

ちば市政だより 2025

Chiba



千葉開府 900年
千の葉に 時を刻んで 900年

Contents

- 2・3面 第50回千葉の親子三代夏祭り
- 8面 千葉市公式LINE
- 9面 健康づくりのための睡眠ガイド
- 20面 区版

《同時配布》ちば市議会だより

千葉市データ

2025年7月1日時点
人 □ 987,546人 世帯数 482,577世帯
詳しくは、[千葉市の人口](#)



千葉国際芸術祭 2025
Chiba City Arts Triennale 2025
ちから、ひらく。

イベント開催！
詳しくは、[10面](#)を
ご覧ください。

芸術を体験し、新たなひと・こと・ものに出会いませんか。
詳しくは、[千葉国際芸術祭2025](#)

市長メッセージ (第44号)

神谷 俊一



千葉市の真夏の風物詩「千葉の親子三代夏祭り」を8月17日（前夜祭16日）に開催します。1976年（昭和51年）の千葉開府850年記念事業として開催したこの夏祭りは、今年、節目の50回目を迎えます。半世紀にわたって市民の手で企画が練られ、時代に合った形に変化しながら受け継がれてきました。来年の千葉開府900年に向けたさまざまな記念事業の中でも、同じように、長く受け継がれるものを創出していきたいと考えています。今年の夏祭りも、親子三代千葉おどりははじめ、よさこい鳴子踊り、大迫力のみこしや山車、ステージイベント、屋台など、親子三代で楽しめる催しが準備されています。50年間の都市としての発展に想いを馳せながら、市民お一人おひとりの見どころを、あらかじめ市政だよりやwebサイトで確認の上、ぜひ、会場にお越しください【2・3面】。

夏休みを取る方も多いと思いますが、夜更かしや朝寝坊が増えていませんか。睡眠不足は、集中力が低下し、学業や仕事に影響するだけではなく、メタボリックシンドローム、循環器病、うつ病などの発症リスクにもつながります。心地よく眠るためのポイントなどを紹介していますので、健康的な生活を送るためにぜひ、お役立てください【9面】。

この市政だよりをはじめ、市の情報をさまざまな方法で皆さんにお届けしています。中でもLINEは、関心のあるカテゴリを選択して、必要な情報だけを得ることができるほか、粗大ごみの回収を申し込める機能などもあり、大変便利です。親子三代夏祭りの情報もお届けします。この機会にぜひ、お友だち登録をお願いします【8面】。

市役所・区役所へのお問い合わせは

市役所コールセンター ☎043-245-4894 FAX043-248-4894

しゃくしょ

利用時間 8:30～18:00（日曜日は定休）
（土曜日、祝・休日は17:00まで）



千葉市の真夏の風物詩！

今年で50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をはじめ、よさこい鳴子踊り、みこしや山車、武者行列・パレード、ステージイベントや屋台など、家族や友達と楽しめるイベントが盛りたくさん。ぜひ、お誘い合わせの上お越しください。詳しくは、[親子三代夏祭り](#)

関千葉市を美しくする会（市民自治推進課内）

☎245-5138 ㊟245-5155

祭り本部 ☎080-1495-5710（前夜祭・本祭り当日のみ）

本祭り注目ポイント！

1 親子三代千葉おどり

祭りのメインの親子三代千葉おどり。太鼓のリズムに合わせて街を踊り歩きます。飛び入り参加もできるので、お気軽にご参加ください。
㊟18:40～19:50
㊟千葉銀座通り、千葉中央一番街、栄町通り



2 よさこい鳴子踊り

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で、総勢約500人がダイナミックに踊ります。

華やかな演舞をお楽しみください。

㊟14:40～15:50

㊟千葉中央一番街

*ストリートステージにも出演します。



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こそ感じられる迫力のあるパフォーマンス！ライブ・ダンスパフォーマンスやプロレス、和太鼓と見どころが満載です。

㊟13:00～18:40

㊟栄町通り、中央公園南道路、通町公園通り、駅前大通り

*イベントの内容・時間は予告なく変更になる可能性があります。



6 千葉氏コーナー

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、佐賀県小城市、千葉県佐倉市・酒々井町・多古町・千葉市

㊟13:00～19:00

㊟千葉中央一番街

7 郷土芸能披露

千葉市郷土芸能保存協会による伝統芸能の披露！

市に古くから伝わる神楽やお囃子などの郷土芸能を保存・伝承する活動を行っている千葉市郷土芸能保存協会が神楽などを披露します。

世代を超えて受け継がれる伝統をぜひご体感ください！

㊟14:00～14:45

㊟文化センターアートホール

*イベントの時間は予告なく変更になる可能性があります。



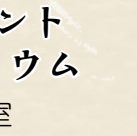
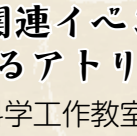
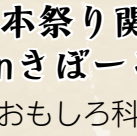
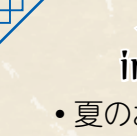
8/16(土) 前夜祭

11:00～20:00 中央公園、駅前大通り
ステージイベント、屋台出店など



8/17(日) 本祭り

13:00～20:00 中央公園周辺



4 武者行列・パレード

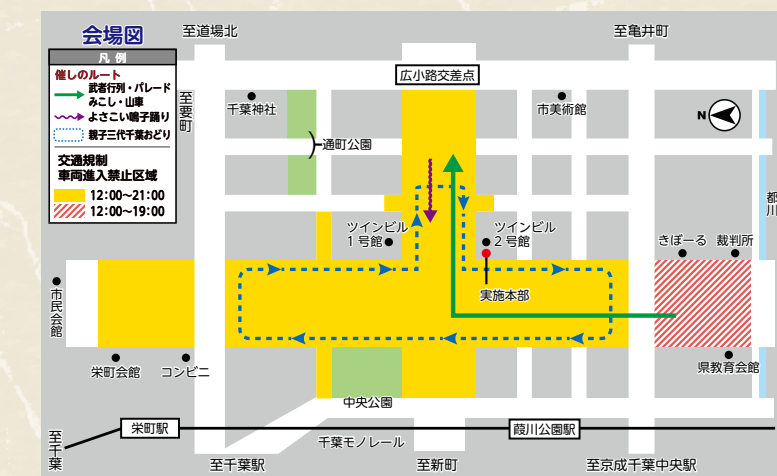
武者行列では迫力ある騎馬武者と甲冑隊の行列が勇壮に会場を練り歩き、パレードでは子ども武者行列をはじめとしたさまざまな団体が会場を華やかに行進します。

㊟13:45～14:40

㊟千葉銀座通り、千葉中央一番街



会場マップ



*当日会場周辺では大幅な交通規制を行いますのでご注意ください。

LINEを使えば千葉の親子三代夏祭りがもっと楽しめる！

千葉市公式LINEを使えば、「どこで・なにを・いつやるのか」すぐわかる！

会場マップや施設検索、祭りの詳細情報が分かるガイドブックも見れる！

友だち登録は、【右記コード】の読み取りまたは、LINEアプリの友だち追加から「@chibacity」をID検索してください。

毎日の生活でも使える千葉市公式LINEの情報は【8面】でチェック！

㊟広報広聴課 ☎245-5015 ㊟245-5796



会場周辺のバス運行変更のお知らせ

17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。お問い合わせください。

バス会社	利用できないバス停
京成バス千葉	千葉銀行中央支店、広小路、
イースト	院内町、東税務署前
京成バス	千葉銀行中央支店



涼み処でひとやすみ

熱中症予防を推進するために、きぼーる1階アトリウムの一部を涼み処として解放します。

13:00から17:00まではマイボトル用給水機が設置されます。マイボトルをご持参の上、ご利用ください。熱中症に気を付けて祭りを楽しみましょう。



*画像は昨年度のものです。

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せんか。詳しくは、[千葉市 九都県市合同防災訓練](#)



自衛隊による救出訓練

千葉市主会場

避難行動・誘導訓練、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、防災用品や災害用機材・車両などの展示、起震車による地震体験、応急手当体験、消防や自衛隊の音楽隊による演奏をお楽しみいただけます。

日時 8月31日(日)9:30～13:00

会場 イオンモール幕張新都心、豊砂公園、幕張豊砂駅前平面駐車場など

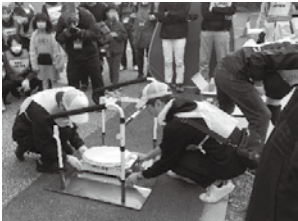


避難所開設・運営訓練

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・会場 千城台西中学校（若葉区）＝8月24日(日)、小谷小学校（緑区）＝10月11日(土)、川戸小学校（中央区）＝11月8日(土)、こてはし台中学校（花見川区）・轟町中学校（稲毛区）＝11月9日(日)、稲浜小学校（美浜区）＝12月7日(日)

*時間は訓練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。



マンホールトイレ設置訓練

千葉市シェイクアウト訓練～千葉市いっせー防災訓練～

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(月)9:30から

訓練方法 防災行政無線（広報無線）、ちばし安全・安心メール（要事前登録）、Yahoo!防災速報（アプリ）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(金)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

①
DROP!

②
COVER!

③
HOLD ON!

揺れが収まるまでじっと待つ！

提供＝効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

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](#)

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

定額減税調整給付金不足額給付のお知らせ・確認書を発送

7月17日(木)に、市が保有する2024年度と2025年度の税情報などから対象者であることを確認できた方に対し、支給のお知らせと確認書を発送しました。届いた郵便物によって手続きが異なりますので、ご注意ください。

詳しくは、[千葉市 不足額給付](#)

支給のお知らせが届いた方

申請は不要。給付金はお知らせに記載した口座へ振り込み。

確認書が届いた方

以下のいずれかの方法で申請。

- マイナンバーカードを利用するオンライン申請（支給まで3週間程度）
- インターネット申請（支給まで5週間程度）
- 確認書の返送による郵送申請（支給まで6週間程度）

申請期限 10月31日(金)

注意事項

以下に該当する方は、ご自身での申請が必要になります。
詳しくは、ホームページをご覧ください。

- 2024年1月2日～2025年1月1日に千葉市に転入された方
- 2025年3月18日以降に確定申告された方 など

☎市定額減税調整給付金コールセンター

☎0120-008-545（平日9:00～17:00）

耳や言葉の不自由な方

☎050-3535-1108 ☎kyuhu-toiawase@city.chiba.lg.jp

新湾岸道路に関するオープンハウス型説明会の開催

新湾岸道路プロジェクトでは、皆さんに新湾岸道路の検討状況を幅広く知っていただくため、パネル展示を中心とした情報提供と、意見交換の場として説明会を開催します。

詳しくは、[千葉市 新湾岸](#)



時間	日程①	日程②	会場
①	8/21(木)～25(月)	8/24(日)	イオンモール幕張新都心 グランドモール2階
②	8/25(月)～29(金)	8/29(金)	市役所1階情報ステーション
③	8/28(木)～9/1(月)	8/31(日)	イオンマリンピア店4階
④	9/1(月)～3(水)	9/2(火)	ぎばーる1階
⑤	9/8(月)～12(金)	9/11(木)	アリオ蘇我サンコート広場
⑥	9/16(火)～19(金)	9/18(木)	美浜区役所1階
⑦	9/24(火)～28(日)	9/27(土)	イトーヨーカドー幕張店2階
⑧	10/1(火)～5(日)	10/3(金)	打瀬公民館

