



はなみがわ

健康寿命を伸ばそう

参加者募集

誤嚥性肺炎予防講座 ～最近、むせやすく、咳きこむことないですか?～

誤嚥性肺炎は高齢者が肺炎で亡くなる原因の大部分を占めています。そのため、予防が大変重要となります。ぜひ、この機会に正しい知識を身につけましょう。 *知識編のみ、実践編のみの参加も可能です。

知識編 2回1コース (定員25人)

誤嚥性肺炎についての正しい知識と、予防につながる日常生活のポイントについて医師が講演します。

①医師講演会「正しく知ろう誤嚥性肺炎」

日時 6月17日(水)13:30～15:00

②歯科医師講演会「歯科医師が勧める誤嚥性肺炎予防」

日時 6月18日(木)13:30～15:00

会場 花見川保健福祉センター

持ち物 筆記用具、飲み物

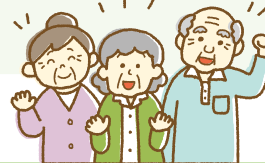
実践編 4回1コース (定員15人)

音楽療法士による音楽療法、歯科衛生士による誤嚥性肺炎を予防する体操や口腔ケアのポイントなど、具体的方法をお伝えします。

「口から誤嚥性肺炎予防教室(歯っぴー健口教室)」

日時 7月3日(金)・17日(金)・24日(金)・31日(金)10:00～12:00

対象 65歳以上の方



医師講演会

知っておきたい腎臓のこと ～若い世代からできる腎臓病気予防～

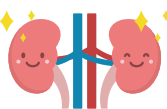
日時 7月3日(金)13:30～15:00

会場 花見川保健福祉センター2階

内容 腎臓の役割や仕組み、検査データの見方、生活習慣と腎臓疾患の関係について

定員 30人

持ち物・服装 筆記用具、水分補給ができるもの



●参加者募集● それってもの忘れ? 認知症? 医師講演会 正しく知ろう認知症

日時 7月8日(水)13:30～15:30

会場 花見川保健福祉センター2階

内容 物忘れと認知症による症状の違い、主な原因とその治療法、日常生活における認知症の予防について簡単な脳トレの実践(医師講演後)

定員 30人



申込 電話で、花見川保健福祉センター健康課へ。

同センター健康課 ☎275-6296 FAX275-6298

オオガハスオブジェを設置しました

花見川区のオオガハス文化伝承事業および千葉開府900年事業の一環で、公募選考により区内を中心に活躍されているサインペインターのユニットである「SIGNPAINTERS」の方々にオブジェを制作していただき、花見川区役所中央階段の壁面に設置しました。

オブジェは、花見川区発祥で市の花であるオオガハスをモチーフに、花見川区の歩みと願いを象徴的に表現したデザインとされており、また、細部に至るまで全て手作業で制作され、中心のハスは金箔で鮮やかな装飾が施されています。

新たなオブジェの設置により、さらなるオオガハスの文化継承と花見川区の活性化につなげてまいります。

区役所にお越しの際はぜひご覧になってください。



ふるさと農園

農業講座

講座名	日時	内容
農講座「秋野菜について/講義編」	7月11日(土) 10:00～12:00	秋野菜の特徴の理解、適した栽培方法と管理について
農講座「秋野菜について/実習編」	7月16日(木) 10:00～11:00	

定員 各20人 料金 各300円

申込方法 6月10日(水)までに、ふるさと農園HPから。または、往復はがき(講座ごとに1人1通)に必要事項(5面)を明記して、〒262-0011花見川区三角町656-3 千葉市ふるさと農園へ郵送可。

場所 ふるさと農園(千葉市花見川区三角町656-3)

同園 ☎257-9981 FAX258-1024 月曜日(祝・休日の場合は翌日) 休園

ふるさとマルシェ

「たくさんの繋がりをつくってほしい」作り手と買い手が直接やり取りしながら買い物ができる場です。



日時 6月28日(日)10:00～14:00

内容 野菜販売・キッチンカー・小物販売など

備考 当日来園可能。一部事前申込。

詳しくは [千葉市 ふるさと農園](#)

畑コミュニティセンター

第50回記念 落語会「花見川亭」

畑コミュニティセンターで永らく続く看板自主事業の一つ。なんと今回で50回目の節目を迎えます。笑ってストレス解消! 皆さんぜひお越しください。

日時 6月6日(土)14:00(13:30開場)

場所 畑コミュニティセンター

料金 500円

同センター ☎273-5454 FAX271-4894

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
6月2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、6月24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
6月17日(水) 10:00～15:00
6月3日(土)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

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。
*各相談については、随時予約を受け付けています。

今月の標語
「けんこうを まもる知しきは たからもの」



6月4日～10日は歯と口の健康週間です

相談・教室名	日時	内容・対象者	定員	申込	
相談	精神保健福祉相談	6/5(金)14:00～16:00 6/9(水)10:00～12:00	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	6/9(水)・22日(木)・25日(日) 9:30～15:00	離乳食や生活習慣病予防などの食生活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・禁煙相談	6/9(水)・25日(日)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	6/17(水)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。 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
教室	パパも一緒に学ぼう 母乳教室	6/26(金)10:00～12:00	助産師による母乳についての講義と実技を行います。対象=妊娠中の方とパートナー(妊婦のみ参加可、子どもの参加不可)。申込方法=6月5日(金)までに電話または電子申請。 花見川区 母親&父親学級	20組	①
	母親&父親学級	①7/10(金)9:30～12:00または13:00～15:30 ②7/16(木)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=9～12月までに産出を迎える方とパートナー(子どもの参加不可)。申込方法=6/5(金)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

花見川保健福祉センター(花見川区瑞穂1-1)
☎電話で、花見川保健福祉センター健康課各課へ

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

今月の区役所休日開庁日

6月14日(日)9:00～12:30