ちば市政だより
中央区版
ちゅうおう
2025年 令和7年 No.400 7月

人口：220,442人 前月比213人増
（男109,688人 女110,754人）
世帯数：120,466世帯
（2025年6月1日現在）

参議院議員通常選挙

7月に任期満了となる参議院議員通常選挙が予定されています。

投票日、期日前投票期間については期日が決定次第、ホームページでご案内いたします。また、送付される「投票所入場整理券」で投票日、投票所の場所が確認できます。

なお、第8投票所は椿森中学校金工室に、第31投票所は千葉県職員能力開発センター101教室に変更されていますので、ご注意ください。

千葉市　参議院選挙特集

せんきょ君

期日前投票

仕事などで投票に行けない方は、期日前投票をご利用ください。

期日前投票の際には、事前に「投票所入場整理券」裏面の請求書（兼宣誓書）に氏名・生年月日・住所を記入してお持ちください。

期日前投票所	期　間	時　間
蘇我コミュニティセンター1階ロビー（中央区今井1）	公示日翌日から投票日前日まで	8:30～20:00
そごう千葉店 地下1階　まつりの広場（中央区新町1000）	投票日の8日前から投票日前日まで	10:00～20:00

期日前投票の注意

＊【上記】の期日前投票所では、中央区の選挙人名簿に登録されている方のみが投票できます。
他の区や千葉市外に登録されている方は、投票できません。

＊特に期日前投票の最終日付近は、大変な混雑が予想されます。早めの投票をしていただき、分散投票にご協力をお願いします。

＊駐車台数に限りがございますので、公共交通機関をご利用ください。

問中央区選挙管理委員会 ☎221-2104 FAX221-2159

投票日当日の中央区投票所一覧表（投票時間は7:00～20:00）

投票区	投票所	町　名
1	きぼーる1階アトリウム	亀井町、中央1～4丁目、本町1～3丁目
2	千葉県庁中庁舎1階ロビー	市場町、長洲1・2丁目、港町
3	新宿小学校 体育館	新町、新宿1・2丁目、新千葉1丁目、新田町、神明町、富士見1・2丁目、本千葉町
4	登戸小学校 体育館	新千葉2・3丁目、登戸1～3丁目
5	三和会館	春日1・2丁目、汐見丘町、登戸4・5丁目
6	松波会館	松波1～4丁目
7	弁天小学校 体育館	弁天1～4丁目
8	椿森中学校 金工室	椿森1～6丁目
9	東千葉地区自治会集会所	東千葉1～3丁目
10	院内小学校 体育館	院内1・2丁目、祐光1～4丁目
11	院内小学校 体育館	要町、栄町、道場北1・2丁目、道場北町
12	鶴沢小学校 体育館	旭町、亀岡町、鶴沢町、道場南1・2丁目、東本町
13	都小学校 体育館	都町、都町3丁目一部、都町4～8丁目、矢作町一部
14	星久喜小学校 体育館	青葉町一部、千葉寺町東部、星久喜町一部、矢作町一部
15	葛城中学校 体育館	青葉町一部、亥鼻1～3丁目、葛城1～3丁目
16	末広中学校 体育館	青葉町一部、末広1～5丁目、千葉寺町一部
17	寒川小学校 体育館	稲荷町1～3丁目、川崎町、寒川町1～3丁目
18	蘇我保育所	蘇我1～5丁目、蘇我町2丁目、若草1丁目
19	蘇我小学校 体育館	今井1～3丁目
20	蘇我中学校 体育館	今井町、鵜の森町、白旗1・2丁目、南町3丁目
21	宮崎小学校 体育館	千葉寺町一部、南町1・2丁目、宮崎1・2丁目、宮崎町一部
22	大森小学校 体育館	大森町一部、白旗3丁目、宮崎町一部
23	松ケ丘中学校 体育館	大森町一部、星久喜町南部、松ケ丘町、宮崎町東部
24	松ケ丘小学校 体育館	仁戸名町一部
25	仁戸名小学校 体育館	仁戸名町東部
26	川戸小学校 体育館	赤井町一部、川戸町、仁戸名町一部
27	大巌寺小学校 体育館	赤井町一部、大巌寺町、花輪町、大森町一部
28	生浜東小学校 体育館	生実町、南生実町一部
29	生浜西小学校 体育館	塩田町、新浜町、浜野町、南生実町西部
30	村田町公会堂	村田町
31	千葉県職員能力開発センター101教室	都町1・2丁目、都町3丁目一部
32	新宿中学校 体育館	千葉港、中央港1・2丁目、出洲港、問屋町

