

出店者募集

緑区ふるさとまつり
フリーマーケット

日時 11月1日(日)10:00～15:00 雨天中止

千葉豪雨に伴い、
緑区ふるさとまつりの
開催を中止します。
フリーマーケットも
中止となります。



・同一世帯の重複応募は失格となります。
☎〒266-8733緑区ふるさとまつり実行委員会事務局（緑区地域づくり支援課内）
☎292-8105 FAX292-8159

参加者募集

ジェフと一緒に健康づくり教室

「脳トレ×動作」を組み合わせた、認知機能や注意力の維持・向上を目指すプログラムを実施します。高齢者向けにアレンジした内容で、初めて参加する方にもお勧めです。トップアスリートも取り入れているプログラムを楽しみながら体験してみませんか？

日時

10月15日・29日、11月5日・12日の木曜日10:00～11:00 全4回

会場

鎌取コミュニティセンター（他区会場はホームページをご覧ください（千葉市 ジェフ 健康づくり））

対象

市内在住の65歳以上の方（要支援・要介護認定者を除く）

定員

25人（初めての方優先）

料金

400円（保険料）

申込方法

9月18日(金)必着。往復はがきに、必要事項(17面)のほか、希望の会場、生年月日を明記して、〒260-8722千葉市役所健康推進課へ。電子申請も可。

☎健康推進課 ☎245-5146 FAX245-5659

参加者募集

シニアリーダー養成講座

市内の公民館などで、介護予防のための体操教室を運営するボランティア（シニアリーダー）を募集します。
詳しくは、（千葉市 シニアリーダー養成講座）

日時

10月21日～来年1月20日（11月25日、12月30日を除く）の水曜日10:00～12:00 全12回

会場

土気あすみが丘プラザ（他区会場はホームページをご覧ください）

対象

市内在住で、安全に体操教室の運営に携われる方。
＊直近6カ月以内に心疾患・脳血管疾患を発症または悪化した方、当日に体調不良などがある方は受講不可。

定員

20人

申込方法

9月30日(木)必着。はがきに必要事項(17面)のほか、希望する会場名、生年月日を明記して、〒260-8722千葉市役所健康推進課へ。電子申請も可。結果は10月上旬ごろ全員に発送。

事前説明会
(参加しなくても講座に申込み可)

日時

①9月7日(月)10:00～11:00、
②11日(金)14:00～15:00

会場

①市役所②美浜保健福祉センター

定員

各先着30人

申込方法

各開催日の前日までに電話で、健康推進課へ。

☎健康推進課 ☎245-5146 FAX245-5659

みどり救急フェア

あなたの目の前で突然人が倒れてしまったら…
もし、大切な人が倒れてしまったら…
あなたはどのように行動しますか？
救急フェアに参加して応急手当を身に付けましょう！

日時

9月6日(日)9:30～11:30

場所

ミスターマックスおゆみ野店 店舗前、駐車場

内容

・心肺蘇生法とAED体験
・子ども防火服着体験
・消防車両展示
・子どもレスキュー体験（ロープ渡過）
※荒天時などは中止または一部縮小。

☎緑消防署消防課 ☎292-6215 FAX292-6279
Eshobo.MDF@city.chiba.lg.jp



血糖値を上げない講座

日時(全5回)	内容
1 9月29日(火) 13:30～15:00	医師講演会「これならできる！血糖改善生活～正しく知って防ごう糖尿病～」
2 10月6日(火) 10:00～12:00	個別相談
3 10月13日(火) 13:00～15:00	血糖値を上げない食事のポイント～バランスの良い食事について～
4 10月22日(木) 13:30～15:00	歯科医師講演会「歯周病予防で血糖値改善～歯周病と糖尿病の関係を正しく知り、歯周病を予防する生活づくりを学ぶ～」
5 11月4日(木) 10:00～12:00	トレーナーによる運動実践

会場

緑保健福祉センター

対象

区内在住の血糖値が高めの方、糖尿病の心配のある方または家族（治療中の方を除く）
1、4は市内在住・在勤の方も可

定員

先着20人

＊1、4のみの参加も可能ですが、全回出席できない場合はご相談ください。
☎緑保健福祉センター健康課 ☎292-2630 FAX292-1804

健康ひろば

緑保健福祉センター健康課では、緑区にお住まいの方に向けて下記のほか、栄養、歯科、禁煙、健康相談を行っています。日程についてはお問い合わせください。また参加する際は、体調を確認の上、お越しください。

