

参加者募集

パパ・ママのための赤十字救急法スクール

幼児期に起こりやすい事故の予防や手当の方法、かかりやすい病気と看病の仕方などを学びませんか。

日時

6月27日(木)10:00~12:00
(9:30受付開始)

会場

中央保健福祉センター15階

対象

区内在住で乳幼児を持つ保護者

定員

先着16人

料 金

100円(保険代)

備 考

動きやすい服装で。就学前児の託児あり(要事前予約)

申込方法

電話で、中央区赤十字奉仕団事務局へ。

中央区赤十字奉仕団事務局(市社会福祉協議会中央区事務所内)

☎221-2177

☎221-6077

蘇我コミュニティセンターの催し

リフレッシュ・ヨガ 1・3水コース
6月5日(水)・19日(水)19:30~20:30 全2回
先着15人
3,120円
運動の出来る服装、飲み物
千葉郷土史研究講座
6月~9月の第1・3月曜日10:00~11:30 全8回
先着40人
筆記用具
5,280円
※事前に直接または電話で、蘇我コミュニティセンター☎264-8331
問同センター☎前記☎265-2796

蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館の催し

午後のセレナータ・コンサート
マンドリンサークル カメラータ・マンドリーノ様による毎年恒例のコンサートを開催
6月23日(日)14:00~
くらしに活かすアロマ教室
6月22日(土)10:00~11:30
先着18人
1,100円
※応募締め切りは6月15日(土)
和菓子づくり教室
若鮎とアジサイの和菓子をつくります
7月11日(木)10:00~12:00
先着12人
1,500円
※応募締め切りは7月4日(木)
※事前に直接または電話で、蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館☎420-8001
問同分館☎前記☎420-8002

地域で運動を
継続するための教室

運動を通して、ご自身の体調や健康づくり・仲間づくりについて一緒に考え、実践する教室です。
運動トレーナーが自宅や仲間と出来るストレッチ、ウォーキング、ラジオ体操などの簡単な運動などを紹介します。

日時

6月17日(月)・24日(月)、7月1日(月)
13:30~15:00 全3回

会場

中央保健福祉センター12階

内容

トレーナーによる運動の紹介・参加者交流など

対象

市内在住の方

定員

先着15人

申込方法

電話で中央保健福祉センター健康課へ。

中央保健福祉センター健康課 ☎221-2582 ☎221-2590

育児サークル
「スモールベビー」

体重1,500g以下で生まれたお子さんを育てる保護者の交流の場です。
お子さんを育てるうえで、心配なことや不安なことはありませんか。同じ立場の保護者同士で情報交換しましょう。

日時

7月1日(月)10:00~11:30

会場

中央保健福祉センター12階

内容

保護者同士の交流

対象

出生時体重1,500g以下の子どもと保護者

定員

先着8組

申込方法

電話で、中央保健福祉センター健康課へ。

中央保健福祉センター健康課 ☎221-2581 ☎221-2590

市美術館コレクション探訪

白井美穂 《Table》
1992年 千葉市美術館蔵

美術家の白井美穂による大型の立体作品《Table》は、千葉市美術館に2022年度に新たに収蔵された作品です。「テーブル」という作品名は食卓のある光景を想像させますが、テーブルが本来あるはずの場所は、プラスチック製の樹木が密集しており、まるで小さな森のようです。また、それらを挟んで置かれた12脚のイスは、人工物の樹木に座ることが妨げられ、見る人に不自由な印象を与えています。本作は、海外での発表が多くなっていく1992年に制作され、その後、作家は2006年までニューヨークを拠点に活動しています。異なる土地や文化間でのコミュニケーションと、それを阻む壁をテーマとした時期の代表作といえる一点です。
(常設展示室にて6月30日まで展示)

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	歯科相談	①6/5(水)・28(金)9:30~15:00 ②6/28(金)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
	栄養相談	6/7(金)・10(月)・20(木)・27(木) 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	6/12(水)・21(金)・28(金) 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	6/13(木)9:30~11:30、28(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
	パパのための育児相談	7/4(木)10:00~11:50 対象=乳幼児の育児について相談希望のある父親 男性心理士が、子育てや子どもの発達について個別相談に応じます。	2組	①
教室	離乳食教室	6/21(金)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
	食事セミナー	6/28(金)10:00~12:00 対象=区内在住で運動に制限のない65歳以上の方。 食事の話、運動トレーナーによる簡単筋トレの紹介	20人	②

☎中央保健福祉センター(中央区中央4-5-1きばーる12階)
☎6月3日(月)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 ☎kenko.CHU@city.chiba.lg.jp

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
6月3日(月) 9:00~16:00

電話相談も可

相談は面談のみ

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
毎週木曜日、6月24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
6月17日(月) 10:00~15:00
6月3日(月)9:00から電話で申し込み(先着8人)
相談はすべて無料。
中央区役所(きばーる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

6月9日(日)9:00~12:30

中央区役所 ☎043-221-2111(代表) ☎260-8733 千葉市中央区中央4丁目5番1号(きばーる11階) (千葉市 中央区役所) ☎ 区版編集 中央区役所総務課 ☎043-221-2102 ☎043-221-2159

記号の見方は15面参照 特に記載のないものは6月3日(月)から受け付け