いずれも、①③⑤⑦＝10:00～17:00、②④⑥⑧＝9:00～17:00

備考

- 日程①は、市職員が常駐しています。
- 日程②は、市職員に加え、国・県職員も常駐しています。

☎道路計画課 ☎245-5290 ☎245-5571

市役所の駐車場料金・利用方法が変わります

8月4日(月)から、市役所駐車場の利用料金・利用方法を変更します。
またEV急速充電器は24時間使えるようになります。

詳しくは、千葉市役所 駐車場 🔍

時間	平日	土・日曜日 祝・休日 年末年始
8:00～18:00	入庫30分は無料。以降30分ごとに300円。(最大1,500円) 無料措置あり*	60分ごとに200円 (最大600円)
18:00～翌8:00	60分ごとに100円 (最大500円)	60分ごとに100円 (最大500円)
*行政手続きなどの用務に限り、用務先でのみ手続きできます。 売店・食堂などの利用や、EV急速充電器のみの使用、イベント参加・展示観覧の場合は無料措置ができません。		

- 注意事項
- 変更に伴う切り替え作業のため、8月1日(金)18:00～4日(月)0:00まで、駐車場の利用ができません。
 - 最大料金は各時間帯での料金で、1日の最大料金ではありません。

📞問管財課 ☎245-5083 📠FAX245-5654

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 🔍

- 日時
- ①8月15日(金)・②29日(金)
*お見合い時間は1組30分
時間は申し込み後に決定

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6日(火)～12日(火)・②20日(火)～26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、譲渡の相談を行っています。ホームページで譲渡可能な犬や猫を確認の上、お問い合わせください。予約なしの見学はできません。

📞問動物保護指導センター ☎258-7817 📠FAX258-7818

キャンペーン期間は8月31日(日)まで

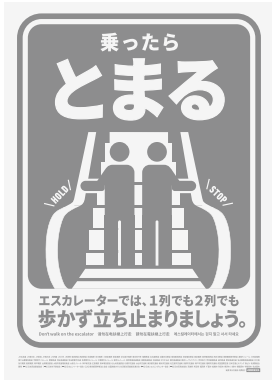
エスカレーター「歩かず立ち止まろう」キャンペーン

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 📠FAX245-5887



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発生しやすくなります。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切る。
- 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る。

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、肉やカキなどの生食を控える。

📞問食品安全課 ☎238-9935 📠FAX238-9936

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 (日曜日、祝日、年末年始)
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】
診療時間	診療時間 9:00～12:00、13:00～17:00
受付時間	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
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 ①マイナ保険証、資格確認書または健康保険証 (各種受給者証をお持ちの方は一緒に持参) (資格確認書などの有効期限をご確認ください) ②診療代金 ③薬 (服用している方) ④お薬手帳 (お持ちの方)
案内時間 17:30～19:30	
月～土曜日 (祝日、年末年始を除く)	

医療機関情報など詳しくは、千葉市 医療機関 🔍

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も学べます。

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、ご参加ください。



詳しくは、[千葉市 ロッテ健康教室](#)

日時 9月3日(水)・17日(水)または9月10日(水)・24日(水)10:00～12:00 各全2回

9月24日(水)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（希望する方のみ）。

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・要介護認定者を除く）

定員 各28人（初めての方優先） **料金** 500円

申込方法 8月14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。

☎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。展示（パネル、認知症の方の作品、関連書籍）や体験を通して、認知症への理解を深めるイベントを開催します。

詳しくは、[千葉市 認知症月間](#)

イオンモール幕張新都心ブランドモール1階ホビーコート

日時 9月7日(日)10:00～16:00

内容 認知症の方の視点を体験できるVR、動体視力トレーニング体験、握力測定など

備考 会場でのアンケートにお答えいただいた方に、ちばシティポイント50ポイントをプレゼント

市役所1階イベントスペース

日時 9月19日(金)10:00～14:00

内容 脳健康チェックなど

同日に認知症サポーター養成講座を開催します

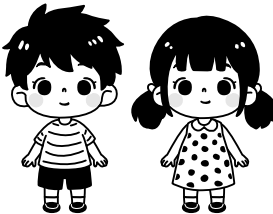
☎9月19日(金)10:00～11:30 ☎市役所 ☎先着20人

☎9月1日(火)～15日(火)に電子申請で。地域包括ケア推進課へ電話も可

☎地域包括ケア推進課 ☎245-5267 FAX245-5293

特別な支援が必要な子どもの就学説明会

日常生活や学習活動などの場面で、特別な支援や配慮が必要な子どもの保護者を対象に、就学についての説明会を開催します。



詳しくは、[千葉市 就学説明会](#)

日時 9月5日(金)10:00～11:30（9:30から受け付け）

会場 市教育会館

対象 来年4月に小学校入学予定の子どもがいる保護者で、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

備考 当日直接会場へ。できるだけ公共交通機関をご利用ください。5月に行った説明会と同一の内容です。

☎養護教育センター ☎277-1199 FAX277-1852

子ども医療費助成受給券の更新

8月1日(金)から有効の新しい受給券を7月16日(水)に発送しました。受給券が届いていない方は、お住まいの区の保健福祉センターこども家庭課へお問い合わせください。

助成対象 18歳到達後最初の3月31日までの児童

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 扶養している子ども（年齢制限なし）が3人以上の場合。自己負担額有の受給券が届いた場合は、お問い合わせください。		

☎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

こどものまちCBT（ChiBa Town）が今年もきぼーるに出現します。

働く、通貨で遊ぶ・買い物する、お店を出すなど、社会の仕組みを子ども自身が企画・運営する体験をしてみませんか。

詳しくは、[こどものまちCBT](#)

日時 8月22日(金)～24日(日)9:00～16:00（24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事前申し込み＝各先着250人

②当日受け付け＝各先着100人

料金 1日500円

申込方法 ①電子申請で。②当日直接きぼーる1階で。

☎こども企画課 ☎245-5673 FAX245-5547

今年のテーマは「Make a happiness town!～みんなの力でたのしいまちをつくりあげよう!～」です。来てくれたみんなが楽しかったと言ってくれ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!



2024年度こども市長 松本陽花さん

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。栄養たっぷりで、おいしい給食を味わいませんか。

試食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
①10/20(月)	11:00～12:30	新港学校給食センター	各 20人
②10/29(水)		大宮学校給食センター	
③10/31(金)		こてはし学校給食センター	
④11/10(月)	11:30～13:00	柏台小学校	
⑤11/22(土)		扇田小学校	
⑥11/27(水)		千城台わかば小学校	

料金 ①～③320円、④～⑥288円

申込方法 ①～③9月4日(木)・④～⑥10月2日(木)までに、電子申請で。保健体育課へ電話も可。

☎保健体育課 ☎245-5945 FAX245-5982

現況届は8月29日(金)までにご提出ください！

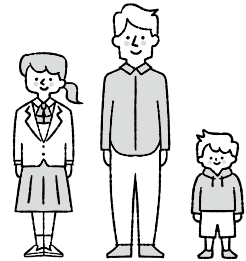
児童扶養手当

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

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など詳しくは、お問い合わせください。



受給対象 18歳到達後の最初の3月31日までの児童または20歳未満で一定の障害を持つ児童を

- ・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

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

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月下旬発送の案内をご確認の上、8月29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 前年中の所得に応じて、手当の一部または全部を支給します。所得額が所得制限限度額以上の場合は、手当を受給できません。

扶養人数	所得制限限度額		
	受給対象者本人*		配偶者・扶養義務者 孤児などの養育者
	全部支給	一部支給	
0人	69万円	208万円	236万円
1人	107万円	246万円	274万円
2人	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、手当月額の一部または全部が支給されない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

児童人数	全部支給	一部支給
1人	46,690円	11,010円～46,680円*
2人目以降	1人につき11,030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。		

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(金)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(金)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

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
- ・国民健康保険の被保険者または社会保険の被保険者および被扶養者
- ・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
- ・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

必要書類

- ・申請書
- ・加入医療保険情報確認書類などの写し
- ・銀行口座が分かるもの
- ・住民票*
- ・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*
- ・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(母子家庭・父子家庭のみ)
- ・養育申立書（養育者家庭の方のみ）

*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。

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

まずは
友だち登録を
こちらから



毎日の生活がどんどん便利に！

千葉市公式LINE

千葉市公式LINEは、おかげさまで友だち登録者数が83,000人を超えました（2025年7月1日現在）。

千葉市公式LINEでは、「くらし・手続き」、「子育て」、「防災」など、市に関する情報を総合的に受け取ることができますが、今回は、普段から使える便利な機能をご紹介します。毎日どんどん使ってどんどん便利に！

問広報広聴課 ☎245-5015 ㊟245-5796

受信設定を してみよう

関心のあるカテゴリや地域を選ぶことで、欲しい情報を受け取れます。メニューにある「受信設定」から簡単に選ぶことができます。

配信を希望するジャンルに
チェックするだけ！
変更するのも簡単だよ！



「受信設定」を押して



欲しい「情報」にチェック



自動で通知が届きます

粗大ごみ回収の 申し込みをしてみよう

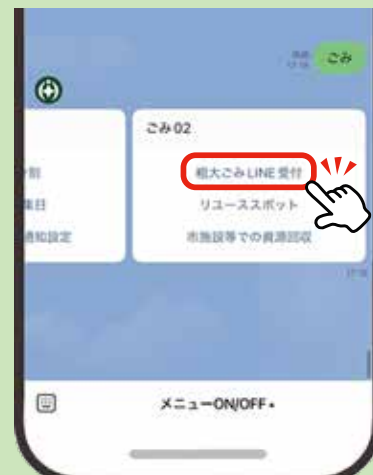
「粗大ごみLINE受付」から簡単に粗大ごみ回収の申し込みができます。

また、粗大ごみ処理手数料をクレジットカードなどの電子決済で支払う事もできます。

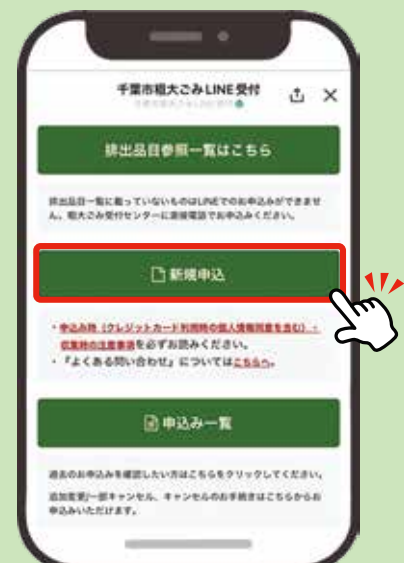
電話で申し込みをしなくても、空いた時間にスマホで手続きできるのは便利だな～



メニューの「ごみ」を押して



「粗大ごみLINE受付」を押すと



申し込み画面が表示されます

イベント情報を 調べてみよう

基本メニューに特別なイベントメニューなどが登場することがあるので要チェックです。

今回は【2・3面】で特集している「千葉の親子三代夏祭り」について調べてみましょう。

イベント会場だけでなく、トイレやごみ箱の場所も確認できてとっても便利！



* 画像は昨年度のものです。



「特別メニュー」を押して



「会場マップ」を押すと



詳しい情報が探せます



健康づくりのための睡眠ガイド

良い睡眠には、量（時間）と質（休養感）が重要です。
睡眠時間は長すぎても短すぎても健康を害する原因となり、朝目覚めた時に感じる休まった感覚（睡眠休養感）は良い睡眠の目安となります。
睡眠時間を確保し、睡眠休養感を高める工夫を日常生活に取り入れましょう。
問健康推進課 ☎245-5794 FAX245-5659



