

花見川消防署秋季消防演習を開催します

はしご車、レスキュー車、消防ヘリコプターの活動を間近でみることができます！また、ご家族で楽しめるイベントも用意していますので皆さんのご来場をお待ちしております。

日時

11月24日(木)9:00～11:30



場所

花見川区役所・花見川保健福祉センター

内容

①消防演習(9:00～9:40)
②消防車展示
③ちびっこ救助体験
④ちびっこ消防服
⑤起震車による地震体験
⑥消防団PRコーナー
⑦火災予防啓発コーナー
⑧排水栓を使用した消火訓練(自主防災組織向け)
*②～⑧は消防演習終了後に実施します。
・雨天時は規模を縮小して実施します。
・荒天時や大規模災害発生時には中止することがあります。
・ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。近隣施設への駐車はご遠慮ください。

備考



花見川消防署消防課 ☎259-2544 FAX259-2946

参加者募集

血糖値が気になる方の教室

糖尿病*は初期の段階では自覚症状がなく、放置すると症状が悪化してしまいます。糖尿病は予防が大切です。正しい知識を持ち、ご自身のために、ご家族のために、健康的な生活習慣を身につけてみませんか。*糖尿病のうち、Ⅱ型糖尿病のことを指します。

日時

11月17日(月) 13:30～15:30
11月26日(水) 13:30～15:30
12月4日(木) 13:30～15:30
12月10日(水) 13:30～15:30
12月17日(水) 10:00～13:00

内容

医師講演会
「血糖値がちょっと気になる方へ～今からできる糖尿病予防～」
保健師による生活習慣の話・管理栄養士による食事の話
「そうだ、生活習慣を見直そう」
歯科医師講演会
「歯科医師が勧める血糖値改善～血糖値のカギは歯周病に!?～」
トレーナーによる運動実習
「運動習慣はこれで身につく！三日坊主とは言わせない！」
管理栄養士による食事の話
調理実習「おいしく食べて糖尿病を予防しよう」

対象


血糖値が高めの方(治療中の方は除く)、その家族

場定費備

花見川保健福祉センター
先着16人
食材費600円(5回目のみ)
・5回1コースの教室です。
・1回目、3回目の講演会への参加も可。

申込方法

電話で、花見川保健福祉センター健康課へ。



花見川保健福祉センター健康課 ☎275-6296 FAX275-6298

千葉県立千葉特別支援学校 「もくせい祭」のお知らせ

日頃の学習活動の成果を地域の皆さまにご覧いただけます。ぜひお越しください！

日時

11月1日(土)10:00～13:10

場所

千葉県立千葉特別支援学校

内容

小学部＝遊び場
中学部＝作業製品の販売会(リサイクル品、手工芸品、農園芸品)
高等部＝作業製品の販売会(農耕品、縫工品、コンクリート製品、木工品、紙工品、陶芸品、石けん)及びゲームコーナー


持ち物

スリッパ、靴袋

備考

・来校の際は、必ず受付の上、名札を着用してください。
・駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。
・中止などの場合は学校ホームページでお知らせしますので、来場前にご確認ください。


学校キャラクター「もくせい」



千葉県立千葉特別支援学校 ☎257-3909 FAX257-2226


健康ひろば

花見川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。11月8日は「いい歯の日」です。この機会に歯の健康を見直しましょう。
*各相談については、随時予約を受け付けています。




