



募集

防犯ウォーキング
ボランティア

防犯ウォーキングボランティアは、ウォーキングやジョギング、買い物、犬の散歩をしながら、子どもたちの登下校の見守りや地域のパトロールを行う活動で、地域の防犯意識を高め、犯罪の予防にもつながります。この活動は個人または知り合い同士で時間を調整しながら気軽に無理なく参加することが可能です。

登録者には専用の帽子を貸与します。また、犬を飼っている方は「防犯ウォーキング犬」として愛犬を登録することができ、専用のバンダナを貸与します。

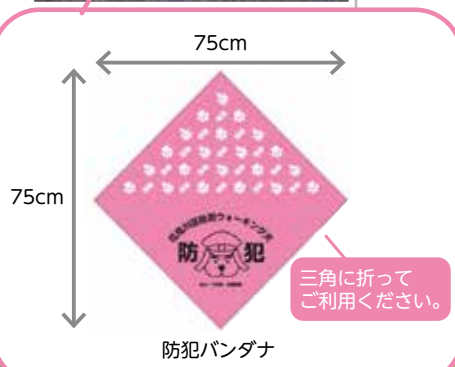
ウォーキングなどの日頃の習慣が地域の防犯意識の向上につながります！ぜひ皆様のご参加をお待ちしております。



帽子は
鮮やかなピンクと
やさしいピンクから
選べます。

自治会などでは「自分たちのまちは自分たちで守る！」という自主防犯意識のもと、防犯パトロール隊が数多く結成され、地域で防犯活動に取り組んでいます。防犯パトロール隊が未結成の自治会などは、ぜひ結成を検討してみてください。結成時には活動に必要な物品（タスキや腕章など）を配布しています。

詳しくは、下記までお問合せください。



防犯バンダナ

☎花見川区地域づくり支援課 ☎275-6224 FAX275-6799

講演会のお知らせ

幕張コミュニティセンター

日時 4月26日(土)14:00～15:30
場所 幕張コミュニティセンター3階「ホール」
内容 千葉市で地域活動に貢献されている女性お二人の講演会です。
・自閉症児の子育て体験講話ボランティア活動をしている方
・市内で花のあふれる街づくりに貢献している方

定員 100人(先着順)

申込 直接または電話で、幕張コミュニティセンターへ。

☎同センター

☎272-5001 FAX271-5894

ふるさとマルシェ

ふるさと農園

“たくさんの繋がりを
作ってほしい”そんな
願いを込めたマル
シェです。ここは作り手と買い手が直接
やり取りしながら買い物ができる場
です。

日時 4月27日(日)10:00～14:00
場所 ふるさと農園(都市エリア、農村エリア)

備考 当日来園可能。一部事前申込。
詳細は [ふるさと農園](#)

☎同園 ☎257-9981 FAX258-1024

(月曜日(祝・休日の場合は翌日)休園)

連絡先変更のお知らせ

あんしんケアセンターにれの木台

あんしんケアセンターは、地域で暮らす高齢者の皆様の身近な相談窓口です。4月1日(火)から、あんしんケアセンターにれの木台の連絡先が変更となります。

変更後の連絡先

☎205-4851 FAX205-4852

☎同センター

各種市民相談 無料

くらし相談…日常生活での心配ごとなど
月～木曜日 9:00～16:00
金曜日 9:00～15:00
交通事故相談…損害賠償や示談など
金曜日 9:00～16:00
行政相談…行政活動全般に関する相談
4月1日(火) 9:00～12:00
*面談希望の方は、あらかじめお電話ください。不定休があります。

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
(裁判所で訴訟・調停中のものは不可)
月曜日、4月23日(水)13:00～16:00
定員=各6人(多数の場合抽選)。
1人30分間。
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。
住宅相談…不動産売買・賃借など
4月16日(水) 10:00～15:00
4月2日(火)9:00から電話で申し込み(先着8人)。

花見川区役所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

花見川区地域づくり支援課
☎275-6213 FAX275-6799

今月の区役所休日開庁日

4月13日(日)9:00～12:30

花見川糖尿病プロジェクト推進中

春におすすめ「かぶの豆乳スープ」

糖尿病などの生活習慣病予防におすすめのレシピを公開しています。簡単に作れる野菜のおかずから、お子さんと一緒に作れるデザートまで幅広く紹介しています。ぜひご利用ください！



- フライパンにオリーブ油、にんにく、ベーコンを入れ火にかける。
- にんにくの香りがあがったら、かぶ、しめじ、ねぎを炒め、水とコンソメを加えて煮る。
- みそと豆乳を加えて、出来上がり。

詳しいレシピは、クックパッドで公開中！

花見川区健康課クックパッド



花見川区健康課クックパッドの周知ポスターを掲示いただける施設を募集します。下記までご連絡ください。場所によってはご遠慮いただく場合もあります。

☎花見川保健福祉センター健康課 ☎275-6296 FAX275-6298

双子ちゃんサークル

双子のお子さんを育てている方、妊娠中の方を対象とした交流の場です。

多胎児ならではの育児の悩みや喜び、楽しみなどを分かち合いませんか？

赤ちゃんの身長や体重の計測、育児相談もできます。

ぜひお気軽にご参加ください！



詳しくはこちらを
チェック

その他の育児サークル
はこちらをチェック



☎花見川保健福祉センター健康課

☎275-6295 FAX275-6298

健康ひろば

花見川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。

*各相談については、随時予約を受け付けています。



相談・教室名	日時	内容・対象など	定員	申込
精神保健福祉相談	4/8(火)10:00～12:00、 25(金)14:00～16:00	憂うつ・眠れない・不安・引きこもっている・イライラなど、こころの健康でお悩みの方または家族を対象に、精神科医による相談を行います。	各3人	③
栄養相談	4/9(水)・15(水)・24(木)・5/8(木) 9:30～15:00	離乳食や生活習慣病予防などの食事について管理栄養士が相談に応じます。食事の記録、健診データなどあればご持参ください。 *特定保健指導を受けている方は除く。	各4人	②
健康相談	4/9(水)・5/8(木) 10:00～14:30	生活習慣病予防や健診結果の見方、禁煙、介護予防などについて、保健師が相談に応じます。希望者には身体機能測定を実施します。 *介護認定を受けている方は除く。	各3人	②
歯科衛生士による ①成人歯科相談 ②子どもの歯科相談	4/22(火)9:30～15:00	①歯周病予防など歯の健康について相談ができます。希望者には口臭測定を行います。 ②乳幼児の歯みがき、むし歯予防について相談ができます。	①5人 ②10人	②
離乳食教室	4/25(金)13:00～15:00 15分前から受付	2・3回食の離乳食の進め方のお話と試食を行います。対象=生後6～8カ月児の保護者。食材費=200円	16組	②
パパも学ぼう母乳教室	5/9(金)10:00～12:00	助産師による母乳についての講義と実技を行います。対象=妊娠中の方とパートナー(子どもの参加についてはご相談ください)。申込方法=4/10(木)までに電話、または電子申請。(花見川区母親&父親学級)	20組	①

☎花見川保健福祉センター(花見川区瑞穂1-1)

☎4月1日(火)9:00から電話で、花見川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 花見川区健康課)

☎ ①すこやか親子班 ☎275-6295 ②健康づくり班 ☎275-6296 ③こころと難病の相談班 ☎275-6297