心地よく眠るための睡眠時間の目安

ZZZ ZZZ ZZZ ZZZ ZZZ



子どもの場合

1 ～ 2 歳	11～14時間
3 ～ 5 歳	10～13時間
小 学 生	9～12時間
中学・高校生	8～10時間

成長期である高校生までは成人より長い睡眠時間が必要です。



大人の場合

6時間以上
* 高齢者は寝床で過ごす時間が8時間を超えないようにしましょう。

高齢世代は睡眠不足よりも長時間睡眠の方が健康リスク（死亡リスク）が高まります。

心地よく眠るための3つのポイント

ZZZ ZZZ ZZZ ZZZ ZZZ



POINT 01 睡眠環境

光
音
温度

- 深夜のパソコン、寝る前のゲーム・スマホの使用は避けましょう。ブルーライトは体内時計に影響し、睡眠を促すホルモンであるメラトニンの分泌が抑制されるため、睡眠・覚醒のリズムが遅れ、入眠効果が妨げられます。
- 寝室は暑すぎず寒すぎない温度で、夏の時期はエアコンなどで適度な室温を保ち、熱中症にも気を付けましょう。



POINT 02 生活習慣

食事
運動
リラックス

- 起床後に朝日の強い光を浴び、しっかり朝ご飯を食べることで、体内時計がリセットされ、睡眠・覚醒リズムが整い、脳の覚醒度が高まります。
- 日中適度な運動をすることで、夜間の睡眠の質が向上します。
- ストレスが高いまま寝床に入ると睡眠休養感が低下するため、寝る前にリラックスする方法を身につけましょう。



POINT 03 嗜好品

カフェイン
酒・たばこ
夜食

- コーヒーやエナジードリンクに含まれるカフェインの摂取は夕方までにしましょう。
- カフェインの摂取量は1日400mg（コーヒーで700cc程度）を超えないようにしましょう。
- 寝酒や喫煙、就寝直前の食事は睡眠の質を悪化させるため、控えましょう。



睡眠不足は、集中力の低下など、学業や仕事に影響を及ぼします。これが日常的になると、肥満、メタボリックシンドローム、循環器病、うつ病などの発症リスクにつながります。



夏休み中に夜更かしや朝寝坊が増えてしまった皆さん！これが習慣化すると、朝起きることが難しくなり、遅刻の増加や登校が困難になるなど、生活習慣の乱れにつながることもあるので注意してください！



あなたの睡眠健康度簡易チェック！

■睡眠時間が足りていない

■朝目覚めた時に、休まった感覚がない

■日中に眠気強い

■寝室環境が快適でない
(暑い・寒い・うるさい・明るい)

■寝る前や寝床でデジタル機器を使う

■日中の運動量が少ない

■夕方以降によくカフェインをとる

■喫煙や寝酒の習慣がある

■睡眠環境、生活習慣、嗜好品のとり方を改善しても睡眠の問題が続いている

出典＝厚生労働省 成人のためのGood Sleepガイド



今日はゆっくり休んで、明日パネル展に行ってみよう！

睡眠に関するパネル展

心地良い睡眠の方法や環境づくりについてパネル展示します。

日 時 8月22日(金)～9月4日(木)
10:00～20:00（最終日は12:00まで）

会 場 アリオ蘇我・波のゲート前

千葉国際芸術祭2025

「千葉国際芸術祭2025」は9月19日(金)から集中展示・発表期間が始まります。
3年に1度の芸術祭、今年は千葉開府900年を記念して、鑑賞料が無料です。この機会にアートに触れてみませんか。詳しくは、[千葉国際芸術祭2025](#) 



千葉国際芸術祭 2025
Chiba City Arts Triennale 2025
ちから、ひらく。

展覧会「アートアンデパンダン展」

千葉市に暮らす・働く・学ぶすべての人が作品を出品できる展覧会「アートアンデパンダン展」を開催します。ぜひご来場ください。



展示期間 9月19日(金)～11月24日(木)

会場 市役所など

内容 絵画、彫刻、写真、演劇、書道などジャンルや形式を問わない、誰でも審査なしで出展できる展覧会

備考 出品作品は8月末まで募集中です。

天馬船プロジェクト

木造和船を模した約30cmの「ミニ天馬船」をたくさん川に浮かべ、水の流れに任せて進む船の風景を楽しむアートプロジェクト。ドネーション（寄付）型の開催形式で、集まった寄付は、川沿いの桜の植樹に活用します。



日時 11月9日(日)午前中。荒天の場合は、23日(祝)に延期

会場 花見川（瑞穂橋～浪花橋）

寄付方法 11月2日(日)までに、[天馬船プロジェクト2025](#) で。寄付は1口＝1,000円で、複数口の寄付も可能です。

「ち組」メンバー募集

千葉国際芸術祭2025と一緒に盛り上げるボランティアネットワーク「ち組」のメンバー募集を開始します。市にゆかりのある方、より深くアートに触れたい方、ぜひ参加してみませんか。

内容 作品制作の補助、ワークショップ運営サポート、集中展示・発表期間中の会場受け付けや案内など

参加方法 LINEアプリのオープンチャットから「ちばげい」で検索し、オープンチャットに参加。**【右記】**コードからも可。



「ち」缶バッジ発売

千葉国際芸術祭2025オリジナル公式グッズ「ち」缶バッジを販売中。市役所ではカプセルトイで販売。公式オンラインショップでも購入できます。



販売場所 市役所1階総合案内横、公式オンラインショップ

金額 400円

備考 小・中サイズでの販売で、金額は同じです。公式オンラインショップでの購入は**【右記】**コードから。公式ホームページからも可。



千葉国際芸術祭実行委員会（文化振興課内）245-5961 245-5592

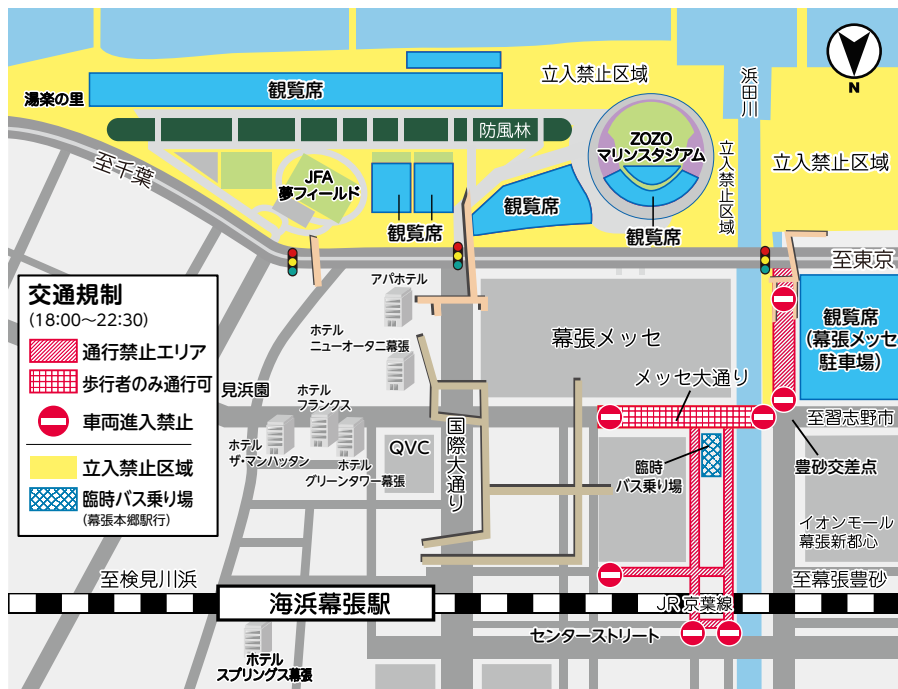
幕張ビーチ花火フェスタの交通規制・生放送

8月2日(土)19:30～20:30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、会場および周囲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2日(土)18:00～22:30

注意事項 幕張海浜公園内の一部は終日立ち入り禁止です。



当日は千葉テレビで生放送を行います。また、チバテレYouTubeチャンネルでもライブ配信を予定していますので、ぜひご自宅などでお楽しみください。

千葉市民花火大会実行委員会

050-5542-8600（NTTハローダイヤル）239-7739

そのカワイイは誰のため？ルッキズムにモヤっている人へ贈るメッセージ

人を外見や容姿で評価・判断する価値観（ルッキズム）との向き合い方のヒントを学びます。

日時 10月5日(日)13:30～15:00

会場 生涯学習センター

内容 講師＝前川裕奈さん（Kelluna.代表、コラムニスト）。YouTubeでのアーカイブ配信もあります。

定員 先着60人

備考 1歳6カ月以上の就学前児の託児あり（申し込み時に申し出）

申込方法 Eメールで、（アーカイブ配信の申し込みは当日までに）必要事項**【11面】**のほか、参加方法（会場またはアーカイブ）を明記して、市男女共同参画センター sankaku@f-cp.jpへ。会場参加希望者は電話も可。

市男女共同参画センター 209-8771 209-8776



前川裕奈さん

ちば木育イベント

見て、触れて、遊んで、学ぼう！

子どもたちが木に触れ合い、森林の大切さについて理解を深めてもらうため、木育イベントを実施します。当日は申し込みなしで楽しめます（一部事前申し込み可）。



詳しくは、[千葉市 木育イベント](#) 

日時 8月23日(土)10:30～15:00

会場 市役所1階

内容 木のおもちゃでの遊びや木工工作などの体験

備考 ちばシティポイント対象事業

脱炭素推進課 245-5199 245-5557

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

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。

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

イベント

市少年自然の家の催し

- ①ナイトアドベンチャー
- 開催

8月2日・9日・16日・23日・30日の土曜日19:00～20:30

内容

夏の星空観察とナイトハイキング、夏ナイトハイキングと焚き火で焼きマシュマロ作り、夏火おこしをして、さまざまな炎の色を楽しもう

定員

各先着30人

料金

高校生以上＝770円、中学生以下＝600円

備考

中学生以下は保護者同伴
- ②草木染めワークショップ～藍の生葉で絞り染め～
- 開催

8月9日（土）・24日（日）10:00～12:00、17日（日）10:00～12:00、13:30～15:30、8月30日（土）13:00～16:00

内容

シルクのハンカチ・綿の生地を、自分で摘んだ藍の葉で絞り染めをします。

定員

各先着40人

料金

高校生以上＝2,720円、中学生以下＝2,550円、高校生以上＝2,220円、中学生以下＝2,050円。いずれも、3歳未満児＝350円

備考

小学生以下は保護者同伴
- ③スポーツクライミング体験会
- 開催

8月24日（日）14:00～16:30

内容

3メートルまでのボルダリング、夏ハーネスを着けて9メートルまで登るトップロープ

定員

3歳以上の方、夏小学生以上で、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

定員

先着35人

料金

参加者＝高校生以上970円、中学生以下800円。同伴者＝高校生以上520円、中学生以下100円

備考

小学生以下は保護者同伴
- ④キャンプサイトでテント泊&デイキャンプ
- 開催

施設の休所日を除く土・日曜日、祝・休日、夏・冬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

内容

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

定員

各日先着10区画

料金

テント宿泊キャンプ＝高校生以上830円、中学生以下300円。デイキャンプ（日帰り）＝高校生以上

270円、中学生以下100円

詳しくは、市少年自然の家HP

①③当日まで、②各開催日の3日前の10:00までに電話で、同施設 ☎0475-35-1131。④HP（「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

同施設 ☎前記 ☎0475-35-1134

千葉市中学校美術部展

8月5日（火）～17日（日）9:00～17:15（17日は15:00まで）

市民ギャラリー・いなげ

市内24校が出展

同施設 ☎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
- 開催

8月6日（火）・20日（火）、9月3日（火）14:00～15:45

内容

アルコール・薬物依存症からの回復を希望する本人

備考

初めての方は事前面談あり
- ②アルコールミーティング
- 開催

8月15日（金）14:00～16:10

内容

第1部＝分かち合い、第2部＝学習会（夏家族）、座談会（夏本人）

備考

お酒に関する悩みや心配を抱えた本人または家族
- ③精神障害者家族向け学習会
- 開催

8月18日（月）13:40～16:00

内容

テーマ＝家族として本人との関わりを学びましょう
- ④精神障害者家族向け講演会
- 開催

9月5日（金）13:30～15:30

内容

テーマ＝精神障害者の就労について。講師＝杉山昭二さん（ハローワーク千葉専門支援部内）

定員

80人

備考

講演会終了後、約1時間の家族ミーティングを開催（精神障害者の家族で希望者のみ）

①～③電話で、こころの健康センター ☎204-1582。④8月29日（金）までに ☎前記。電子申請も可

同センター ☎前記 ☎204-1584
- ### 地方卸売市場 市民感謝デー
- 8月9日（土）・23日（土）7:00～12:00ごろ（水産棟は10:00ごろまで）

