



# いなげ



市民ギャラリーいなげ

人口:159,882人 前月比142人減  
(男79,919人 女79,963人)

世帯数:76,433世帯  
(2023年3月1日現在)

## 市議会議員選挙 県議会議員選挙

投票日 4月9日(日)  
投票時間 午前7時～午後8時まで

当日投票 投票所は【下表】のとおりです。

投票区	投票所	町名	投票区	投票所	町名
1	稲毛区役所*	穴川町、穴川1～4丁目	14	園生小学校	小仲台8丁目一部、小仲台9丁目、小中台町一部
2	千草台小学校	天台2～6丁目、天台町、萩台町	15	園生小学校	宮野木町一部、園生町一部
3	千草台中学校	千草台1～2丁目	16	あやめ台小学校	あやめ台1～3、長沼町南部、園生町一部
4	都賀小学校	天台1丁目、作草部1～2丁目、作草部町	17	稲毛ファミリーハウス5号棟集会所	柏台、園生町一部
5	轟町小学校	轟町1～5丁目	18	宮野木小学校	宮野木町北部、長沼町西部
6	弥生小学校	弥生町、黒砂台3丁目	19	草野中学校	園生町北部、長沼町東部、長沼原町一部
7	緑町小学校	緑町1丁目、黒砂台1～2丁目	20	長沼原台自治会館	長沼町一部、長沼原町一部
8	緑町中学校	黒砂1～3丁目、緑町2丁目	21	山王小学校	山王町、小深町北部
9	稲丘小学校	黒砂4丁目、稲毛台町、稲毛東1～3丁目、稲丘町、稲毛1丁目	22	山王公民館	小深町一部、六方町
10	稲毛小学校	稲毛2～3丁目、稲毛東4～6丁目、稲毛町5丁目	23	宮野木保育所	宮野木町一部、園生町東部
11	小中台南小学校	小仲台7丁目一部、小仲台8丁目一部、小中台町南部、稲毛町4丁目	*1 区役所改修工事のため、区役所2階の特設会場に変更となります。		
12	小中台小学校	小仲台3～6丁目	各投票所は駐車台数に限りがあります。できるだけ公共交通機関を利用してお越しください。		
13	小中台小学校	小仲台1～2丁目、小仲台7丁目一部、園生町一部			

期日前投票 期日前投票所の開設期間は、【下表】のとおりです。

期日前投票所	期間	時間
稲毛区役所2階特設会場	4月1日(出)～8日(出)	8:30～20:00
イオン稲毛店4階文化ホール		9:00～20:00

注意・投票所により、開設時間が異なります。

- 投票所入場整理券は、裏面の請求書(兼宣誓書)欄を来場前にご記入し、お持ちください。
- 区役所は改修工事を行っているため、駐車台数が減少しています。公共交通機関を利用してお越しください。また、区役所の出入り口および通路の一部が変更されていますのでご注意ください。

稲毛区選挙管理委員会 ☎284-6104 ㊟284-6149

投票日直前の金曜・土曜日は、期日前投票所が大変混雑します。投票までの時間が、かなりかかる場合がありますので、余裕をもって投票をお願いします。



明るい選挙キャラクター 選挙のめいすいくん



選挙啓発動画 配信中

### 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月の被害状況

件数 6件

被害額 6,191,400円

☎電話de詐欺相談専用ダイヤル

☎0120-494-506



### 区役所は改修工事を行っています

駐車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。

☎稲毛区役所総務課 ☎284-6102

㊟284-6149



### 穴川コミュニティセンター

#### ボッチャ綱取り合戦&ソフトパラフェンシング体験会

㊟4月23日(日)13:30～16:30

☎先着60人(団体申込は3～6人で1チーム)

