



参加者募集 ごみゼロクリーンデー

5月30日～6月5日のごみ減量・リサイクル推進週間と、6月の環境月間に合わせて「ごみゼロクリーンデー」を開催します。歩道や植え込みなどに捨てられたごみや空缶などを回収し、きれいな街づくりを進めましょう。

区役所開催

区が設定した地域で散乱ごみなどの回収を行います。この活動に参加していただける個人、団体、企業などを募集します。

開催日時 6月2日(日)9:30～10:45

荒天中止

集合場所 京成千葉駅前広場
(そごう千葉店前)

実施場所 千葉駅周辺から中央公園、通町公園方面に向かう歩道や商店街など

地域開催

身近な地域の美化活動として散乱ごみを収集する「ごみゼロクリーンデー」を実施していただける団体などを募集します(市からごみ袋の支給あり)。

5月30日(木)～6月30日(日)の間で、都合のいい日時に実施してください。



申込方法やごみの回収方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎中央区地域づくり支援課 ☎221-2106 📠221-2179

木の枝・刈り草・葉は 月2回の収集日に!

木の枝や落ち葉などは、可燃ごみの収集日ではなく、月2回の木の枝・刈り草・葉の収集日に排出するよう、ご協力をお願いします。



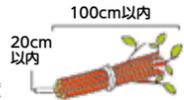
木の枝 (資源収集日のみ次の大きさに出せます)

1本当たり

太さ(直径)20cm、長さ100cm

以内に切り、ひもで束ねる

*1束は大人が持ち上げられる程度の量にしてください。



刈り草・葉

透明な袋・旧指定袋

に入れて排出する

*刈り草の根に付いた土はよく払ってください。



収集の曜日は、地域により異なります。詳しくは、[千葉市 収集日](#)

☎家庭ごみ相談ダイヤル ☎204-5380

収集業務課(ごみ全般に関すること) ☎245-5246 📠245-5477

傾聴ボランティア講座

傾聴とは、心を傾けて、話す人の身になって話を聴くことを言います。

本講座では、傾聴のボランティア活動に必要なスキルを学ぶことができます。ぜひ、ご参加ください。

日時 6月21日(金)・28日(金)10:00～12:00

全2回

会場 中央保健福祉センター15階

内容 傾聴に関する講義、演習

定員 先着20人

備考 ちばシティポイント対象事業

申込方法 電話で、市社会福祉協議会中央区ボランティアセンターへ。

☎市社会福祉協議会中央区ボランティアセンター
☎221-2177 📠221-6077

就任のご挨拶

中央区長 國方 俊治



4月1日に中央区長に就任いたしました國方俊治です。

日頃より中央区役所の区政各般にわたり、ご理解とご協力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

ここ中央区は、各種産業の展開や鉄道・道路などの交通網、行政機関などの都市機能が集積されており、また、古くからの歴史や文化の中心地として栄え、多くのスポーツ、レクリエーション施設も充実するなど、多彩な顔を持っており、この地に古くからお住まいの方をはじめ、新たに他の地域から転入されてくる方々にも選ばれ愛されているまちです。

区民の皆様がこの先も健康で生きがいを持って安全安心に暮らせるまちづくりを目指し、そしてなにより「中央区に住んで良かった」と皆様が思えるよう、町内自治会や区民の皆様と共に手を携えながら、質の高いサービスの提供に一生懸命取り組んでまいりたいと考えております。

皆様のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



市美術館コレクション探訪

山本梅逸《四季山水図》嘉永5年(1852)
絹本着色 4幅のうち右幅 千葉市美術館蔵

柳の新芽が色鮮やかに芽吹き、桃の花が咲き乱れる村の景色。画面の手前にはロバに乗った旅人がごく小さく描かれ、鑑賞する私たちの先導役をつとめてくれます。遠く、山の麓にみえる高い建物が彼らの旅の目的地なのかもしれません。本図は、名古屋出身の文人画家・山本梅逸(1783-1856)による四季山水図のうちの一冊です。華やかな花鳥画を得意とした梅逸ですが、実はこのような山水画にも優れた作品が多いことはあまり知られていません。

5月の常設展示室では梅逸とその盟友・小林竹洞の作品を特集展示します。何かと忙しい新年度の初め、軽やかな線描と透明感あふれる色彩が調和する梅逸の風景画に心癒されてください。(常設展示室にて6/2日(木)まで展示)