ペット同伴不可

同地方卸売市場 ☎248-3200 ☎248-3202
- ### 特別支援教育講演会
- 8月18日（月）14:00～16:30

市教育会館

テーマ＝医師から学ぶ障害のある
- 子のセルフアドボカシー（自分に必要なサポートの主張）

先着30人程度

8月6日（火）までに電話で、養護教育センター ☎277-0101。☎277-1852（氏名、連絡先を明記）も可
- ### 千葉県小・中学生 書写・交通安全ポスターコンクール展
- 8月19日（火）～24日（日）9:00～17:15（19日（火）は13:00～17:15）

市民ギャラリー・いなげ

同施設 ☎248-8723 ☎242-0729。月曜日（祝・休日の場合は翌日）休館
- ### かぶりっちょ「ミュージカルコンサート」
- 8月20日（火）13:30～14:30、15:30～16:30

美浜文化ホール

劇団四季出身俳優たちによるコンサート

各先着300人

前売券（全席指定）＝一般1,000円、小学生以下500円。2歳以下の膝上観賞に限り無料

申込電話で、美浜文化ホール ☎270-5619、若葉文化ホール ☎237-1911

同美浜文化ホール ☎前記 ☎270-5609
- ### 里親制度説明会
- 8月20日（火）14:00～15:00

緑保健福祉センター

里親制度の説明と個別相談

申込電話で、NPO法人キアアセット ☎215-7802。HP（「キアアセット千葉」で検索）からも可

同同団体 ☎前記 ☎215-7803
- ### シニアの介護助手相談会
- 8月22日（金）13:00～16:00

市民会館小ホール（地下1階）

シニアを採用したい介護福祉施設の紹介と相談会

先着30人

申込電話で、生涯現役応援センター ☎256-4510。HP（「千葉市生涯現役応援センター セミナー」で検索）からも可

同同センター ☎前記 ☎256-4507
- ### 泉自然公園 星の観察会
- 8月23日（土）①19:30～21:00。雨天中止

科学館プラネタリウム解説員と望遠鏡で天体を観察

小学生と保護者

20組

1人50円。駐車場＝400円

8月13日（火）までにEメールで☎を明記して、若葉公園緑地事務所 ☎
- wakaba.URP@city.chiba.lg.jpへ

同事務所 ☎306-0101 ☎306-0033
-
- ### 市消防音楽隊「ファミリーコンサート」
- 8月24日（日）①9:30～10:30、②10:30～11:30

生涯学習センター

①楽器ふれあい体験、ホース担ぎ体験など、②「エビカニクス」、「アイドル」などを演奏するコンサート

当日直接会場へ。詳しくは、市消防音楽隊HP

同消防局総務課 ☎202-1664 ☎202-1614
-
- ### ベイサイドジャズ2025千葉ジャズコンペティション
- 8月30日（土）13:00～16:00

市民会館小ホール（地下1階）

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

同市文化振興財団 ☎221-2411 ☎224-8231
- ### 悪質商法等被害防止講演会
- 9月8日（月）14:00～15:40

消費生活センター

現役警察官と消費生活相談員による、特に高齢者が被害に遭いやすい悪質商法や詐欺から身を守る方法についての講演会

先着30人

ちばシティポイント対象事業

申込電話で、消費生活センター ☎207-3602。☎207-3111も可（☎のほか、お住まいの区（市外在住の方は、在勤・在学の区名）を明記）
- ### 講演会「女性のうつ病とメンタルヘルス」
- 9月11日（木）14:00～16:00

Zoomによるオンライン開催。テーマ＝いきいきと健やかに生きるために。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1日（月）までに電子申請で

同精神保健福祉課 ☎238-9980 ☎238-9991
- ### 療育センターふれあいの家写真撮影会
- ①撮影会＝9月12日（金）10:00～12:00、②講評会＝9月26日（金）10:30～12:00。いずれも、雨天決行

①BOTANICA MUSEUM（美浜区高浜7-2-4）、②療育センターふれあいの家
- 開催＝日程・時間

開催＝場所

開催＝内容

開催＝対象

開催＝定員

開催＝持ち物

開催＝料金

開催＝備考

申込＝申込方法

問い合わせ＝問い合わせ

はがき＝はがき

往復はがき＝往復はがき

HP＝ホームページ

必要事項＝必要事項

＝くらし・地域

＝魅力・観光

＝健康・福祉

＝子育て・教育

＝その他

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
10人
身体障害者手帳、カメラ（デジタルカメラ、スマートフォン、タブレットなど）
8月22日(金)までに電話で、療育センターふれあいの家☎216-5130。☎277-0291・✉fureai1981@bz04.plala.or.jpも可（※を明記）
同施設☎・☎前記。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

 **稲毛海浜公園自然観察会「虫と友達になろう」**
9月13日(出)9:50～12:00。雨天中止
先着30人程度
虫採り網・かごなどの観察道具。帽子
集合＝旧稲毛民間航空記念館前
8月2日(出)9:30から電子申請で
中央・美浜公園緑地事務所☎279-8440☎278-6287

 **夏の終わりに！親子で楽しむコンサート**
9月14日(日)11:00～12:30
市民会館
ゆめいろ音楽隊（歌、フルート、ピアノ）によるファミリーコンサート
前売り券（全席自由）＝一般1,500円、小学生以下500円（2歳以下の膝上鑑賞に限り無料）、ファミリー券3,000円（一般2人・小学生以下1人）
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
問市民会館☎前記☎224-2439

 **障害者福祉センターレクリエーション交流会**
9月26日(金)13:30～15:00
ポッチャのボールを使ってミニゲーム
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
12人
動きやすい服装で
8月15日(金)必着。⑤に⑥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

 **立川晴の輔独演会～隠居ペディアがおせ～てやろう！秋陽編～**
9月30日(火)14:30～16:30
文化センター
前売券（全席自由）＝3,500円
就学前児の入場不可
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
問文化センター☎前記☎224-8231

 **イチゴの苗植え体験**
9月の土・日曜日のうち2日間(日時は苗の生育状況によって決定します)
いちご農園ワイズアグリ（若葉区御殿町699-12）
苗植え作業や設備の見学を通して、イチゴの栽培について学ぶ
各5組（1組＝1家族）
1組1,000円

苗の生育状況により8月下旬以降に申し込みを開始。
詳しくは、HP「若葉区 イチゴ苗植え体験2025」で検索
若葉区地域づくり支援課
☎233-8122☎233-8162

 **一条貫太リサイタル**
10月4日(出)14:00～16:30
市民会館
前売券（全席指定）＝S席7,000円、A席5,000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
問市民会館☎前記☎224-2439

 **ワンコインコンサート**
10月18日(出)13:30～14:30
花島コミュニティセンター
mille baisers（ミルベゼ）のバイオリン&ギターコンサート
先着180人
一般500円、小学生以下100円（乳幼児の膝上鑑賞に限り無料）
8月5日(火)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
問市文化振興財団☎221-2411☎224-8231



 **伝統文化体験「伝統芸能に親しむ」**
10月26日(日)12:20～16:00
文化センター
お茶・お花・箏などの伝統文化・芸能に親しむ体験
お茶・お花＝各500円
時間によって体験内容が異なります。詳しくは、同センターHP
8月2日(出)10:00から電話で、同センター☎224-8211
問同センター☎前記☎224-8231



教室・講座

 **動物保護指導センター地域猫セミナー**
8月21日(休)13:30～16:00
市役所
地域の中で飼い主のいない猫を適正に管理するために必要な知識、取り組み方法について

先着20人
電話で、動物保護指導センター☎258-7817
同センター☎前記☎258-7818

 **市社会福祉研修センター社会福祉セミナー**
認知症について学ぶ
8月23日(出)9:55～12:00
みんなで学ぶ終活の第1歩
9月9日(火)9:55～12:00
自分のために、家族のために
9月9日(火)12:55～15:00
生前整理と遺品整理
相続セミナー
9月24日(水)①9:55～12:00、②12:55～15:00
①相続の基礎、②争族にしないためにできること
各先着28人
電話で、市社会福祉研修センター☎209-8841。☎312-2943・✉kensyuu-c@chiba-shakyo.jpも可（※を明記）

 **認知症サポーターステップアップ講座**
8月23日(出)13:00～17:00
市役所
認知症の基礎知識、認知症の人や家族に寄り添ったボランティア活動について
市内在住・在勤の認知症サポーター養成講座修了者で、本講座終了後に市内で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。電子申請も可
同課☎前記☎245-5293

 **認知症介護講習会**
8月23日(出)13:30～15:30
文化センター
テーマ＝お口の健康から楽しい生活を！～口腔ケアと歯医者活用～
認知症の方を介護している家族など
50人（介護中の家族優先）
8月21日(休)必着。④に⑥のほか、介護家族の場合はその旨を明記して、〒260-0026中央区千葉港4-5千葉県社会福祉センター4階認知症のひと家族の会へ。☎204-8256も可
同会☎204-8228（月・火・木曜日13:00～16:00）☎前記、地域包括ケア推進課☎245-5267

 **稲毛ヨットハーバーの教室**

- ①ヨット入門コース
8月24日(日)9:30～15:30
16歳以上の方
10人
5,000円
- ②親子ウインドサーフィン教室
8月31日(日)、9月7日(日)9:30～12:00
砂浜で基本動作を学び、海上で体験
小学4年～中学生と保護者
各8組16人
1人2,000円
- ③監視艇「潮風」体験乗船会
9月1日(月)・8日(月)13:30～15:00
小学生以上の方（小学生は保護者同乗）
各4人
600円
荒天中止
8月13日(火)必着。④（1教室1通2人

まで。③は4人まで）に⑥のほか、参加者全員の⑥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

 **ハンギングバスケット講座～コンテスト入賞のコツ～**
8月28日(休)10:00～12:00
都市緑化植物園
25人
8月15日(金)必着。Eメールで⑥を明記して、緑政課✉midoritohana@city.chiba.lg.jpへ。☎245-5775、☎245-5885、④も可。郵送先＝〒260-8722千葉市役所緑政課

 **絵本読み聞かせ講座**
8月29日(金)10:00～11:30
生涯学習センター
絵本の選び方や読み聞かせの方法について
保育園・幼稚園・小学校などで、子どもに読み聞かせをする方など
20人
8月12日(火)までに電子申請で
中央図書館☎287-3980☎287-4053。月曜日（祝・休日の場合は翌日）、第3木曜日休館

 **声の市政だより音訳ボランティア講習会**
9月2日～12月9日（9月16日・23日、10月14日、11月4日・25日を除く）の火曜日13:30～15:30。全10回
療育センターふれあいの家
音訳技術の習得、パソコンを使った編集など
市内在住・在勤の18歳以上で、パソコンの文字入力、メールの送受信ができる方
20人（初めての方優先）
500円
8月15日(金)必着。⑤に⑥のほか、音訳経験の有無を明記して、〒261-0003美浜区高浜3-3-1はまのわ内療育センターふれあいの家へ。✉fureai1981@bz04.plala.or.jpも可
同施設☎216-5130☎277-0291。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