☎詳しくは穴川コミュニティセンターにて配布のチラシをご覧ください。

㊟4月13日(木)までに申込用紙を持参

☎同センター ☎284-6155 ㊟284-6156

### 長沼コミュニティセンター

#### ①リラックス親子ヨガ

㊟4月9日(日)10:00～11:30

☎1歳～就学前児の子どもと保護者

☎先着10組 ☎1,000円

#### ②長沼ジャズコンサート'23

MDS JAZZ UNITによるコンサート。

㊟4月23日(日)15:00～16:30

☎先着80人 ☎500円

㊟①4月7日(金)、②4月22日(土)長沼コミュニティセンター ☎257-6731

☎同センター ☎前記 ☎257-6732

## 稲毛区GO近所さんぽ～身近な魅力再発見!～

浅間神社や市民ギャラリーいなげなどの区内の史跡や名所などを巡るウォーキングイベントを開催します。

講師から名所に関する講話を聞いた後、約2キロメートルのコースを歩きます。稲毛区の魅力を再発見してみませんか?

日 時 5月21日(日)13:00～16:30

申込方法 4月28日(金)必着。Eメールで必要事項(16面)のほか、参加者全員の氏名・フリガナ・年齢を明記して、稲毛区役所地域づくり支援課 ☎chiikizukuri.INA@city.chiba.lg.jpへ。FAXも可。

集合・解散 稲毛公民館

対象 区内在住・在勤・在学の方

注意事項

定員 25人

- コースの一部に階段や坂道があります。
- コースは変更することがあります。
- 雨天の場合は、稲毛公民館での講話のみとなります。



☎稲毛区地域づくり支援課 ☎284-6105 ㊟284-6149

## 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	4/6(木)・11日(火)・19(水)・25(火) 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
	禁煙相談・健康相談	4/7(金)・10(月)・20(木)・24(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。禁煙相談の方は、尿中ニコチン代謝濃度の測定もできます。	各4人	②
	歯科衛生士による 歯科相談 ①大人②子ども	①4/20(木)・25(火)9:30～14:40 ②4/25(火)9:30～15:30	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	①4人 ②9組	②
	女性の健康相談	4/21(金)10:00～12:00	助産師によるライフサイクルに伴う女性の心と体の不調などについての個別相談。	2人	①
	精神保健福祉相談	4/27(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。精神科・心療内科通院中の方は除く。	3組	③
教室	1日だけのプラチナ 食事セミナー～男の 簡単調理編～	5/11(木)10:00～12:00	高齢期をいつまでも健康で過ごすための知っておきたい食事について学びます。調理のデモンストレーションあり。希望者は試食が可能です。対象＝区内在住65歳以上の男性	15人	②
	健康づくり実践教室	5/10(水)・24(水)・31(火)10:00～11:30 全3回	ウォーキングやラジオ体操などの運動を実施します。対象＝運動や健康づくりに興味があり、地域で運動を継続したい方	20人	②
	離乳食教室	4/20(木)13:00～14:30	離乳食2～3回食の進め方の講話と実演。対象＝第1子で1回食を始めた6～8カ月児を持つ保護者。希望者試食有。持ち物＝母子健康手帳、筆記用具 (千葉市 乳児期の食生活(離乳食) QRコード)	15人	②
	母親&父親学級	①5/12(金)9:30～12:00または13:30～16:00 ②5/19(金)9:30～12:00 全2回	妊娠や出産・育児についての学習や実習を行います。対象＝9月頃までに出産予定の方およびパートナー。持ち物＝母子健康手帳、母子健康手帳別冊、筆記用具、飲み物。申込期限＝4月10日(月)まで(抽選)	①各12組 ②24組	①

☎稲毛保健福祉センター(稲毛区穴川4-12-4) ㊟4月3日(月)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) QRコード

☎ 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 千葉市稲毛区穴川4丁目12番1号 (千葉市 稲毛区役所) QRコード

区版編集 稲毛区役所総務課 ☎043-284-6102 ㊟043-284-6149

記号の見方は16面参照 特に記載のないものは4月3日(月)から受け付け

### 今月の区役所休日開庁日

4月9日(日)9:00～12:30