

三百年前より伝わる郷土の味

土気地区伝統野菜 土気からし菜

土気からし菜は、土気地区（旧土気町）の土気酒井氏の城跡を中心とする集落一帯で、三百年以上前から農家が種を守り、栽培を続けてきた貴重な伝統野菜です。

市内でも寒暖差が大きい土気地区で、冬の寒さに耐えて育つ土気からし菜は、特に辛みが強いと言われています。

土気からし菜や手作りの漬物は、例年1〜3月ごろのみ市内直売所やマルシェなどで販売されます。

土気の農家は、地域の食文化に根付いた伝統の土気からし菜を守り伝えるため、様々な活動をされています。

土気からし菜レディース

土気からし菜レディース（土気からし菜生産組合）は、土気からし菜の生産はもちろん、漬物教室の講師を務めるなどして地域の食文化を伝える活動も行っています。

現在7人1法人で活動していますが、土気地区で、土気からし菜の生産・出荷活動に参加してくれる生産者を募集しています。

土気からし菜レディースによる土気からし菜販売会は、11面か、ホームページをご覧ください。

千葉市 土気からし菜



土気からし菜粒マスタード

からし菜の種は、和からしの原料にもなるもので、土気からし菜は種もピリッと辛いという特徴があります。

千葉市食のブランド「千」認定品「土気からし菜粒マスタード」は、「土気からし菜伝統保存会」が守ってきた種を使った国産マスタードを製品化し、在来の味を伝えています。

千葉市食のブランド「千」認定品「土気からし菜粒マスタード」/ファームサポート千葉合同会社



食のブランド千 粒マスタード

問農政課 ☎245-5758 ☎245-5884

～2025年国勢調査～
統計調査員を募集します！

10月に実施する国勢調査で、調査用名簿の作成や、対象世帯を訪問し、調査書類の配布・回収・点検などを行う調査員を募集します。

調査終了後、報酬も支払われます。

調査期間 8月上旬～10月下旬（予定）＊事前に説明会を実施します。

募集対象 20歳以上で、屋外での調査活動に支障のない方

備考 申込方法など詳しくは、ホームページをご覧ください。千葉市 統計調査員



問緑区総務課 ☎292-8104 ☎292-8158

緑区ボランティア講座
地域レクリーダー養成講座
～地域交流活動で活躍しよう！～

高齢者も楽しめるスポーツ系TVゲームを通じて、楽しみながら地域活性化に向けたボランティア活動のリーダーを目指しませんか？

日時 3月1日～15日の土曜日10:00～12:00 全3回

会場 越智いきいきセンター

内容 高齢者も楽しめるスポーツ系TVゲームを地域で広め、楽しんでもらうためのノウハウを学びます。

対象 市内在住・在勤・在学で、60歳以上の方

定員 先着15人

備考 ちばシティポイント対象事業

申込方法 2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



問同ボランティアセンター ☎292-8185 ☎293-8284

健康ひろば

緑保健福祉センター健康課では、千葉市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。

＊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。

「全国生活習慣病予防月間」です。生活習慣を見直してみませんか。



	相談・教室など	日時など	内容・対象など	定員	申込
相談	大人の歯科相談	2/3(月)・27(木)9:20～14:10	歯や義歯の手入れ、虫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	②
	子どもの歯科相談	2/3(月)、3/7(金)9:20～14:40	虫歯予防、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。	各14組	②
	禁煙相談・健康相談	①2/3(月)9:30～15:00 ②14(金)9:30～10:30 ③25(火)14:00～15:00	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。特定保健指導を受けている方は対象外。	①4人 ②③各2人	②
	精神保健福祉相談	2/12(水)・20(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
	栄養相談	2/13(木)・20(木)・26(水)、3/6(木)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対象外。	各4人	②
	女性の健康相談	3/3(月)10:00～11:00	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
教室	はじめよう！健康ウォーク	2/19(水)10:00～12:00	これからウォークを始めたい人におすすめです。対象＝4キロメートル程度のウォーキングができ、運動制限のない方。集合・解散場所＝営田駅北口ロータリー。＊雨天中止。応募者多数の場合、初めての方を優先。	15人	②
	65歳からの「食事セミナー（食事と運動で骨美人）」	2/26(水)10:00～12:00	管理栄養士による低栄養予防についての講話（試飲あり）、健康運動指導士による運動実習 対象＝65歳以上の方 持ち物＝筆記用具、飲み物 備考＝動きやすい服装と靴でお越しください。	15人	②
	パパも学ぼう母乳教室	3/5(水)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 申込方法＝2/4(火)～18(水)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。	12組	①または電子申請
	離乳食教室	3/12(水)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＝第1子で1回食を始めた6～8カ月児の保護者。 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	②
サークル	ふたごちゃんサークル	2/17(月)、3/10(月)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。	予約不要 問①	

☎緑保健福祉センター（緑区鎌取町226-1）
☎2月3日(月)9:00から電話で、緑保健福祉センター健康課各班へ

問 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

お知らせ



鎌取コミュニティセンターの催し

初心者ノルディックウォーキング
2本のポールで全身の筋肉を使って運動できます。公園を歩いて健康作り！
☎2月16日(日)9:30～11:30
☎約4キロメートル歩ける方
☎先着20人
☎800円（ポール持参の方は600円）

ストレッチポールピラティス
ポールを使用することでインナーマッスルが鍛えられピラティスの基本姿勢が効果的にマスターできます
☎3月7日～28日の金曜日13:30～14:40
☎先着20人 ☎4,000円（4回分）

骨盤健康体操
椅子やボールなどを使って筋力と柔軟性を高める運動です。
☎3月14～28日の金曜日 15:30～16:45
☎先着20人
☎2,100円（3回分）
☎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

LOVE福島パネル展
☎2月9日(日)～15日(土)
☎未だ復興途上の福島を応援するプロジェクト

障がい児・者のご家族向け 交流会付きセミナー
☎2月20日(木)セミナー11:30～12:30、交流会12:30～13:30
☎親なきあと問題・人間関係編
☎先着14人 ☎1,500円
☎直接、土気あすみが丘プラザへ
☎同プラザ ☎295-0301 ☎295-0350

食育推進員による健康料理教室「発酵食品を使った料理」
☎2月21日(金)10:00～13:00
☎先着12人 ☎700円
☎三角巾、エプロン、マスク
☎直接緑保健福祉センター健康課へ
☎同課 ☎292-2630 ☎292-1804

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
2月3日(月) 9:00～16:00

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
2月17日(月) 10:00～15:00
2月3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

2月9日(日)9:00～12:30