



## みんなのちからでまちづくり

### 町内自治会では、各地域の特性に応じたさまざまな活動をしています。

区には、200を超える町内自治会があり、より良い地域づくりに取り組んでいます。その活動の一部を紹介します。新規結成や加入方法など、お問い合わせください。

#### 主な活動例



#### 安全・安心な地域づくり

- 防犯街灯の維持管理
- パトロールによる防犯活動
- 防災訓練の実施



#### きれいで暮らしやすいまちづくり

- ごみステーションの管理・清掃
- 公園や道路の清掃協力



#### 楽しい行事・イベントの開催

- 夏祭りや運動会の開催



#### 身近な暮らしの情報発信

- 広報資料の回覧

☎若葉区地域振興課地域づくり支援室 ☎233-8122 ☎233-8162

### 就任のご挨拶

若葉区長 齋木久美子



4月に就任いたしました若葉区長の齋木久美子(さいきくみこ)です。

若葉区は、千葉市6区の中で面積が最も広く、特別史跡の加曾利貝塚をはじめ富田さとにわ耕園、千葉ウシノヒロバなど自然や農に親しみ、ふれあうことができる魅力の区です。

このような豊富な地域資源を広く情報発信し、若葉区の魅力を多くの方々に伝えていきたいです。

そして何よりも、区民の皆様と対話を重ねることで区の現状を知り、区政運営に反映させるなど、若葉区の目標である「豊かな自然環境と地域資源を活かし、魅力と活力と誇りのあるまち」の実現に向けて区民の皆様とともにまちづくりを進めてまいります。

どうぞよろしくお願ひいたします。



#### 千城台コミュニティセンターの催し

千城台名作映画上映会「紙屋悦子の青春」(2006年・111分)

☎5月16日(日)10:00~12:00、13:30~15:30 (開場各15分前)

☎各先着40人

健康麻雀講座

☎6月18日~来年2月18日の第1・3・5金曜日全16回。初級コース10:00~12:00、中級コース13:30~15:30

☎女性

☎各16人

☎24,000円(講座1回1,500円×16回)

☎直接または電話で、千城台コミュニティセンター☎237-2241

☎同センター☎前記☎237-9213

### 各種相談案内 無料

☎**暮らし相談**…家族の問題や心配ごと  
月~木曜日 9:00~16:00  
金曜日 9:00~15:00

☎**交通事故相談**…損害賠償の諸問題など  
月~木曜日 9:00~16:00

\*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・独立行政法人への要望や意見など  
5月7日(金) 9:00~16:00

☎**法律相談**…相続、離婚などの諸問題  
毎週水曜日 13:00~16:00

\*定員各8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。

\*裁判所で訴訟・調停中のものについては、受け付けできません。  
☎**住宅相談**…不動産売買などの諸問題  
5月21日(金) 10:00~15:00

\*5月7日(金)9:00から電話で申し込み(先着8人)。

会場は若葉区役所1階市民相談室。12:00~13:00は相談を行いません。

☎**申込先・問い合わせ**  
若葉区地域振興課暮らし安心室  
☎233-8123 ☎233-8163

**今月の区役所休日開庁日**  
5月9日(日)9:00~12:30

### 参加者募集

## シニアのための食事セミナー

定年後の健康維持のために、食事や運動について学んでみませんか。

#### 全3回コース

#### 食事と運動

☎日時 5月25日、6月8日・22日の火曜日10:00~12:00

☎内容 食生活の話、簡単レシピの紹介、簡単筋トレ・ストレッチ

#### 1回コース

#### 初めての簡単ごはん

☎日時 6月4日(金)10:00~12:00

☎内容 食生活の話、切る・炒める・煮るなど基本調理のレシピ紹介



☎会場 若葉保健福祉センター  
☎対象 区内在住の65歳以上の方

☎定員 各先着10人

☎申込方法 電話で、若葉保健福祉センター健康課へ

☎若葉保健福祉センター健康課 ☎233-8714 ☎233-8198

## ~ 若葉区地域活性化支援事業 ~ 活動の様子を紹介します!

区では、区内で地域課題の解決や地域の活性化に取り組む団体に対して、活動資金などの支援を行っています。

☎**団体名** おやこぶれいす ちるる  
☎**活動内容** 子育て世帯が気軽に集まれる場所の提供や、育児疲れをリフレッシュするためのイベントを開催しています。

☎**主な活動場所** 桜木北



#### 子育て中のママやパパを対象としたイベント

保育士と一緒に触れ合い遊びや絵本の読み聞かせなどを楽しみました。

☎若葉区地域振興課地域づくり支援室  
☎233-8122 ☎233-8162

#### 本紙掲載のイベントなどについて

新型コロナウイルスの影響で催しが中止・延期となる場合があります。詳しくは、各催しの問い合わせ先までご確認ください。

### 健康ひろば

若葉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。参加する方は、体調を確認の上、お越しください。



相談・教室名	日時	対象・定員	内容など
☎ <b>歯科相談</b> ☎健康づくり班	5/10(月)14:00~15:00、 5/14(金)・27(木)10:30~14:00	成人	むし歯予防や歯周病予防など、歯についての個別相談。
	5/14(金)・27(木)9:30~15:00	乳幼児	
☎ <b>栄養相談</b> ☎健康づくり班	5/13(木)・19(水)・24(月)・31(月)、 6/1(火)・10(木)9:30~14:00	乳幼児~高齢者	管理栄養士による離乳食や生活習慣病などの個別相談。特定保健指導を受けている方はご遠慮ください。
☎ <b>精神保健福祉相談</b> ☎こころと難病の相談班	5/13(木)14:30~16:30、 5/27(木)9:30~11:30	心の健康でお悩みの方 または家族 定員=各3人	専門医による憂うつ・眠れないなど悩みについての相談。
☎ <b>禁煙・健康相談</b> ☎健康づくり班	5/28(金)9:30~14:00	成人	生活習慣病についての相談や健診の結果の見方。禁煙に向けての支援・情報提供。
☎ <b>歯っぴー健口教室</b> ☎健康づくり班	6/15(火)・22(火)・29(火) 13:30~15:00 全3回	65歳以上の方 定員=15人	オーラルフレイル(口の機能低下)予防のための健口体操、歯の手入れなど実践を交えて学びます。

☎若葉保健福祉センター(若葉区貝塚2-19-1)  
☎5月6日(木)9:00から電話で、若葉保健福祉センター健康課各班へ

いずれも予約制(当日受付不可)  
詳しくは、☎千葉市 若葉区健康課 ☎

☎健康づくり班 ☎233-8714 こころと難病の相談班 ☎233-8715 ☎233-8198