

## 屋外広告物適正化推進員講習会

12月17日(木)13:30～14:30  
市役所  
電柱などに貼り付けられた違反広告物を取り外すボランティアになるための講習会  
18歳以上の方  
20人  
任期=2年。ちばシティポイント対象事業  
申12月10日(木)までに電話で、都市計画課245-5307。申込書（HP）（「千葉市 屋外広告物適正化推進員」で検索）から入手）を245-5627、keikan@city.chiba.lg.jpも可

## 社会福祉セミナー「理学療法士が教えるフレイル予防」

12月18日(木)13:30～15:30  
社会福祉研修センター  
テーマ=身体と心を元気に保ち、社会参加を活発に  
先着24人  
電話で、市社会福祉研修センター☎209-8841。312-2943・kensyuu-c@chiba-shakyo.jpも可（※を明記）

## マンショントピックス研修会

12月21日(日)14:00～16:30  
蘇我コミュニティセンター  
テーマ=高齢化した分譲マンションにおける身寄りなし問題  
マンション管理組合役員および区分所有者  
先着35人  
300円（市マンション管理組合協議会会員以外の方）  
電話で、市マンション管理組合協議会☎090-4078-4703。279-1552、iteru\_koide@yahoo.co.jpも可（※を明記）

## 千葉ポートアリーナの教室

①親子リトミック教室  
1月6日～3月10日の火曜日10:30～11:30。全10回  
②健康体操教室  
1月6日～3月24日（1月27日、2月17日、3月10日・17日を除く）の火曜日13:45～15:15。全8回  
③女性限定シェイプアップ教室  
1月7日～3月18日（2月11日を除く）の水曜日10:00～11:30。全10回  
1歳児以上の託児あり（金6,300円）

④女性限定初心者対象ヨガ＆ピラティス教室  
1月9日～3月13日の金曜日10:15～11:45。全10回

⑤女性限定経験者対象ヨガ＆ピラティス教室  
1月9日～3月13日の金曜日13:00～14:30。全10回  
⑥キッズヒップホップダンス教室  
1月10日～3月14日の土曜日10:00～11:00。全10回

①1～2歳児と保護者、②18歳以上の方、③～⑤18歳以上の女性、⑥小学生  
①15組、②50人、③～⑥25人  
8,600円、②3,600円、③5,300円、④5,500円、⑥2,800円  
12月15日(月)必着。①（1人1通1教室）に※を明記して、260-0025中央区問屋町1-20千葉ポートアリーナへ。HP（「千葉ポートアリーナの教室」で検索）からも可  
同施設☎241-0006 Fax241-0164



## 療育センターふれあいの家「点字講習会」

1月6日～3月24日の火曜日14:00～16:00。全10回  
18歳以上の方  
15人（初めての方優先）  
1,920円  
12月17日(木)必着。※に※のほか、点字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一分館ふれあいの家へ。[fureai1981@bz04.plala.or.jp](mailto:fureai1981@bz04.plala.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



## 健康づくりスポーツ教室

①骨盤エクササイズ=1月8日～2月12日の木曜日。②代謝力アップリンパマッサージ=1月13日～2月17日の火曜日。いずれも、19:30～20:30。各全6回  
千葉ポートアリーナ  
18歳以上の方  
各25人  
1,500円  
詳しくは、市スポーツ協会HP

12月15日(月)必着。①（1人1通1教室）に※を明記して、260-0025中央区問屋町1-20千葉市スポーツ協会へ。HP（「千葉市 健康づくりスポーツ教室」で検索）からも可  
同協会☎238-2380 Fax203-8936



## 障害者福祉短期講座「はじめての走らないサッカー」

1月11日(日)・25日(日)10:00～11:50。全2回  
障害者福祉センター  
市内在住・在勤で身体障害者手帳をお持ちの18歳以上で、立位でボールを蹴ることが出来る方（要事前相談）  
12人  
動きやすい服装、運動靴

12月16日(火)必着。※に※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](mailto: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



## 障害者理解促進セミナー（事業主向け）

1月14日(水)13:00～15:30  
ホテルポートプラザちば（中央区千葉港8-5）  
事業主、人事担当者など  
12月22日(月)までに千葉労働局HPから  
同労働局職業対策課☎221-4392  
雇用推進課 Fax245-5558



## 初級古文書講座「江戸時代の村の古文書を読む」

1月18日～2月8日、3月1日・15日の日曜日10:00～12:00または13:30～15:30。各全6回  
生涯学習センター  
講師=小代涉さん（東京堂出版編集部）  
初心者 各30人  
12月9日(火)必着。①（1通1人）に※を明記して、260-0856中央区亥鼻1-6-1千葉市立郷土博物館へ。電子申請も可  
同館☎222-8231 Fax225-7106。月曜日（祝・休日の場合は翌日）休館



