



蘇我コミュニティセンターの催し

はじめてのうたごえ教室 1・3金
なつかしの歌謡曲、童謡、ポップスなど先生のピアノにあわせていっしょに歌います。
7月19日、8月2日・30日、9月6日・20日の金曜日13:00~14:30 全5回
先着20人
筆記用具
7,500円

おみせやさんごっこ〜はたらくってなに?〜おかねについて、楽しく学ぼう!
7月28日(日)10:00~12:00、14:00~16:00
4歳~10歳と保護者
各先着15人
色鉛筆、はさみ
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
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

子ども実験教室〜からくり工作ガチャガチャを作ろう!〜
7月28日(日)10:00~11:00
先着15人
小学生以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)
1,000円
はさみ、軍手、定規、トイレペーパーの芯

歌声横丁in千葉寺
童謡や民謡、昭和歌謡など誰もが知っている歌を大きな声でみんなでお歌いませんか?
8月7日(水)13:30~15:00
先着80人
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
同分館 ☎前記 ☎420-8002

各種市民相談 無料

暮らし相談…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
7月1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、7月22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。

相談はすべて無料。
中央区役所(さぼーる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
7月14日(日)9:00~12:30

受講者募集 食育推進員に名称が変わりました 地域で食育活動をしてみませんか?

食生活改善推進員(ヘルスメイト)は、4月から名称が変わりました。食育推進員は、市が主催する養成講座を修了し、市長の委嘱を受け、食を通して地域の健康づくりのためのボランティア活動を行っています。中央区では51人の食育推進員が子どもから大人まで幅広い世代に、食の大切さを伝えています。養成講座では、減塩の工夫など健康につながる食生活について学ぶことができます。

食育推進員養成講座のお知らせ

日時 ①10月4日(金)、②11月7日(木)、③12月13日(金)、④来年1月31日(金)、⑤2月21日(金)。いずれも、10:00~15:00 全5回

会場 ①⑤千葉市役所②③④中央保健福祉センター

対象 市内在住のおおむね70歳未満の方

定員 10人(面接による選考)

申込方法 7月31日(水)までに電話で、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



中央区 避難所運営委員会研修会を開催します

避難所運営委員会に関する基本的な知識を得るとともに、HUG(避難所運営ゲーム)を通じて具体的な避難所運営を疑似体験することにより、スムーズな避難所運営ができるようになることを目的とした、避難所運営委員会研修会を開催します。

日時 7月20日(土)14:00~17:00

会場 きぼーる15階ボランティア活動室

内容 避難所運営の基礎知識(仮題)(講師 千葉市SLネットワーク)、HUG(避難所運営ゲーム)

対象 区内避難所運営委員会の委員および希望者。委員会に所属していない方も可

定員 30人程度
応募者多数の場合、避難所運営委員会の委員の初任者を優先

申込方法 7月10日(水)までにFAXまたはchiikizukuri.CHU@city.chiba.lg.jpで、必要事項(5面)のほか、避難所運営委員の方は委員会名、経歴年数を明記してください。

☎中央区地域づくり支援課 ☎221-2169 ☎221-2179

キッズ身体能力向上運動スクール エリートキッズ

頭を使いながら身体を動かして運動神経を楽しく伸ばそう!

日時 ①7月14日・28日、8月11日・18日、9月8日・22日の日曜日
②7月6日・20日、8月3日・17日、9月7日・21日の土曜日
いずれも、就学前児=14:30~15:30、小学生=15:45~16:45

会場 ①蘇我コミュニティセンター
②蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館

定員 各先着10人

料金 1回1,925円

備考 日時は複数日選択可

申込方法 お申し込みは右の2次元コードから→
お問い合わせは蘇我コミュニティセンターまたはsoga.fc2021@gmail.comへメールにて。
詳しくは、**エリートキッズ蘇我**

☎蘇我コミュニティセンター ☎264-8331 ☎265-2796

市美術館コレクション探訪 菊川英山《風流子宝六歌仙 僧正遍照》

文化7-8年(1810-11)千葉市美術館蔵

母子の姿を六歌仙になぞらえて描いた作品です。僧正遍照は平安時代の僧侶で、歌人でもありました。和歌は、花の名前に惹かれて手折っただけなのだから、私が(女性に)墮落したなどと言ってくれるな、という古来有名な歌です。市松模様の粋な着物に身を包んだ若い母親が、縁台の上で幼児を抱いています。子どもは片手を額に当て、もう一方の手は前に伸ばして何かに興味を惹かれている様子です。可憐な母親は、女郎花を詠んだ艶やかな和歌にふさわしいでしょう。幼児の頭に着物が半ばかぶっている点が、遍照の僧形をおもわせます。7月の常設展示では「浮世絵に描かれた子どもたち」をテーマに展示します。ぜひ愛らしい子どもたちを眺めにいらしてください。(常設展示室にて8/4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	7/5(金)・11(木)・18(木)・24(水)・8/2(金) 9:30~14:30	対象=乳児から高齢者 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。(会場=きぼーる13階)	各4人	①
	健康づくり相談・禁煙相談	7/8(月)・18(木)・31(水)・8/9(金) 9:30~14:30	保健師などによる個別相談。健康づくり相談=健診結果の見方や体組成測定、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	①
	精神保健福祉相談	7/11(水)9:30~11:30 26(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	②
	歯科相談	①7/18(木)・31(水)、8/6(水)9:30~15:00 ②7/31(水)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	①
	ぶどうちゃんサークル	7/22(月)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	③
教室	心理士講演会「イヤイヤ期の対応について」	7/24日(水)10:00~12:00	対象=1~2歳児を持つ保護者。1歳から2歳は、自己主張がはっきり出てくる時期です。イヤイヤ期を知って、対応のコツについて学んでみませんか。(託児あり。定員3人、予約制先着順。)	20人	③
	育児講座「あかちゃんの急病と事故予防」	7/30(水)10:00~11:30	対象=乳児の保護者 内容=乳児期に気を付けたい病気や症状、日常生活でのこどもの事故予防などについて、小児科医師が講演します。乳幼児の同伴可。(託児なし)	20人	③
	子育ておしゃべり会	7/30(水)10:00~11:30	対象=乳幼児の保護者。子育て中のイライラや悩みについて心理士をまじえ、同じ立場の保護者同士で話をしてみませんか。(託児あり。定員3人、予約制先着順。)	6人	③
離乳食教室	7/31(水)13:00~15:00	対象=第1子で6~8カ月の子どものもつ母親およびその家族。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	20人	③	

☎中央保健福祉センター(中央区中央4-5-1きぼーる12階) 特に記載のないものは予約制(当日受付不可)
☎7月1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 詳しくは、**千葉市 中央区健康課**

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