



いなげ

稲毛区設置から30周年を迎えました

人口:160,360人 前月比52人減 (男80,099人 女80,261人)

世帯数:76,639世帯 (2022年12月1日現在)

市民ギャラリーいなげ

登下校の見守りをする方、夜間パトロールを行う方、防犯の取組みについて知りたい方へ

～政令指定都市移行30周年 記念事業 稲毛区防犯公開講座～

「地域を守る目と知識」

入場無料



防犯ジャーナリストの梅本正行氏による、日本の防犯の実態を把握し、侵入しにくいまちづくりを実現するためには、地域で、個人で何ができるのか？皆で考えてみませんか？

内容 ・講演「地域を守る目と知識」
地域の安全を守る防犯、効果的な防犯パトロール活動方法
仲間を増やすパトロール術 特殊詐欺を防ぐ術 など
・警察からのお知らせ (千葉北署より)

日時 2月5日(日)14:00～15:30
会場 穴川コミュニティセンター
*来場にあたり、公共交通機関のご利用をお願いします。

対象 区内在住・在勤・在学の方
募集人員 40人 (応募多数の場合は抽選)
*当落の抽選結果については、往復はがきもしくはメールでお知らせします。

申込方法 1月16日(月)消印有効、もしくはメール到達。
往復はがきに必要事項(12面)のほか、区内在勤在学の方は、その旨を明記して、〒263-8733 千葉県稲毛区穴川4丁目12-1 稲毛区地域振興課くらし安心室へ。☎chiikishinko.INA@city.chiba.lg.jpも可。

☎稲毛区地域振興課 ☎284-6107 ☎284-6189

講師 防犯ジャーナリスト
梅本 正行氏

(一般社団法人 日本防犯学校学長)



警察署での署員特別教養講師や犯人逮捕への協力など、警察からの感謝状は400枚を越える。侵入犯罪の現場には極力足を運び、犯罪現場の環境や犯行手口など、事件の内容を検証。その数は8000件を越え、今もなお増え続ける。

現在、犯罪者心理を知り尽くしたプロの目で、防犯ジャーナリストとして活躍。テレビ・ラジオ・新聞・雑誌等で予知防犯対策を提唱している。また、防犯法の設立を目指し、活動している。人情味あふれる独特のキャラクターで予知防犯対策の重要性と人の命の尊さを呼びかけている。

電話de詐欺にご注意を!

区内で、電話de詐欺が多発しています。ご注意ください。

1～10月の被害状況

件数 51件

被害額 200,690,201円

☎電話de詐欺相談専用ダイヤル

☎0120-494-506



一区役所は改修工事を行っています

駐車場台数が減少しているため、公共交通機関をご利用ください。

また、区役所の出入り口および通路が変更されていますのでご注意ください。

☎稲毛区地域振興課 ☎284-6102

☎284-6149



穴川コミュニティセンター

①気功入門

☎1月11日(水)、25日(水)13:30～16:00

☎成人 ☎各先着10人

☎500円

②古布の花 体験教室

☎1月18日(水)9:30～12:30

☎成人 ☎先着14人

☎1,000円 ☎ハサミ

☎①・②受講日前日までに、直接または電話で、穴川コミュニティセンター☎284-6155
☎同センター☎前記☎284-6156

長沼コミュニティセンター

千葉の郷土料理太巻き祭り寿司づくり

節分の赤おにの絵柄を作ります。

☎1月29日(日)10:00～13:00

☎小学生以上の方 (小学生は保護者同伴)

☎先着12組 (1組2人まで)

☎1,800円

☎1月21日(土)までに、直接または電話で、長沼コミュニティセンター☎257-6731
☎同センター☎前記☎257-6732

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

☎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…行政活動全般に関する相談

☎1月10日(火) 9:00～16:00

☎法律相談…相続・離婚・訴訟など

☎金曜日、1月24日(火)

☎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9:00～1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・調停中のものは不可

☎住宅相談…不動産売買や賃借など

☎1月17日(火) 10:00～15:00

☎12月28日(水)9:00から電話で予約(先着8人)

☎12:00～13:00は相談を行いません。

☎申込先・問い合わせ

☎稲毛区役所地域振興課

☎284-6106 ☎284-6189

今月の区役所休日開庁日

☎1月8日(日)9:00～12:30

稲毛区地域活性化支援事業 Vol.6

地域の活性化のために活動している2団体を紹介します!