救命講習

- ①普通救命講習Ⅰ
8月9日(火)・12日(金)・20日(出)13:30～16:30＝救助救急センター、4日(休)・29日(月)13:00～16:00＝生涯学習センター、8日(月)・16日(火)・24日(火)9:00～12:00＝セーフティーちば、17日(火)13:30～16:30＝緑消防署
- ②普通救命講習Ⅲ（小児・乳児に対するAEDを用いた心肺蘇生法）
9月6日(出)9:00～12:00
- ③上級救命講習
9月7日(日)・25日(休)9:00～17:00
1,320円
- ④けがの手当教室
9月21日(日)9:30～12:00
990円
- ⑤上級救命再講習
9月26日(金)9:00～12:00
上級救命講習を修了した方
②～⑤セーフティーちば
各先着5人
詳しくは、防災普及公社HP
電話で、同公社☎248-5355。HPからも可
同公社☎前記☎248-7748

**夏季硬式テニス講習会**

8月9日(土)～10月4日(月)（9月27日を除く）の土曜日10:00～12:00。全4回。雨天中止
高浜コート。10月4日は稲毛海浜コート
市内在住・在学の高校生以上で硬式テニス未経験者・初級者
80人
硬式ラケット、テニスシューズ
2,500円
7月25日(金)～8月5日(火)に、市テニス協会から
スポーツ振興課 ☎245-5968 FAX245-5592

**谷津田の自然体験教室
チョウ調査**

9月7日(日)10:00～12:00
坂月川ビオトープ(若葉区小倉町)
小学生以上の方。小学生は保護者同伴
20人
集合・解散＝坂月川ビオトープ。帽子・長袖・長ズボン・長靴を着用。駐車場がないため、公共交通機関をご利用ください。
8月27日(火)必着。電子申請で、kankyohozen.ENP@city.chiba.lg.jp・FAX245-5557・㊟も可（㊟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 FAX前記

**DV被害を受けた母子のための心理教育プログラム**

9月7日・21日、10月12日、11月9日・30日、12月14日・28日、来年1月18日、2月8日・15日、3月15日の日曜日、11月3日(祝)13:30～15:30。全12回
子どもと母親に分かれて行います。
別居中（離婚の有無は問わない）のDV被害を受けた女性と小学1～3年生の子ども
8組
事前説明会＝8月17日(日)13:30～15:30（要参加）
8月8日(金)までに電話で、こども家庭支援課 ☎245-5608、kateishien.CFC@city.chiba.lg.jpも可（㊟を明記）
同課 ☎前記 FAX245-5631

**健康づくりスポーツ教室**

骨盤エクササイズ＝9月11日～10月16日の木曜日。筋トレヨガ＝9月16日～10月28日（9月23日を除く）の火曜日。ステップエクササイズ＝9月19日～10月24日の金曜日。いずれも、19:30～20:30。各全6回
千葉ポートアリーナ
18歳以上の方
各25人
1,500円
8月15日(金)必着。応募フォーム (<https://forms.gle/Sw4PSpah26XnMeks8>) で、sanka@chibacity.spo-sin.or.jp、㊟（1人1通1教室）に㊟を明記）も可。郵送先＝〒260-0025中央区問屋町1-20千葉市スポーツ協会
同協会 ☎238-2380 FAX203-8936

**南部青少年センターの講座
「英会話を楽しもう」**

9月13日(土)・20日(土)13:30～15:00。全2回
16歳以上の方 12人

**8月21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 FAX268-1032。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館**

**青少年の日フェスタ
事前募集講座**

9月20日(土) ①10:30～13:30、②12:15～13:15、③14:00～15:00
生涯学習センター
①休日のランチを作ろう！、②③アルティアリ千葉Aillsのダンス教室
①小学4年～中学生、②小学1・2年生、③小学3・4年生
①18人、②③20人
8月15日(金)必着。電子申請で、㊟に㊟のほか、①アレルギーの有無を明記して、〒260-8722千葉市役所健全育成課へ郵送も可
同課 ☎245-5973 FAX245-5995

**療育センターふれあいの家
発酵食品短期教室**

9月21日(日)13:00～15:00
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
16人（付き添いの方を含む）
身体障害者手帳、エプロン
8月29日(金)までに電話で、療育センターふれあいの家 ☎216-5130。FAX277-0291・fureai1981@bz04.plala.or.jpも可（㊟を明記）
同施設 ☎FAX前記。月曜日（祝・休日の場合は翌日も）、祝・休日休館

**小学生陸上競技クリニック**

9月27日～10月25日（10月18日を除く）の土曜日 ①15:00～15:50、②16:00～16:50。各全4回。予備日＝11月1日(土)
青葉の森スポーツプラザ陸上競技場
①小学1～3年生、②小学4～6年生
各40人
2,000円
9月7日(日)までに、応募フォーム (<https://forms.gle/Z2Z6gwfwUAW1nSoPQF9>) で、sanka@chibacity.spo-sin.or.jp も可
市スポーツ協会 ☎238-2380 FAX203-8936

**パパスクール**

①9月28日、10月26日、②11月16日、12月7日の日曜日10:00～12:00。全2回（①②それぞれ1回）
①オンライン（Zoom）、②市役所
子どもとの遊び方、パートナーと協力して子育てをする意義などを学ぶ
市内在住で、就学前児の父親
先着20人
詳しくは、HP「千葉市 パパスクール」で検索
Eメールで、㊟を明記して幼保支援課 shien.CFE@city.chiba.lg.jp へ。FAX245-5629も可
同課 ☎245-5105 FAX前記

**外国人のための法律相談**

①8月2日(土)・②25日(月)13:00～16:00
国際交流協会

**弁護士による法律相談**

各先着4人
通訳希望者は要事前相談
①8月1日(金)・②22日(金)12:00までに電話で、国際交流協会 ☎306-1034
同協会 ☎前記 FAX306-1042。日曜日、祝・休日休業

**生涯現役支援センター&シルバー人材センター出張相談会**

8月4日(月)＝イコアス千城台1階フードコート、6日(火)・27日(火)＝イオンマリンピア店4階フードコート側エスカレーター前、8日(金)・29日(金)＝イオンスタイル鎌取3階イベントスペース、18日(月)＝イオンモール幕張新都心グランドモール2階ACTUS前、20日(火)＝市役所1階イベントスペース、26日(火)＝アリオ蘇我1階サンコートエスカレーター前。いずれも、10:00～16:00
就労・ボランティアなど、何かを始めたいシニアの相談窓口
当日直接会場へ
生涯現役支援センター ☎256-4510 FAX256-4507

**不妊専門相談**

電話相談 ☎090-6307-1122
8月7日～28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
対面相談
8月29日(金)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 FAX238-9946

**くらしとすまいの特設相談**

8月13日(火)10:00～15:00
市役所
相続・遺言、登記、税、不動産取引、建築・リフォーム、土地の境界
各相談先着8人
1人30分。電話相談不可
8月1日(金)9:00から電話で、広報広聴課 ☎245-5609・5298
同課 ☎前記 FAX245-5796

**こころの健康センターの相談**

①ギャンブル等依存相談＝8月13日(火)・26日(火)13:00～16:00。②思春期相談＝8月15日(金)、9月1日(月)14:00～16:00、8月28日(火)15:30～17:30。③一般相談＝8月20日(火)10:00～12:00。④高齢者相談＝8月21日(火)10:00～12:00。⑤アルコール・薬物依存相談＝8月27日(火)14:00～16:00。
①司法書士または精神保健福祉士、②～⑤専門医による相談
本人または家族
①③～⑤3人、②2人
電話で、こころの健康センター ☎204-1582
同センター ☎前記 FAX204-1584

**消費生活センターの
多重債務者特別相談**

8月14日(水)・28日(水)13:00～16:00
弁護士による相談
各先着6人
1人30分程度。相談には債務者本人が来所。家族同伴も可。電話相談不可

**電話で、消費生活センター ☎207-3000
同センター ☎前記 FAX207-3111**

**分譲マンション相談・
アドバイザー派遣**

8月14日(水)＝大規模修繕・維持管理・建て替えに関する相談、21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。FAX301-6279も可（㊟を明記）

**マンションライフサイクル
シミュレーション相談会**

8月14日(水)13:30～15:30
市役所
大規模修繕工事の実施にあたり、工事費の目安・今後の修繕積立金の増額の必要性などの相談に、住宅金融支援機構の職員が応じます。
マンション管理組合
2組
8月8日(金)必着。電子申請で。申請書（住宅政策課で配布。HPから印刷も可）を郵送、jutakuseisaku.URC@city.chiba.lg.jpも可。郵送先＝〒260-8722千葉市役所住宅政策課
同課 ☎245-5809 FAX245-5887

**助産師による女性のための
健康相談**

8月22日(金)10:00～12:00＝稲毛保健福祉センター、26日(火)13:30～15:30＝若葉保健福祉センター
生理不順・体の変化や見た目のこと・妊娠（望まない妊娠を含む）・出産・思春期・更年期など、女性の体や健康について
女性
電話で、各センター健康課・稲毛 ☎284-6493、若葉 ☎233-8191
健康支援課 ☎238-9925 FAX238-9946

**特設法律相談**

8月23日(土)13:00～16:00
市役所
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14日(水)までに電子申請で。広報広聴課へ ☎245-5609・5298も可
同課 ☎前記 FAX245-5796

**弁護士による養育費相談**

8月25日(月)＝稲毛保健福祉センター、29日(金)＝若葉保健福祉センター。いずれも、13:30～16:30
離婚に伴う養育費など
市内在住の、ひとり親家庭または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13日(火)必着。㊟に㊟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 FAX245-5631

**難病医師相談**

膠原（こうげん）病相談
9月2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

神経・筋難病相談

📅9月5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、スモンなどでお悩みの方と家族
🏢市役所
👨‍⚕️専門医による医療相談
👤各先着5人
☎電話で、健康支援課☎238-9968
📞同課☎前記📠238-9946

ふるさとハローワークの就活オンライン相談（Zoom）

📅火～木曜日15:00～16:20
🏠キャリアカウンセラーによる就労・生活支援の相談。職業紹介なし
👤各先着1人
📝事前に利用登録が必要です。登録方法はふるさとハローワーク事務局へお問い合わせください。
📝相談希望日の前週金曜日までに、ふるさとハローワーク📠から
📞同事務局☎292-8655📠221-5518

🏠LGBT専門相談

📅第1月曜日19:00～22:00（最終受け付け21:30）、第3日曜日10:30～13:30（最終受け付け13:00）
🏠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
相談専用電話☎245-5440。LINE相談は📠「千葉市 LGBT専門相談」で検索
📞相談日ごと1人1回30分。匿名・通称名での相談可
📞男女共同参画課☎245-5060📠245-5592

👤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の相談。相談先＝青少年サポートセンター中央（県教育会館内）☎245-3700、東分室（千城市市民センター内）☎237-5411、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（花見川市内センター等複合施設内）☎259-1110
📞同センター・中央☎前記📠237-0316



WEBアンケートであなたの意見を市政に！

8月1日(金)～10日(日)、📠でWEBアンケートを行います。
テーマ＝「観光振興」「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」
抽選で、市の施設利用券や限定セットを進呈。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

🏠飼い主のいない猫の不妊手術を実施

📅9月2日(火)・10日(水)・11日(木)・25日(木)・30日(火)

🏠市内に生息する飼い主のいない猫。個人申請＝市内在住で、地域の中で飼い主のいない猫の餌やトイレを適切に管理する方。地域申請＝市内自治会などで地域猫活動に取り組む地域代表者
👤個人申請＝各日先着8頭程度（1人2頭まで）。地域申請＝1地域につき10頭（日程は手術予定日内で別途調整）
👨‍⚕️手術時に耳先をカットします。手術は毎月行います。地域申請の要件など詳しくは、📠「千葉市 飼い主のいない猫」で検索
📝8月8日(金)から申請書(📠から印刷。動物保護指導センター、生活衛生課でも配布)と必要書類を、同センターへ直接持参（平日9:00～16:00）。地域申請は来年2月27日(金)まで
📞同センター☎258-7817📠258-7818

