



ちば市政だより

2024

Chiba



千葉の親子三代

夏祭り



市長メッセージ (第36号)

神谷 俊一



今年も「千葉の親子三代夏祭り」を8月17日に前夜祭、18日に本祭りとして、中央公園周辺で開催します。1976年の千葉開府850年の節目に始まったこの夏祭りは今年で49回目を迎え、今では市民の皆さんに広く親しまれ、千葉市の真夏の風物詩となっています。豪快で盛大に会場内を練り歩くみこしや山車は必見です。また、2026年の千葉開府900年に向けて、武者行列や千葉氏ゆかりの都市の特産品の販売など千葉氏にちなんだイベントなども行います。祭りの最後を飾るのはもちろん親子三代千葉おどり。気軽に参加でき多くの皆さんと街を踊り歩きます。夏のひと時をご家族やお友達とお楽しみいただきたいと思います。市政情報や災害情報を発信している千葉市の公式LINEアカウントでも、この親子三代夏祭りの情報をお届けしますので、登録をお願いします【18面】。

8月28日から9月8日までパリ2024パラリンピックが開催されます。千葉市ゆかりの選手たちが、ボッチャ、陸上競技、バドミントン、水泳、車いすラグビー、トライアスロンに出場します。出場する選手たちから熱いメッセージをいただきましたのでご覧ください。競技や種目ごとに特徴や魅力がありますので、お気に入りの種目を見つけ、大会を楽しみながら、パリへ熱い声援を届けましょう【2・3面】。

パラスポーツは障害の有無や年齢にかかわらず誰もが参加できる種目があります。市ではパラスポーツを「する」「観る」「支える」機会も創っており、これからも皆さんにお知らせしていきますので、ぜひ、ご参加ください。

千葉開府 Road to 900 since 1126

Contents

パリ2024パラリンピック	
市ゆかりの選手紹介……………	2～3
減塩のすすめ……………	8～9
千葉の親子三代夏祭り……………	18
情報けいじばん……………	11～17
区版……………	20

《同時配布》 ちば市議会だより

千葉市役所 ☎043-245-5111 (大代表)
〒260-8722千葉市中央区千葉港1番1号
ホームページ <https://www.city.chiba.jp>

千葉市データ (2024年7月1日現在)
人口 984,453人 前月(6月) 比 56人増
(男 484,189人 女 500,264人)
世帯数 474,169世帯 面積 271.76km²

パリ2024パラリンピック競技大会 千葉市ゆかりの 選手紹介

ボッチャ

ボッチャは基本ルールが分かりやすく、初心者でも楽しめるスポーツです。簡単そうに見えますが、的となるボールを動かして一発で形勢逆転できるため、1球ごとに緻密な戦略の駆け引きが行われます。廣瀬選手の得意技は、精密かつ力強くボールを弾き飛ばして戦況を一変させる「パワーボール」です。

ひろせ たかゆき
廣瀬 隆喜 選手 **種目** BC2




1984年8月31日生まれ
市内特別支援学校卒業

選手からのメッセージ

日頃から応援してくださる皆さんの気持ちを「つなぎ」、パリ2024大会では1戦1球、感謝を込めて戦います。ボッチャの面白さを伝えられるプレーをしたいと思っていますので、応援よろしくお願ひいたします。

パドミントン

パラリンピックのパドミントンは車いすと立位があり、障害の程度などによって出場するクラスが分かれます。松本選手、村山選手が出場するWH1とWH2のクラスでは、車いすに乗ったままネットを挟み、激しくスピーディーな打ち合いが展開されます。車いすの操作や上体をのけ反らせながら打つスマッシュは迫力満点です。大会では、松本選手の腕のリーチを活かしたダイナミックで力強いクリア*と怖いもの知らずなプレー、村山選手の槍投げで鍛えた力強いクリアと大きなフォームから繰り出す柔らかなカットにご注目ください。*相手のコートの奥に向かって打つショット

まつもと たくみ
松本 卓巳 選手 **種目** 男子シングルスWH2
男子ダブルスWH1-WH2




©2024JPBF
1994年3月22日生まれ
市内を拠点に活動

選手からのメッセージ

初めてパラリンピックへの内定をいただき、とても嬉しく思います。出場するからには、メダルを獲得できるように頑張ります。皆さまの応援が力になりますので、応援のほどよろしくお願ひいたします。

8月28日(水)～9月8日(日)開催のパリ2024パラリンピック競技大会に日本代表（7月4日時点）として選ばれた千葉市ゆかりの選手を紹介します。競技や種目ごとの特徴や魅力がありますので、お気に入りの競技や選手を見つけ、大会を楽しみながら応援しましょう。また、市では、パラスポーツに関するイベントや競技団体などの情報も発信しています。詳しくは、[千葉市 パラ](#) 図スポーツ振興課 ☎245-5622 ファク245-5592

陸上競技

パラリンピックの陸上競技も基本的なルールはオリンピックと同じですが、義足や義手、車いすなどをいかに自分のものとして使いこなせるかがポイントになります。兎澤選手が出場するT63クラスでは、それぞれの選手がオリジナルの義足を使用しており、一見、同じに見えても一人ひとり違います。

とざわ ともみ
兎澤 朋美 選手 **種目** 女子100mT63
女子走り幅跳びT63




1999年1月14日生まれ
市内を拠点に活動

選手からのメッセージ

東京2020大会での悔しさを晴らし、パリ2024大会でより良いパフォーマンスができるよう、しっかり準備します。皆さんに楽しんでもらえるよう、私自身も楽しんでジャンプしたいです。目標の5メートルジャンプが達成できるよう、挑戦していきます！

むらやま ひろし
村山 浩 選手 **種目** 男子シングルスWH1
男子ダブルスWH1-WH2




©2024JPBF
1974年3月25日生まれ
市内在住、市内小学校卒業

選手からのメッセージ

いつも応援していただき、誠にありがとうございます。パリ2024大会の出場内定をいただき、身の引き締まる思いです。東京2020大会で叶えられなかったシングルス、ダブルス二冠を目指して、全力で戦います。

水泳

パラリンピックの水泳は障害の種類や程度によって細かくクラス分けされており、重度から軽度の障害まで幅広く競技に参加することができます。自分の障害の特性を活かしながら、選手それぞれの泳ぎ方で、最大限のスピードを追求します。荻原選手と窪田選手は良きライバルとしてお互いに切磋琢磨し合う関係で、両者とも背泳ぎを得意としています。両選手ともパワフルなキックが強みで、鍛えられたスピードと持久力に注目です。

おぎわら こたろう
荻原 虎太郎 選手 **種目** 100m背泳ぎS8




2002年8月13日生まれ
市内在住、市内小・中学校卒業

選手からのメッセージ

東京2020大会に引き続き、再びパラリンピックに出場する権利を手に入れました。今大会こそ、自分の力を120%発揮し、決勝に残ってメダルレースに参加できるように頑張ります。

くぼた こうた
窪田 幸太 選手 **種目** 100m背泳ぎS8




2000年3月6日生まれ
市内小・中学校卒業

選手からのメッセージ

パリ2024大会に出場できることをとても誇りに思います。持ち前のキック力を活かし、皆さんに最高の結果を見せることができるよう、全力で臨みます！応援、よろしくお願ひします！

車いすラグビー

車いすラグビーは、パラリンピック競技で唯一車いす同士がぶつかるタックルが認められており、激しいコンタクトプレーと会場に響き渡る衝突音が魅力のスポーツです。羽賀選手は、コートを縦横無尽に走り回るスタミナが強みであり、攻守の要となっています。相手の動きを読み、相手の車いすの動きを封じるカットプレーにも注目です。

はが まさゆき
羽賀 理之 選手 **種目** 混合




©JWRF2024
1984年11月12日生まれ
市内在住

選手からのメッセージ

いつも応援ありがとうございます！金メダル目指して、パリから千葉市に熱い想いを届けます！

はた ゆかこ
秦 由加子 選手 **種目** PTS2クラス




1981年4月10日生まれ
市内小学校卒業

選手からのメッセージ

いつもエールをいただきありがとうございます。再びパラリンピックへの切符をつかむことができました。パリ2024大会では、人生最高の1日を迎えられるよう頑張ります。

パラスポーツを広げるために 市で行っている、パラスポーツを盛り上げるさまざまな取り組みを紹介します。ぜひ、パラスポーツに触れましょう！

■**パラスポーツ指導員になりませんか**
障害やパラスポーツに関する専門的な知識を習得し、スポーツの楽しさや障害に対応した運動の仕方を伝えます。パラスポーツ指導員の養成講習会も開催しています。詳しくは、[千葉市 パラ指導員](#)

パラスポーツ指導員 高倉 典子さんのコメント

バスケットボール教室の講師として知的障害のある子どもたちにルールやスポーツの楽しさを教えており、回数を重ねるごとに成長していく子どもたちを見てると胸が熱くなります。パラスポーツが継続できる“居場所”をつくるには、多くのパラスポーツ指導員の協力が必要です。



■**地域のイベントにパラスポーツを取り入れませんか**
パラスポーツには、障害の有無や年齢に関わらず誰もが参加できる種目があります。大人から子どもまで一緒に楽しめるため、地域交流の活性化にもつながります。パラスポーツ用具の貸し出し制度を活用し、地域を盛り上げませんか。

パラスポーツ競技用具の貸し出し
市内在住の方または市内で活動する団体に、ボッチャや競技用車いすなどを無料で貸し出しています。新たに、「ベガーボール」と「フライングディスク」の2種目を追加予定です。詳しくは、[千葉市 パラ用具](#)



ベガーボール

価格高騰重点支援給付金（10万円）の申請が必要な方がいます

2024年度の住民税非課税または均等割のみ課税の世帯を対象とした価格高騰重点支援給付金を受給するには、【下記】①～③に当てはまる世帯は手続きが必要です。

なお、令和5年度価格高騰重点支援給付金（7万円または10万円）を受給した世帯は給付金の対象外です。

手続き方法など詳しくは、下記コールセンターへご連絡いただくか、ホームページをご覧ください。[千葉市 価格高騰重点支援給付金](#)

対 象 ①2023年1月2日以降に千葉市に転入した方がいる世帯

②新生児（6月4日～9月30日生まれ）や別世帯に扶養している児童がいる世帯

③市から確認書が送付された世帯

申請手続 ①②個別に申請が必要

③市が発送した確認書を返送もしくは確認書に記載の二次元コードから電子による申請が必要

申請期限 9月30日(月)消印有効

* 新生児のこども加算のみ10月31日(木)消印有効

8月1日(木)から相談窓口が移転

中央コミュニティセンター2階 平日9:00～17:00

車でお越しの方は市役所駐車場をご利用ください。

・支給対象の確認・申請受付はできません。

市価格高騰重点支援給付金コールセンター

0120-592-028（平日9:00～17:00）

耳や言葉の不自由な方

245-5541 kyuhukin-suisin@city.chiba.lg.jp

オンライン申請で自宅での証明書の受け取りがより便利に

スマートフォンなどから、マイナポータルを利用して申請・支払いをすると、窓口に行かなくても、自宅に証明書が郵送されるサービスが、8月1日(木)から始まります。ぜひ、ご利用ください。

なお、ちば電子申請サービスを利用したオンライン申請は7月31日(水)で終了します。

支 払 い 方 法 PayPay、d払い、au PAY、クレジットカード（VISA、Mastercard、JCB、AmericanExpress、DinersClub）

取得可能な証明書 住民票の写し、印鑑証明、戸籍謄本・附票・受理証明 など

* 申請にはマイナンバーカードと暗証番号の入力が必要です。

区政推進課 245-5135 245-5155

定額減税給付金の確認書を送付しました

定額減税に伴う調整給付金の対象者へ確認書を送付しました。給付金を受け取るには、10月31日(木)までに申請が必要です。

マイナンバーカードを利用するオンライン申請では、公金受取口座の登録が済んでいる方は、確認書が届く前でも給付金を申請することが可能ですので、【右記】の二次元コードから申請手続きを進めてください。

制度の詳細やその他の申請方法など、詳しくは

[千葉市 定額減税調整給付金](#)



相談窓口（支給対象の確認・申請受付はできません）

10月31日(木)までの平日9:00～17:00

きぼーる11階、花見川区役所2階、稲毛区役所1階、若葉区役所1階、緑区役所3階、美浜区役所1階

市定額減税調整給付金コールセンター

0120-682-017（平日9:00～20:00、日曜日は17:00まで）
耳や言葉の不自由な方

050-1799-0206 info@chiba.chousei-kyuuhu.jp

LGBT専門相談

日常生活でLGBT当事者や周囲の方が抱える性的指向や性自認に関係する悩みなどの相談に、電話またはLINEでお答えします。



日 時 第1月曜日19:00～22:00（最終受付21:30）

第3日曜日10:30～13:30（最終受付13:00）

備 考 相談日ごと、1人1回30分。匿名・通称名での相談も可。

相談日時、電話番号など詳しくは、[千葉市 LGBT専門相談](#)

男女共同参画課 245-5060 245-5592

多重債務者特別相談

多重債務について弁護士が相談に応じます。

日 時 8月8日(木)・22日(木)13:00～16:00（1人30分程度）

会 場 消費生活センター

定 員 各先着6人

注意事項 債務者本人が来所。家族の同伴も可。電話相談不可。

申込方法 電話で、消費生活センターへ。

消費生活センター 207-3000 207-3111

加曽利貝塚発掘100周年オリジナルナンバープレートを交付

加曽利貝塚発掘100周年を記念して、加曽利貝塚PR大使かそりーぬのデザイン入りナンバープレートを交付します。

対象車両 特定小型原動機付自転車

交付対象 市内に主として駐車する場所のある特定小型原動機付自転車を新規に所有する方

交付枚数 先着100枚

交付開始 8月1日(木)

注 意 ・通常のナンバープレートからの変更はできません。
・番号の選択はできません。



文化財課 245-5960 245-5992

ナンバープレートの交付手続き

窓口で手続きする方の身分証明書（マイナンバーカード・運転免許証など）のほか新規登録理由ごとの必要書類【下記】を持参し、市税事務所市民税課または市税出張所で交付手続きを行ってください。



新規登録		必要書類
譲渡	購入	販売証明書
	廃車済み	譲渡証明書、廃車証明書
	未廃車	譲渡証明書、標識交付証明書、ナンバープレート

東部市税事務所市民税課 233-8137 233-8354

西部市税事務所市民税課 270-3137 270-3227

使い捨てプラスチックごみ削減キャンペーン

ペットボトルやストローなどのプラスチック製品は多くが使い捨てられ、世界的な問題となっています。問題解決のためには、プラスチックごみを減らすだけでなく、繰り返し使うことが大切です。この機会に、プラスチックとの付き合い方を見直してみませんか。

