座

日時 11月6日(木)13:30～15:30  
会場 中央保健福祉センター15階ボランティア活動室  
内容 言葉に身ぶりなどを補って会話をするシニアサインや、聴こえが難しい方とのコミュニケーションについて学びます  
市内在住・在勤・在学の方  
定員 先着20人  
申込 電話で、市社会福祉協議会中央区ボランティアセンター  
備考 本講座は、ちばシティポイント(ちばポ)の対象事業です。  
☎市社会福祉協議会中央区ボランティアセンター ☎221-2177 FAX221-6077

市美術館コレクション探訪

吉田博《帆船 朝 瀬戸内海集》木版多色摺  
大正15年(1926) 千葉市美術館蔵

水面に浮かぶ帆船を照らす、まばゆい朝の光。瀬戸内の穏やかな水面が昇る朝日を受けて輝きだす、その一瞬を捉えています。本図は、洋画家・吉田博が50歳で手掛けた木版画。実は同じ画題を5年前の大正10年(1921)に版元・渡邊庄三郎のもとで3部作として制作していますが、大正12年の関東大震災で版木や作品が焼失してしまいます。震災後、私家版として改めて発表した本作ではサイズを大きくし、この「朝」と、同じ版木を用いつつ色を変えた「夜」「午前」「午後」「霧」「夕」「夜」の6部作へと展開を遂げました。逆境を超えた先の新境地―凄まじい修行ぶりです「絵の鬼」と呼ばれたという吉田らしい、不屈の精神が垣間見える名品です。(常設展示室にて10/8～11/3まで展示)

健康ひろば

中央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・教室名など	日時	対象者・内容など	定員	申込
栄養相談	10/3(金)・17(金)・23(木)・29(水) 9:30～14:30	対象＝乳児から高齢者 管理栄養士による個別相談。離乳食の困り事などの相談も応じています。(場所＝きぼーる13階)	各4人	②
歯科衛生士による 歯科相談 ①大人、②子ども	①10/6(月)・30(木)9:30～15:00 ②10/30(木)9:30～15:00	大人の虫歯予防や歯周病予防、乳幼児の歯磨き方法等のお困りごとに応じています。口臭が気になる成人の方は、口臭測定ができます。	①各4人 ②8人	②
健康づくり相談・ 禁煙相談	10/1(水)・16(木)・23(木) 9:30～14:30	保健師等による個別相談。健康づくり相談＝健診結果の見方や生活習慣病予防等の相談。禁煙相談＝禁煙方法の紹介や呼気CO濃度測定など。	各3人	②
精神保健福祉相談	10/9(木)10:00～12:00	対象＝こころの健康でお悩みの方または家族 憂うつ、眠れない、不安などの悩みについて、専門医が相談に応じます。	各3人	③
教室 離乳食教室	10/30(木)13:00～15:00	対象＝6～8カ月の子どものを持つ保護者。離乳食の2回食、3回食への進め方や作り方の話。試食代＝200円	15組	②
講演会 医師講演会 「知って得する目の病気」 心理士講演会 「一人っ子がお兄ちゃんお姉ちゃんになるとき」	11/6(木)14:00～15:30 11/12(水)10:00～12:00	対象＝区内在住在勤者 内容＝加齢に伴う眼科疾患の症状や治療等について 対象＝兄弟を育児している保護者(下の子を妊娠中または下の子が乳児の方) 下の子がうまれて赤ちゃん返りがたいへん。上の子にどのように接したらいいのだろう。対応のコツについて学んでみませんか。ヒントが見つかるかもしれません。託児あり(託児定員6人)。	50人 18人	② ①
サークル スモールベビーの会 育児サークル 「ぶどうちゃんサークル」	11/17(月)10:00～11:30 11/21(金)10:00～11:30	対象＝出生時体重1000g以下の就園前の子どもと保護者 体重1000g以下で生まれたお子さんを育てる保護者の交流の場です。同じ立場の保護者同士で情報交換しませんか。 対象＝多胎児を持つ保護者の方、妊娠中の方(予約制) 多胎児を持つ親御さんたちが、日頃の育児で困っていることや工夫をしていること等を自由に情報交換する場です。どうぞお気軽に遊びに来てください。	10組 なし	① ①

☎中央保健福祉センター(中央区中央4-5-1きぼーる12階)  
☎10月1日(水)9:00から電話で、中央保健福祉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 中央区健康課](#) で検索

☎ ①すこやか親子班 ☎221-2581 ②健康づくり班 ☎221-2582 ③こころと難病の相談班 ☎221-2583FAX221-2590

各種市民相談 無料

くらし相談…日常生活上の心配ごと  
月～水・金曜日 9:00～16:00  
木曜日 9:00～15:00  
交通事故相談…損害賠償や示談の進め方  
火曜日 9:00～15:00  
金曜日 9:00～16:00  
\*上記相談で面談をご希望の方は、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  
10月6日(月) 9:00～12:00

相談は面談のみ

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など  
毎週木曜日、10月27日(月)  
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  
10月20日(月) 10:00～15:00  
10月6日(月)9:00から電話で申し込み(先着8人、1人30分)

相談はすべて無料。  
中央区役所(きぼーる11階)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 中央区地域づくり支援課  
☎221-2106 FAX221-2179

今月の区役所休日開庁日  
10月12日(日)9:00～12:30