📺ティーミーティングの参加団体

📅9月4日(木)11:00～11:50、24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
👤各1団体（5～9人）
📝8月8日(金)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、話し合い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、📞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

募集作品 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。入賞作品の著作権は主催者に属し、作品は自由に利用します。入賞者の氏名・作品などは公表します。
他の賞に応募している作品や過去に提出した作品の提出はできません。
📝9月12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て、〒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・センター依頼・提供・両方会員

子育ての援助が必要な方（依頼会員）、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。提供会員、両方会員は有償ボランティアです。
🏠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
🏠依頼会員＝市内在住・在勤・在学の方または市原市・四街道市在住の方。提供・両方会員＝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。登録には基礎研修会と救命講習会の受講が必要
①基礎研修会・②救命講習会
📅①9月12日(金)・13日(土)または10月31日(金)、11月5日(水)9:30～12:45。各全2回。②9月5日(金)、10月23日(木)9:30～12:30
📞きぼーる

👤各先着①20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



📷千葉ロッテマリーンズ試合日程・招待

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/ 5(火)	18:00	福岡ソフトバンク
6(水)	18:00	福岡ソフトバンク
7(木)	18:00	福岡ソフトバンク
9(土)	18:00	オリックス
10(日)	18:00	オリックス
11(祝)	17:00	オリックス
19(火)	18:00	楽天
20(水)	18:00	楽天
21(木)	18:00	楽天
22(金)	18:00	埼玉西武
23(土)	18:00	埼玉西武
24(日)	17:00	埼玉西武
29(金)	18:00	福岡ソフトバンク
30(土)	18:00	福岡ソフトバンク
31(日)	16:00	福岡ソフトバンク

市民招待
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ホームゲームに招待します。
席は内野指定席
📅9月2日(火)～4日(木)・対北海道日本ハム、9日(火)・対オリックス、18日(木)・対楽天。いずれも、18:00試合開始
👤各100組200人
📝8月1日(金)12:00～17日(日)23:59に、応募フォーム(https://m-ticket-rsv.marines.co.jp/fscity/?utm_campaign=city_chiba) から（マリーンズIDの登録（無料）が必要。申し込みは1組1試合）
📞抽選結果は8月22日(金)に球団からメールで通知。当選した場合、追加で4枚まで優待価格で購入可。
詳しくは、千葉ロッテマリーンズ📠マリリーンズ・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

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/ 2(土)	19:00	いわきFC
16(土)	19:00	徳島ヴォルティス
30(土)	19:00	ヴァンフォーレ甲府

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27日(土)・対ロアッソ熊本
🏠小・中学生と保護者
👤40組80人
📝当選者には試合日のおおむね1週間前までに入場券を発送。試合が中止された場合などは、当選無効。開始時間など詳しくは、ジェフユナイテッド千葉📠
📝8月11日(祝)までに電子申請で
📞スポーツ振興課☎245-5966📠245-5592

📺千葉都市計画の変更についての案の縦覧

千葉都市計画ごみ運搬用管路の変更
幕張新都心地区ごみ運搬用管路（美浜区ひび野1丁目の一部の区域ほか）
千葉都市計画土地区画整理事業の変更
南部土地区画整理事業（中央区蘇我3丁目および蘇我5丁目の各一部の区域）。幕張台土地区画整理事業（花見川区幕張町1丁目の一部の区域）
縦覧期間＝8月18日(月)～9月1日(月)
縦覧場所＝都市計画課
なお、縦覧期間内に意見書を提出することができます。
📞同課☎245-5305📠245-5627

📺献血にご協力を

📅稲毛区＝8月19日(火)9:30～11:45、中央区＝19日(火)13:30～16:00、花見川区＝19日(火)14:00～16:00、緑区＝20日(水)9:15～11:15、若葉区＝20日(水)13:30～16:00、美浜区＝21日(木)13:30～16:00
🏢区役所
📞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(土)12:50～19:00、22日(金)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

🏠Jアラートによる情報伝達試験

📅8月20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

📺放置等LPガス容器撲滅運動を実施します

LPガス容器（プロパンガスボンベ）による転倒事故や漏えいなどの災害事故・LPガス容器を利用した犯罪を防止するため、屋外に放置された所有者不明のものや、家庭で不要になったLPガス容器を回収します。回収方法など詳しくは、お問い合わせください。
回収期間＝9月1日(月)まで
🏠LPガス容器（カセットボンベ、キャンプ用のアウトドア缶などは不可）
📞県LPガス協会☎246-1725📠243-6781（平日10:00～16:00）





☎308-0511 📠308-0520

科学館 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

📠①同館券売機・②8/9(土)から同館ミュージアムショップで、チケット購入。③8/23(土)から同館📠で。④8/12(火)必着。同館📠から。⑤（1講座1人1通）に⑥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

催し名など	日時・定員など
①プラネタリウム新番組「プラネタリウム ドラえもん 宇宙の模型」	📅各先着200人 📺投影日時など詳しくは同館📠
②星空コンサート「スターダストジャズ2025」	9/14(日)18:30～19:30 📅先着200人 📄1,500円（就学前児入場不可）
③天文講演会「宇宙の謎に挑む国立天文台」	9/28(日)15:15～16:25 📅先着200人 📺就学前児入場不可
④大人が楽しむ科学教室（千葉市科学フェスタ記念講演）	21世紀の半導体、トポロジカル半導体＝9/6(土)13:30～15:00、臓器ネットワークの破綻と代謝疾患:生活習慣病を防ぐために＝13(土)14:30～16:00、オーロラが映し出す太陽と地球の間の密接な関係＝27(土)13:30～15:00、植物の作る毒と薬～マルチオミクス解析からわかること～＝28(日)10:30～12:00 📅各50人

加曽利貝塚博物館 ☎231-0129 📠231-4986

月曜日（祝日の場合は翌日）休館

📠当日直接会場へ

催し名	日時・内容
特別史跡加曽利貝塚夏休み縄文ウィーク	8/13(水)～16(土)10:00～15:00 📺組み紐づくり体験などのほか、学芸員による企画展の解説も（15(金)・16(土)11:00～12:00、14:00～15:00） 📺小学2年生以下は保護者同伴
加曽利貝塚博物館・市原歴史博物館連携講座「ともにいのる」	8/30(土)12:30～16:10 📺生涯学習センターホール 📺縄文から現代までの「祈りの場」について、民俗学的・考古学的視点からアプローチ 📅先着300人

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

📠①②④当日直接会場へ。③⑥8/14(木)・⑨⑫31(日)、⑬9/14(日)までに、Eメールで⑥を明記して、生涯学習センター📠manabi.kouza@ccllf.jpへ。⑤⑦⑧8/14(木)・⑩⑪31(日)までに、⑤（1人1通1講座）に⑥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月曜名画座「バビロンの陽光」	8/4(月)10:00～11:30、14:00～15:30 📅各先着300人
②木曜名画座「ウォーナーの謎のリスト」	8/21(木)10:00～12:00、14:00～16:00 📅各先着300人
③スクラッチ入門～変数・乱数編	8/22(金)・23(土)10:00～12:00、13:30～15:30 📺スクラッチを使ったことがある小学3～6年生 📅各10人
④夏休み子ども上映会 映画すみっコぐらし「ツギハギ工場のふしぎなコ」	8/23(土)10:00～11:10 📅先着50人
⑤パワーポイント入門	8/29～9/19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
⑥スマホ写真の取込み	8/30～9/13の土曜日10:00～12:00 全3回 📺パソコンで文字入力ができる方 📅16人 📺スマートフォン、USBメモリ、スマホとパソコンを接続するケーブル
⑦クマと私たちの距離	9/2(火)13:30～15:30 📅40人
⑧ちば埋文講座「知ってほしい千葉市の遺跡」	9/10(水)10:00～12:00 📅50人
⑨市民自主企画講座 かんたん×おいしい子育てごはん	9/12(金)・26(金)10:00～11:30 全2回 📺乳幼児の保護者 📅18人 📄1,000円 📺託児あり。申し込み時に申し出（📅1歳以上の乳幼児 📅6人）
⑩睡眠と健康の知恵袋講座	9/16(火)10:00～11:30 📅30人
⑪はじめてのパソコン	9/18～10/23の木曜日10:00～12:00 全6回 📺パソコン初心者 📅16人 📺USBメモリ 📄1,400円

講座・催し名	日時・対象・定員など
⑫エクセル速習講座～2日間で学ぶ！基礎関数～	9/21(日)・28(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 📄4,500円
⑬パパと作ろう おひるごはん！	9/27(土)10:00～13:00 📺小学生以上の子どもと保護者 📅12組24人 📄1,000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	初めての陶芸教室	8/21・28、9/11・18、10/2の木曜日10:00～12:00 全5回 📺成人 📅16人 📺エプロンまたは汚れてもよい服装で 📄1,000円 📠8/12(火)までに、Eメールで⑥を明記して、同館📠oubo.oihama@ccllf.jpへ
	葛城公民館 ☎222-8554 📠222-1453	潮見佳世乃 歌物語「能登山の椿」	8/31(日)14:00～15:00 📅30人 📠8/2(土)～15(金)に電話で
	川戸公民館 ☎265-9256 📠265-4372	終活セミナー～相続について知ろう～	8/26(火)、9/2(火)10:00～12:00 全2回 📺65歳以上の方 📅20人 📠8/15(金)までに電話で。同館📠からも可
	末広公民館 ☎264-1842 📠264-3746	触って覚える！スマホ教室（Android）スマホの基本と①LINEの体験・②防災・③キャッシュレス体験	①8/27(水)、②9/24(水)、③10/8(水)10:00～12:00 📺65歳以上の方 📅各14人 📺スマートフォンは貸し出し機を使用 📠8/7(木)までに電話で
	椿森公民館 ☎254-0085 📠254-1285	親子で楽しむ♪ ① 森 の 積 み 木 KUMINO（クミノ）ワークショップ ②ウイナー飾り切り教室	①9/6(土)・②20(土)10:00～12:00 📺4歳～小学2年生と保護者 📅各10組 📠8/15(金)ま で に 電 話 で。📠oubo.tsubakimori@ccllf.jpも可（⑥を明記）
	星久喜公民館 ☎266-4392 📠266-4981	古典講座「蜻蛉日記を読む」	9/13～10/4の土曜日10:00～12:00 全4回 📺成人 📅20人 📄800円 📠8/2(土)～12(火)に 電 話 で。📠oubo.hoshiguki@ccllf.jpも可（⑥を明記）
	松ヶ丘公民館 ☎261-5990 📠263-9280	親子3B体操	8/30(土)、9/6(土)10:00～11:00 全2回 📺就学前児と保護者 📅10組 📠8/2(土)～14(木)に電話で。同館📠からも可
	宮崎公民館 ☎263-5934 📠263-4904	親子で遊ぼう！楽しもう！うさぎさーくる体験会	9/10(水)・24(水)10:00～11:45 全2回 📺就学前児と保護者 📅10組 📺はさみ、のり、クレヨン、レジャーシートなど 📄500円 📠8/30(土)までにEメールで⑥を明記して、同館📠oubo.miyazaki@ccllf.jpへ。同館📠からも可
	朝日ヶ丘公民館 ☎272-4961 📠271-6994	テレビ局出前講座「テレビの災害報道から学ぶ防災講座」	8/30(土)14:00～16:00 📺成人 📅30人 📠8/2(土)～22(金)に電話で
	検見川公民館 ☎271-8220 📠271-9319	夏休み 検見川公民館に遊びにおいて	8/21(木)10:00～12:30、13:30～15:00 📺工作、輪投げ、折り紙、将棋など 📺小学生（家族同伴可） 📅各先着50人 📺途中、入退場可 📠当日直接会場へ
花見川	檜橋公民館 ☎259-2958 📠259-6431	草木染め体験講座「エコバックをウコンで染めよう」	9/11(木)10:00～12:00 📺成人 📅10人 📺ゴム手袋、エプロン、持ち帰り用ビニール袋 📄1,500円 📺汚れてもよい服装で 📠8/21(木)までに電話で。同館📠からも可
	こてはし台公民館 ☎250-7977 📠250-1992	歴史講座「佐倉千葉氏の成立と歴史舞台からの退場」	9/20(土)・27(土)10:00～12:00 全2回 📺成人 📅20人 📺難聴者支援ヒアリンググループ設置あり 📠8/2(土)～23(土)に電話で。同館📠からも可