詳しくは、[千葉市 使い捨てプラスチックごみ削減キャンペーン](#) 🔍

絵を描いて自分だけの園芸ポットを作ろう

日時 8月2日(金)10:30、13:00、14:30（1回40分程度）
会場 子ども交流館4階工房
内容 紙樹脂で作られた園芸ポットの絵付け体験など
定員 各先着30人
備考 就学前児は保護者同伴
申込方法 当日直接会場へ

繰り返し使えるストロー「STROLL®」のプレゼント(無くなり次第終了)

配布期間	配布場所
8月3日(土)～18日(日) 9:00～20:00	子ども交流館受付付近
8月9日(金)9:30～12:00	生涯学習センターエントランスホール
8月14日(水)～17日(土) 10:00～15:00	加曽利貝塚博物館 *夏休み縄文ウィーク参加者に配布

マイボトル用給水機の設置

市中央図書館にマイボトル用給水機を設置します。マイボトルを持ち歩き、ぜひご利用ください。

問廃棄物対策課 ☎245-5379 📠245-5624

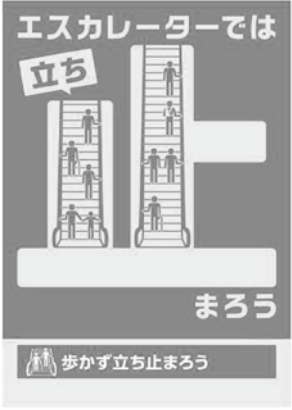
エスカレーター「歩かず立ち止まろう」キャンペーン

エスカレーターを利用する際に、バランスを崩したり、駆け上がったり駆け下りたりすることで利用者同士が接触し、事故につながっています。エスカレーター利用時は、次のことに注意しましょう。

エスカレーター利用時の注意事項

- 歩いたり、走ったりしないようにしましょう
- 黄色い線の内側に乗り、手すりにつかまりましょう
- 手すりから乗り出さないようにしましょう

問建築管理課 ☎245-5822 📠245-5887



飼い主になりませんか

子猫のお見合い会

動物保護指導センターで収容している育成中の子猫とのお見合いを実施します。

詳しくは、[千葉市 育成中の子猫](#) 🔍

日程 ①8月15日(木)・②30日(金)
*お見合い時間は1組30分。時間は申し込み後、決定
会場 動物保護指導センター
備考 譲渡には条件あり。詳しくはお問い合わせください。
申込方法 ①8月5日(月)～9日(金)・②21日(水)～27日(火)に、ホームページで希望の子猫を確認の上、電話で動物保護指導センターへ。

そのほかの犬や猫
随時、譲渡の相談・見学ができますが、見学の際はホームページで譲渡可能な犬や猫を確認の上、必ず予約をお願いします。

問動物保護指導センター ☎258-7817 📠258-7818

8月は食中毒予防強調月間

食中毒に注意しましょう

気温が高くなるこの時期、細菌などによる食中毒が多数発生します。家庭でも、次の点に注意しましょう。

細菌・ウイルスを付けない

手や包丁・まな板などの調理器具に付着した細菌などが食品に付かないよう、適切に洗浄しましょう。

- 調理前、調理中、食事前など、こまめに手を洗う。
- 肉や魚などの調理前の食品、調理済みの食品、生で食べる食品を分けて取り扱う。
- 魚介類は調理する前に流水でよく洗う。

細菌を増やさない

食品に付着した細菌は高温多湿な環境で活発に増殖するため、調理した食品は早めに食べましょう。

- 調理後の食品を保存する場合は、速やかに冷まし、冷蔵庫や冷凍庫に入れる。低温で増殖する細菌もいるため、冷蔵庫を過信せず早めに食べる。
- 購入した食品の場合は、表示されている保存方法を確認し、適切に保存する。

冷蔵や冷凍が必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。



編集担当N

細菌・ウイルスをやっつける

細菌などは、加熱により減らすことができます。食べる直前に食品の中心部まで十分に加熱（肉は75℃で1分以上、カキなどの二枚貝は85～90℃で90秒以上）しましょう。

- 細菌やウイルス、寄生虫感染などによる食中毒を避けるため、特にレバーや豚肉・ジビエ（内臓を含む）は、よく焼いて食べる。
- 肉や内臓の低温調理を行う場合も、中心部まで十分に加熱する。
- 子どもや高齢者など抵抗力が弱い方は、生食用食肉やカキなどの生食を控える。

問食品安全課 ☎238-9935 📠238-9936

夜間や休日に急病で困ったときは…

電話相談 すぐに受診するべきか、医師や看護師が電話でアドバイスします。
救急安心電話相談 ☎#7119（IP電話からは☎03-6810-1636）
平日・土曜日18:00～翌日8:00、日曜日・祝日・年末年始9:00～翌日8:00
こども急病電話相談 ☎#8000（IP電話からは☎043-242-9939）
19:00～翌日8:00（365日）

診療 千葉市医師会などの協力で夜間・休日の応急診療を行っています。応急処置のため、詳しい検査は原則行いません。後日かかりつけ医で受診しましょう。

夜 間			休 日						
夜間応急診療(夜急診) (美浜区磯辺3-31-1海浜病院内) ☎279-3131 【内科・小児科】					休日救急診療所 (美浜区幸町1-3-9 総合保健医療センター内) ☎244-5353 【内科・小児科・外科・整形外科】 【耳鼻いんこう科・眼科・歯科】 日曜日、祝日、年末年始				
診療時間	平日	19:00～24:00			診療時間	9:00～17:00			
	土・日曜日、 祝日、年末年始	18:00～24:00				受付時間	8:30～11:30、13:00～16:30		
受付時間		診療開始30分前～ 診療終了30分前							
夜間外科系救急当番医療機関 ☎244-8080 【外科・整形外科】					産婦人科休日緊急当番医 ☎244-0202 【産婦人科】 日曜日、祝日、年末年始				
案内時間		8:00～翌日6:00			案内時間		8:00～17:00		
診療時間		18:00～翌日6:00			診療時間		9:00～17:00		
夜間開院医療機関案内 ☎246-9797					* 電話での医療相談は行っていません 受診の際の持ち物				
案内時間		17:30～19:30			①健康保険証(各種受給者証・子ども医療費 助成受給券をお持ちの方は一緒に持参)				
月～土曜日(祝日、年末年始を除く)					②診療代金 ③薬(服用している方)				
					④お薬手帳(お持ちの方)				
医療機関情報など詳しくは、千葉市 医療機関 🔍									

特に記載がない場合、対象は市内在住・在勤・在学の方、1日から申し込み受け付け、応募多数の場合抽選、料金は無料。

千葉ロッテマリーンズ健康教室

楽しみながら自宅でできる簡単体操

自宅でも続けられる高齢者向けストレッチ、ダンスの教室です。

チアダンスインストラクターの指導で表情の作り方やリズムの取り方などが学べます。

ゆっくり無理のない範囲で行いますので、外出することが少ない方にもお勧めです。ぜひ、参加してみませんか。

詳しくは、[千葉市 ロッテ健康教室](#)

日時 9月2日(月)・16日(祝)または9月9日(月)・23日(火)10:00～12:00 各全2回

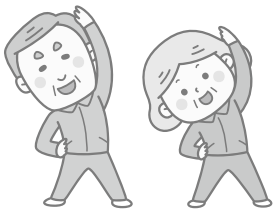
会場 ZOZOマリンスタジアム

対象 市内在住の65歳以上の方（要支援・要介護認定者などを除く）

定員 各28人（初めての方優先） **料金** 500円

備考 希望者は9月23日(火)にZOZOマリンスタジアムでの試合途中に、グラウンドでダンス発表を行う予定です。

申込方法 8月15日(木)必着。往復はがきに必要事項(11面)を明記して、〒261-8587美浜区美浜1千葉ロッテマリーンズ・ダンスアカデミー事務局へ。



問千葉ロッテマリーンズ・ダンスアカデミー事務局
☎090-4842-3811（平日14:00～21:00）
健康推進課 ☎245-5146 FAX245-5659

認知症を理解しよう

9月は認知症月間です。講演、認知症VR体験など認知症への理解を深めるイベントを行います。アンケートにお答えいただけた方にはちばシティポイント50ポイントをプレゼントします。

詳しくは、[千葉市 認知症月間](#)

日時 9月8日(日)10:00～16:00

会場 イオンモール幕張新都心グランドモール①1階ホビーコート、②3階イオンホール

内容 ①パネル展示、脳体力測定、認知症VR体験、作品展示など、②(A)脳を活性化する運動「ブレパサイズ」(開10:30～11:00)、(B)認知症を知ろう！ミニ講座(開11:30～12:00)、(C)講演(開14:00～15:30、講師＝蛭子能収さん(漫画家、タレント))

定員 ②(A)当日先着30人、(B)当日先着50人、(C)100人

申込方法 ②(C)8月21日(火)17:00までに電子申請で。

問地域包括ケア推進課 ☎245-5267 FAX245-5293



蛭子能収さん

「パパスクール」開催

子どもとの遊び方や、パートナーと協力して子育てをする意義などを学ぶ父親向けの講座です。

詳しくは、[千葉市 パパスクール](#)

日程 ①9月29日(日)、10月20日(日)10:00～12:00、②11月17日(日)、12月8日(日)10:00～11:30 全4回

会場 ①オンライン (Zoom)、②市役所

対象 市内在住で就学前の子どもを持つ父親

定員 先着20人

申込方法 Eメールで必要事項(11面)のほか、子どもの年齢を明記して、幼保支援課shien.CFE@city.chiba.lg.jpへ。FAXも可。

問幼保支援課 ☎245-5105 FAX245-5629



子ども医療費助成受給券の更新

8月1日(木)から有効の新しい受給券を7月17日(水)に発送しています。

受給券が届いていない方、第3子以降の児童で自己負担額有りの受給券が届いた方は、お住まいの区の保健福祉センターこども家庭課へお問い合わせください。

また、高校生年代（18歳到達後最初の3月31日までの方）の児童が新たに受給券を受け取るためには申請が必要です。申請書をまだ提出していない方は、お住まいの区の保健福祉センターこども家庭課へ申請してください。

助成対象 高校生年代までの児童
保護者負担額（市民税所得割が非課税の世帯は無料）

第2子まで	通院	1回につき300円(6回目* ¹ から無料)
	入院	1日につき300円(11日目* ¹ から無料)
	調剤	無料
第3子以降* ²		通院・入院・調剤のいずれも無料
* ¹ 児童1人につき、医療機関ごと・月ごとの回数および入院日数		
* ² 扶養しているお子さん（年齢制限なし）が3人以上の場合		

問保健福祉センターこども家庭課
中 央 ☎221-2149 FAX221-2606 花見川 ☎275-6421 FAX275-6318
稲 毛 ☎284-6137 FAX284-6182 若 葉 ☎233-8150 FAX233-8178
緑 ☎292-8137 FAX292-8284 美 浜 ☎270-3150 FAX270-3291

こどものまちCBT

「こどもによるこどものためのまち」CBT (ChiBa Town) が今年もきぼーるに出現します。社会の仕組みを子ども自身が企画し、運営する体験をしてみませんか。

日時 8月23日(金)～25日(日)10:00～16:00（25日は15:00まで）

会場 きぼーるアトリウム、子ども交流館

対象 小学～高校生(保護者同伴不可)

定員 ①事前申込＝先着300人
②当日受付＝各先着100人

料金 1日500円

申込方法 ①8月12日(火)までに電子申請で。
②当日直接きぼーる1階へ。

詳しくは、[こどものまち CBT](#)

問こども企画課 ☎245-5673 FAX245-5547

今年のテーマは「Near Future-思い出になるChiBa Town-」です。近未来をイメージして新しいことにも挑戦するまちにしたいと思っています。ぜひ遊びに来てください！



こども市長 眞部百花さん

地産地消 学校給食試食会

新米コシヒカリなどの市内産農産物を使った学校給食の試食会を行います。栄養たっぷり、おいしい給食を味わいませんか。

メニューなど詳しくは、

[千葉市 学校給食試食会](#)



日時	会場	定員
①10/18(金)11:00～12:30	新港学校給食センター	各 20人
②10/25(金)11:00～12:30	こてはし学校給食センター	
③10/29(火)11:00～12:30	大宮学校給食センター	
④11/12(火)11:30～13:00	都小学校	
⑤11/16(土)11:30～13:00	泉谷小学校	
⑥11/29(金)11:30～13:00	上の台小学校	

料金 ①～③320円、④～⑥288円
申込方法 ①～③9月5日(木)、④～⑥10月4日(金)までに、電子申請で。保健体育課へ電話も可。

問保健体育課 ☎245-5945 FAX245-5982

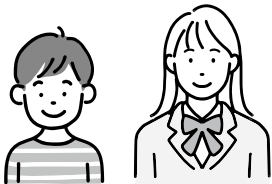
現況届は8月30日(金)までにご提出ください！

児童扶養手当

離婚などにより父または母と暮らしていない児童を養育している方に手当を支給します。

なお、11月分（来年1月に支給）から、児童扶養手当が拡充（所得制限の緩和、第3子以降の支給額増額）されます。現在、児童扶養手当を受給中の方や所得制限などで支給が全部停止になっている方は現況届を提出してください。

新たに支給を受ける方は、受給要件を確認し、お住まいの区の保健福祉センターこども家庭課で手続きを行ってください。新規申請に必要な書類は要件により異なりますので、詳しくはお問い合わせください。



受給対象 18歳到達後最初の3月31日までの児童または20歳未満で一定の障害がある児童を

- ・養育している父または母
- ・父母に代わって養育している方

***外国籍の方は、住民登録をしている方に限ります。**

受給要件 児童が次のいずれかに該当すること

- ・父母が離婚している
- ・父または母が死亡、重度障害者、生死不明または1年以上拘禁の状態にある
- ・父または母から1年以上遺棄されている
- ・父または母が、裁判所からDV（配偶者からの暴力）保護命令を受けている
- ・母が未婚である など

***児童が父または母の配偶者（内縁関係なども含む）に養育されている場合は、手当を受給できません。**

現況届の提出 児童扶養手当を受給している方、支給が全部停止になっている方は年に一度、現況届の提出が必要です。7月下旬に郵送した案内をご確認のうえ、8月30日(金)までにお住まいの区の保健福祉センターこども家庭課へ直接または郵送で現況届を提出してください。提出がない場合、11月分以降の手当を受給できません。

所得制限 前年中の所得が所得限度額【下表】以上の場合、手当の一部または全部を受給できません。

扶養 人数	受給対象者本人*				配偶者、扶養 義務者、孤児 などの養育者
	10月分まで		11月分から		
	全部支給	一部支給	全部支給	一部支給	
0人	49万円	192万円	69万円	208万円	236万円
1人	87万円	230万円	107万円	246万円	274万円
2人	125万円	268万円	145万円	284万円	312万円
3人以上	1人につき38万円加算				
*児童または父母が養育費を受け取っている場合、その額の8割を所得に算入します。					