健康ひろば

中央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・教室名など | 日時 | 対象者・内容など | 定員 | 申込 | |
|----------|-----------------------------|--|--|-------------|---|
| 相談 | 栄養相談 | 5/7(火)・13(月)・23(木)・27(月) 9:30～14:30 | 対象=乳児から高齢者 会場=保健福祉センター13階 管理栄養士による個別相談。離乳食の困り事などの相談も応じています。 | 各4人 | ② |
| | 健康づくり相談・ 禁煙相談 | 5/7(火)・17(金)・22(水) 9:30～14:30 | 保健師などによる個別相談。健康づくり相談=健診結果の見方や生活習慣病予防などの相談。禁煙相談=禁煙方法の紹介や呼気CO濃度測定など。 | 各3人 | ② |
| | 精神保健福祉相談 | 5/9(木)9:30～11:30、24(金) 14:00～16:00 | 対象=こころの健康でお悩みの方または家族 憂うつ、眠れない、不安などの悩みについて、専門医が相談に応じます。 | 各3人 | ③ |
| | 歯科相談 | ①5/10(金)・16(木)9:30～ 15:00 ②5/16(木)9:30～15:00 | 対象=①成人、②乳幼児 歯科衛生士による個別相談 口臭が気になる成人の方は、口臭測定ができます。 | ①各4人 ②8人 | ② |
| 教室 | 離乳食教室 | 5/16(木)13:00～15:00 | 対象=第1子で6～8カ月の子どもを持つ母親および家族。離乳食の2回食、3回食への進め方や作り方の話。試食代=200円 | 15組 | ② |
| | いきいき体操体験 教室 | 5/24(金)13:30～15:30 | 対象者=区内在住で65歳以上の方 椅子に座ってDVDを見ながら行う簡単な筋力体操と口の体操。 | 15組 | ② |
| | 歯っぴー健口教室 | 6/4(火)・11(水)・25(火)、7/2(火) 10:00～12:00 全4回 | 対象=65歳以上の方 オーラルフレイル予防、口の手入れ方法、健口体操、音楽療法について、歯科衛生士による教室。 | 15人 | ② |
| | 食事セミナー「初 心者男性コース」 | 6/5(木)10:00～12:00 | 対象=市内在住で65歳以上の男性の方。 調味料の計量体験、低栄養予防の話、レシピ紹介など。 | 20人 | ② |
| | 教えてドクター! 健康の秘訣は腎臓 にあり | ①5/29(水)13:30～15:00、 ②6/12(水)10:00～13:00、 ③6/19(水)10:00～12:00 全3回 | 対象=市内在住の方(治療中の方、運動制限のある方を除く) 内容=腎臓の働きやCKD(慢性腎臓病)について、日常生活で気をつけることなど ①医師講演会②管理栄養士の話・調理実習(食料費=500円)、③トレーナーによる運動 | 20人 | ② |
| サークル | ぶどうちゃんサー クル | 5月17日(金)10:00～11:30 | 対象=多胎児を育児中の保護者、妊娠中の方。 日頃の育児で困っていることや工夫していることなどを自由に情報交換する場です。 | 5組 | ① |

☎中央保健福祉センター(中央区中央4-5-1きぼーる12階)
☎5月1日(火)9:00から電話で、中央保健福祉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 中央区健康課](#)

☎ ①すこやか親子班 ☎221-2581 ②健康づくり班 ☎221-2582 ③こころと難病の相談班 ☎221-2583 📠221-2590

各種市民相談 無料

くらし相談…日常生活上の心配ごと
月～水・金曜日 9:00～16:00
木曜日 9:00～15:00
交通事故相談…損害賠償や示談の進め方
火曜日 9:00～15:00
金曜日 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、県などへの要望・意見
5月13日(月) 9:00～16:00

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
毎週木曜日、5月27日(月)
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
5月20日(月) 10:00～15:00
5月7日(火)9:00から電話で申し込み(先着8人)。1人30分。

相談はすべて無料。
中央区役所(きぼーる11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 中央区地域づくり支援課
☎221-2106 📠221-2179

今月の区役所休日開庁日
5月12日(日)9:00～12:30