ちば市政だより
美浜区版
みはま
2026年 令和8年 No.417 12月
人口:157,376人 前月比21人増
(男75,057人 女82,319人)
世帯数:75,815世帯
(2026年11月1日現在)

募集
令和9年度 美浜区地域活性化支援事業

美浜区では、地域の課題解決や活性化のための取組みを主体的に行う団体に対して、活動資金などの支援を行います。ぜひ、ご応募ください。

支援内容

コース	内　容	金額（上限額）
地域づくり活動支援	地域課題の解決や地域活性化に貢献する活動	20万円
区テーマ活動支援	• 海辺への愛着と誇りを高める取組み • 多世代交流を生む取組み • 多文化（多国籍）交流を促進する取組み • 文化・スポーツを活かした共生の地域づくり～多様な人々が交流し、ともに生きる地域づくりを目指して～ New • 学生・若者による地域づくりの実践 New	30万円



募集期間　11月27日㈮～1月15日㈮
対象団体　区内でまちづくり活動を行う団体（ボランティア団体、NPO法人、町内自治会、大学サークルなど）
＊1年以上継続して活動している、または1年以上継続することが見込める団体

審査方法　書類審査と2月28日㈯開催のプレゼンテーション（参加必須）
同一事業の支援は最大3年（毎年、申請および審査）
申請方法　区ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。
美浜区地域活性化
注意事項
• 本事業は、令和9年度予算成立後に実施するため、内容が変更となる場合があります。
• 審査の結果、支援の対象とならない場合があります。

問美浜区地域づくり支援課 ☎270-3122 FAX270-3191

医師講演会
足腰の衰えが気になる方へ ～いつまでも自分の足で歩くために～

転倒骨折や加齢に伴う筋力低下の予防のために、日常生活でできることなどについて、医師が講演します。運動実習を行いますので、動きやすい服装、運動靴でお越しください。

日　時　12月22日㈫13:30～15:00
会　場　美浜保健福祉センター3階
定　員　先着25人（予約制）
申込方法　12月1日㈫9:00から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ

問美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 FAX270-2065

医師講演会
息苦しい、すぐ疲れる、そんな症状はありませんか？ ～慢性的な症状とCOPD～

気になる咳や喘息、肺の機能が低下するCOPDなどの症状と受診のタイミング、予防接種の最新情報について、学びましょう。

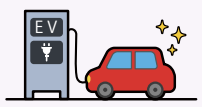
日　時　1月13日㈫13:30～15:00
会　場　美浜保健福祉センター4階
定　員　先着60人（予約制）
申込方法　12月1日㈫9:00から電話で、美浜保健福祉センター健康課へ

問美浜保健福祉センター健康課 ☎270-2221 FAX270-2065

美浜区役所への電気自動車充電設備の設置について

12月上旬に美浜区役所へEV充電設備を設置しますのでお知らせします。利用方法など詳しくは 千葉市　EV充電設備

設置設備　急速充電設備1基2口（120kW）
充電可能時間　9:00～20:00（年末年始［12/29～1/3］は除く）
利用料金　44円（税込）／分



問充電設備の設置事業に関すること　脱炭素推進課 ☎245-5199 FAX245-5557 E-Mail datsutanso.ENP@city.chiba.lg.jp
充電設備の運用・利用方法に関すること　Terra Charge 株式会社 ☎03-6824-0797（24時間受付）