手当月額 奇数月に2カ月分を支給します。なお、児童または父母などが公的年金（老齢福祉年金を除く）を受給している場合は、手当額から年金額を引いた金額が支給額となります。年金額が手当額より高い場合は支給されません。

児童人数	全部支給	一部支給
1人	45,500円	10,740円～45,490円*
2人	10,750円を上限に加算*	
3人以上	1人につき6,450円（11月分以降は10,750円）を上限に加算*	
* 支給額・加算額は所得に応じて異なります。		

問保健福祉センターこども家庭課

中央 ☎221-2149 花見川 ☎275-6421 稲毛 ☎284-6137 若葉 ☎233-8150 緑 ☎292-8137 美浜 ☎270-3150

こども家庭支援課 ☎245-5631

更新手続きは10月31日(木)までに！

ひとり親家庭の医療費助成

ひとり親家庭などの方の医療費について、保険診療の範囲内で自己負担額の全額を助成しています。

現在、助成を受けている方には、7月下旬に更新案内を郵送していますので、必要書類を10月31日(木)までに提出してください。

新たに助成を受ける方は、お住まいの区の保健福祉センターこども家庭課で、医療費助成受給券の交付手続きを行ってください。

助成対象 ①母子家庭の母と児童

②父子家庭の父と児童

③両親のいない家庭の児童と、児童を養育している方

④配偶者の一方に重度の障害がある場合などで、①②に準ずる母または父とその児童

***児童…18歳到達後最初の3月31日までの児童または20歳未満で一定の障害がある児童**

助成要件 次の全ての要件に該当すること

- ・市内に住所があること
- ・医療費助成受給券の交付または更新申請月の前々年（11・12月の場合は前年）の所得額が、児童扶養手当の所得制限限度額未満の世帯

対象者	児童扶養手当の所得制限限度額	
	10月分まで	11月分から
母・父	192万円+（扶養人数×38万円）	208万円+（扶養人数×38万円）
養育者・扶養義務者など	236万円+（扶養人数×38万円）	

- ・国民健康保険・社会保険被保険者または被扶養者
- ・心身障害者医療などの医療費助成または生活保護を受けていないこと

問保健福祉センターこども家庭課

中央 ☎221-2149 花見川 ☎275-6421 稲毛 ☎284-6137 若葉 ☎233-8150 緑 ☎292-8137 美浜 ☎270-3150

こども家庭支援課 ☎245-5631

必要書類 ・申請書

- ・健康保険証のコピー
- ・住民票の写し*
- ・母子・父子家庭であることを証明する書類（戸籍全部事項証明書、遺族基礎年金証書、児童扶養手当証書など）
- ・養育費に関する申告書（母子・父子家庭のみ）
- ・養育申立書（養育者家庭の方のみ）
- ・銀行口座が分かるもの
- ・申請者および申請者と生計を一にする方の所得に関する証明書など*

***…同意書の提出により省略できる場合があります。**

医療費助成受給券を提示せずに支払った医療費の助成を受けるには

受診翌月以降に、医療費助成申請書・領収書・医療費助成受給券をお住まいの区の保健福祉センターこども家庭課へ提出してください。



大人も子どもも今すぐ始めよう！

減塩のすすめ

塩分をとりすぎると生活習慣病になる可能性が高くなりますが、長年の食習慣はすぐには直せないものです。

ここでは、さまざまな減塩の方法を紹介します。血圧が高い人もそうでない人も、自分が始めやすい方法で今のうちから減塩を始め、将来も健康に過ごせるようにしましょう。

図健康推進課 ☎245-5223 ファクス245-5659

「自分は減塩とは無関係」と思っていないですか？

日本人の食塩の平均摂取量（10.1g）は、厚生労働省が定める1日あたりの目標量を大きく超えています。そして、1日あたりの千葉市民の平均摂取量は、日本人の平均摂取量よりもさらに多い11.1gとなっており、これは世界的に見ても高い数値となっています。

特にしょっぱいものが好きではなかったとしても、実は塩分をとりすぎている可能性があります。

そういえば、スーパーマーケットで見かける減塩の商品が、昔に比べて増えてきた気がするなあ。でも、別に塩分をとり過ぎているつもりはないから、健康には問題ないはず。僕は減塩する必要はないよね。

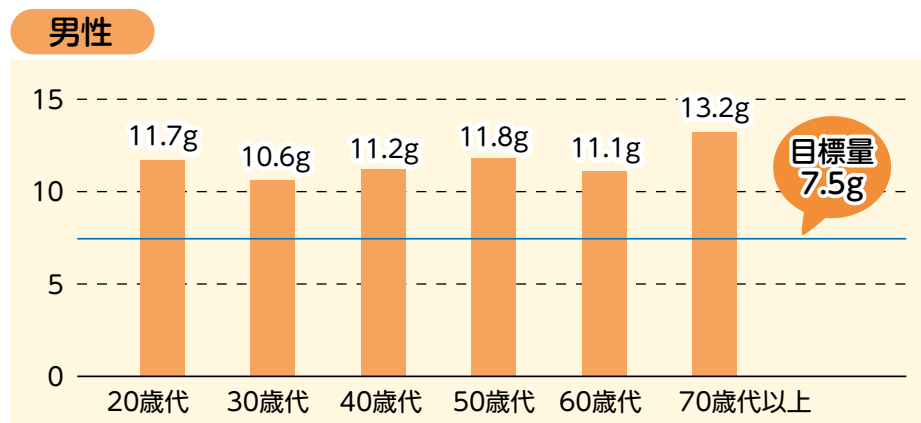


年代別 千葉市民1日あたりの食塩摂取量

特に70歳代以上の高齢世代が多い傾向にありますが、どの年代においても、厚生労働省が定める目標量を大幅に超えています。

また、大人だけでなく子どもも、目標量より塩分をとり過ぎているというデータがあります。

減塩は決して他人事ではありません。大人も子どもも、みんなで減塩する必要があります。



* 令和3年度千葉市 健康づくり（食習慣）に関するアンケート調査
目標量＝厚生労働省 日本人の食事摂取基準（2020年度版）

塩分のとり過ぎは、食事による死亡リスクの圧倒的1位！

塩分は人間の体内に常に一定の割合で含まれており、生命維持に欠かすことのできない重要な働きをしています。

しかし、塩分をとり過ぎると体にさまざまな弊害をもたらします。その代表的なものが高血圧です。

高血圧になる仕組み



高血圧が、突然死や胃がんの原因になることも

高血圧の状態を長く放置していると、血管は圧力によって傷つきやすくなり、動脈硬化が進みます。その結果、心筋梗塞などの心疾患や脳梗塞などの脳血管疾患を引き起こす要因となります。

さらに、塩分のとり過ぎは胃がんの要因の1つでもあります。胃の中で塩分濃度が高まると、胃の粘膜が傷ついて胃炎が起こりやすくなり、発がん性物質の影響を受けやすくなるのです。



減塩するには、どうしたらいい？

減塩が必要なのは分かったけど…。塩分を減らしたら味が薄くなって、物足りなくなるイメージがあるなあ。おいしいものを我慢してまで減塩するのは難しいかも。



いいえ、そんなことはありません！

塩分の摂取源の66%がしょうゆなどの調味料、34%がその他（加工品など）であるといわれています。減塩調味料や減塩食品に代えるだけでも大きな減塩効果が期待でき、今は味も食べやすいものがたくさん販売されています。

また、普段の食事の中でちょっとした工夫をするだけで、簡単においしく減塩することができます。



ひと目で分かる！市販品を買う前に食塩相当量をチェック

市販の加工食品に含まれる塩分量は、栄養成分表示に「食塩相当量」として記載されています。同じような商品であっても、エネルギー（カロリー）やたんぱく質の含有量と同様に、比較することができます。市販品を買う前に栄養成分表示を確認し、食塩相当量が少ないものを選びましょう。

栄養成分表示 1食分（〇g）当たり	
エネルギー	〇〇kcal
たんぱく質	〇〇g
脂質	〇〇g
炭水化物	〇〇g
食塩相当量	〇〇g



減塩のポイントをおさえて、上手においしく減塩！

作るときのポイント

食材そのものの味を楽しむ

旬の食材や新鮮な食材を選ぶことでよりおいしさを感じられるため、濃い味付けがなくても十分満足できます。

汁物は具沢山に

味噌汁やスープは野菜などの具を多くすると、汁の量が控えられて減塩につながります。

味にメリハリを付けて満足感をプラス

- うま味のある食材で風味豊かに
- 酸味で塩味を引き立たせましょう
- 辛みのピリッとした刺激で味に変化が生まれます
- 香りを加えると嗅覚が刺激され、満足感がアップ



食べる時のポイント

しょうゆやソースはかけずにつける

調味料はかけるよりもつけることで、使う量を少なくできます。

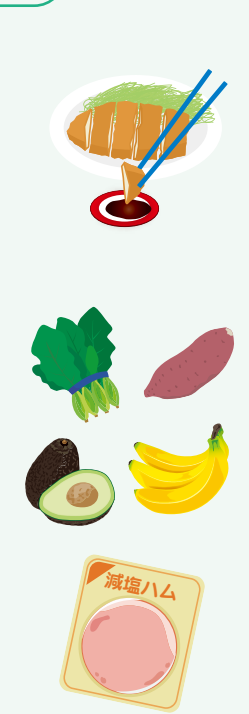
まずはそのまま一口食べて、味が足りないようならつけるようにしましょう。

野菜をしっかり食べよう

野菜や果物に含まれる栄養素のカリウムには、体内の余分なナトリウム（食塩などに含まれる成分）を体の外に出す働きがあります。カリウムを多く含む食品には、ホウレン草、サツマイモ、アボカド、バナナなどがあります。

見えない塩分に気を付けよう

ハムやベーコン、ウインナーなどの加工食品には塩分が多く含まれています。減塩タイプの商品を選んだり、食べる頻度や量に注意しましょう。



塩分が少ない料理を食べよう

減塩のためには、自分がどのくらい塩分を摂取しているかを知ること也很重要です。

普段食べている料理に含まれている塩分量を確認し、できるだけ少ない料理を選んで、減塩につなげましょう。

家庭の味はいつまでも記憶に残るものです

子どもの頃からやさしい味（減塩）を覚えれば、それが家庭の味となり、大人になっても自然と減塩につながります。

子どもの頃からやさしい味を習慣化し、家族みんなで減塩を意識した食事を心がけ、将来の生活習慣病を予防しましょう。



料理ごとの塩分含有量（1人前）あたり				
	ごはん1杯	食パン（6枚切り1枚）	ロールパン2個	ラーメン
主食	0.0g	0.8g	1.0g	6.0～7.0g
主菜	鮭の塩焼き 1.1g	鶏のから揚げ（100g） 1.3g	豚肉の生姜焼き 1.4g	餃子 1.7g
副菜	サラダ 0.3g	きんぴらごぼう 0.6g	ホウレン草のおひたし 0.6g	味噌汁 1.5g
複合料理	ハンバーガー 2.5g	かつ丼 3.6g	カレーライス 3.7g	握り寿司（10貫） 3.7g

出典＝厚生労働省「知っていますか？食塩のとりすぎ問題～身近な栄養のおはなし～」

おいしい減塩レシピをつくってみよう

ホームページで、さまざまな減塩レシピを公開しています。

詳しくは、[「ちばし食育レシピ」](#)🔍



高校生年代も対象に

児童手当制度を拡充します

10月分（12月支給分）からこれまで対象外だった高校生年代（18歳到達後最初の3月31日までの方）や所得制限により給付が受けられなかった方が支給対象になるなど、制度の一部が拡充されます。生計中心者が公務員の方は勤務先にて手続きの確認をお願いします。



支給対象 高校生年代までの国内に住所を有する児童を養育している市内在住の方

所得制限 なし

手当月額 第1子、第2子（いずれも3歳未満）＝15,000円
第1子、第2子（3歳から高校生年代まで）＝10,000円
第3子以降*＝30,000円
*22歳以下（年度末時点）の子どもが3人以上いる場合の3人目以降。なお、子どもの生計費などの経済的負担が生じている場合に限りま。

支給回数 年6回（偶数月）

注意事項 制度改正により申請が必要になる場合があります。市内に高校生年代までの児童の住民登録がある世帯には、7月23日（火）に通知を送付しましたので、必要書類などをご確認ください。

問 保健福祉センターこども家庭課

中 央 ☎221-2149 FAX221-2606 花見川 ☎275-6421 FAX275-6318
稲 毛 ☎284-6137 FAX284-6182 若 葉 ☎233-8150 FAX233-8178
緑 ☎292-8137 FAX292-8284 美 浜 ☎270-3150 FAX270-3291

幕張ビーチ花火フェスタの交通規制・生放送を行います

8月3日（土）19:15～20:15に幕張ビーチ花火フェスタを開催します。当日会場周辺では安全な運営のため交通規制を行いますので、ご協力をお願いします。

なお、会場に駐車場はありませんので公共交通機関をご利用ください。有料観覧席の購入者と無料招待席の当選者以外の方は観覧場所がありませんので、会場および周辺への来場はお控えください。

当日の開催情報など詳しくは、[千葉市花火](#) 🔍

規制日時 8月3日（土）18:00～22:30

注意事項 幕張海浜公園内の一部は終日立入禁止です。



当日はJ:COMでの生放送、J:COMの地域情報アプリ「ど・ろーかる」での生配信を行います。ぜひご自宅などでお楽しみください。

問 千葉市民花火大会実行委員会

☎050-5542-8600（NTTハローダイヤル）FAX301-0280

X Games Chiba 2024

市民招待&スケートボードビギナースクール

今年で3回目となるX Games Chibaに市民の皆様を招待します。当日は、千葉市ゆかりの食ブースや体験コーナーなどのコンテンツも楽しめます。

また、X Games Chibaや世界で活躍する選手がスケートボードの基礎や楽しさを教えるビギナースクールを開催します。

市民招待

日 程 9月20日（金）
会 場 幕張メッセ
対 象 市内在住の方
定 員 3,000人
申込方法 8月23日（金）17:00までにホームページから。

詳しくは、[千葉市 エックスゲームズ 観戦招待](#) 🔍



©Naoki Gaman / X Games

スケートボードビギナースクール

日 時 9月7日（土）13:00～15:00（雨天の場合は8日（日）に延期）
会 場 フクダ電子ボードエリア（中央区川崎町3）
対 象 市内在住の小学生（保護者同伴）
定 員 50人
持 ち 物 スケートボード、ヘルメット、肘・膝用プロテクター
申込方法 8月16日（金）17:00までにホームページから。詳しくは、[千葉市 スケボー ビギナー](#) 🔍