## 傾聴ボランティアフォローアップ講座

1月22日(木)・29日(木)10:00～12:00。全2回  
若葉保健福祉センター  
傾聴の基礎講座受講者または傾聴ボランティア活動をしたことがある方  
先着20人  
電話で、若葉区ボランティアセンター☎233-8181  
同センター☎前記 Fax233-8171



## 都市緑化植物園の講座

①冬の花を使った寄せ植え教室  
1月31日(土)13:30～15:30

②剪定の基礎教室  
2月8日(日)13:30～15:30

①先着20人、②先着18人  
①2,000円、②400円

①12月3日(木)・②24日(木)9:00から電話で、都市緑化植物園☎264-9559。直接来園も可  
同園☎前記 Fax265-6088。月曜日（祝日の場合は翌日）休園



## 中央図書館ビジネス支援講座 in まなびフェスタ

2月14日(土)14:00～16:00

生涯学習センター

テーマ=ドローン屋外飛行にあたっての法的ルールのお話。講師=吉田基さん（株ツバサ・フロンティアUASプロジェクト統括部長）

25人

1月31日(土)までに電話で、中央図書館☎287-3980。 Fax287-4074（※を明記）、電子申請も可

同館☎前記。月曜日・第3木曜日（祝・休日の場合は翌日）休館



## パラスポーツ教室

### 知的障害、発達障害のある方

①バドミントン=日曜午後、②バスケット=日曜午前・午後、③ボッチャ=日曜午前、④フライングディスク=土曜午後。いずれも、月1回

①③ハーモニープラザ、②高洲スポーツセンター、④磯辺スポーツセンター

### 身体障害のある方

①ボッチャ・②ビームライフル=土曜午前、③レクススポーツ=土曜午後、④卓球=火曜夜間。いずれも、月1回

①②③ハーモニープラザ、④千葉ポートアリーナ

いずれも年齢制限あり。開催日時・対象など詳しくはお問い合わせください。

電話で、市スポーツ協会ちばしパラスポーツコンシェルジュ☎312-0605。 [paraspo-con@chibacity.spo-sin.or.jp](mailto:paraspo-con@chibacity.spo-sin.or.jp)も可（※を明記）

同協会☎前記 Fax312-7076



## 相談



## 社会保険労務士相談

12月1日(月)・15日(月)、1月19日(月)10:00～12:00、13:00～16:00

富士見ハイネスビル（中央区富士見2-7-5）

労働、社会保険、年金

各相談先着5人

電話で、県社会保険労務士会千葉支部☎224-9027

同支部☎前記 Fax224-9058。土・日曜日、祝・休日休業



## LGBT専門相談

12月1日(月)19:00～22:00（最終受け付け21:30）、21日(日)10:30～13:30（最終受け付け13:00）

日常生活でLGBT当事者や周囲の方が抱える性的指向や性自認に関する悩みなどの相談。相談専用電話☎245-5440。LINE相談は、HP「千葉市 LGBT専門相談」で検索

相談日ごと1人1回30分。匿名・通称名での相談可

男女共同参画課☎245-5060 Fax245-5592

## ふるさとハローワークの就活オンライン相談（Zoom）

12月2日～25日の火～木曜日15:00～16:20

キャリアカウンセラーによる就労・生活支援の相談

各先着1人  
事前に利用登録が必要です。登録方法はふるさとハローワーク事務局へお問い合わせください。

相談希望日の前週金曜日までに、ふるさとハローワークHPから

同事務局☎292-8655 Fax221-5518

## 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

12月3日(木)=イコアス千城台1階フードコート、9日(火)・17日(木)=イオンマリンピア店4階フードコート側エスカレーター前、11日(木)・26日(金)=イオンスタイル鎌取3階イベントスペース、12日(金)=花見川区役所1階ロビー、16日(火)=市役所1階イベントスペース、18日(木)=イオンモール幕張新都心グランドモール2階ACTUS前、22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、何かを始めたいシニアの相談窓口

当日直接会場へ  
生涯現役応援センター☎256-4510 Fax256-4507



## 不妊専門相談

電話相談☎090-6307-1122

12月4日～25日の木曜日15:30～20:00（最終受け付け19:30）

助産師による相談

不妊や不育症のほか、性に関することでお悩みの方

面接相談

12月17日(木)14:15～16:30、25日(木)17:45～20:00

市役所

医師と助産師による相談

不妊や不育症でお悩みの方

各先着3人

電話で、健康支援課☎238-9925。電子申請も可

同課☎前記 Fax238-9946

## ちば司法書士総合相談センター一相談会

12月6日～20日の土曜日=千葉司法書士会館（美浜区幸町2-2-1）。6日(土)=あかりサロン稻毛（稻毛区稻毛東2-16-1）いずれも10:00～15:00

相続、少額訴訟、借金など

自作した書類の確認は不可

開催日の2週間前から電話で、ちば司法書士総合相談センター☎204-