

12月2日(月)～8日(日)は市男女共同参画週間

今日から始めよう！みんなが活躍できる社会へ

男女共同参画とは、性別を理由に生き方を制限されることなく、お互いに対等な立場であらゆる分野に参画し、責任を分かちあうことです。

「男性だから家族を養わなくてはならない」「女性だから仕事よりも家事・育児を優先しなくてはならない」「男性だから保育士には向いていない」「女性だから消防士には向いていない」など、「男だから」「女だから」といった性別によるイメージによって生き方の選択肢を狭めていませんか。

誰もが活躍できる社会をつくるため、この機会にできることから始めてみましょう。

家庭の仕事は分かち合おう！

家事や育児、介護などは男女ともに担う仕事です。それぞれの家庭にあった分担の割合について、家族で話し合ってみましょう。



働きやすい職場づくりをしよう！

男性が育児休業を取りづらい雰囲気がある、管理職が男性ばかりで女性の意見が反映されないなど、職場でも男女共同参画の課題はたくさんあります。さまざまな価値観を認め合い、誰もが生き生きと働けるような職場を目指しましょう。



地域活動は男女ともに参画しよう！

職場や家庭以外に活動の場を広げることは、地域とのつながりを得る良い機会になります。自治会長は男性、PTA委員は女性などと性別にとらわれないこと、地域活動に参画しましょう。

男女共同参画課 ☎245-5060 **FAX**245-5592

市男女共同参画センターをご利用ください

男女共同参画への理解を深めるための講座(17面)や書籍の貸し出し、専門相談員による相談などを行っています。

開館時間 9:00～21:00 (日曜日は17:15まで。月曜日、祝・休日・年末年始休館)

相談したいときは

- 女性のための相談 ☎209-8775 (初回は電話相談のみ) 火～日曜日10:00～20:00 (土・日曜日は16:00まで。祝・休日、年末年始を除く)
- 男性のための電話相談 ☎209-8773 金曜日18:30～20:30 (祝・休日、年末年始を除く)

男女共同参画センター ☎209-8771 **FAX**209-8776

女性のためのつながりサポート

経済的困窮や人間関係、孤独・孤立などで、不安を抱える女性の方は、遠慮せずご相談ください。

相談日時 月～金曜日10:00～22:00(祝・休日、年末年始を除く)

相談方法 電話・LINEなど。詳しくは、[千葉市 女性つながりサポート](#) 10:00～16:00 (☎0120-860-015) 16:00～22:00 (☎254-1788)

不安を抱える女性が安心して避難できる居場所の提供も行っています。



親子で学ぼう！お金のこと

おこづかい・ライフプランゲーム

小学生を対象としたおこづかい帳の役割を知る「おこづかいゲーム」と保護者を対象とした「ライフプランゲーム(人生すごろく)」の参加者を募集します。ぜひ、親子でご参加ください。

日時 12月21日(土)10:00～11:30、13:00～14:30

会場 生涯学習センター3階

対象 小学3～6年生と保護者

定員 各16組

申込方法 12月8日(日)までに電子申請で。12月6日(金)必着で往復はがきで郵送も可。

申し込みの必要事項や郵送先など詳しくは、[千葉市 おこづかいゲーム](#)

消費生活センター ☎207-3062 **FAX**207-3111

受診期限は2月末まで

特定健康診査・健康診査

生活習慣病を予防するため、国民健康保険に加入している40歳以上の方は特定健康診査、後期高齢者医療対象の方は健康診査を実施しています。対象者には5月に受診券シールを送付済です。受診期間の終了間際は混み合いますので早めに受診してください。受診券シールを紛失した場合は再発行しますので、健康支援課へご連絡ください。電子申請でも発行手続きができます([千葉市 特定健康診査](#))。勤務先などの健康保険(協会けんぽ、健康保険組合、共済組合など)に加入している方やその被扶養者の方は、勤務先などにお問い合わせください。

健診結果の提供にご協力を

国民健康保険加入中に、職場健診や自費で人間ドックを受診した方は、2024年度受診分の健診結果を提供してください。提供者には謝礼もあります。詳しくは、[千葉市 健診結果提供](#)

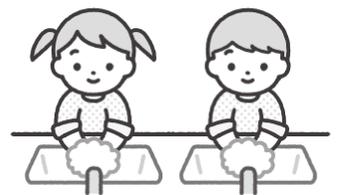
健康支援課 ☎238-9926 **FAX**238-9946

インフルエンザを予防しましょう

インフルエンザが流行しやすい季節となりました。感染を予防するため、次の点を心がけましょう。

外出後や食事の前には、手洗いうる

洗い残しの多い「指先や爪、指の間、親指」にも注意して洗いましょう。



室内はこまめに換気する

季節を問わず、基本的な感染症対策として換気は重要です。

適度な湿度(50～60パーセント)を保つ

空気が乾燥すると、喉の粘膜が乾燥して、ウイルスを防御する力が衰えるため、感染しやすくなります。

十分な睡眠と休養を取り、バランスのよい食事を取る

日頃から、自己の免疫力を高めておくことも重要な予防策です。

予防接種を受ける

ワクチンにはインフルエンザの発症をある程度抑える効果や、重症化を防ぐ一定の効果が期待できます。

インフルエンザの流行中は、人混みや繁華街への外出を控える

感染症対策課(感染対策について) ☎307-7273 **FAX**238-9932

医療政策課(予防接種について) ☎238-9941 **FAX**245-5554

市税の督促状を受け取った方へ

付属の納付書でお支払いできます

1月から固定資産税・都市計画税(償却資産を含む)、市県民税森林環境税(普通徴収)および軽自動車税(種別割)の督促状には、納付書が付いています。

すでにお送りしている納付書を紛失した場合など、改めて再発行の手続きをする必要がありませんので、お近くの金融機関やコンビニエンスストアなどで納付をお願いします。

納税管理課 ☎245-5125 **FAX**245-5993