提供: X Games Japan組織委員会

問 スポーツ振興課 ☎245-5966 FAX245-5592（市民招待について）
フクダ電子ボードエリア ☎379-4766（スケートボードビギナースクールについて）

パブリックコメント手続

（仮称）千葉市こども基本条例（案）

全ての子どもや若者が自分らしく健やかに成長・自立できる社会を、子どもや若者、大人が一緒になって創っていくための条例案を作成しました。ぜひ、皆さんの意見をお聞かせください。

案 の 公 表 8月20日（火）

案の公表場所 ホームページで。こども企画課、行政資料室、区役所総務課、市図書館でもご覧になれます。

意見の提出期間 8月20日（火）～9月19日（木）

意見の提出方法 Eメール、FAX、郵送または持参で。

市の考え方の公表 10月を予定。氏名、住所などの個人情報公表しません。

意見の提出先など詳しくは、ホームページをご覧ください。か、案の公表場所でご確認ください。[千葉市 パブリックコメント](#) 🔍

問 こども企画課 ☎245-5673 FAX245-5547

✉sankaku@city.chiba.lg.jp

副市長人事

2024年第2回定例市議会で同意を得て、7月1日付で、副市長に橋本直明氏が就任しました。

橋本直明副市長

1981年8月生まれ。42歳。2004年総務省採用。

和歌山県有田市市長公室長、鹿児島県財政課長、総務省住民制度課企画官、本市経済農政局長を歴任。

青柳太副市長退任

2022年7月に就任し、市政発展に尽力された青柳太副市長が、6月30日付で退任しました。



情報けいじばん

特に記載のないものは次のとおり

・申し込みは1日から受け付け

・応募多数の場合は抽選

・対象は市内在住・在勤・在学の方

・料金は無料

申込方法

必要事項【右記】を明記して、各宛先へ送付してください。
往復はがきの場合は、返信用の宛先も記入。
電子申請の場合は、

千葉市 電子申請

必要事項

◇催し名

◇コース名

◇希望の日時など

◇氏名・フリガナ

◇〒・住所

◇年齢・学年

◇電話番号

一部の施設では、65歳以上の方や障害のある方などを対象に、優待・割引料金があります。
市の施設では、ここに掲載した以外にもイベント、教室・講座などの参加者を募集している場合があります。詳しくは、各施設へお問い合わせください。

イベント

超からだのひみつ大冒険

開8月20日(出)～9月1日(日)10:00～16:30（最終入場16:00）
開幕張メッセ国際展示場展示ホール11
開アーリーチケット（日にち指定の前売券。9:00から入場可能）＝中学生以上2,500円（8月13日(火)～16日(金)を除く平日は2,300円）、3歳児～小学生1,500円。当日券＝中学生以上2,000円、3歳児～小学生1,200円
開詳しくは、HP「超からだのひみつ大冒険2024」で検索
開超からだのひみつ2024実行委員会
☎296-9211（平日10:00～17:00）

296-0529

ナツメロ青春同窓会

開8月1日(木)・15日(木)13:30～14:15
開市美術館講堂
開先着100人 開1,000円
開当日直接会場へ
開NPO法人うたともクラブ☎090-5785-6652

242-7731

市民ギャラリー・いなげの催し

①千葉市中学校美術部展
開8月7日(火)～25日(日)9:00～17:15（25日は15:00まで）
②千葉ゆかりの作家展 下野友嗣「大きな鎗」
開8月14日(火)～25日(日)9:00～17:15（25日は15:00まで）
開市芸術文化新人賞奨励賞を受賞した下野友嗣さんの作品展示
開市民ギャラリー・いなげ☎248-8723

242-0729

。月曜日（祝・休日の場合は翌日）休館

こころの健康センターの催し

①依存症治療・回復プログラム
開8月7日(火)・28日(火)14:00～15:45
開アルコール・薬物依存症の方
開事前面談あり
②アルコールミーティング
開8月16日(金)14:00～16:10
開第1部＝話し合い、第2部＝学習会（開家族）・座談会（開本人）
開お酒の問題で悩んでいる家族と本人
③精神障害者家族向け学習会
開8月19日(月)13:40～16:00
開テーマ＝家族として本人との関わりを学びましょう

④うつ病当事者の会
開8月27日(火)13:30～15:00
開病気のこと、生活・仕事の悩みなどの語り合い
開うつ病治療中の方
開電話で、こころの健康センター☎204-1582
開同センター☎前記

204-1584

動物公園 トワイライトZOO

開8月10日(出)・11日(祝)・17日(出)・18日(日)9:30～20:00（最終入園19:30）
開夕方から夜にかけての動物生態の観察、中央広場ケヤキ並木のライトアップなど
開動物公園☎252-1111

255-7116

。水曜日（祝・休日の場合は翌日）休園。入園料＝高校生以上640円

市少年自然の家の催し

①ナイトアドベンチャー
開8月10日(出)19:00～20:00
開夏の星空観察とナイトハイキング
開先着30人
開高校生以上＝720円、中学生以下＝550円
開中学生以下は保護者同伴
②スポーツクライミング体験会
開8月25日(日) 14:00～16:30
開A3メートルまでのボルダリング、Bハーネスを着けて9メートルまで登るトップロープ
開A3歳以上の方、B小学生以上で、身長115センチメートル以上、ウエスト52～107センチメートルの方
開各先着35人
開参加者＝高校生以上1,220円、中学生以下750円。同伴者＝高校生以上520円、中学生以下100円
開小学生以下は保護者同伴
③キャンプサイトでテント泊＆デイキャンプ
開施設の休所日を除く土・日曜日、祝・休日、夏休みなどの長期休業期間。テント宿泊キャンプ＝入所日の10:30から退所日の10:00まで。デイキャンプ（日帰り）＝10:30～17:00
開テント泊やデイキャンプができるフリーキャンプサイト。器材・食材の持ち込み自由
開中学生以下の子どもを含む家族・グループ
開各日先着10区画
開テント宿泊キャンプ＝高校生以上930円、中学生以下400円。デイキャンプ（日帰り）＝高校生以上370円、中学生以下200円
開詳しくは、市少年自然の家HP
開①②電話で、同施設☎0475-35-

1131。③HP（「千葉市少年自然の家 キャンプサイト利用案内」で検索）で利用案内を確認後、利用日の2週間前までに電話で、同施設☎前記
開同施設☎前記

0475-35-1134

昭和の森 自然観察会

開8月11日(祝)10:00～12:00
開葉っぱの切り絵でオリジナルしおりを作ろう
開先着20人
開集合＝9:45昭和の森事務所前。駐車場＝1時間100円、最大400円
開8月1日(木)9:00から電話で、昭和の森管理事務所☎294-3845。開488-5223も可（開を明記）

ちば木育イベント～見て、触れて、遊んで、学ぼう！～

開8月17日(出)10:30～15:30
開市役所1階まちかど広場など
開千葉県産材利用のおもちゃ・木工作などの体験
開当日直接会場へ。小学3年生以下は保護者同伴。ちばシティポイント対象事業。詳しくは、HP「千葉市 木育イベント」で検索
開脱炭素推進課☎245-5199

245-5557



市民パフォーマンス「千葉魂Ⅶ～Chiba Soul～人生号」

開8月18日(日)15:00～17:00
開美浜文化ホール
開出演＝高岡薫さん・高橋彩香さん（元AKB48）、錦笑亭満堂さん（落語家）、市芸術文化新人賞受賞者多数、市民出演者
開先着320人
開一般2,500円（ペア4,500円）、中学生以下2,000円、親子ペア4,000円（3歳児以下の膝上鑑賞に限り無料）
開電話で、美浜文化ホール☎270-5619、若葉文化ホール☎237-1911
開美浜文化ホール☎前記

270-5609

特別支援教育講演会

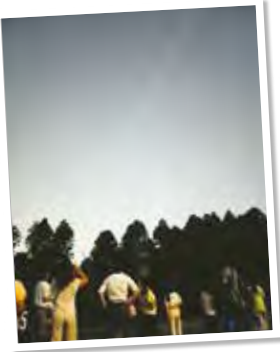
開8月19日(月)14:00～16:30
開市教育会館
開テーマ＝発達性ディスレクシア（発達性読み書き障害）～理解することが支援につながる～

開先着30人程度
開8月7日(火)までに電話で、養護教育センター☎277-0101。開277-1852も可（氏名・連絡先を明記）

泉自然公園 星の観察会

開8月23日(金)19:30～21:00。雨天中止
開科学館プラネタリウム解説員と望遠鏡で天体を観察
開小学生と保護者
開20組
開1人50円。駐車場＝400円
開8月9日(金)までにEメールで開を明記して、若葉公園緑地事務所開
wakaba.URP@city.chiba.lg.jpへ
開同事務所☎306-0101

306-0033



社会を明るくする運動「千葉市民のつどい」

開8月24日(出)13:00～16:20
開市民会館大ホール
開作文コンテスト優秀作品の発表、講演、轟町中学校吹奏楽部の演奏
開先着500人
開当日直接会場へ
開市保護司会連絡協議会☎090-2730-7383、地域福祉課☎245-5219

245-5620

シニアのための就職相談会

開8月28日(火)13:00～16:00
開市民会館
開シニアを採用したい企業・就労支援機関の紹介および相談会
開先着100人
開電話で、生涯現役応援センター☎256-4510。HP（「生涯現役応援センター セミナー」で検索）からも可
開同センター☎前記

256-4507

千葉市障害者差別解消法に係る講演会

開8月29日(水)13:30～15:30
開ハーモニープラザ
開先着70人
開8月15日(木)までにFAXで開のほか、団体名、参加者数（2人まで）を明記して、市身体障害者連合会開209-3282へ
開同会☎209-3281

209-3282

前記

真夏の幕張ラテン祭 フィエスタ・デ・ベラーノ

開8月30日(金)13:00～20:00、31日(出)11:00～20:00、9月1日(日)11:00～19:00
開海浜幕張駅南口広場、三井アウトレットパーク 幕張
開中南米関連の飲食物・民芸品の販売やPR、ステージイベントなど
開幕張ラテン祭実行委員会☎304-5925

304-5926

バイサイドジャズ2024千葉ジャズコンペティション

開8月31日(土)13:00～16:00
開市民会館小ホール
開音源審査を通過したグループの最終審査を一般公開

 当日直接会場へ
 市文化振興財団 ☎221-2411 ☎224-8231

 療育センターふれあいの家サークル発表会

 9月1日(日)9:30～13:00
 療育センター本館体育室
 ふれあいの家で活動している団体の歌唱や日頃の活動の発表会
 先着60人程度
 当日直接会場へ。途中退席・再入場可
 療育センターふれあいの家 ☎216-5130 ☎277-0291。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

 特別な支援が必要な子どもの就学説明会

 9月6日(金)10:00～11:30（9:30から受け付け）
 市教育会館
 日常生活や学習活動などで、特別な支援や配慮の必要な子どもの保護者が対象の就学についての説明会
 来年4月に小学校入学予定の子どもがいる保護者で、子どもの発達や言葉の遅れ、友だちとの関係がうまく築けないなど、就学に不安がある方、5月の就学説明会に参加できなかった方
 当日直接会場へ。詳しくは、「千葉市 就学説明会」で検索
 養護教育センター ☎277-1199 ☎277-1852

 都川水の里公園 稲刈り体験

 9月7日(土)9:00～12:00。雨天の場合は14日(土)に延期
 18歳以上の方
 先着10人程度
 8月30日(金)必着。Eメールで参加者全員の④のほか、代表者を明記して、若葉公園緑地事務所 ☎wakaba.URP@city.chiba.lg.jp
 同事務所 ☎306-0101 ☎306-0033

 地域で守る！防災体験

 9月8日(日)9:30～12:00
 都賀公民館
 地震体験や天ぷら油の発火実験、搬送要領などを通じて防災意識を高め、地域における自助・共助について考える
 自主防災組織や町内自治会などの防災担当者、地域防災に関心のある方
 先着25人
 電話で、防災普及公社 ☎248-5378。☎248-7748も可（④を明記）

 立川晴の輔独演会

 9月11日(水)14:00～16:00
 市民会館
 前売券（全席自由）＝3,500円
 就学前児の入場不可
 電話で、市民会館 ☎224-2431、文化センター ☎224-8211、市男女共同参画センター ☎209-8771、若葉文化ホール ☎237-1911、美浜文化ホール ☎270-5619
 市民会館 ☎前記 ☎224-2439

 講演会「女性のうつ病とメンタルヘルス」

 9月12日(木)14:00～16:00
 Zoomによるオンライン開催。講師＝平島奈津子さん（精神科医師・公認心理師）
 先着50人

 9月2日(月)までに電子申請で
 精神保健福祉課 ☎238-9980 ☎238-9991

 稲毛海浜公園自然観察会「虫と友達になろう！」

 9月14日(土)10:00～12:00。雨天・荒天中止
 先着25人程度
 虫採り網・かごなどの観察道具
 日稲毛民間航空記念館前集合
 8月3日(土)9:30から電子申請で
 中央・美浜公園緑地事務所 ☎279-8440 ☎278-6287

 アイフェスタ in ちば

 9月14日(土)10:30～15:30
 美浜保健福祉センター、美浜文化ホール
 福祉機器展、セミナー、相談コーナー、交流サロンなど
 県網膜色素変性症協会アイフェスタ実行委員会・渡辺さん ☎090-4749-6514、障害者自立支援課 ☎245-5175 ☎245-5549

 大草谷津田いきものの里自然観察会

 9月15日(日)10:30～12:00。雨天中止
 オニヤンマはいるかな？
 30人
 集合・解散は大草谷津田いきものの里入口広場。小学生以下は保護者同伴。帽子・長袖・長靴を着用
 9月4日(水)必着。電子申請で。☎245-5557・☎kankyohozen.ENP@city.chiba.lg.jp・④も可（④のほか、参加者全員の氏名・フリガナを明記）。郵送先＝〒260-8722千葉市役所環境保全課
 同課 ☎245-5195 ☎前記

 フォーシーズンコンサート トロンボーンカルテット

 9月16日(祝)14:00～15:30
 市民会館
 前売券（全席自由）＝1,500円
 就学前児の入場不可
 電話で、市民会館 ☎224-2431、文化センター ☎224-8211、市男女共同参画センター ☎209-8771、若葉文化ホール ☎237-1911、美浜文化ホール ☎270-5619
 市民会館 ☎前記 ☎224-2439