健康ひろば

美浜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、体調を確認しお越しください。

美浜ベジ・アクティブ宣言

野菜レシピは、美浜健康レシピ

	相談・教室名	日　時	内容・対象など	定員
相談	**栄養相談** 申健康づくり班	12/2㈫・3㈬・15㈫・17㈬ 9:30～14:40	離乳食や生活習慣病予防などの食事について、管理栄養士が個別に相談に応じます。特定保健指導を受けている方は除きます。	各4人
相談	**歯科衛生士による歯科相談** Ⓐ大人　Ⓑ子ども 申健康づくり班	Ⓐ12/9㈫・22㈫ 9:20～15:20 Ⓑ12/9㈫9:30～15:30	Ⓐ歯周病予防など歯の健康についての個別相談。口臭測定もできます。 Ⓑ乳幼児の歯みがき（染め出し可）、むし歯予防についての個別相談	Ⓐ各4人 Ⓑ10人
相談	**禁煙チャレンジ相談・健康相談** 申健康づくり班	12/11㈭・21㈰ 10:00～14:30	禁煙の取り組み方・生活習慣病予防や健診結果の見方などについて、保健師などが個別に相談に応じます。	各4人
相談	**精神保健福祉相談** 申こころと難病の相談班	12/11㈭14:30～16:00	精神科医師が相談に応じます。 対象＝憂うつ・眠れない・不安・引きこもっているなど、こころの健康でお悩みの方またはその家族	3人
相談	**女性のための健康相談** 申すこやか親子班	1/13㈫ 10:00～12:00	妊娠・出産に関することや、思春期から更年期までの女性の健康に関する不安や疑問などについて、助産師が相談に応じます。	2人
教室	**食事セミナー「みはま元気塾」非常災害時の食の備え** 申健康づくり班	1/19㈫10:00～12:30	非常災害時に備えたい食品の紹介や備蓄の活用と調理実習 対象＝65歳以上の方 料金＝300円（試食代）	12人
教室	**母親＆父親学級** 申すこやか親子班	1/22㈭9:30～12:00 または13:00～15:30、 1/29㈭9:30～12:00 全2回	妊娠中の生活や出産、育児について学びます。 対象＝来年5月末までに出産予定の妊婦とそのパートナー 備考＝1/22㈭は希望制でミニ試食会もあります。試食代＝1人100円 申込期間＝12/1㈪～8㈪まで。電話、電子申請での申し込み可	20組
教室	**歯っぴー健口教室** ～誤嚥性肺炎を予防しよう～ 申健康づくり班	1/27㈫、2/10㈫・2/24㈫、 3/10㈫10:00～12:00 全4回	噛む力、飲み込む力などのお口の機能を維持・向上させるためのポイントや誤嚥性肺炎の予防についてお話します。 対象＝65歳以上の方	15人
教室	**簡単！野菜レシピ実演・試食会** 申健康づくり班	1/28㈬10:00～11:30	美浜区健康課が作成している「簡単！野菜レシピ」の実演と試食 ＊6月、10月に開催したものと同じ内容です。 対象＝妊娠中や子育て中の方、初心者の方歓迎。材料費＝200円	12人
教室	**離乳食教室「2回食からの進め方」** 申健康づくり班	1/29㈭13:00～15:00	簡単にできる離乳食について、管理栄養士による実演と試食 対象＝1回食を始めた6～8カ月ごろの子どもの保護者（託児なし）。第2子以降の参加も可。材料費＝200円	12人

場美浜保健福祉センター（美浜区真砂5-15-2）
申12月1日㈫9:00から美浜保健福祉センター健康課各班へ。
全て予約制（当日受付不可）
詳しくは、千葉市　美浜区健康課

問すこやか親子班☎270-2213　健康づくり班☎270-2221　こころと難病の相談班☎270-2287　FAX270-2065

お知らせ

高洲コミュニティセンターの催し

クリスマスコンサート
日時12月5日㈯17:15～20:00
内同センターのサークルが冬にぴったりの曲を披露します！
備中学生以下は保護者同伴または送迎必須

人形劇公演
日時12月12日㈯11:00～11:45
内人形劇団「KAI」による公演
定当日先着50人



名画鑑賞会「つばさ」
日時12月24日㈭14:00～16:00
定当日先着100人
申当日直接会場へ

問高洲コミュニティセンター☎277-3000FAX277-0507

真砂コミュニティセンターの催し

星空観望会
日時12月12日㈯18:30～20:30
対小学生以上の方（小・中学生は保護者の送迎または参加必須）
定先着20人　料500円

ボールで筋膜リリース
日時12月16日㈬・23日㈬13:20～14:30　全2回
定先着20人　料1,600円

プロ選手が教える！3×3（スリーエックススリー）バスケ無料体験会
日時12月27日㈰9:30～11:30
対小学生
定先着30人
申直接または電話で、真砂コミュニティセンター☎277-2512。FAX277-0104も可（必要事項13面を明記）

各種相談案内 無料

電話相談も可

くらし相談…日常生活上の心配ごと
月・水～金曜日　9:00～16:00
火　曜　日　9:00～15:00

交通事故相談…損害賠償や示談など
月・水曜日　9:00～16:00
＊上記相談で面談希望の方は、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
12月3日㈭　9:00～12:00

相談は面談のみ

法律相談…相続・離婚・訴訟など
毎週火曜日、12月24日㈭　13:00～16:00
＊定員＝各6人（多数の場合抽選）
＊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
＊1人30分。裁判所で訴訟・調停中のものは不可

住宅相談…不動産売買や賃借など
12月17日㈭　10:00～15:00
＊12月3日㈭9:00から電話で予約（先着8人）

美浜区役所市民相談室で行います。
休日および12:00～13:00は相談を行いません。

申込先・問い合わせ　美浜区地域づくり支援課 ☎270-3123 FAX270-3192

今月の区役所休日開庁日
12月13日㈰9:00～12:30

記号の見方は13面参照　特に記載のないものは12月1日㈫から受け付け