

土気あすみが丘
プラザまつり

日時11月28日(土)・29日(日)10:00～15:00

内容土気あすみが丘プラザで活動するサークル・団体の日頃の成果を披露します！
●楽器演奏、ダンス、コーラスなどの発表
●オリジナル作品、創作物の展示
●軽食や地域物産品の販売
●キッチンカー、フリーマーケット

土気あすみが丘プラザ ☎295-0301 ☎295-0350

千葉開府900年記念イベント「みどり、見つけ！」内
勾玉づくり教室

千葉開府900年を記念し、緑区の魅力を再発見するイベントの一環として、石をやすりなどで削って自分だけの勾玉を作ってみませんか。

日時12月12日(土) 10:00～11:30
場所土気あすみが丘プラザ
対象小学生(1～3年生は保護者同伴)
定員先着15人
持ち物タオル(手拭き用)
申込方法Eメールで教室名、氏名、住所、電話番号、学年を明記して緑区地域づくり支援課へ
☎緑区地域づくり支援課 ☎292-8105 ☎292-8159
✉midori-chiikizukuri@city.chiba.lg.jp

消防ヘリコプター
飛来のお知らせ

緑署員と小学生が「命を守る教育」の一環で救命連携訓練を実施します。ヘリコプターの離着陸時に騒音や風による砂埃が予想されます。危被害防止について、万全を期して実施いたしますのでご理解とご協力をお願いします。
*離着陸2回実施
日時11月16日(月) 9:00～12:00 雨天延期
(12月2日(水)9:00～12:00 予備日)
場所有吉小学校
☎緑消防署消防課 ☎292-6215 ☎292-6279

緑区ボランティア講座
笑顔でボランティア

笑顔は最強のコミュニケーションツールです。最高の笑顔の作り方を学んで、ボランティア活動に生かしてみませんか？
日時12月18日(金)13:30～16:00
会場緑保健福祉センター
内容笑顔の作り方とコミュニケーション術を学びます。
定員先着20人
申込方法11月5日(木)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 ☎293-8284

子育て講演会
4～6歳児のこころとからだ

4～6歳児の発達の特徴や接し方、性教育について臨床心理士と保健師がお話しします。この機会にぜひ、就学や思春期を見えた子育てについて考えてみませんか。
日時12月9日(水)10:00～12:00
会場緑保健福祉センター
対象4～6歳の子どもの保護者
定員先着20人
(託児あり＝定員8組)
申込方法電話で、緑保健福祉センター健康課へ
☎緑保健福祉センター健康課 ☎292-2620 ☎292-1804

お知らせ

鎌取コミュニティセンターの催し
まつり寿司を作って秋の味覚を味わおう！
☎11月15日(日)10:30～13:30
☎先着16人
☎エプロン、三角巾、ふきん、内履き
☎1,500円(小学生以下1,000円)
パパ・ママのおひざでコンサート
☎11月28日(土)①10:00～10:45②11:00～12:15
☎①0～2歳②3歳～就学前児
☎各先着15組
☎子ども500円、大人300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 ☎292-6151
土気あすみが丘プラザの催し
健康料理教室～時短料理で簡単楽しく！～
☎12月4日(金)10:00～13:00
☎先着16人(要予約)
☎エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、内履き
☎700円
☎直接、土気あすみが丘プラザへ
☎同プラザ ☎295-0301 ☎295-0350

医師講演会

ひとには聞けない排尿の悩み
～中高年の尿もれ、頻尿、残尿感について～
日時12月2日(水)13:30～15:30
内容トイレの回数や尿漏れなどのトラブル、受診のタイミングや日常生活の工夫と予防について。保健師による軽いストレッチと健康ミニ講話つき。
会場緑保健福祉センター 対象区内在住の方 定員各30人
申込方法電話で、緑保健福祉センター健康課へ
☎緑保健福祉センター健康課 ☎292-2630 ☎292-1804
目の健康寿命を延ばそう
～高齢者が知っておくべき目の病気～
日時12月3日(木)13:30～15:30
内容高齢者に多い目のトラブル、受診のタイミングや日常生活の工夫と予防について。歯科衛生士によるお口の健康ミニ講話つき。

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。

料理はうす味、腹八分(緑区生活習慣病予防スローガン「みどりくみなおし」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
栄養相談	11/10(水)・17(水)、25(水) 12/1(水)9:30～14:00	管理栄養士による離乳食や生活習慣病予防など、食事についての個別相談。特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	⑥
精神保健福祉相談	11/11(水)・19(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
大人の歯科相談	11/13(金)・30(月) 9:20～14:50	歯や義歯の手入れ、むし歯や歯周病などについて、歯科衛生士が個別に相談に応じます。口臭が気になる方は、口臭測定もできます。	各4人	⑥
子どもの歯科相談	11/13(金)9:20～14:40	むし歯予防、お口の手入れ方法などについて、歯科衛生士が個別に相談に応じます。	14組	⑥
女性の健康相談	11/25(水)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。	各1人	①
パパも一緒に学ぼう母乳教室	11/27(金)10:00～12:00	助産師による母乳育児を楽しむための講義と実習。対象＝妊婦とパートナー(妊婦のみの参加も可) 申込方法＝11月2日(月)～16日(月)に電話または電子申請(千葉市 母乳教室 ☎)。応募者多数の場合は抽選。	15組	①または電子申請
離乳食教室	12/11(金)13:00～15:00	離乳食2～3回食の具体的な進め方と実演(試食あり)。対象＝1回食を始めた6～8カ月児の保護者(第一子優先)。持ち物＝試食用の皿、スプーン、抱っこひも 材料費＝1組200円	20組	⑥
カンガルーサークル@みどり	12/1(水)10:00～11:30	出生時体重が1500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	12/11(金)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)
☎11月2日(月)9:00から電話で、緑保健福祉センター健康課各班へ
☎ 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 ☎292-1804
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 ☎)

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
11月2日(月) 9:00～12:00
法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
水曜日 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。
住宅相談…不動産売買や賃借など
11月16日(月) 10:00～15:00
11月2日(月)9:00から電話で受け付け(先着8人)。
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 ☎292-8159
今月の区役所休日開庁日
11月8日(日)9:00～12:30