 障害者福祉センター グラウンドゴルフ交流会

 9月27日(金)10:00～11:30
 市内在住・在勤の18歳以上で身体障害者手帳をお持ちの方
 15人
 8月16日(金)必着。⑤に④のほか、障害種別、グラウンドゴルフ経験の有無を明記して、〒260-0844中央区千葉寺町1208-2千葉市障害者福祉センターへ。☎kizuna@mbj.nifty.comも可
 同センター ☎209-8779 ☎209-8782。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

 歴史シリーズ講演会「千葉氏研究最前線」

 9月28日(土)13:00～17:00
 敬愛大学
 テーマ＝鎌倉幕府の展開と千葉氏一常胤から頼胤まで一、南北朝・室町期の下総千葉氏一その危機と発展をめぐる一、今よみがえる戦国千葉氏の本拠本佐倉城。講師＝野口実さん（京都女子大学名誉教授）ほか
 350人
 詳しくは、☎「千葉敬愛学園創立

100周年記念講演会」で検索
 9月6日(金)までに、☎から。⑤・☎251-6407も可（④のほか、職業を明記）。郵送先＝〒263-8588稲毛区穴川1-5-21敬愛大学大学運営室
 同大学 ☎251-6363 ☎前記

 ワンコインコンサート「舩岡圭司 ドラムソロコンサート」

 10月20日(日)13:30～14:30
 花島コミュニティセンター
 先着180人
 一般500円、小学生以下100円（全席自由。乳幼児の膝上鑑賞に限り無料）
 8月7日(水)から電話で、文化センター ☎224-8211、市民会館 ☎224-2431、市男女共同参画センター ☎209-8771、若葉文化ホール ☎237-1911、美浜文化ホール ☎270-5619
 市文化振興財団 ☎221-2411 ☎224-8231

 ベイサイドジャズ2024千葉エリアdeジャズLive

 10月26日(土)13:30～14:30
 若葉文化ホール
 出演＝飯田久美子さん（ボーカル）ほか
 先着500人
 前売券（全席自由）＝2,000円
 就学前児の入場不可
 電話で、若葉文化ホール ☎237-1911、文化センター ☎224-8211、市民会館 ☎224-2431、市男女共同参画センター ☎209-8771、美浜文化ホール ☎270-5619
 市文化振興財団 ☎221-2411 ☎224-8231

 教室・講座

 子どものための箏・尺八クラブ in ちば

 ①お稽古＝8月4日・25日、9月8日・22日の日曜日11:00～16:00。②おさらい会＝9月29日(日)13:00～16:00。全5回
 ①美浜文化ホール、②見浜園
 ①30分ごとの小人数グループレッスン
 小学2年～中学生  先着15人
 希望者のみ10月以降も月2回のお稽古に参加可（☎月3,000円）
 県三曲協会☎から。☎tsatoh108@ray.ocn.ne.jpも可（氏名・学年・電話番号を明記）
 同会・佐藤さん ☎090-7400-0255 ☎047-334-1077

 今日から始めるDXセミナー まずは経営者の気づきから

 8月22日(木)14:00～16:00
 市産業振興財団
 インテル社などの講師による、すぐに始められるツールの紹介などで事業者のDX化を支援
 30人
 詳しくは、同財団☎
 8月16日(金)までに、☎から
 同財団 ☎201-9506 ☎201-9507

 認知症サポーターステップアップ講座

 8月23日(金)13:00～17:00
 市役所
 市内在住・在勤の認知症サポーター養成講座修了者で、本講座終了後に地域活動に参加したい方
 先着20人
 ちばシティポイント対象事業

 8月13日(火)までに電話で、地域包括ケア推進課 ☎245-5267
 同課 ☎前記 ☎245-5293

 南部青少年センターの講座

①ねんどとLEDですてきなランプをつくろう
 8月24日(土)10:00～12:00、14:00～16:00
 小学生  各12人
 500円
②英会話を楽しもう
 9月14日(土)・21日(土)13:30～15:00。全2回
 16歳以上の方  12人
 ①8月13日(火)・②15日(木)までに電話で、南部青少年センター ☎264-8995
 同センター ☎前記 ☎268-1032。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

 視覚障害支援ボランティア養成研修

 8月24日(土)10:00～15:00
 市社会福祉研修センター
 先着30人
 昼食の用意あり
 電話で、市視覚障害者協会 ☎・☎312-0068（平日9:30～15:30）。☎前記・☎FJP70125@nifty.comも可（④を明記）

 稲毛ヨットハーバーの教室

①監視艇「潮風」体験乗船会
 8月26日～9月9日の月曜日13:30～15:00
 小学生以上の方。小学生は保護者同乗
 各4人
 1人600円
②海にでようヨット体験会
 9月1日(日)9:30～12:00、13:00～15:30
 小学生以上の方。小学生は保護者同乗
 各10人
 1人1,500円
③SUP（スタンドアップパドル）教室
 9月14日(土)9:30～11:30、13:00～15:00
 中学生以上の方  各10人
 3,000円
 荒天中止
 8月14日(水)必着。⑤（1教室1通①4人まで・②③2人まで）に参加者全員の④のほか、代表者を明記して、〒261-0012美浜区磯辺2-8-1稲毛ヨットハーバーへ。☎sanka@chibacity.spo-sin.or.jpも可
 同施設 ☎279-1160 ☎279-1575。火曜日（祝・休日の場合は翌日）休館

 障害者福祉短期講座「プールで歩こう！体操しよう！」

 9月3日(火)・26日(木)13:30～15:00。全2回
 障害者福祉センター
 市内在住・在勤の18歳以上で身体障害者手帳をお持ちで、1人で歩くことができる方
 10人
 水着、水泳帽、タオル
 8月15日(木)必着。⑤に④のほか、障害種別を明記して、〒260-0844中央区千葉寺町1208-2千葉市障害者福祉センターへ。☎kizuna@mbj.nifty.comも可
 同センター ☎209-8779 ☎209-8782。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

11:30、16日(金)、9月2日(月)14:00～16:00。②ギャンブル等依存相談＝8月14日(水)・27日(火)13:00～16:00。③アルコール・薬物依存相談＝8月14日(水)、9月2日(月)14:00～16:00。④高齢者相談＝8月15日(火)10:00～12:00。⑤一般相談＝8月21日(水)10:00～12:00
☎①③～⑤専門医、②司法書士または精神保健福祉士による相談
☎本人または家族
☎各3人
☎電話で、こころの健康センター☎204-1582
☎同センター☎前記☎204-1584

 分譲マンション相談・アドバイザー派遣

☎8月8日(水)＝大規模修繕・維持管理・建て替えに関する相談、15日(水)＝法律相談など。いずれも、13:30～16:30
☎市役所
☎相談結果により、現地で助言を行うアドバイザーの派遣も可
☎前週金曜日までに電話で、すまいのコンシェルジュ☎301-6278。☎301-6279も可（☎を明記）

 不妊専門相談

☎電話相談☎090-6307-1122
☎8月8日～29日の木曜日15:30～20:00（最終受け付け19:30）
☎助産師による相談
☎不妊や不育症のほか、性に関することでお悩みの方

面接相談

☎8月29日(木)17:45～20:00
☎市役所
☎医師と助産師による相談
☎不妊や不育症でお悩みの方
☎先着3人
☎電話で、健康支援課☎238-9925。電子申請も可
☎同課☎前記☎238-9946

 住宅増改築相談

☎8月9日(金)10:00～15:00
☎区役所玄関ホール。中央区はきばー1階
☎増改築や高齢者向けの改造などの相談
☎当日直接会場へ
☎増改築相談員協議会☎285-3003☎290-0050

 建築相談

☎8月11日(祝)10:00～15:00
☎生涯学習センター1階エントランスホール
☎建築士による住宅の設計・建築・耐震診断などの相談
☎当日直接会場へ。電話相談不可
☎県建築士事務所協会千葉支部☎☎227-4001

 暮らしとすまい・法律特設相談

暮らしとすまいの特設相談
☎8月14日(水)10:00～15:00
☎相続・遺言、登記、税、不動産取引、建築・リフォーム、土地の境界などの相談
☎各相談先着8人
☎1人30分。電話相談不可
☎8月1日(水)9:00から電話で、広報広聴課☎245-5609・5298

特設法律相談

☎8月24日(土)13:00～16:00
☎弁護士による相続・遺言、離婚、交通事故など法律問題全般の相談
☎12人

☎1人30分。裁判所で訴訟・調停中のもの、電話相談は不可
☎8月15日(木)までに電子申請で。同課へ☎前記も可
☎市役所
☎同課☎前記☎245-5796

 助産師による女性のための健康相談

☎☎①8月19日(月)＝稲毛保健福祉センター、②23日(金)＝中央保健福祉センター、③27日(火)＝若葉保健福祉センター。①②10:00～12:00、③13:30～15:30
☎思春期から更年期・妊娠(望まない妊娠も含む)・出産など、女性の体や健康に関する相談
☎女性
☎電話で、各センター健康課・中央☎221-2581、稲毛☎284-6493、若葉☎233-8191
☎健康支援課☎238-9925☎238-9946

 空き家空き地相談会

☎8月25日(日)10:00～12:00
☎文化センター
☎弁護士・司法書士・一級建築士・税理士・土地家屋調査士による、空き家や空き地の処分・解体・相続問題、権利関係などの相談
☎先着20人
☎電話で、日本空き家空地対策協会☎307-7688。☎307-7689・☎info@akikyuu.or.jpも可（☎を明記）

 弁護士による養育費相談

☎①稲毛区＝8月28日(水)、②若葉区＝30日(金)。いずれも、13:30～16:30
☎保健福祉センター
☎離婚に伴う養育費など
☎市内在住のひとり親家庭の方、離婚を考えている方（子どもがいる方に限る）
☎各3人 ☎1人50分程度
☎8月14日(水)必着。③に☎のほか、希望日を明記して、〒260-8722千葉市役所こども家庭支援課へ。☎245-5179、☎kateishien.CFC@city.chiba.lg.jpも可
☎同課☎前記☎245-5631

 難病医師相談

膠原（こうげん）病相談

☎9月3日(火)13:30～16:00
☎全身性エリテマトーデス、ベーチェット病、全身性強皮症、皮膚筋炎・多発性筋炎、シェーグレン症候群、関節リウマチなどでお悩みの方と家族
☎市役所
☎専門医による個別相談
☎各先着5人
☎電話で、健康支援課☎238-9968
☎同課☎前記☎238-9946

神経・筋難病相談

☎9月13日(金)13:30～16:00
☎パーキンソン病、脊髄小脳変性症、重症筋無力症、多発性硬化症、多系統萎縮症、筋萎縮性側索硬化症などでお悩みの方と家族
☎市役所
☎専門医による個別相談
☎各先着5人
☎電話で、健康支援課☎238-9968
☎同課☎前記☎238-9946

 青少年の悩みごと相談

☎平日9:00～17:00。
☎不登校、友人関係のトラブル、問題行動など20歳未満の青少年の悩みごとに関する相談
相談先＝青少年サポートセンター中央（7月25日(水)から県教育会館内）☎245-3700、東分室（千城台市民セン

ター内）☎237-5411☎237-0316、西分室（市教育会館内）☎277-0007、南分室（鎌取コミュニティセンター等複合施設内）☎293-5811、北分室（花見川市民センター等複合施設内）☎259-1110

 募 集

 WEBアンケートであなたの意見を市政に！

8月1日(水)～10日(土)、☎でWEBアンケートを行います。
テーマ＝「自転車を活用したまちづくり」「駐輪場の利用」「自転車の安全利用」「生活困窮者対策」「公園トイレ」
抽選で、こてはし・北谷津温水プール2時間無料利用券などを進呈。詳しくは、☎「千葉市 WEBアンケート」で検索
☎ちばシティポイント対象事業
☎広報広聴課☎245-5298☎245-5796

 団地のなかのワークショップまつりの出店者

☎8月20日(火)、9月13日(金)11:00～15:00
☎高洲第一ショッピングセンター（美浜区高洲2-3-14）
☎世代を超えて特技や知識を活かして教えてみたい方など、小さなワークショップを開きたい方に場所を提供
☎各先着6ブース
☎1ブース500円
☎8月12日(火)までに電話で、NPO法人ちば地域再生リサーチ・北村さん☎☎245-1208。☎前記、☎ask@cr3.jpも可（☎を明記）

 ティーミーティングの参加団体

☎9月4日(水)10:00～10:50
☎市役所
☎参加団体の活動内容などについて市長と意見交換
☎1団体（5～9人）
☎8月8日(水)必着。Eメールで☎のほか、メールアドレス、団体名、活動内容、参加人数、話したいテーマを明記して、広報広聴課☎kohokocho.POM@city.chiba.lg.jpへ。電子申請、☎245-5796、④も可。郵送先＝〒260-8722千葉市役所広報広聴課
☎同課☎245-5298☎前記

 明るい選挙啓発ポスター・標語作品

応募条件 ポスター＝四つ切りまたは八つ切りの画用紙を使用。1人1枚。標語＝短冊またははがきに20字以内で。1人2点まで
☎小学～高校生
☎応募作品は返却しません。作品に関する一切の権利は主催者に帰属します。入賞者の氏名・作品などは公表します。ほかの賞に応募している作品や過去に応募した作品は受け付けません。入賞者には、賞状と記念品を進呈します
☎9月6日(金)必着。ポスターは作品の裏側右下に、標語は作品の左横に、☎のほか学校名を明記し、〒260-8722千葉市選挙管理委員会へ郵送
☎同委員会☎245-5867☎245-5893

 ちばしファミリー・サポート・センター提供・両方会員

子育てを援助したい方（提供会員）、

子育てを援助し、時には依頼をする方（両方会員）を募集します。いずれも、有償ボランティアです。登録には基礎研修会と救命講習会の受講が必要です。
☎活動時間＝6:00～22:00の都合のつく時間。援助内容＝子どもルーム、保育所（園）の送迎、預かりなど。対象児童＝3カ月児～小学生
☎市内在住で、子育て支援に意欲のある心身ともに健康な方

①基礎研修会・②救命講習会

☎①9月6日(金)・7日(土)または10月19日(土)・23日(水)9:30～12:45。各全2回。②9月12日(火)9:30～12:30または10月26日(土)9:30～12:30、13:30～16:30
☎さぼーる
☎各先着①15人・②10人
☎電話で、ちばしファミリー・サポート・センター☎201-6571

☎同センター☎前記☎201-6572。火曜日（祝・休日の場合は翌日）休館

 「全国高等専門学校ロボットコンテスト2024」観覧者

☎9月22日(祝)12:30～17:30
☎千葉ポートアリーナ
☎8月30日(金)までに木更津高専☎から
☎木更津工業高等専門学校☎0438-30-4038☎0438-98-5403

