



# はなみがわ

人口:178,149人 前月比78人増  
(男87,051人 女91,098人)  
世帯数:86,715世帯  
(2026年6月1日現在)

## ふるさと農園

### 農業講座

講座名	日時
①流しそうめん	8月1日・8日・15日・22日・29日の土曜日16:00~18:00
②採れたて晩ごはんと少しの農業体験	8月4日・11日・18日・25日の火曜日、8月7日・14日・21日・28日の金曜日16:00~17:00

**定員** ①各20人 ②各3組  
**料金** 各500円  
**申込方法** 7月10日(金)までに、ふるさと農園ホームページから。または、往復はがき(講座ごとに1人1通)に必要事項(15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 ☎258-1024 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** 7月26日(日)15:00~19:00  
**内容** 野菜販売・キッチンカー・小物販売など  
**備考** 当日直接会場へ。一部事前申込。  
 詳しくは、[千葉市 ふるさと農園](#)



## 親子 食の実践教室

### 備えていますか？備蓄食品

災害時には、いつもと同じ食事をするのが難しくなる場合があります。災害時でも、健康で過ごすために必要な食事ができるように、平時から備えておくことが大切です。親子で災害時の食の備えについて学んでみませんか？

**日時** 8月28日(金) 10:00~13:00  
**会場** 花見川保健福祉センター 2階  
**内容** 食品を備えるポイントのお話しと、備蓄食品を使った調理実習  
**対象** 小学生とその保護者(1組に対し子どもは2人まで)  
**定員** 先着12組  
**持ち物** エプロン、三角巾、不織布マスク  
**料金** 食材費1人あたり600円  
**申込方法** 電話で、花見川保健福祉センター健康課☎275-6296へ

**同センター健康課**  
 ☎前記 ☎275-6298

## 花見川 糖尿病0プロジェクト推進中！

### 生活習慣 花まる宣言に取り組みましょう

~毎日の生活に小さな「できた」を積み重ねて、生活習慣にたくさんの花まるをつけましょう♪~

### 生活習慣病予防の方法や大切さがわかるような「標語」を大募集します。

生活習慣病とは、「食事」「運動」「休養」「喫煙」「飲酒」など、毎日の生活習慣が関係して起こる病気です。バランスの良い食事、適度な運動、体重管理など、予防のポイントについて考えて標語にしてみませんか。

**応募資格** 区内在住・在勤・在学の方  
**応募方法** 9月1日(火)必着。はがきに標語と必要事項(15面)を明記して、花見川保健福祉センターへ郵送または直接持参。FAX・電子申請も可です。

入賞された方には、表彰式へのご案内と記念品を差し上げています。

### 2025年度 小学校・一般の部 最優秀作品

朝ごはん 毎日食べよう やさいもね！  
 朝ごはん しっかり食べて やる気出す  
 スマホより まずは歩こう 花見川



電子申請はこちら



☎花見川保健福祉センター健康課 ☎275-6296 ☎275-6298

## 傾聴ボランティア入門講座

**日時** 7月31日(金)、8月7日(金) 10:00~12:00 全2回  
**会場** 花見川保健福祉センター 3階 大会議室  
**内容** 傾聴に関する講義・ロールプレイ実習  
**対象** 市内在住・在勤・在学の方  
**定員** 先着20人  
**申込方法** 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☎275-6438へ。

**同センター** ☎前記 ☎299-1274

## 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、お越しく下さい。\*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  
「ふるあがり 親子いっしょに ストレッチ」



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	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。 *精神科・心療内科通院中の方は除く。	各3人	③
	栄養相談	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	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	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	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、助産師が個別に相談に応じます。	2人	①
教室	離乳食教室	2・3回食の離乳食の進め方のお話しと試食を行います。 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
	パパも一緒に学ぼう 母乳教室	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=妊婦とパートナー(妊婦のみの参加も可) 申込方法=7月10日(金)までに電話または電子申請。 <a href="#">花見川区 母親&amp;父親学級</a>	20組	①
講演会	育てづらいと感じる子の食への過敏さについて~口腔過敏と食への対応~	子どもの口腔過敏があり、食べられる食材に限られる、どのように対応すれば良いのだろう?と困ることはありませんか?心理士による子どもの食事の困りごとについての講演を行います。 対象=子ども(就学前児)の偏食、食への過敏さなどの育てづらさについて関心のある方 *託児あり(定員制) 申込方法=7/24(金)までに電話または電子申請。 <a href="#">花見川区 心理士講演会</a>	10人	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 ☎275-6298

## 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  
 7月7日(火) 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、7月22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  
 7月15日(水) 10:00~15:00  
 7月1日(火)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 ☎275-6799

## 今月の区役所休日開庁日

7月12日(日)9:00~12:30