相談・教室・講演会名	日時	内容・対象など	定員	申込
相談	精神保健福祉相談	11/11(水)10:00～12:00 11/28(金)14:00～16:00 憂うつ・眠れない・不安・引きこもっている・イライラなど、こころの健康でお悩みの方または家族を対象に、精神科医による相談を行います。	各3人	③
	栄養相談	11/14(金)・17(月)・28(金)、12/2(水)9:30～15:00 離乳食や生活習慣病予防などの食事について管理栄養士が相談に応じます。食事の記録、健診データなどあればご持参ください。*特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
	健康相談	11/14(金)・28(金)10:00～14:30 生活習慣病予防や健診結果の見方、禁煙、介護予防などについて、保健師が相談に応じます。希望者には身体機能測定を実施します。*介護認定を受けている方は除く。	各3人	②
	歯科衛生士による ①成人歯科相談 ②こどもの歯科相談	11/17(月)9:30～15:00 ①歯周病予防など歯の健康について相談ができます。希望者には口臭測定を行います。 ②乳幼児の歯みがき、むし歯予防について相談ができます。	①4人 ②8人	②
	女性のための健康相談	11/21(金)10:00～12:00 妊娠・出産に関すること、思春期から更年期・高齢期の女性の心と身体について助産師が相談に応じます。	2人	①
	離乳食教室	11/21(金)13:00～15:00 15分前から受け付け 2・3回食の離乳食の進め方のお話しとデモ、試食を行います。対象＝生後6～8カ月児の保護者(第1子優先)。食材費＝200円	16組	②
教室	母親&父親学級	①11/28(金)9:30～12:00 または13:00～15:30 ②12/8(月)13:00～15:30 全2回 妊娠や出産・育児についての講義や実習を行います。対象＝来年2～4月までに出産を迎える方とパートナー(お子さんの同伴についてはご相談ください) 申込方法は11/11(水)までに電話または電子申請(応募者多数の場合抽選)。 花見川区母親&父親学級 	12組	①
	食事セミナー「骨コッ！骨力アップ編」	12/3(水)10:00～12:00 骨を丈夫に保つための管理栄養士による食事の話やトレーナーによる運動実習を行います。対象＝65歳以上 *これまでに参加されたことのない方優先	16人	②
	食の実践教室「太巻き寿司を巻こう」	12/5(金)10:30～13:00 千葉の郷土料理「桃の花の太巻き寿司」を作って食べます。対象＝花見川区にお住まいの方 食材費＝700円	16人	②
	デジタル機器との付き合い方	11/26(水)10:00～12:00 テレビや携帯電話、ゲーム機等、デジタル機器との付き合い方について、臨床心理士がお話しします。対象＝乳幼児を子育て中の保護者。託児あり(予約制。生後3カ月から可)。	15人	①
講演会	心理士講演会「4～6歳児の心とからだ」	12/17(水)10:00～12:00 4～6歳児の発達の特徴、関わり方のポイント、思春期の時期を見据えた性について、臨床心理士と保健師がお話しします。対象＝4～6歳児を子育て中の保護者。託児あり(予約制。生後3カ月から可)。	15人	①

花見川保健福祉センター(花見川区瑞穂1-1)
☎11月4日(水)9:00から電話で、花見川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 花見川区健康課 )

☎ ①すこやか親子班 ☎275-6295 ②健康づくり班 ☎275-6296 ③こころと難病の相談班 ☎275-6297

花島公園
ドローン体験



日時

11月15日(土)10:00～12:00(雨天中止)

場所

花島公園センター

テーマ

「空から花島公園を見てみよう」

対象年齢

小学生以上

定員

先着20人

備考

駐車場料金200円(4時間以内)

申込

11月4日(水)9:00から電話で、花島公園協会へ。FAXまたはEメールも可(必要事項15面を明記)。

花島公園協会
☎298-6681 FAX298-6681
✉sdxttd036@yahoo.co.jp

花見川区
ボランティアセンター

シニアサイン講座

11月12日(水)10:00～12:00
耳の遠い方とのコミュニケーション方法について学びます。
先着20人

手話ボランティア講座(応用編)

11月27日(木)、12月4日(木)
10:00～12:00
手話に関する講義と実技。
先着20人

花見川保健福祉センター
市内在住・在勤・在学の方。
本講座は、ちばシティポイント(ちばポ)のポイント対象事業です。
☎電話で、市社会福祉協議会花見川区ボランティアセンターへ。
☎同センター
☎275-6438 FAX299-1274

各種市民相談 無料

くらし相談…日常生活での心配ごとなど
月～木曜日 9:00～16:00
金曜日 9:00～15:00
交通事故相談…損害賠償や示談など
金曜日 9:00～16:00
行政相談…行政活動全般に関する相談
11月4日(水) 9:00～12:00
*面談希望の方は、あらかじめお電話ください。不定休があります。

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など(裁判所で訴訟・調停中のものは不可)
毎週月曜日、11月26日(水) 13:00～16:00
定員＝各6人(多数の場合抽選)。1人30分間。
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。
住宅相談…不動産売買・賃借など
11月19日(水) 10:00～15:00
11月5日(水)9:00から電話で申し込み(先着8人)。

花見川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
花見川区地域づくり支援課
☎275-6213 FAX275-6799

今月の区役所休日開庁日
11月9日(日)9:00～12:30