 お知らせ

 千葉ロッテマリーンズ試合日程

8月にZOZOマリンスタジアムで行われる千葉ロッテマリーンズの試合日程をお知らせします。

日程	開始時間	対戦チーム
8/1(水)	18:00	埼玉西武
6(火)	18:00	福岡ソフトバンク
7(水)	18:00	福岡ソフトバンク
8(木)	18:00	福岡ソフトバンク
10(土)	18:00	オリックス
11(祝)	18:00	オリックス
12(日)	17:00	オリックス
20(火)	18:00	北海道日本ハム
21(水)	18:00	北海道日本ハム
22(木)	18:00	北海道日本ハム
27(火)	18:00	埼玉西武
28(水)	18:00	埼玉西武
29(木)	18:00	埼玉西武
30(金)	18:00	福岡ソフトバンク
31(土)	18:00	福岡ソフトバンク

☎マリーンズ・インフォメーションセンター☎0570-026-226
スポーツ振興課☎245-5592

 ジェフユナイテッド千葉試合日程・招待・ふれあいフェスタ

8月にフクダ電子アリーナで行われるジェフユナイテッド千葉の試合日程をお知らせします。

日程	開始時間	対戦チーム
8/17(土)	19:00	いわきFC
25(日)	19:00	ベガルタ仙台

フクダシートプレゼント

フクダ電子(株)が、フクダ電子アリーナで行われるジェフユナイテッド千葉のホームゲームに招待します。席はホームコーナー自由席
☎9月7日(土)対水戸ホーリーホック、21日(土)対レノファ山口FC。いずれもキックオフ時間未定
☎市内在住・在学の小・中学生と保護者
☎各40組80人
☎当選者には試合日のおおむね1週間前までに入場引換券を発送。試合が中止された場合などは、当選無効。詳しくは、☎「ジェフユ

「ナイテッド千葉」で検索
📅8月9日(金)までに電子申請で
🏠ホームタウンふれあいフェスタ
選手やコーチによるサッカー教室
やミニゲームなどを行います。保
護者は観覧可。参加者（+保護者
1名）には、同日同会場で開催の
WEリーグカップ、ジェフLvsC大
阪（18:00キックオフ）に招待しま
す。
📅9月8日(日)14:30～16:30
📍市内在住・在学の小学生
👤100人
🎫1人100円
📅8月15日(木)までに、📄
https://x.gd/btja9か
ら（1グループ1通10人
まで。重複申し込み無
効）
📍ジェフユナイテッドファンクラブ
☎0570-064-325（平日11:00～18:00。
ホームタウンふれあいフェスタにつ
いて）、スポーツ振興課☎245-5966📠
245-5592

📍献血にご協力を

📍稲毛区＝8月15日(木)9:30～11:45、
花見川区＝15日(木)14:00～16:00、中
央区＝20日(火)13:30～16:00、緑区＝
21日(水)9:15～11:15、若葉区＝21日(水)
13:30～16:00、美浜区＝22日(木)13:30
～16:00
📍区役所(花見川・稲毛区は保健福祉
センター)
📍赤十字血液センター☎241-8332📠
241-8813

📍千葉神社妙見大祭に伴う
交通規制

📅8月16日(金)12:50～19:00、22日(木)
14:00～19:00
📍神社周辺の道路でみこしによる大
幅な交通規制が実施されます。みこ
しの通過後は順次規制解除となりま
す
📍千葉神社☎224-2211、地域安全課
📠245-5155

📍主任介護支援専門員研修の
受講費用の助成

📍助成額＝一律25,000円
📍主任介護支援専門員研修を修了
し、居宅介護支援を行う市内の事業
所に直接雇用されている方（更新研
修は対象外）
👤先着20人
📍本人が支払ったものに限る。申請
方法など詳しくは、お問い合わせい
ただくか、📄「千葉市主任介護支援
専門員研修費用助成」で検索
📍介護保険管理課☎245-5206📠245-
5623

📍Jアラートによる
情報伝達試験

📅8月28日(水)11:00
📍屋外スピーカー、防災ラジオ、SK
YWAVE FM（89.2メガヘルツ）、ち
ばし安全・安心メール、電話・FAX配
信サービス、SNSなどを使い、Jア
ラートによる情報伝達試験を行いま
す。屋外スピーカーは聞こえにくい
地域がありますので、他の手段でも
情報を受け取れるよう準備をお願い
します。詳しくは、📄「千葉市 情
報伝達試験」で検索
📍防災対策課☎245-5113📠245-5597

📍サマージャンボ宝くじが
発売中です！

📅8月8日(木)まで
📍当せん金＝1等5億円、1等前後賞

各1億円ほか
📍1枚300円
📅抽せん日＝8月23日(金)
宝くじの収益は、私たちの身近な暮
らしに役立てられています。ぜひ、
市内の宝くじ売り場・インターネッ
トでご購入ください。売り場の所在
地など詳しくは、📄「宝くじ 公式」
で検索
📍資金課☎245-5074📠245-5535

📍グリーンスローモビリティ
短期実証調査公募説明会

📅8月19日(月)・21日(水)10:00～11:00
📍市役所
📍グリーンスローモビリティの短期
実証実験を希望する町内自治会など
👤各先着7団体程度
📅8月15日(木)までに電話で、交通政策
課☎245-5352、📠kotsu.URU@city.
chiba.lg.jp也可
📍同課☎前記📠245-5568

📍歯周病検診の対象年齢拡大

市が実施する歯周病検診の対象年齢
に新たに30歳が加わりました。
今年度30歳になる方には、7月下旬
に受診券シールを発送しました。
検診期間＝来年2月28日(金)まで
実施場所＝歯科協力医療機関
🎫500円（70歳は無料）
📍歯科協力医療機関など詳しくは、
📄「千葉市 歯科医師会」で検索
📍健康支援課☎238-1794📠238-9946

📍療育センターが移転

大規模改修工事に伴い、療育センタ
ーが分散移転します。移転期間は
2026年4月30日(木)までの予定です。詳
しくは、📄「千葉市療育センター
移転」で検索
📍移転先
・仮設建物（中央区末広3-22-21）＝
療育相談所、すぎのこルーム、や
まびこルーム（10月1日(水)移転予
定）
・はまのわ（美浜区高浜3-3-1）＝い
ずみの家（9月25日(水)移転予定）
📍障害福祉サービス課☎245-5227📠
245-5630

📍国際交流プラザ・
国際交流協会が移転

中央コミュニティセンターの再整備
に伴い、国際交流プラザ・国際交流協
会が9月2日(月)から移転します。なお、
中央コミュニティセンターでの業務
は8月28日(水)ま で と な り、
29日(木)～31日(土)は休業します。
移転先＝フジモト第一生命ビルディ
ング2階（中央区中央3-3-1）
📍詳しくは、📄「千葉市国際交流協
会」で検索
📍同協会☎245-5750📠245-5751（9月
2日(月)から☎306-1034📠306-1042）

📍埋蔵文化財調査センター
展示室が休室

8月1日(木)から来年1月31日(金)まで、埋
蔵文化財調査センター展示室は空調
設備改修工事に伴い、休室します。
なお、埋蔵文化財の取り扱いに関す
る業務は通常通り行います。
📍同センター☎266-5433📠268-9004

📍誉田公民館が休館

9月1日(日)から来年3月31日(月)まで、誉
田公民館は空調設備改修などの工事
に伴い、休館します。
📍同館☎291-1512📠292-7487

施設

☎308-0511 📠308-0520
入館料＝大人600円、高校生300円、小・中学生100円
プラネタリウム(1番組)＝大人600円、高校生300円、小・中学生100円
📅①8/5(月)必着。同館📄から、📄（1講座1人1通）に📄を明記して、〒260-0013中
央区中央4-5-1千葉市科学館へ郵送も可。②8/17(土)から同館ミュージアムショップ
でチケット購入。③8/17(土)から同館📄

催し名など	日時・対象・定員など
①大人が楽しむ科学教室（千葉 市科学フェスタ記念講演）	Ⓐ地上の太陽の実現に向けて＝9/1(日)、Ⓑ花粉症 大解剖！知っておきたい現状と最新治療法＝ 14(土)、Ⓒ天然の望遠鏡「重力レンズ」で探る宇宙 の果て＝15(日)、Ⓓ海を渡る縄文人＝28(土) ⒶⒸⒹ13:30～15:00、Ⓑ14:30～16:00 👤各50人
②星空コンサート～スターダ ストジャズ2024～	9/15(日)19:00～20:00 👤先着200人 🎫1,500円
③天文講演会「宇宙生命を探 る」	9/21(土)16:00～17:10 👤先着200人

加曽利貝塚博物館 ☎231-0129 📠231-4986
月曜日（祝・休日の場合は翌日）休館

📍当日直接会場へ

催し名	日時・内容・定員など
加曽利貝塚博物館・市原歴 史博物館連携講座	8/31(土)12:30～16:00 📍生涯学習センターホール 📍千葉市、市原市を中心とした縄文時代の「土偶」、 古墳時代の「埴輪」についての講座 👤先着300人
特別史跡加曽利貝塚 夏休み縄文ウィーク	8/14(水)～17(土)10:00～15:00 📍土偶ペーパークラフト、組み紐づくりなどの体験 📍小学生以上の方（小学3年生以下は保護者同伴）

生涯学習センター ☎207-5820 📠207-5822
第4月曜日（祝・休日の場合は翌日）休館

📅①8/14(水)・⑧31(土)までに、Eメールで📄を明記して、同センター📠manabi.
kouza@ccllf.jpへ。②～⑦8/14(水)までに📄(1人1通1講座)に📄を明記して、〒260-
0045中央区弁天3-7-7千葉市生涯学習センターへ。📄前記も可

講座・催し名	日時・対象・定員など
①スクラッチ入門 ～変数・乱数編～	8/23(金)・24(土)10:00～12:00、13:30～15:30 📍プログラミングの「スクラッチ」を使ったこと がある小学3～6年生 👤各10人
②パワーポイント入門	8/30～9/20の金曜日10:00～12:00 全4回 📍ワードで文字入力ができる方 👤16人 📍USBメモリ 🎫1,320円
③ワードで写真・図形を活か そう	8/31～9/14の土曜日10:00～12:00 全3回 📍ワードを使ったことがある方 👤16人 📍USBメモリ
④郷土の食「農業と生きもの」	9/1(日)13:30～15:30 📍中学生以上の方 👤30人
⑤はじめてのワード2019	9/5～10/3の木曜日10:00～12:00 全5回 📍パソコンで文字入力ができる方 👤16人 📍USBメモリ 🎫1,320円
⑥語ろう！自分が大切にして いること～人生会議を始めて みませんか～	9/8(日)、10/6(日)13:30～15:30 全2回 👤30人
⑦ちば埋文講座「知ってほし い千葉市の遺跡」	9/11(水)10:00～12:00 👤50人
⑧エクセル速習講座 ～2日間で学ぶ！基礎関数～	9/22(祝)・29(日)9:30～12:00 全2回 📍エクセルの基本操作ができる方 👤20人 📍USBメモリ 🎫4,300円

公民館

講座

📍受付時間は特に記載のない限り9:00～17:00。直接来館も可

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
中央	生浜公民館 ☎263-0268 📠263-0907	子どもおはやし 体験教室	9/1・15・29、10/6・13・20の日曜日、10/12(土) 18:00～20:00（10/13は9:00～10:30、 10/20は文化祭） 全7回 📍9/1・15・29、10/6は浜野会館、10/12・13 は諏訪神社、10/20は生浜公民館 📍生浜地区の小学3年～中学3年生 👤10人 📍夜間練習は要保護者の送迎 📅8/2(金)～9(金)に電話で
	葛城公民館 ☎222-8554 📠222-1453	潮見佳世乃 歌物語 「晩鐘」	9/1(日)13:30～15:00 👤30人 📅8/2(金)～21(水)に電話で
	川戸公民館 ☎265-9256 📠265-4372	基礎から学ぶ はじめての終活セミ ナー	9/3(水)10:00～12:00 📍65歳以上の方 👤20人 📅8/18(日)～25(日)に電話で。同館📄からも可

