



参加者募集

子どものかかりやすい病気と事故予防

赤ちゃんの、気を付けたい病気や受診のタイミング、日常生活における事故予防について、小児科医師がわかりやすくお話しします。



日時 7月2日(木)10:00~11:30
会場 中央保健福祉センター12階
対象 乳児を持つ保護者の方
定員 先着20組
申込方法 電話または電子申請で、中央保健福祉センター健康課へ



☎中央保健福祉センター健康課 ☎221-2581 ☎221-2590

参加者募集

パパ・ママのための赤十字救急法スクール



日時 6月25日(木)10:00~12:00 (9:30受付開始)
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 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 区内在住で乳幼児を持つ保護者の方
定員 先着16人 就学前児の託児あり(要事前予約)
料金 1人100円(保険代)
備考 動きやすい服装でお越しください。
申込方法 電話で、中央区赤十字奉仕団事務局へ
☎中央区赤十字奉仕団事務局 ☎221-2177 ☎221-6077



蘇我コミュニティセンターの催し

蕎麦打ち体験会
☎7月1日(休)9:15~13:00
☎成人
☎16人(事前申込・先着順)
☎1,500円
千葉郷土史研究講座
☎6月~9月の第1・3月曜 10:00~11:30
☎主に千葉氏関連の郷土史を学びます。
☎40人
☎5,600円(初めての方は1回700円で体験可)
☎☎直接または電話で、蘇我コミュニティセンター☎264-8331☎265-2796

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

気軽にたのしむバルーンアート教室
基本的なバルーンの扱いを学び、かわいい犬・花などを作ります。
☎6月13日(出)13:00~15:00
☎高校生以上の方
☎先着12人
☎650円
夏の和菓子作り~練り切り・水ようかん~
☎6月25日(木)10:00~12:00
☎12人
☎2,100円
☎6月18日(休)申込締切
混声合唱団「コロハモニー」コンサート
心はずむ歌声をお届けします。
☎6月28日(日)13:30~15:00
☎先着200人
☎☎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☎420-8001☎420-8002

参加者募集

災害時の食の備えと活用法

備えておきたい食品の話と調理実習(パッククッキングなど)を行います。

日時 6月30日(火)10:00~13:00
会場 中央保健福祉センター12階
対象 区内在住の方
定員 先着20人
料金 600円
申込方法 電話で、中央保健福祉センター健康課へ

☎中央保健福祉センター健康課 ☎221-2582 ☎221-2590

参加者募集

骨粗しょう症予防教室 全2回

骨粗しょう症の原因について正しく知り、どんな予防方法があるのか学んでみませんか。

日時 ①7月2日(木)13:30~15:00
②7月10日(金)10:00~12:00
(①医師講演会のみ参加も可能です。)
会場 中央保健福祉センター12階
内容 ①医師講演会 ②トレーナーによる運動実技
対象 運動制限のない成人の方
定員 先着20人
申込方法 電話で、中央保健福祉センター健康課へ

☎中央保健福祉センター健康課 ☎221-2582 ☎221-2590

参加者募集

傾聴ボランティアフォローアップ講座

日時 7月9日(木)・17日(金)
10:00~12:00 (全2回)
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 既に傾聴ボランティア活動をしている方、過去に傾聴基礎講座を受講された方向けの、フォローアップのための講座です。
対象 市内在住・在勤・在学で傾聴ボランティア活動経験者、または傾聴基礎講座を受講済の方
定員 先着20人
申込方法 電話で、市社会福祉協議会中央区ボランティアセンターへ
☎市社会福祉協議会中央区ボランティアセンター ☎221-2177 ☎221-6077



市美術館コレクション探訪

平川清蔵《麹町風景》
木口木版単色摺 1929年頃 千葉市美術館蔵

平川清蔵(1897-1964)は広島に生まれた版画家で、レンパツ(一度に数本の線を彫れる刃物)を用いた木口木版画を得意としたことでも知られます。尋常小学校を卒業後、印刷所に職を得た大阪で、橋本健三という人物に木口の技を学んだと伝わります。版画において作者がすべての工程を行い「自画・自刻・自摺」を掲げる創作版画の運動の中で設立された日本創作版画協会にも参加し、昭和4年(1929)には帝展初入選を果たしました。本図は昭和7年の『小品版画集』に収められた木口作品8点のうちの1点。確かな彫技による、緊密な構成が見事です。ぜひ展示室をご覧ください。(常設展示室にて7月5日(日)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。
6月4日~10日は歯と口の健康週間です。この機会にお口の健康を見直しましょう。



相談・教室名など	日時	対象者・内容など	定員	申込
歯科衛生士による歯科相談 A大人、B子ども	A)6/2(木)・19(金)9:30~15:00 B)6/19(金)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などの相談に応じます。口臭が気になる成人の方は、口臭測定ができます。	A)各4人 B)8人	①
栄養相談	6/3(水)・11(木)・15(月)・25(木) 9:30~14:30	離乳食や幼児食、生活習慣病予防、高齢者の食事などについて、管理栄養士が個別に相談に応じます。特定保健指導を受けている方は除きます。(場所=中央保健福祉センター13階)	各4人	①
健康づくり・禁煙相談	6/8(月)・18(木)・23(火) 9:30~14:30	保健師などによる個別相談。健康づくり相談:健診結果の見方や生活習慣病予防などの相談。禁煙相談=禁煙方法や禁煙のコツの紹介。	各3人	①
精神保健福祉相談	6/11(木)10:00~12:00 6/26(金)14:00~16:00	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	②
パパのための育児相談	7/2(木)10:00~11:50	対象=乳幼児の育児について相談希望のある父親 男性心理士が、子育てや子どもの発達について個別相談に応じます。	2組	③
医師講演会「知っておきたい認知症のこと~認知症の正しい知識と日常生活の工夫~」	6/26(金)13:30~15:00	認知症になっても、本人の意思が尊重され、住み慣れた環境で自分らしく暮らし続けることができるよう、正しい知識を身に付けてみませんか。	50人	①
教室 食事セミナー 運動とカルシウム	7/17(金)10:00~12:00	対象=区内在住の運動に制限のない65歳以上の方 フレイル予防と骨粗しょう症予防の話、運動トレーナーによる簡単な筋トレの紹介。	20人	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)
☎6月1日(月)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)☎

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

今月の区役所休日開庁日

6月14日(日)9:00~12:30