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📠参照。

区	館名	講座名など	日時・対象・定員・申込方法など
花見川	さつきが丘公民館 ☎250-7967 FAX286-6469	シニアのためのスマホお助け隊（個別相談）	8/24(日)9:00～12:00 対象60歳以上の方 定員20人 持ち物スマートフォン 申込8/5(火)～13(水)に電話で。同館HPからも可
	長作公民館 ☎258-1919 FAX286-6449	長作地区に貝塚があった！	9/8(月)10:00～12:00 対象成人 定員15人 申込8/16(土)までに電話で。同館HPからも可
	花園公民館 ☎273-8842 FAX271-0370	親子で遊ぼう～親子体操教室～	9/2(火)・16(水)10:00～11:00 全2回 対象1歳6カ月～3歳児と保護者 定員10組20人 申込8/2(土)～12(火)に電話で。同館HPからも可
	花見川公民館 ☎257-2756 FAX286-0185	体験講座「スクエアドダンス」	9/3(水)・10(水)10:00～12:00 全2回 対象成人 定員20人 持ち物動きやすい服装で 申込8/6(水)～21(木)に電話で。同館HPからも可
	幕張公民館 ☎273-7522 FAX273-6185	こどものあそびば@幕張	9/18(木)10:30～11:30 対象1～3歳児と保護者 定員12組 申込8/2(土)～9/1(月)必着。⑤に⑥を明記して、〒262-0032花見川区幕張町4-602幕張公民館へ。同館HP、直接来館（返信用④を持参）も可
	幕張本郷公民館 ☎271-6301 FAX271-0881	日本語を教えるボランティアのための入門講座	9/2・9・23、10/7・14・28の火曜日15:00～17:00 全6回 対象成人 定員8人 料金2,750円 申込8/4(月)～18(月)に電話で
稲毛	稲毛公民館 ☎243-7425 FAX243-3962	今から取り組もう！防災	9/11(木)13:30～15:30 対象成人 定員20人 申込8/19(火)～25(月)に電話で
	草野公民館 ☎287-3791 FAX287-3672	手話体験講座～基礎から楽しく学びましょう～	9/18(木)・25(木)10:00～12:00 全2回 対象成人 定員16人 申込8/2(土)～13(水)に電話で。同館HPからも可
	小中台公民館 ☎251-6616 FAX256-6179	脳科学からみた運動の効用	9/15(祝)9:30～11:30 対象成人 定員30人 申込8/30(土)～9/6(土)に電話で。同館HPからも可
	山王公民館 ☎421-1121 FAX423-0359	鉄オタ先生の歴史講座～つながらなかった鉄道～小湊鐵道・いすみ鉄道・久留里線	9/13(土)10:00～12:00 対象成人 定員20人 申込8/27(水)～9/2(火)に電話で
	千草台公民館 ☎255-3032 FAX255-3682	声を出し響きあう和の心 ～初めての詩吟講座～	8/24(日)・31(日)13:00～15:00 全2回 対象成人 定員10人 申込8/2(土)～8(金)に電話で
	都賀公民館 ☎251-7670 FAX284-0627	ママと赤ちゃんとのやさしい時間「ベビーマッサージでスキンシップ」	9/4(木)・18(木)10:00～12:00 全2回 対象3～7カ月児と保護者 定員8組 申込8/2(土)～15(金)に同館HPで
	轟公民館 ☎251-7998 FAX285-6301	オリジナルミュージカル「DREAMER」公演	8/24(日)13:00～14:10、15:00～16:10 対象小学生以上の方 定員各50人 申込8/2(土)～15(金)に電話で。同館HPからも可
	緑が丘公民館 ☎259-2870 FAX286-6442	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」	9/2・16・30、10/7の火曜日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 持ち物動きやすい服装で 申込8/5(火)～19(火)に電話で。📧oubo.midorigaoka@ccllf.jpも可（⑥を明記）
	大宮公民館 ☎265-2284 FAX265-6948	ボッチャを体験しよう！	8/20(水)9:30～11:30 対象小学生～成人 定員12人 申込8/2(土)～9(土)に電話で。📧oubo.omiya@ccllf.jpも可（⑥を明記）
	加曽利公民館 ☎232-5182 FAX232-6408	歴史講座「最新の研究から加曽利貝塚を考える」	8/23(土)10:00～12:00 対象成人 定員16人 申込8/2(土)～9(土)に電話で。📧oubo.kasori@ccllf.jpも可（⑥を明記）
若葉	更科公民館 ☎239-0507 FAX239-0569	ふれあいコンサート～ギターの調べと共に～	9/6(土)13:30～15:00 対象先着20人 申込当日直接会場へ
	千城台公民館 ☎237-1400 FAX237-1401	行政書士の相続講座～相続の基本を学びましょう～	10/15(水)10:00～12:00 対象成人 定員20人 申込8/28(木)～9/13(土)必着。⑤に⑥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

区	館名	講座名など	日時・対象・定員・申込方法など
若葉	みつわ台公民館 ☎254-8458 FAX254-3135	触っておぼえる！スマホの基本と防災	9/1(月)10:00～12:00 対象成人 定員16人 申込8/12(火)必着。⑤に⑥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、直接来館（返信用④を持参）も可
	若松公民館 ☎231-7991 FAX231-0798	サークル体験会「初心者歓迎！正宗（せいそう）太極拳」	9/2～16の火曜日15:00～16:45 全3回 対象成人 定員10人 申込8/7(木)必着。⑤に⑥を明記して、〒264-0021若葉区若松町2117-2若松公民館へ。同館HP、直接来館（返信用④を持参）も可
緑	越智公民館 ☎294-6971 FAX294-1931	災害食体験教室「災害時の食事について」	9/6(土)10:00～13:00 対象成人 定員12人 持ち物エプロン、三角巾、手拭き、マスク 料金600円 申込8/2(土)～8(金)に電話で
	おゆみ野公民館 ☎293-1520 FAX293-1521	シニアのためのスマホ講座「基本操作と災害時に役立つ機能」	9/10(水)10:00～12:00 対象おおむね65歳以上の方 定員16人 申込8/15(金)～25(月)に電話で
	椎名公民館 ☎292-0210 FAX292-4631	卓球で健康長寿	9/8(月)・22(月)・29(月)13:30～15:30 全3回 対象65歳以上の方（経験は問いません） 定員10人 持ち物動きやすい服装で 申込8/2(土)～12(火)に電話で
	土気公民館 ☎294-0049 FAX294-4233	文学講座「夏目漱石と千葉県」	9/11(木)14:00～16:00 対象成人 定員30人 申込8/8(金)必着。⑤に⑥を明記して、〒267-0061緑区土気町1631-7土気公民館へ。同館HP、直接来館（返信用④を持参）も可
	誉田公民館 ☎291-1512 FAX292-7487	スマホ体験教室 スマホの基本と①防災・②LINE体験	8/27(水)①10:00～12:00、②13:30～15:30 対象おおむね65歳以上の方 定員各20人 申込8/14(木)までに電話で。📧oubo.honda@ccllf.jpも可（⑥を明記）
	磯辺公民館 ☎278-0033 FAX278-9959	大人の美術講座 日本美術史	8/21(木)9:30～12:00 対象成人 定員30人 申込8/6(水)までに電話で。📧oubo.isobe@ccllf.jpも可（⑥を明記）
美浜	稲浜公民館 ☎247-8555 FAX238-4176	ベビーとお母さんの体操教室	9/12～26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 持ち物バスタオルなど 持ち物動きやすい服装で 申込8/2(土)～24(日)に電話で。📧oubo.inahama@ccllf.jpも可（⑥を明記）
	打瀬公民館 ☎296-5100 FAX296-5566	文化講座「平安貴族の月見～紫式部と藤原道長～」	9/9(火)14:00～16:00 対象成人 定員30人 申込8/13(水)～19(火)に電話で。同館HPからも可
	幸町公民館 ☎247-0666 FAX238-4153	フラダンス教室	9/10(水)・24(水)10:00～12:00 全2回 対象成人 定員15人 持ち物動きやすい服装で 申込8/2(土)～20(水)に電話で。📧oubo.saiwaicho@ccllf.jpも可（⑥を明記）
	高浜公民館 ☎248-7500 FAX248-6851	眉メイクレッスン～似合うメイクを身につけてお出かけしませんか？～	9/16(火)10:00～12:00 対象成人 定員10人 持ち物メイク用品、手鏡 申込8/20(水)～29(金)に電話で。同館HPからも可
	幕張西公民館 ☎272-2733 FAX271-8944	そば打ち体験講座～希少なそばで打つ、贅沢な趣味時間～	8/27(水)9:30～12:30 対象成人 定員12人 持ち物エプロン 料金1,600円 申込8/2(土)～11(祝)に電話で。同館HPからも可

子育ておしゃべりタイム
📅10:00～12:00 対象子育て中の方・妊婦およびパートナー（子ども同伴可）
申込当日直接会場へ（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
中央	8/13(水)20(水)	松ヶ丘公民館 末広公民館	松ヶ丘公民館 ☎261-5990	若葉	8/7(木)28(木)	若松公民館 みつわ台公民館	千城台公民館 ☎237-1400
花見川	8/27(水)	幕張公民館	幕張公民館 ☎273-7522	緑	8/25(月)	誉田公民館	誉田公民館 ☎291-1512
稲毛	8/4(月)22(金)25(月)	都賀公民館 山王公民館 小中台公民館	小中台公民館 ☎251-6616				

ふるさと農園 ☎257-9981 FAX258-1024
月曜日（祝・休日の場合は翌日）休園
申込8月10日(日)必着。同園HPから。⑤（1講座1人1通）に⑥を明記して、〒262-0011花見川区三角町656-3千葉市ふるさと農園へ郵送も可

講座名	日時・定員・料金
親子で米粉を使って料理をしよう	9/21(日)9:30～14:00 対象小学生と保護者 定員12組24人 料金1組2,000円
家庭で楽しめるパン作り	9/24(水)9:30～14:00 定員24人 料金2,000円