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
中央	新宿公民館 ☎243-4343 FAX)243-3972	あふれかえるDM・書類をどうする!?「スッキリ暮らす書類の整理収納のコツ」	9/25(水)10:00～12:00 対象 成人 定員 15人 申込 8/20(火)～26(月)に電話で
	末広公民館 ☎264-1842 FAX)264-3746	Tシャツをリメイクして布ぞうり作り・夏	8/27(火)・28(水)13:00～15:30、9/3(火)10:00～15:00 全3回 対象 成人 定員 16人 持ち物 Tシャツ3枚 料金 500円 申込 8/2(金)～6(火)に電話で
	椿森公民館 ☎254-0085 FAX)254-1285	文化祭で踊ろう！ヒップホップダンス教室	8/17、10/19、11/2・9の土曜日14:00～15:30、11/15(金)=リハーサル、11/17(日)=本番 全6回 対象 小学4～6年生 定員 10人 持ち物 上履き 履き白シャツ・黒ズボンまたはスカート、自宅で練習動画（YouTube）を見られる環境 申込 8/10(土)まで電話で。Eoubo.tsubakimori@ccllf.jpも可(必を明記)
	星久喜公民館 ☎266-4392 FAX)266-4981	平安に生きた才女たち～紫式部・清少納言そして和泉式部～	9/7～28の土曜日10:00～12:00 全4回 対象 成人 定員 20人 料金 800円 申込 8/2(金)～12(木)に電話で。Eoubo.hoshiguki@ccllf.jpも可(必を明記)
	松ヶ丘公民館 ☎261-5990 FAX)263-9280	操体法体験教室	8/31(土)10:00～12:00 対象 成人 定員 15人 運動しやすい服装で 申込 8/2(金)～17(土)に電話で。同館HPからも可
	宮崎公民館 ☎263-5934 FAX)263-4904	はじめての民謡	8/24、9/14・28、10/12の土曜日10:00～12:00 全4回 対象 成人 定員 10人 申込 8/12(木)までにEメールで必を明記して、Eoubo.miyazaki@ccllf.jpへ。同館HPからも可
花見川	朝日ヶ丘公民館 ☎272-4961 FAX)271-6994	コミュニケーション講座～テレビ番組の裏側を交えて～	8/31(土)14:00～16:00 対象 成人 定員 20人 申込 8/2(金)～18(日)に電話で
	検見川公民館 ☎271-8220 FAX)271-9319	夏休み 検見川公民館に遊びにいで	8/22(木)10:00～12:30、13:30～15:00 内容 輪投げ、トランプ、工作などができます。(内容は変わることがあります) 対象 小学生（家族も参加可） 定員 各先着50人 申込 当日、公民館に置いてある参加票を記入し、受付へ
	檣橋公民館 ☎259-2958 FAX)259-6431	草木染め体験講座「エコバックをウコンで染めよう」	9/5(木)10:00～12:00 対象 成人 定員 10人 持ち物 ゴム手袋、エプロン、手拭き用タオル 料金 1,200円 運動汚れてもよい服装で 申込 8/20(火)までに電話で。同館HPからも可
	こてはし台公民館 ☎250-7977 FAX)250-1992	歴史講座「千葉常胤のまちづくり」	9/28(土)10:00～12:00 対象 成人 定員 20人 対象 難聴者支援ヒアリンググループあり 申込 8/2(金)～20(火)に電話で。同館HPからも可
	さつきが丘公民館 ☎250-7967 FAX)286-6469	「プログラミング体験①、②」プログラミングでロボットカーを走らせよう！	8/22(木)①10:00～11:00、②11:20～12:20 対象 ①小学1～3年生、②小学4～6年生 定員 各 10人 持ち物 筆記用具、マイバッグ 対象 ①は保護者同伴 申込 8/6(火)～12(木)に電話で。同館HPからも可
	長作公民館 ☎258-1919 FAX)286-6449	童謡を歌う～あの頃に戻って～	9/10・24、10/8の火曜日13:30～15:30 全3回 対象 成人 定員 15人 申込 8/15(木)までに電話で。同館HPからも可
	花園公民館 ☎273-8842 FAX)271-0370	アーユルヴェーダでセルフケア	8/24(土)・31(土)10:00～12:00 全2回 対象 中学生以上の方 定員 16人 持ち物 フェイスタオル 料金 400円 申込 8/2(金)～8(木)に電話で。同館HPからも可
	花見川公民館 ☎257-2756 FAX)286-0185	あなたの“片づけられない”を解決「整理収納講座」	8/22(木)10:00～12:00 対象 成人 定員 20人 申込 8/2(金)～8(木)に電話で
	幕張本郷公民館 ☎271-6301 FAX)271-0881	人生100年時代！未来のための健康プロジェクト講座	8/23(金)・30(金)10:00～12:00 全2回 対象 60歳以上の方 定員 20人 持ち物 筆記用具 申込 8/11(水)までに電話で。受講決定者のみ通知
	稲毛公民館 ☎243-7425 FAX)243-3962	成年後見制度の知識を深めよう	9/4(水)10:00～11:30 対象 成人 定員 先着20人 持ち物 筆記用具 申込 8/28(火)までに電話で
稲毛	草野公民館 ☎287-3791 FAX)287-3672	(オンライン配信)歴史講座「渋沢栄一から学ぶ」～激動する社会の生き方～	8/24(土)14:00～16:00 対象 成人 定員 20人 対象 さわやかちば県民プラザの「ちばアカデミア講座」をオンライン配信で視聴 申込 8/2(金)～14(火)に電話で。同館HPからも可
	黒砂公民館 ☎241-2811 FAX)247-1931	フラダンス体験会	8/19(月)、9/2(月)10:00～12:00 全2回 対象 成人 定員 10人 運動しやすい服装で 申込 8/2(金)～8(木)に電話で
	小中台公民館 ☎251-6616 FAX)256-6179	脳科学からみる心の若返り	9/16(祝)9:30～11:30 対象 成人 定員 32人 申込 8/22(木)～31(土)に電話で。同館HPからも可
	山王公民館 ☎421-1121 FAX)423-0359	鉄オタ先生が語る歴史講座～千葉県の駅の歴史と駅弁の旅～	9/14(土)13:30～15:30 対象 成人 定員 20人 申込 8/29(木)～9/4(火)に電話で
	千草台公民館 ☎255-3032 FAX)255-3682	声を出して楽しもう！詩吟入門	8/25～9/8の日曜日13:00～15:00 全3回 対象 成人 定員 10人 申込 8/2(金)～8(木)に電話で

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
稲毛	都賀公民館 ☎251-7670 FAX)284-0627	ベビーリトミック教室～音楽に合わせて親子でスキンシップ～	9/12(木)・19(木)10:00～12:00 全2回 対象 1歳～1歳8カ月程度の乳幼児と保護者 定員 10組20人 運動しやすい服装で 申込 8/2(金)～15(木)にEメールで必を明記して、Eoubo.tsuga@ccllf.jpへ。同館HPからも可
	轟公民館 ☎251-7998 FAX)285-6301	劇団ルネッサンスオリジナルミュージカル「夢よいつまでも」	9/1(日)13:00～14:10、15:00～16:10 対象 小学生以上の方 定員 各60人 申込 8/2(金)～18(日)に電話で。同館HPからも可
	緑が丘公民館 ☎259-2870 FAX)286-6442	親子遊び講座「元気に体を動かそう！簡単おもちゃも作って遊ぼう」	9/4・11・25、10/2の水曜日9:30～11:30 全4回 対象 1歳6カ月～3歳児と保護者 定員 10組 運動しやすい服装で 申込 8/2(金)～20(火)に電話で。Eoubo.midorigaoka@ccllf.jpも可(必を明記)
	大宮公民館 ☎265-2284 FAX)265-6948	健康体操（3B体操）	9/3(火)13:30～15:30 対象 成人 定員 15人 申込 8/20(火)～27(火)に電話で。Eoubo.omiya@ccllf.jpも可(必を明記)
若葉	加曽利公民館 ☎232-5182 FAX)232-6408	歴史講座「B式土器発掘100年を迎えた加曽利貝塚について」	8/24(土)10:00～12:00 対象 成人 定員 12人 申込 8/2(金)～9(金)に電話で。Eoubo.kasori@ccllf.jpも可(必を明記)
	桜木公民館 ☎234-1171 FAX)234-1172	災害時に役立つ対策を体験してみよう！	8/25(日)13:00～15:00 定員 30人 申込 8/2(金)～7(火)に電話で
	更科公民館 ☎239-0507 FAX)239-0569	マジック体験教室	8/17(土)13:00～15:00 対象 小学生以上の方 定員 20人 料金 700円 申込 8/2(金)～12(木)に電話で
	白井公民館 ☎228-0503 FAX)228-6168	かんたん和菓子作り	8/25(日)10:00～12:00 対象 成人 定員 9人 持ち物 エプロン、タッパー 料金 800円 申込 8/10(土)～18(日)に電話で
	千城台公民館 ☎237-1400 FAX)237-1401	さわやかコンサートギター演奏会	9/22(祝)14:00～15:30 定員 60人 対象 一部の曲は後日オンライン配信を行います。窓口申込の場合は返信用はがき持参 申込 8/18(日)必着。Eに必を明記して、〒264-0004若葉区千城台西2-1-1千城台公民館へ。同館HPからも可
	みつわ台公民館 ☎254-8458 FAX)254-3135	「睡眠」と「健康」の知恵袋講座	9/12(木)10:00～12:00 対象 成人 定員 20人 申込 8/10(土)必着。Eに必を明記して、〒264-0032若葉区みつわ台3-12-17みつわ台公民館へ。同館HPからも可
	若松公民館 ☎231-7991 FAX)231-0798	サークル体験会「囲碁」（男女混合、初心者～中級者）	9/11(水)・18(水)13:15～15:15 全2回 対象 成人 定員 先着6人 持ち物 筆記用具 対象 1日のみの参加も可 申込 8/2(金)から電話で
	越智公民館 ☎294-6971 FAX)294-1931	シニアのための「スマホの基本とキャッシュレス体験」	9/12(木)10:00～12:00 対象 60歳以上の方 定員 10人 申込 8/20(火)～26(月)に電話で
	おゆみ野公民館 ☎293-1520 FAX)293-1521	男女共同参画防災公開講座「地域でこそできる 災害への備え」	9/14(土)13:30～15:30 対象 成人 定員 20人 対象 一時保育あり 申込 8/2(金)～15(木)に電話で
	椎名公民館 ☎292-0210 FAX)292-4631	夏を感じる！「フラダンス体験」	8/21(水)10:00～12:00 対象 成人女性 定員 10人 運動しやすい服装で。あれば柔らかい室内履き(汚れてもよい靴下・ダンスシューズも可) 申込 8/2(金)～16(金)に電話で。同館HPからも可
緑	土気公民館 ☎294-0049 FAX)294-4233	文学講座「北原白秋と千葉県」	9/12(木)14:00～16:00 対象 成人 定員 30人 申込 8/2(金)～8(木)に電話で。同館HPからも可
	磯辺公民館 ☎278-0033 FAX)278-9959	大人の美術講座 西洋美術史	8/22(木)・29(木)10:00～12:00 全2回 対象 成人 定員 30人 持ち物 筆記用具 申込 8/7(火)までに電話で。Eoubo.isobe@ccllf.jpも可(必を明記)
	稲浜公民館 ☎247-8555 FAX)238-4176	ベビーとお母さんの体操教室	9/13～27の金曜日10:00～12:00 全3回 対象 3カ月～1歳未満児と母親 定員 15組30人 持ち物 バスタオル(床用)、オムツを持ち帰る袋 運動しやすい服装で 申込 8/30(金)までに電話で。Eoubo.inahama@ccllf.jpも可(必を明記)
	打瀬公民館 ☎296-5100 FAX)296-5566	マンションの生ごみ資源化	8/31(土)10:00～12:00 対象 成人 定員 先着10人 申込 8/2(金)から電話で
	幸町公民館 ☎247-0666 FAX)238-4153	フラダンス教室	9/2(月)・9(月)10:00～12:00 全2回 対象 成人 定員 20人 運動しやすい服装で 申込 8/2(金)～20(火)に電話で。Eoubo.saiwaicho@ccllf.jpも可
	幕張西公民館 ☎272-2733 FAX)271-8944	シニア向け「明るい未来のための生涯設計セミナー」	9/18(水)・25(水)10:00～12:00 全2回 対象 60歳以上の方 定員 15人 申込 8/28(火)～9/4(火)に電話で。同館HPからも可
	高浜公民館 ☎248-7500 FAX)248-6851	将棋対局講座	8/9(金)13:00～15:00 対象 小学生以上の方 定員 6人 申込 8/4(日)までに電話で。Eoubo.takahama@ccllf.jpも可(必を明記)

子育ておしゃべりタイム

🕒10:00～12:00 🏠子育て中の方・妊婦およびパートナー（子ども同伴可）
📍当日直接会場へ（時間中出入り自由）

区	日程	館名	問い合わせ	区	日程	館名	問い合わせ
花見川	8/14(水) 28(水)	幕張公民館	幕張公民館 ☎273-7522	若葉	8/ 8(木) 22(木)	若松公民館 みつわ台公民館	千城台公民館 ☎237-1400
稲毛	8/ 2(金) 5(月) 12(木)	稲毛公民館 草野公民館 小中台公民館	小中台公民館 ☎251-6616	緑	8/ 1(木) 26(月)	土気公民館 誉田公民館	誉田公民館 ☎291-1512

ふるさと農園

☎257-9981 📠258-1024
月曜日（祝・休日の場合は翌日）休園

📍8/15(木)必着。同園📍から。📧📧furusato@myfarm.co.jpも可（1講座1人1通。
📧を明記）。郵送先＝〒262-0011花見川区三角町656-3千葉市ふるさと農園

講座・催し名	日時・定員・料金など
野菜で布を染めよう！野菜染め体験	8/18(日)10:00～12:00 🏠小・中学生 🧑24人 🧾500円
千の農講座「ホットな話題&夏苗を秋まで管理する！」	8/24(土)10:00～12:00 🧑24人 🧾300円

男女共同参画センター

☎209-8771 📠209-8776
月曜日、祝・休日休館

🏠③④⑤託児あり。申し込み時に申し出（🏠③⑤1歳6カ月以上・④6カ月以上の就学前児）

📍Eメールで📧を明記して、同センター📧sankaku@f-cp.jpへ。電話も可

講座・催し名	日時・対象・定員など
①フレンドシップトークサロン A「ふつう」って何だろう、Bルッキズムとジェンダー	🕒8/10(土)10:00～11:30、🕒9/7(土)14:00～15:30 🧑各先着15人
②映像セミナー「父と暮せば」	8/17(土)10:00～11:40 🧑先着20人
③女性のための健康セミナー「骨盤底筋を鍛えよう！働き世代の自宅でできる予防エクササイズ」	8/29(木)10:00～12:00 🏠蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 🧑女性 🧑先着16人
④両立支援講座－特別編－「男性のための育休中の過ごし方」	9/28(土)10:00～12:00 🧑育休中または取得を考えている男性。パートナーとの参加可 🧑先着20人
⑤しごと応援シリーズVol.3「じぶん時間」が充実！仕事とプライベートのタイパ術	9/28(土)14:00～16:00 🏠市内在住・在勤の方 🧑先着20人

いきいきプラザ・センター

🏠市内在住の①②小学生以上の方、③60歳以上の方および小学生、④～⑥60歳以上の方

📍8/1(木)9:30から①～③⑤⑥催しの前日まで・④8/10(土)までに直接各プラザ・センターへ。電話、FAX（📧を明記）も可

講座名	日時・内容・定員など
花見川いきいきプラザ ☎216-0080 📠216-0083	
①世代間交流 陶芸教室「世界で一つしかないランプシェード」作り	8/10(土)・24(土)9:30～11:30 全2回 🧑先着25人 📎エプロン 🧾600円
②いきいきプラザの夏祭り in hanamigawa「のど自慢大会 イエーイ！」	8/24(土)9:30～12:00 🧑先着25組 🏠個人、グループ可。観覧者申込不要
さつきが丘いきいきセンター ☎250-4651 📠250-4652	
③世代間交流「マージャンカードゲーム」	8/18(日)13:30～15:00 🧑各先着10人 📎上履き
都賀いきいきセンター ☎232-4771 📠232-4773	
④短期講座「健康太極拳」	9/4・18、10/2・16の水曜日9:30～11:30 全4回
⑤講演会「わたしと家族の〈そうぞく〉のはなし」	8/29(木)10:00～12:00 🧑先着16人 📎上履き
真砂いきいきセンター ☎278-9641 📠278-9642	
⑥事前予約制 健康フェスティバルin真砂	8/30(金)10:30～12:00、13:30～15:00 🏠骨密度・血管年齢・足趾力の測定と看護師による健康相談 🧑先着60人

TIPSTAR DOME CHIBA（千葉競輪場）

公営事業事務所 ☎251-7111
(株)JPF 📠050-3512-3840

PIST6Championship（千葉市営競輪）レース日程

🏠入場には会員登録・チケットが必要です（当日会場でも登録可）。なお、一般観戦席への入場は無料です（一部開催を除く）。

レース名	日程	レース名	日程
千葉市営競輪第5回第1節	8/ 3(土)・ 4(日)	千葉市営競輪第5回第3節	8/19(月)・20(火)
千葉市営競輪第5回第2節	10(土)・11(祝)	千葉市営競輪第5回第4節	27(火)・28(水)