お知らせ

蘇我コミュニティセンターの催し

スポーツ×ヨガ～スポーツトレーナーによるヨガ～

運動が苦手な方でもOK！専門のトレーナーがやさしく指導します。

日時7月6日、8月3日、9月7日、10月5日、11月2日、12月7日、1月4日、2月1日の日曜日18:00～19:30
定員50人
持物運動のできる服装、ヨガマット（バスタオル可）、飲み物
料金16,000円（全8回、2,000円/回で体験・途中参加可）

だれでも参加できる学びの場
自主夜間学校ひだまり

大学生ボランティアによる文字の読み書き・数の計算等など基礎メインの学習支援活動です。

日時7月2日、9日、23日、30日の水曜日17:30～20:00
定員10人
対象年齢・国籍などに関係なく、学び直しや日本語学習など様々な学びに興味がある方
持物筆記用具や使用したい教材は要持参
申・問直接または電話で、蘇我コミュニティセンター☎264-8331FAX265-2796

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

世界に1冊だけ！手づくり絵本教室

君だけの物語とふしぎ生物をつくろう！

日時8月2日(土)10:00～12:30
定員4歳～小学生および保護者（小学4年生以下保護者同伴）
料金500円（当日支払い）
持物はさみ・スティックのり・色鉛筆

夏休みこども映画会

「チップとデール（全8話）」「くまのおいしゃさん」上映

日時8月3日(日)13:00～14:30
定員先着100人
対象小学生以下の子どもと保護者
申・問直接または電話で、蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館☎420-8001FAX420-8002

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	日時	対象者・内容など	定員	担当
相談	栄養相談	7/8(火)・18(金)・24(木)・28(月) 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
相談	健康づくり相談・禁煙相談	7/10(木)・18(金)・24(木) 9:30～14:30	保健師等による個別相談。健康づくり相談＝健診結果の見方や体組成測定、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濃度測定等。	各3人	①
相談	歯科衛生士による歯科相談 Ⓐ大人、Ⓑ子ども	Ⓐ7/11(金)・29(火) 9:30～15:00 Ⓑ7/29(火)9:30～15:00	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。	Ⓐ各4人 Ⓑ8人	①
相談	パパのための育児相談	7/31(木)10:00～11:50	対象者＝乳幼児のお子さんの育児について相談希望のある父親 男性心理士が、子育てや子供の発達について個別相談に応じます。	2組	③
相談	精神保健福祉相談	7/25(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
教室	離乳食教室	7/29(火)13:00～15:00	対象＝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
教室	2歳児のイヤイヤ期について	7/30(水)10:00～12:00	内容＝イヤイヤ期のこと、2歳児の発達や対応について、臨床心理士がわかりやすくお話しします。 対象＝1歳6か月から2歳児をもつ保護者（託児あり　定員6人）	20人	③
教室	食事セミナー カルシウム・運動	7/31(木)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＝区内在住の運動に制限のない65歳以上の方	20人	①
教室	子どもの病気と事故予防	7/31(木)10:00～11:30	内容＝赤ちゃんの気を付けたい病気や受診のタイミング、日常生活における事故予防について、小児科医がわかりやすくお話しします。 対象＝0歳児をもつ保護者	20組	③
教室	腰痛予防教室（全2回）	①7/31(木)13:30～15:00 ②8/6(水)10:00～12:00	内容＝①医師講演会　②トレーナーによる運動実技　（①のみの参加可） 対象＝地域住民（運動制限のある方を除く）	20人	①

場中央保健福祉センター（中央区中央4-5-1きぼーる12階）
申7月1日(火)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

問　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 FAX221-2590

各種市民相談 無料

電話相談も可

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
7月7日(月)　9:00～12:00

相談は面談のみ

法律相談…金銭貸借・相続・離婚など
毎週木曜日、7月28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（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 FAX221-2179

今月の区役所休日開庁日
7月13日(日)9:00～12:30