区では、地域の課題解決や、活性化のために活動している団体に対して、活動資金などの支援を行っています。

団体名 黒砂公民館避難所運営委員会
活動内容 災害時の地域拠点において、防災訓練や体験会を通じて、地域住民の方に対し災害発生時に役に立つ実践的な知識・経験の普及に努めています。

主な活動場所 黒砂西公園・黒砂公民館・あおぞら公園

活動の様子をお見せします!

災害時に生活用水を確保できるように、手押し井戸の場所の確認と、水運び訓練をしました。また、ロープワークを学びながら、ブルーシートでテントを作る体験会も行いました。



団体名 稲毛・こどものWAねっとわーく
活動内容 稲毛区内の子ども活動・子育て支援に関わる個人・団体とつながり、密接に連携して、地域力を活かした子育てしやすい環境づくりを目指します。

主な活動場所 社会福祉協議会ボランティア活動室ほか

活動の様子をお見せします!

コロナ禍の影響や課題を話し合いながら、地域活動へのサポートや情報提供をしています。講演会や、zoom学習会・交流会の定期開催により、支援者のやる気に繋がられるよう取り組んでいます。



☎稲毛区地域振興課 ☎284-6105 ☎284-6149

プラチナ 食事セミナー

いつまでも健康で過ごすために、日常に取り入れられる食生活のポイントや運動の実践方法について考えてみませんか?

日時 1月25日(水)・2月8日(水)・3月1日(水)10:00～12:00 全3回 (予約制)

会場 稲毛保健福祉センター

内容 ①食事の話、食事診断
②トレーナーによる簡単筋トレ、体組成測定、握力測定
③塩分の話、グループワーク、味噌汁の塩分測定など

対象 区内在住の65歳以上の方

申込方法 1月4日(水)9:00から電話で、稲毛保健福祉センター健康課へ



☎稲毛保健福祉センター健康課

☎284-6494 ☎284-6496

健康ひろば

稲毛区健康づくりスローガン 歩け稲毛あなたのいっぽ!

健康のために、あなたのいっぽ、踏みだしてみませんか?

稲毛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。



相談・教室など	日時	内容・対象など	定員	申込	
相談	栄養相談	1/6(金)・11(水)・19(木)・23(月)・2/2(木)9:30～14:40	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	②
	歯科衛生士による 歯科相談	①1/13(金)・24(水)9:30～14:40 ②1/24(水)9:30～14:50	①歯周病予防など歯の健康についての個別相談 ②乳幼児の歯みがき、むし歯予防についての個別相談	①各4人 ②9組	②
	禁煙相談・健康相談	1/13(金)・19(木)・23(月)・30(月)・2/6(月)9:30～14:40	保健師などによる禁煙の取り組み方や生活習慣病予防、健診結果の見方などについての個別相談。	各4人	②
	精神保健福祉相談	1/26(木)15:10～17:10	精神科医による個別相談。対象＝憂うつ・眠れない・不安・ひきこもりなど、心の健康でお悩みの方または家族。	3組	③
教室	離乳食教室	1/19(木)13:00～14:30	離乳食2～3回食の進め方を学ぶ教室。対象＝第1子で1回食を始めた6～8カ月児をもつ保護者。持ち物＝母子健康手帳、筆記用具	15人	②
	母乳教室	2/7(水)9:30～11:30	母乳育児について、助産師による講義と実技。対象＝区内在住の妊娠中の方およびパートナー (子どもは同伴不可) 持ち物＝母子健康手帳、母子健康手帳別冊、筆記用具、飲み物。	14組	①

☎稲毛保健福祉センター (稲毛区穴川4-12-4)
☎1月4日(水)9:00から電話で、同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 稲毛区健康課 ☎

☎①すこやか親子班 ☎284-6493 ②健康づくり班 ☎284-6494 ③こころと難病の相談班 ☎284-6495 ☎284-6496

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へ。

稲毛区役所 ☎043-284-6111 (代表) 〒263-8733 千葉県稲毛区穴川4丁目12番1号 ☎千葉市 稲毛区役所 ☎ 区版編集 稲毛区役所地域振興課 ☎043-284-6102 ☎043-284-6149

記号の見方は12面参照 特に記載のないものは1月4日(水)から受け付け