PIST6夏あそび2024

🏠8/3(土)・4(日)・10(土)・11(祝)。緑日＝12:00～15:00、屋台＝16:20～19:30

いきいきプラザ・センター 生きがい活動支援通所・ボディケアスクール(機能回復訓練)

①生きがい活動支援通所（10月～来年3月）

日常動作訓練・教養講座・趣味活動などを行うとともに、参加者同士で交流することで、介護が必要となることを予防し、自立した生活の維持を目指します。

🕒火～土曜日のうち、特定の曜日で週1回（祝・休日を除く）。1日利用＝10:00～15:00、半日利用＝10:00～12:00、13:00～15:00。おゆみ野ふれあい館は土曜日10:00～12:00のみ。

🏠🧑【右表】のとおり。

🏠市内に住所を有する在宅の65歳以上の方(10月1日現在)。ただし、介護保険の認定を受けている方は不可。

🏠別途教材費がかかります。

②ボディケアスクール（機能回復訓練）（10～12月、来年1～3月）

ストレッチ体操などを2時間程度行い、日常生活能力の回復、身体機能の向上を図ります。

🕒10・1月開始の2コース。いずれも3カ月間、各全12回。曜日（第5週を除く）、開始時間は【右表】のとおり。

🏠🧑【右表】のとおり。

🏠市内に住所を有する60歳以上（各コース開始月の1日現在）で、職員の補助なく参加可能な方。

📍8月10日(土)消印有効。📧（1人1通1会場）に記入例【下記】のとおり明記して、郵送。市社会福祉協議会📍から申し込みも可。重複申込無効。

🏠いずれも過去1年間に受けていない方優先。

応募多数の場合、8月19日(月)①9:30・②10:00に各プラザ・センターで公開抽選。

結果は8月26日(月)に発送。

往復はがき記入例					
63 [返信]	□□□-□□□□ 住所・氏名を記入 本人の郵便番号・	往信（裏） 1 希望する事業 （①か②） 2 ①の場合は曜日 ・時間 ②の場合は開始 月・時間 3 氏名（フリガナ） 4 郵便番号・住所 5 電話番号 6 年齢・性別	63 [往信]	□□□-□□□□ 住所・施設名を記入 申込先いきいき プラザセンターの	返信（裏） （何も記入しない でください）

区	会場・申込先	問い合わせ	①		②		
			曜日	定員	曜日	開始時間	定員
中央	中央いきいきプラザ ＊ 〒260-0807 松ヶ丘町257-1	☎209-9000 📠209-9006	火～土	各16人	木	9:30 13:30	各26人
	蘇我いきいきセンター ＊ 〒260-0834 今井1-14-38	☎264-6966 📠264-6967		各15人	水	12:00	15人
花見川	花見川いきいきプラザ 〒262-0011 三角町750	☎216-0080 📠216-0083		各15人	火	9:30 13:30	各26人
	花見川いきいきセンター ＊ 〒262-0046 花見川9-1	☎286-8030 📠286-8031		各17人	金	9:30	16人
	さつきが丘いきいきセンター 〒262-0014 さつきが丘1-32-3	☎250-4651 📠250-4652		各15人	月	13:30	22人
稲毛	稲毛いきいきプラザ 〒263-0031 稲毛東6-19-1	☎242-8005 📠242-8175		各16人	月	9:30 13:30	各28人
	あやめ台いきいきセンター ＊ 〒263-0051 園生町446-1	☎207-1388 📠207-1368		各15人	金	13:30	18人
若葉	若葉いきいきプラザ 〒265-0067 北谷津町333-2	☎228-5010 📠228-8956		各15人	水	9:30 13:30	各26人
	大宮いきいきセンター ＊ 〒264-0015 大宮台7-8-1	☎265-1751 📠265-1741		各12人	水	9:30	15人
	都賀いきいきセンター ＊ 〒264-0025 都賀4-20-1	☎232-4771 📠232-4773		各18人	水	13:30	15人
	緑いきいきプラザ 〒266-0005 誉田町2-15-65	☎300-1313 📠300-1511		各15人	金	9:30 13:30	各26人
緑	越智いきいきセンター 〒267-0055 越智町822-7	☎205-1290 📠205-1291	火～金	各15人	木	9:30	20人
	おゆみ野ふれあい館（申し込み・問い合わせ先は越智いきいきセンター）		土	10人			
美浜	土気いきいきセンター 〒267-0061 土気町1634	☎205-1000 📠205-1001	火～土	各15人	木	13:30	20人
	美浜いきいきプラザ ＊ 〒261-0004 高洲3-5-6	☎270-1800 📠270-1811		各18人	火	9:30 13:30	各28人
	真砂いきいきセンター ＊ 〒261-0011 真砂4-4-10	☎278-9641 📠278-9642		各15人	月	9:30	18人

・来館の際は公共交通機関をご利用ください。＊印の会場は、駐車場がありません。

特に記載のない場合は、●申し込みは1日から受け付け ●応募多数の場合は抽選 ●対象は市内在住・在勤・在学の方 ●料金は無料
申込時に記載する必要事項は11面参照。



8/17(土) **前夜祭** 11:00～20:00中央公園
ステージイベント、屋台出店など

8/18(日) **本祭り** 13:00～20:00中央公園周辺

本祭りタイムテーブル

時間	中央公園	栄町通り	千葉銀座通り	千葉中央一番街	通町公園通り	中央公園南道路
12	12:30から オープニングアクト					
13	13:00から 開会式	13:00から ストリートステージ奏	13:00から ストリートステージ空	13:00から ストリートステージ闘	13:30から ストリートステージ和	13:10から 千葉氏コーナー (おどりと講義会)
14	13:30から ステージイベント			13:45から 武者行列、パレード	13:30から みんなの広場 (各種ハザードや緑日など)	13:30から ストリートステージ月星
15				14:40から よさこい鳴子踊り		13:30から ストリートステージ踊
16				15:35から みこし・山車		
17			17:05から 大綱引き			
18				18:40から 親子三代千葉おどり		
19						

* イベント内容は予告なく変更になる可能性があります。
詳しくは会場配布するガイドブックをご覧ください。

20:00 終了

会場マップ

* 本祭り当日、会場周辺で交通規制を行いますので、ご注意ください。



千葉市の真夏の風物詩！

今回で49回目の開催となる千葉の親子三代夏祭り！

親子三代千葉おどりははじめ、大迫力のみこし・山車や太鼓、よさこい鳴子踊りなど、家族や友達と楽しめるイベントが盛りだくさん！また、千葉開府900年に向けて、武者行列や千葉氏ゆかりの都市の特産品販売など、千葉氏にちなんだイベントも行います。詳しくは、[親子三代夏祭り](#)

関千葉市を美しくする会事務局（市民自治推進課内）

☎245-5138 FAX245-5155

祭り本部 ☎080-1495-5710（18日(日)10:30～20:30）

本祭り“ここに注目”

その① 親子三代千葉おどり

⑨千葉の親子三代夏祭りの最後を飾る千葉おどり。軽快な太鼓のリズムにあわせて2,000人規模で街をおどり歩きます。

飛び入り参加も大歓迎！おどり方がわからない方も⑭親子三代千葉おどり講習会で覚えて、一緒におどりましょう。



その② みこし・山車

⑪みこしと山車が豪快かつ盛大に会場内を練り歩きます。

威勢の良い掛け声と熱気あふれる渡御は迫力満点！

今年は10団体が参加し、祭り会場を盛り上げます！



その③ よさこい鳴子踊り

⑫それぞれのチームのコンセプトや演舞テーマを表現した、彩り豊かな衣装をまとい、ダイナミックに踊ります。

その④ 千葉氏コーナー

⑬全国各地の千葉氏ゆかりの都市が集結！

特産品の販売や各都市のPRを行います。

出店都市＝福島県相馬市・南相馬市、岐阜県郡上市、佐賀県小城市、千葉県佐倉市・酒々井町・多古町・千葉市

その⑤ ストリートステージ

パフォーマーとの距離が近いストリートステージだから感じられる迫力のあるパフォーマンスを！

④奏＝歌唱、演奏など、⑤空＝大道芸、よさこい鳴子おどりなど、⑥闘＝市内で活動するプロレス団体によるプロレス、⑦和＝和太鼓など、⑬月星＝ライブパフォーマンス、⑭踊＝ダンスパフォーマンス

会場周辺のバス運行変更のお知らせ

18日(日)は交通規制に伴い、会場周辺のバス停が利用できなくなるため、迂回して運行します。詳しくは、ホームページをご覧ください。

バス会社	利用できないバス停
ちばシティバス	千葉銀行中央支店、広小路
京成バス	千葉銀行中央支店
千葉内陸バス	千葉銀行中央支店、院内町、東税務署前

千葉市公式LINEアカウントの紹介

千葉市を「友だち登録」することでイベント情報や市政情報、災害時の情報などが受け取れます。千葉の親子三代夏祭りの情報も発信しますので、ぜひ登録してください！



@chibacity

九都県市合同防災訓練

千葉市直下地震を想定し、九都県市合同防災訓練を実施します。この訓練は、大規模地震などの甚大な災害発生に備え、九都県市の連携強化を図り、市民の防災・減災意識を高めることを目的としています。

訓練は自由に見学できますので、ぜひ会場にお越しください。この機会に、防災について学びましょう。

詳しくは、[千葉市 九都県市合同防災訓練](#)

千葉市主会場

初期消火訓練、自衛隊・警察・消防などによる救出・救護訓練、防災関係機関との実践的な訓練を行います。展示・体験コーナーでは、消防車などの展示や、起震車による地震体験、子ども用消防服の試着などが体験できるほか、消防音楽隊による演奏が楽しめます。

日時 9月1日(日)10:00～13:00

会場 イオンモール幕張新都心グランドモール、豊砂公園、幕張豊砂駅前平面駐車場など

*詳しくはホームページまたは当日配布のパンフレットをご確認ください。

避難所開設・運営訓練

避難所の受け入れ訓練や防災に役立つ技術指導など、実践的な訓練を公開で行います。

日程 ①8月25日(日)、②11月2日(土)、③11月10日(日)

*時間は会場により異なりますので、ホームページをご覧ください。

会場 ①稲毛区＝穴川コミュニティセンター、若葉区＝源小学校、緑区＝土気南中学校、②中央区＝川戸小学校、③花見川区＝上の台小学校、美浜区＝幕張西小学校

問 危機管理課（千葉市主会場について） ☎245-5406 FAX245-5597

防災対策課（避難所開設・運営訓練、千葉市シェイクアウト訓練について） ☎245-5113 FAX245-5597



救出・救護訓練

千葉市シェイクアウト訓練～千葉市いっせい防災訓練～

千葉市シェイクアウト訓練は、だれでも・どこでもできる、地震から身を守る「安全行動の1-2-3」を約1分間行う訓練です。

詳しくは、[千葉市シェイクアウト訓練](#)

日時 9月1日(日)9:30から

訓練方法 防災行政無線（広報無線）と、ちばし安全・安心メール（要事前登録）で、訓練地震情報を放送・配信しますので、訓練を行ってください。

参加表明登録 参加者の把握のため、9月5日(木)17:00までに、電子申請で登録をしてください。

安全行動の1-2-3



ちばし安全・安心メールへの登録方法

entry@chiba-an.jpへ空メールを送信し、自動で返信されるメールに記載のURLから登録。

詳しくは、[ちばし安全・安心メール](#)

千葉開府

900年への道

五、全国へ広がる千葉氏

千葉氏は、かつて社会が大きく変革した中世に全国各地に所領を広げたことから、今も全国各地にゆかりの都市があります。

千葉のまちに本拠を移した千葉常重の息子、千葉常胤は、1180年（治承4年）の石橋山の戦い（神奈川県）で平家方に敗れ房総に逃れてきた源頼朝にいち早く味方し、息子たちと共に源平合戦や奥州合戦などに参戦し、鎌倉幕府の創設に貢献しました。

その功績で、常胤は下総国（千葉県北部など）・上総国（千葉県中部）をはじめ、東北の陸奥国行方郡（福島県南相馬市）、九州の肥前国小城郡（佐賀県小城市）など全国各地に20数カ所といわれる広大な所領を獲得し、千葉氏は幕府の中でも屈指の御家人に成長しました。その後、常胤の6人の子たち（千葉六党）はその領地を分割して引継ぎ、千葉の本家とともに相馬・武石・大須賀・国分・東の各家として全国各地で発展を遂げました。

本市では、このような歴史をもとに現在も全国の千葉氏ゆかりの各都市と相互に交流を図っています。毎年8月に開催される千葉の親子三代夏祭りの「千葉氏コーナー」では、全国各地のゆかりの都市が出店します。また、ゆかりの各都市でも相馬野馬追や小城祇園祭など、千葉氏にゆかりのある祭礼が今なお開催されています。

親・子・孫の三世代で楽しめるように、という思いから命名された千葉の親子三代夏祭りですが、千葉のまちに本拠を構えた常重、鎌倉幕府の創設に功績を残した息子の常胤、全国各地に所領を広げた孫の千葉六党と、親子三代で全国へ活躍の場を広げた千葉氏の歴史へ思いを馳せながら、今年の夏祭りを楽しんでみてはいかがでしょうか。

学芸員が選ぶ

今月のイッピン

伊藤若冲《旭日松鶴図》 1755～56年（宝暦5～6年）頃
絹本着色 一幅 滴水軒記念文化振興財団蔵

旭日のもとに立つ、二羽の美しい鶴。なじみ深い「鶴は千年、亀は万年」の言葉通り、鶴は古くから長寿を象徴する吉祥の鳥とされてきました。

18世紀の京都で活躍した伊藤若冲（1716-1800）による本作も、旭日・つがいの鶴や松・梅といったモチーフが夫婦揃っての長寿や繁栄を祈念するものです。スタンダードな図柄ですが、松の幹は蛇の鱗のような樹皮に覆われ、二羽の鶴は奇妙なポーズで絡みあうように描かれるなど、個性的な描写が魅力的です。圧巻は羽の描写で、一本一本、白い顔料による極細の線を丁寧に引きつつ、一部を絹地のまま塗り残すことで絶妙な透け感を演出しています。

孤高の天才といったイメージの強い若冲ですが、本作は京都の鹿苑寺が所蔵する中国絵画を参考に描いたことが分かっており、勉強熱心な面も伺えます。

開催中の「江戸絵画縦横無尽！滴水軒コレクション名品展」では、本作を初めとする江戸時代のパワフルで魅力的な花鳥・動物画が大集合します。

暑い毎日が続きますが、ぜひ美術館で絵の中の生き物と触れ合う、癒しのひとときをお過ごしください。

「江戸絵画縦横無尽！滴水軒コレクション名品展」(6/28～8/25)にて展示中です。

松岡学芸員

問 市美術館 ☎221-2311 FAX221-2316