みんな必ず受けよう 健康診断
(緑区生活習慣病予防スローガン「みどりとくみなおし」で健康づくり)



相談・教室など	日時など	内容・対象など	定員	申込	
教室	65歳からの「食事セミナー」	10/2(金)10:00～12:00	内容＝健康運動指導士による運動実習、食事の話 対象＝区内在住の65歳以上の方 持ち物＝筆記用具、飲み物、動きやすい服装	16人	③
相談	精神保健福祉相談	9/9(火)・17(木)14:00～16:00	精神科医による個別相談。 対象＝憂うつ・眠れない・不安など、心の健康でお悩みの方または家族。	各3人	③
	女性の健康相談	9/28(月)10:00～10:50 11:00～11:50	助産師による妊娠・出産に関することや、女性の心と体の不調などについての個別相談。 対象＝思春期から更年期の女性。	2人	①
サークル	カンガルーサークル@みどり	10/2(金)10:00～11:30	出生時体重が1,500グラム以下の子どもと保護者のためのサークルです。親子交流や自由遊びをします。希望に応じて育児相談を行います。	予約不要	☎①
	ふたごちゃんサークル	10/5(月)10:00～11:30	双子以上の子どもと保護者・妊婦とパートナーの交流の場です。 (千葉市 育児サークル)	6組	①

☎緑保健福祉センター（緑区鎌取町226-1）
☎9月1日(火)9:00から電話で、緑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 緑区健康課）

☎ ①すこやか親子班 ☎292-2620 ②健康づくり班 ☎292-2630 ③こころと難病の相談班 ☎292-5066 FAX292-1804

緑区ボランティア講座

こえにだして絵本を
読んでみませんか？

～読み聞かせボランティア講座～

日時

10月16日～30日の金曜日
10:00～12:00 全3回

会場

緑保健福祉センター

内容

読み聞かせの基本や年齢にあった絵本の選び方などをわかりやすくお伝えします。

定員

先着20人

申込方法

9月2日(火)から電話で、社会福祉協議会緑区ボランティアセンターへ

☎同ボランティアセンター
☎292-8185 FAX293-8284

お知らせ



鎌取コミュニティセンターの催し

長谷川暖メゾソプラノリサイタルVol.2
☎9月20日(日)12:30～13:30
☎0歳から楽しめるお昼の歌のコンサート
☎当日先着200人
クラフトバンドをつかったハロウィンの小物づくり
☎9月20日(日)13:30～17:30
☎一足先にジャックオーランタンをつくりましょう
☎金500円
☎直接、鎌取コミュニティセンターへ
☎同コミュニティセンター ☎292-6131 FAX292-6151

土気あすみが丘プラザの催し

音楽劇「ブレーメンの音楽隊」
☎9月13日(日)13:30～14:30
☎当日先着80人
土気シビックウィンドオーケストラ
☎9月20日(日)13:30～16:30
☎当日先着500人
劇団「さくらんぼ」公演
☎9月21日(祝)13:00～14:00、14:30～15:30
☎悪魔の子どもたち 影と光
☎各回当日先着100人
☎直接、土気あすみが丘プラザへ
☎同プラザ ☎295-0301 FAX295-0350

各種相談案内 無料

くらし相談…日常生活上の心配ごと
月～木曜日 9:00～16:00
金曜日 9:00～15:00
交通事故相談…損害賠償や示談の進め方
火曜日 9:00～16:00
木曜日 9:00～15:00
＊上記相談で面談をご希望の方は、あらかじめお問い合わせください。
行政相談…国、県などへの要望・意見
9月7日(月) 9:00～12:00

相談は面談のみ

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
水曜日、9月28日(月)13:00～16:00
定員＝各6人
各相談日の2週間前の9:00～1週間前の17:00に電話。電子申請も可。
裁判で訴訟、調停中のものは不可。

緑区役所2階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 緑区地域づくり支援課
☎292-8106 FAX292-8159

今月の区役所休日開庁日

9月13日(日)9:00～12:30

緑区役所 ☎043-292-8111(代表) 〒266-8733 千葉市緑区おゆみ野3丁目15番地3 (千葉市 緑区役所)

区版編集 緑区役所総務課 ☎043-292-8102 FAX043-292-8158

記号の見方は(17面)参照 特に記載のないものは9月1日(火)から受け付け