

こてはし台連絡所廃止に関する
住民説明会を開催

日時

11月29日(日)14:00~15:30
(開場13:50)

会場

こてはし台公民館

定員

先着50人(当日直接会場へ)



関区政推進課

☎245-5133

☎245-5155

2027年版 健康カレンダー配布中！

「生活習慣 花まる宣言」に向けた健康づくりを応援します！

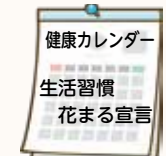
健康づくりに関する情報や生活習慣病を予防するためのポイントを掲載した「健康カレンダー」を健康課窓口で配布しています。

毎日の食事や運動、休息など、ちょっとした生活習慣を見直すことが健康づくりの第一歩です。日々の小さな積み重ねが健康の増進につながります。

この機会に、健康カレンダーを活用して、あなたも「生活習慣 花まる宣言」を実践してみませんか。

配布場所 花見川保健福祉センター健康課

配布期間 なくなり次第終了



関花見川保健福祉センター健康課

☎275-6296

☎275-6298

参加者募集

食の実践教室「減塩のすすめ」

健康な体を維持するためには減塩が大切です。管理栄養士による減塩のための工夫のお話とおすすりレシピの調理実習を行います。

日時

12月11日(金)
10:00~13:00

場所

花見川保健福祉センター

定員

先着16人

料金

食材費600円

申込方法

直接または電話で、花見川保健福祉センター健康課へ

関同課

☎275-6296

☎275-6298

参加者募集 シニアサイン講座

日時

11月26日(木)10:00~12:00

会場

花見川保健福祉センター3階 大会議室

内容

耳の遠い方とのコミュニケーション方法「シニアサイン」を学びます。

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。

関市社会福祉協議会花見川区ボランティアセンター

☎前記

☎299-1274

お知らせ

畑コミュニティセンター

①寄席 花見川亭
おなじみの花見川亭。今回も、楽しい落語三席で開催します。乞うご期待！
☎11月7日(土)14:00~15:30(予定)
☎小学生以上(未就学児の入場は不可)
☎40人(事前予約要)
☎500円
☎直接または電話で、畑コミュニティセンター☎273-5454へ。

②子ども食堂
手作りので温かい食事を楽しく食べよう！
☎11月15日(日)12:00~14:00
☎当日先着100人
☎500円(中学生以下無料)
☎同センター☎273-5454☎271-4894

参加者募集 医師講演会

知っておこう！眼の病気
～生活習慣病と眼の関係～

日時

12月17日(木)
13:30~15:00

会場

花見川保健福祉センター

内容

加齢に伴う眼科疾患と生活習慣病との関係、症状、治療法と予防について

定員

先着28人

申込方法

直接または電話で、花見川保健福祉センター健康課へ。

関花見川保健福祉センター健康課

☎275-6296

☎275-6298

ふるさと農園

農業講座

講座名	日時	内容
不耕起栽培講座「冬雑草の適応戦略」	12/5(土)10:00~12:00	冬の間の雑草管理を考えます

場所

ふるさと農園(千葉市花見川区三角町656-3)

定員

20人

料金

700円

申込方法

11月10日(木)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(7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。

関同園

☎257-9981

☎258-1024

月曜日(祝・休日の場合は翌日)休園

健康ひろば

11月8日は「いい歯の日」です。この機会にお口の健康を見直してみませんか？

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
「登下校 なるべく歩こう 運動だ」



講演会・相談・教室名	日時	内容・対象など	定員	申込
講演会	心理士講演会 「親子の笑顔が増える3つの新習慣」	子育て中の感情をコントロールするために大事な「3つの新習慣」を、認知行動療法という考え方をもとに公認心理師がお話しします。 対象:就学前の子どもを子育て中の保護者。託児あり(予約制。定員あり。生後3カ月から可)。(花見川区 心理士講演会) 	15人	①
	心理士講演会 「4~6歳児の心とからだ」	4~6歳児の発達の特徴、関わり方のポイント、思春期の時期を見据えた性について、臨床心理士と保健師がお話しします。 対象:4~6歳児を子育て中の保護者。託児あり(予約制。定員あり。生後3カ月から可)。(花見川区 心理士講演会) 	15人	①
相談	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。	① 4人 ② 8人	②
	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事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
	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
	健康相談	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
教室	離乳食教室	管理栄養士による2・3回食の離乳食の進め方のお話しと実演、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
	母親&父親学級	①11/24(火)9:30~12:00 または13:00~15:30 ②12/1(火)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=R9年2~4月までに出産を迎える方とパートナー 申込方法=11/6(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) 	16組	①

関花見川保健福祉センター(花見川区瑞穂1-1)

☎11月2日(月)9:00から電話で、花見川保健福祉センター健康課各班へ

関 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

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) 

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
11月10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、11月25日(火)
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。電子申請可。
住宅相談…不動産売買・賃借など
11月18日(水) 10:00~15:00
11月4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
11月8日(日)9:00~12:30