講座名	日時・定員・料金
カカシ作り	9/28(日)10:30～12:00 定員20人

いきいきプラザ・センター

※①～③⑥～⑧⑩～⑬市内在住で60歳以上の方
※8/1(金)9:30から催しの前日まで（①③⑥⑧⑬は10(日)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
中央いきいきプラザ ☎209-9000 FAX209-9006	
①短期講座「楽しく脳レク体操」	8/17・31、9/7・21の日曜日9:30～11:30 全4回 定員25人
②夏の和太鼓演奏会	8/24(日)13:30～15:00 定員先着60人
③短期講座「いきいき脳・からだ活性化講座」	9/3・17、10/1・15の水曜日9:30～11:30 全4回 定員30人
蘇我いきいきセンター ☎264-6966 FAX264-6967	
④触っておぼえる！スマホの基本とLINE体験	8/27(水)10:00～12:00 定員先着16人
若葉いきいきプラザ ☎228-5010 FAX228-8956	
⑤若葉いきいき夏フェス	8/31(日)10:00～15:00 ※吹奏楽演奏会、和太鼓演奏会、縁日、福祉マルシェ、バルーンアート、モルック、脳年齢測定など
都賀いきいきセンター ☎232-4771 FAX232-4773	
⑥短期講座「スマートフォン初級講座」	9/5・19、10/3・17の金曜日9:30～11:30 全4回 定員16人 ※スマートフォン、上履き 定価300円
⑦我が家の防災対策	9/9(火)10:00～11:00 定員先着16人 定価上履き
土気いきいきセンター ☎205-1000 FAX205-1001	
⑧短期講座「チューブで筋トレ体操」	9/6・20、10/4・18の土曜日13:00～15:00 全4回 定員20人
緑いきいきプラザ ☎300-1313 FAX300-1511	
⑨多世代交流「モルック」	8/16(土)9:30～11:00 定員先着16人
美浜いきいきプラザ ☎270-1800 FAX270-1811	
⑩体を動かそう！楽しくエアロビ体操	8/22(金)14:30～16:30 定員先着28人
⑪みはま歌声集会	8/30(土)13:30～15:00 定員先着80人

講座名	日時・内容・定員など
⑫健康フェスティバル	8/31(日)9:45～11:45、13:15～15:15 ※骨密度・血管年齢・体組成測定 定員先着112人
⑬短期講座「京都学講座」	9月の金曜日14:30～16:30 全4回 ※京都の魅力を学ぶ 定員25人 定価240円
真砂いきいきセンター ☎278-9641 FAX278-9642	
⑭はじめてのスマートフォン体験入門編	9/11(木)13:00～15:00 定員18人 定価上履き
⑮触っておぼえる！スマホの基本とLINE体験	9/25(木)13:00～15:00 定員18人 定価上履き

男女共同参画センター ☎209-8771 FAX209-8776
月曜日・祝日休館
※①④③1歳6カ月以上の就学前児を対象に託児あり。申し込み時に申し出
※Eメールで、※を明記して、同センターE:sankaku@f-cp.jpへ。電話も可。

講座・催し名	日時・定員など
①フレンドシップトークサロン	④映画「カランコエの花」を観て語ろう＝8/9(土)10:00～11:30、⑥「らしさ」を決めるのは誰ですか＝20(水)19:00～20:30 定員各先着15人
②映像セミナー「ラーゲリより愛を込めて」	8/16(土)10:00～12:20 定員先着20人
③女性チャレンジ応援セミナー「データを味方に！GoogleアナリティクスでWeb改善」	9/5(金)14:00～16:00 ※Web運営に携わっている女性 定員先着10人 ※ノートパソコン（タブレット不可）
④しごと応援シリーズ3「ここが知りたい！改正育児休業法について」	9/26(金)18:30～20:30 ※生涯学習センター 定員先着20人

TIPSTAR DOME CHIBA（千葉競輪場）

公営事業事務所 ☎251-7111 (株)JPF FAX050-3512-3840
PIST6 Championship（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）。一般観戦席への入場は無料（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(日)・ 4(月)	千葉市営競輪第5回第3節	8/18(月)・19(火)
千葉市営競輪第5回第2節	6(水)・ 7(木)	千葉市営競輪第5回第4節	21(木)・22(金)

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（動画での指導となる場合があります）。
※10・1月開始の2コース。いずれも3カ月間、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。
※いずれも初めての方(②10月開始のコースは昨年10月～今年9月に同訓練を受けていない方) 優先。
※8月12日(火)消印有効。⑥（1人1通1会場）に【下記】記入例のとおり明記して、郵送。市社会福祉協議会※からも可。重複申込無効。応募多数の場合、8月22日(金)①9:30・②10:00から各プラザ・センターで公開抽選。結果は8月28日(木)に発送。

往復はがき記入例

85
[返信]

〇〇〇-〇〇〇〇
住 申 込 者 の 郵 便 番 号
所 込 者 の 郵 便 番 号
氏 氏 名 を 記 入

往信（裏）
1 希 望 す る 事 業
 (①か②)
2 ①は曜日・時間
 ②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

85
[往信]

〇〇〇-〇〇〇〇
住 所 ・ 施 設 名 を 記 入
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 FAX209-9006	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 FAX264-6967		各15人	水	12:00	16人
花見川	花見川いきいきプラザ 〒262-0011 三角町750	☎216-0080 FAX216-0083		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 FAX286-8031		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 FAX250-4652		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 FAX242-8175		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 FAX207-1368		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 FAX228-8956		大規模修繕工事のため調整中です。会場など詳しくは、お問い合わせください。			
	大宮いきいきセンター ＊ 〒264-0015 大宮台7-8-1	☎265-1751 FAX265-1741		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 FAX232-4773		各18人	水	13:30	15人
緑	緑いきいきプラザ 〒266-0005 菅田町2-15-65	☎300-1313 FAX300-1511		各15人	金	9:30 13:30	各26人
	越智いきいきセンター 〒267-0055 越智町822-7	☎205-1290 FAX205-1291	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	12人			
美浜	土気いきいきセンター 〒267-0061 土気町1634	☎205-1000 FAX205-1001	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 FAX270-1811		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 FAX278-9642		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。



いなげの浜で9/6(土)・7(日)に開催!

ビーチゲームズ日本招致プロジェクト

ジャパンビーチゲームズ フェスティバル千葉2025



トップ選手のプレーを
無料で観戦できます。



事前の申し込みなく
無料で体験できます。

日本最大級のビーチスポーツの祭典がいなげの浜で開催!
トップ選手のプレーを観戦できる競技や気軽に参加できる体験会
が盛り沢山! キッチンカーも出店します。みんなでビーチへGO!

日時 9月6日(土)・7日(日)10:00~17:00 荒天中止

会場 稲毛海浜公園いなげの浜

備考 駐車場には限りがあるため、できるだけ公共交通機関
をご利用ください。

予告なくプログラムが変更になる場合があります。

各競技のスケジュールなど詳しくは、JBGF 千葉2025

図スポーツ振興課 ☎245-5966 FAX245-5592



ビーチテニス



スラックライン



フレスコボール



ビーチサッカー



ビーチフラッグス



ビーチコーフボール



ビーチレスリング



ビーサン跳ばし



ビーチモルック



参加者募集!

JBG®F CHIBA ビーチモルック千葉市長杯一般大会

モルックとは、木の棒を投げて木の的を倒すシンプルで誰でも
気軽に参加できるスポーツです。モルックをビーチで楽しむ大会
を開催しますので、ぜひご参加ください。

日時 9月7日(日)8:45~11:45 (8:30~8:45受け付け)

定員 24チーム (1チーム2~3人)

料金 1人につき1,500円 (現地支払い)

申込方法 8月27日(水)までに応募フォームから



応募フォーム



ビーチチア&
ダンスフェスティバル



ビーチバレーボール



フライングディスク



ビーチ相撲



エアバドミントン



ビーチリトミック



ラジオ体操



海辺の安全教室



ビーチクリーン



参加者に
オリジナル
バッグを
プレゼント

★

ナイトタイムイベントを
楽しもう☆

★

いなぶー^{リョウスイヨまつリ}流水夜祭

「プール×祭」をテーマに、賑わいと非日常をお届けします。流れるプールや波のプールなどで夜のプールが楽しめます！さらに、屋台グルメや和太鼓演奏などのライブステージも登場します。幻想的なプールで泳ぎながら、夏祭りの賑わいをまるごと体感できる新感覚ナイトイベントです。



日 時

8月2日(土)～31日(日)
10:00～20:00
*ナイトイベントは17:00から

会 場

稲毛海浜公園プール

料 金

一般2,000円、高校生1,000円、小・中学生500円、満4歳以上の幼児200円（中学・高校生は学生証の提示が必要）

詳しくは、

いなぶー ナイトプール

問

株ワールドパーク

☎247-2771

FAX050-3204-7331

★

カフェ呂久呂がつなぐ
夜まちプロジェクト

千葉の夜をもっと楽しもう！
カフェ呂久呂では、夜限定のフード＆ドリンクメニューが登場。期間中に、浴衣で来店すると1品サービスなど特典がもらえるイベントも開催します！この夏、カフェ呂久呂と一緒に特別な夜を体験しませんか？近隣の飲食店でカフェ呂久呂と連携したイベントを開催！



日 程

8月1日(金)～31日(日)

会 場

カフェ呂久呂（中央区中央3-4-10野口ビル1階）他

時間、会場など詳しくは、

カフェ呂久呂 ナイトタイム

問

株オニオン新聞社

☎201-8811

FAX201-8815

★

トワイライトZOO

4日間だけの開園時間特別延長！
夕涼みをしながらの動物観察、木々のライトアップやランタンなどに照らされた園内の雰囲気、さらには特別講演会まで楽しめます。レストランも時間を延長して営業します。
動物公園で、夏の思い出づくりを♪



日 時

8月9日(土)・10日(日)・16日(土)・17日(日)9:30～20:00
*最終入園・駐車場への入庫は19:30まで

会 場

動物公園

料 金

高校生以上800円

備 考

展示動物は夕方から順次収容を開始し、18:45には完全収容します。

詳しくは、

千葉市 トワイライトZOO

問

動物公園

☎252-1111

FAX255-7116

水曜日（祝・休日の場合は翌日）休園

市美術館開館30周年記念展

未来／追想
千葉市美術館と現代美術

千葉市美術館は、現代美術もコレクションの核のひとつとして収集し、これまで120もの現代美術展を開催してきました。

本展では、その展覧会史を振り返りながら、草間彌生、河原温、中西夏之、田中敦子らの作家による珠玉のコレクション約180点を展示し、戦後美術の多様な展開を紹介します。さや堂ホールでの過去の展覧会の再現も行います。

また、8月31日(日)までは漫画家・芸術家として活躍する西島大介さんによる千葉市美術館オリジナルゲームの体験や、NFTアートを獲得できるデジタルスタンプラリーも開催します。

子どもから大人まで現代アートに触れ合う夏をお楽しみください。

会 期

8月2日(土)～10月19日(日)10:00～18:00
(金・土曜日は20:00まで)
月曜日休室（祝・休日の場合は翌日）

会 場

市美術館7・8階企画展示室

料 金

一般1,500円、大学生1,000円、高校生以下無料

問

市美術館

☎221-2311

FAX221-2316

第1・3月曜日（祝・休日の場合は翌日）休館

千葉開府
900年への道

「十一、千葉の親子三代夏祭りのはじまり」

8月16日(土)・17日(日)に今年も「千葉の親子三代夏祭り」が開催されます。`親・子・孫の三世代で楽しめるように、`という思いで名付けられた千葉の親子三代夏祭りは、今年で開催50回目を迎えます。

千葉市の風物詩として広く市民の皆さんの心に定着しているこの夏祭りは、いつ、どのようにして始まったのでしょうか。

戦後の経済成長と人口増加の中の1976年、「知ろう 愛そう つくろう郷土千葉」をテーマに、千葉開府850年記念事業が行われました。歴史を振り返り、未来に残したいものや「市としてあるべき姿」を目指して記念式典や記念パレードなどさまざまな事業が行われるなか、`新しい千葉の顔をつくろう、`という市民自らの試みとして「第一回千葉の親子三代夏祭り」は開催されました。千葉開府850年をきっかけに、現在にも続く伝統行事が始まったのです。

来年迎える千葉開府900年を祝う記念事業も、この歴史的な節目を迎える喜びを皆さんと分かち合うため、さまざまな取り組みを行います。その先の千葉開府1000年を見据え、千葉の親子三代夏祭りのように伝統として受け継がれ、豊かな未来につながる取り組みとなるように進めて行きます。多くの皆さんに千葉開府900年記念事業に参加いただきたいと思います。

