

中央消防署秋季消防演習

中央消防署では、11月9日(出)から「秋の火災予防運動」が全国一斉に展開されるに伴い、11月9日(出)に秋季消防演習を実施します。

日時 11月9日(出)14:00開始(荒天中止)

場所 医療法人社団 誠馨会 千葉メディカルセンター(中央区南町1丁目7番1号)
株式会社エヌ・ティ・ティ・ル・パルク 蘇我駅前第1駐車場(同上)
学校法人青淵学園 東都大学 蘇我教育センター(中央区南町1丁目8番1号)

内容 大規模な地震により多数の負傷者が発生、火災により上層階の逃げ遅れ者に危険が切迫しているという状況を想定のもと、自衛消防隊による初期消火・避難誘導、消防団による放水・応急処置、さらに、消防ヘリ・救助隊・消防隊・救急隊による救出救護活動及び一斉放水を実施する。

☎中央消防署消防課 ☎202-1616 ☎202-1625 ✉keibo.CHF@city.chiba.jp

お知らせ

蘇我コミュニティセンターの催し

蘇我コミュニティセンターコミュニティまつり
11月9日(出)・10日(日)10:00~15:30
ダンス・合唱・カラオケ・吹奏楽の発表・絵画・書道など作品展示など蘇我コミで活動しているサークルの年に一度の発表の場です。
料理教室 簡単おせち料理
12月7日(出)10:00~13:00
先着10人 2,000円
エプロン・三角巾・マスク、布巾2枚
*メニューは変更する可能性があります。
☎☎直接または電話で、蘇我コミュニティセンター☎264-8331☎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

蘇我ハモプラ分館コミュニティまつり
11月30日(出)、12月1日(日)10:00~15:00
ダンス・合唱・楽器演奏・手品の発表、陶芸・焼菓子・和小物・バルーンなどの販売や展示、茶道・つまみ細工・クリスマスカード作り体験など、当館で活動するサークルによる祭典です。館内でハーモニープラザフェスタも同時開催
額入りクリスマスミニリース作り
プリザーブドフラワーでリースを作ろう
11月10日(日)10:00~12:00
先着10人 2,800円
くらしに活かすアロマ教室
年末の大掃除に向けてアロマを活用して、お掃除グッズを作ろう
11月17日(日)10:00~12:00
先着18人 1,100円
☎☎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☎420-8002

オンデマンド配信
医師講演会

あなたの肺は大丈夫？
~COPDと喫煙の関係~

肺の生活習慣病といわれるCOPD(慢性閉塞性肺疾患)や主な原因とされる“たばこ”がなぜやめられないのかなどについて、禁煙外来で禁煙治療を行っている医師がお話します。

配信期間 11月1日(金)~30日(出)
対象 千葉市在住の方
申込期間 11月1日(金)~29日(金)
申込方法 右のコードを読み取るか健康課HPより、電子申請でお申し込みください。
☎中央保健福祉センター健康課 ☎221-2582 ☎221-2590

千葉市 中央区健康課 電子申請はこちら

冷え性改善教室

冷え性の原因を知り、予防・改善に取り組んでみませんか。漢方による治療についても医師がお話します。

日時 ①12月3日(火)14:00~15:30
②12月9日(月)10:00~12:00 全2回

会場 中央保健福祉センター(きぼーる)12階

内容 ①医師講演会 ②トレーナーによる運動

対象 地域住民(運動制限のある方を除く)

定員 20人

☎☎中央保健福祉センター健康課 健康づくり班 ☎221-2582 ☎221-2590

講演会

4~6歳児のこころとからだ

4歳から6歳児の発達の特徴、関わりのポイント、思春期を見据えた性について、臨床心理士と保健師がお話します。

日時 12月19日(木)10:00~12:00

会場 中央保健福祉センター(きぼーる)12階

内容 心理士・保健師による講演会

対象 4~6歳児をもつ保護者

定員 18人(事前申込先着順 *託児あり。定員3名)

☎☎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

東海道の53の宿場、出発地である日本橋、終着の地である京都を含めた55の各所をこま絵に描き、江戸吉原にある各妓楼トップクラスの遊女の全身像を大きく配した、英泉の超大作シリーズ「傾城道中双録」。遊女たちの艶やかな姿を並べたこのシリーズは大変見応えのあるものです。本図もシリーズのうちの一枚で、こま絵には大磯の宿場の情景があらわされています。中央には、尾張屋の「えにし」という遊女が、孔雀の図柄が大きく入った紫の打掛姿で、うつむきながら後ろを振り返ろうとする様子が描かれています。口元を隠し、視線も斜め下に落とした控えめな表情も、可愛らしく表現されています。帯には大きな牡丹の柄があらわれており、着物の柄や色合いの豪華さにも目をひく作品です。(常設展示室にて11月6日(火)~12月1日(日)まで展示。11月11日(月)~14日(木)休館)

浮城英泉「傾城道中双録 大磯 見立吉原五十三対 尾張屋 えにし」
大判錦絵 文政8年(1825)頃 千葉市美術館蔵

健康ひろば

11月8日は「いい歯」の日です。~ご自身のお口の健康を見直してみませんか~

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。参加の際は、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
栄養相談	11/5(火)・14(木)・19(火)・29(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。(場所=きぼーる13階)	各4人	①
歯科相談	①11/7(木)・15(金)9:30~15:00 ②11/15(金)9:30~15:00	対象=④成人、⑧乳幼児。 歯科衛生士による個別相談。大人の虫歯予防や歯周病予防、乳幼児の歯磨き方法等のお困りごとに応じています。口臭が気になる成人の方は、口臭測定ができます。	④各4人 ⑧8人	①
健康づくり相談・禁煙相談	11/5(火)・13(水)・29(金) 9:30~14:30	保健師等による個別相談。健康づくり相談=健診結果の見方や生活習慣病予防等の相談。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	11/6(水)9:30~11:30 11/22(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
離乳食教室	11/29(金)13:00~15:00	対象=第1子で6~8カ月の子どもを持つ保護者。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	①
食事セミナー(カルシウムと運動)	12/13(金)10:00~12:00	内容=低栄養予防と骨粗しょう症予防の話、運動トレーナーによる簡単筋トレの紹介 対象者=区内在住の運動に制限のない65歳以上の方	20人	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)
☎11月1日(金)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健康づくり班 ☎221-2582 ②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
11月11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、11月25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
11月18日(月) 10:00~15:00
11月5日(火)9:00から電話で申し込み(先着8人)

相談は面談のみ

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

11月10日(日)9:00~12:30