

韓国語 : 이 자료는 읽기 쉬운 일본어로 쓰여져 있습니다.

外国人の皆さんへ

ベトナム語 : Tap chí thông tin này được viết bằng tiếng Nhật đơn giản.



千葉市生活情報誌 (ちばし せいかつ じょうほうし) ちばし 千葉市 ちば

2021年7月号

発行 : 公益財団法人千葉市国際交流協会 編集 : THANKS

やさしい日本語版

〒260-0026 千葉市中央区千葉港2-1 千葉中央コミュニティセンター2階

TEL : 043-245-5750 FAX : 043-245-5751

第138号

ホームページ : <https://www.ccia-chiba.or.jp/>

フェイスブック : <https://www.facebook.com/ccia1994>

この情報誌は 下の URL または 右の QR コードからダウンロードすることができます。

<https://www.ccia-chiba.or.jp/index.php/forforeign/residentialnewsletter.html/>



千葉市からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症 関連情報

12歳~64歳の方の ワクチン接種

千葉市では かかりつけ医療機関

(いつも行く 病院など)を

中心に コロナワクチンの接種を
しています。

千葉市に住んでいる 60歳以上
の方の家にワクチン接種券を

送りました。

他の年齢の方は 下の白までに 送ります。

★50歳~59歳の方 : 7月10日(土)まで

★12歳~49歳の方 : 7月16日(金)まで

①接種券が届いたら 一緒に入っている

お知らせを 見て ください

②予約できる時期になったら 接種場所を 予約して
ください

③接種の時は 予約した時間に 遅刻しないで
ください

④ワクチンは 決められた日に もう1度接種します

⑤予約できる時期は

千葉市 コロナワクチン 個別接種で 検索するか
質問してください

相談・質問 : 市コロナワクチン接種コールセンター

☎0120-57-8970 毎日8:30~18:00



★低所得の子育て世帯向け給付金を支給します

新型コロナウイルスの影響で ひとり親世帯でなくても

所得の低い子育て世帯に 支援をします。

支給額は 子ども一人につき 5万円です。

支給の対象・必要な条件・支給時期など

くわしいことは 質問してください。

質問 : 千葉市子育て世帯給付金事務局

☎043-400-2603

国民健康保険・後期高齢者医療制度の 保険証と 保険料決定通知書

①国民健康保険について

国民健康保険の保険証(74歳以下)の 新しい

保険証は 7月中旬ごろに届きます。

今使っている 保険証は 7月31日(日)まで使えま

す。8月1日からは 新しい保険証を 使って

ください。

質問 : 各区役所 市民総合窓口課

中央 ☎043-221-2131 花見川 ☎043-275-6255

稲毛 ☎043-284-6119 若葉 ☎043-233-8131

緑 ☎043-292-8119 美浜 ☎043-270-3131

②後期高齢者医療制度について

後期高齢者医療制度の保険証(主に 75歳以上)の

新しい保険証は 7月中旬ごろに届きます。

今使っている 保険証は 7月31日(日)まで

使えます。8月1日からは新しい保険証を使ってください。

後期高齢者医療制度の保険料の決定通知書を7月中旬ごろに郵送します。期限までに保険料を払ってください。

後期高齢者医療制度に關係する保険料の計算方法・払い方・保険料の負担割合などが収入などによって違います。

くわしいことは質問してください。

質問：各区役所 市民総合窓口課

中央 ☎043-221-2133 花見川 ☎043-275-6278

稲毛 ☎043-284-6121 若葉 ☎043-233-8133

緑 ☎043-292-8121 美浜 ☎043-270-3133

夏の交通安全運動

「交差点 警でも左右 確認」をスローガンにして7月10日(土)～19日(月)の10日間 夏の交通安全運動をします。交通ルールを守って事故にならないようにしてください。



★運動の重点目標

- ①ゼブラ・ストップをする。
(横断歩道の前では車をとめる)
- ②子どもとお年寄りの安全に注意する
- ③お酒を飲んだら運転しないさせない
- ④自転車を安全に利用する

質問：地域安全課 ☎043-245-5148

国民年金保険料の免除

日本に住む20歳以上59歳以下の方が保険料を払い65歳から受取ることができる年金です。国民年金保険料を払うことが難しい人には免除になったり後で払うことができる制度がありますので利用してください。国民年金保険料を払わないままだと年を取ってから年金がもらえないこともあります。

申請方法：住んでいる区で申請ができます。

申請書は区役所などでもらえます。

市のホームページからも印刷できます。

くわしいことは千葉市 国民年金保険料免除で検索するか質問してください。

申請・質問：各区役所 市民総合窓口課

中央 ☎043-221-2133 花見川 ☎043-275-6278
稲毛 ☎043-284-6121 若葉 ☎043-233-8133
緑 ☎043-292-8121 美浜 ☎043-270-3133

行って みましょう

新型コロナウイルスの影響で 催し

(イベント)が 変更・中止・延期になる場合があります

あります
身体の具合が悪いときは イベントに 行かないで ください。

新しい情報は 主催者に 質問してください。

まいぶん古代体験教室

日時：7月27日(火)・29日(木)

8月3日(火)・5日(木)・10日(火)・
12日(木)・17日(火)・19日(木)・
24日(火)・26日(木)

時間：10:30～12:00 または 13:30～15:00

内容：古代の人たちと同じ方法で 世界に1つだけの 勾玉を作ります。

対象：小学生(3年生までは 保護者と一緒に乗ってください)

定員：各回10人

申込：Eメール maibun.fukyu@collf.jp から 申し込んでください。

場所・質問：千葉市 埋蔵文化財 調査センター ☎043-266-5433



今年もオープン 稲毛海浜公園プール

千葉県でもっとも大きい稲毛海浜

公園プールが今年もオープン

します。流れるプールのほか 8種類の

プールで 子どもから大人まで

楽しく遊べます。

営業日時：7月17日(土)～8月29日(日)

10:00～17:00(16:00までに 来て ください)

7月19日(月)～21日(水)は お休みです

料金：一般1,200円・高校生850円・

小・中学生400円・4歳以上の子ども200円

駐車料金：普通車600円・大型車2,000円

チケット：当日券は ないので ホームページ

[Inage Sunset Pool]で 先にチケットを 買って



ください。

質問：(株)ワールドパーク ☎043-247-2771

市営プール オープン

次の6か所の市営プールもオープンします。

どのプールも料金はおなじです。

料金：一般220円 中学・高校生100円

小学生以下70円

質問：営業日時など かわいいことは各プールへ

質問してください

- ①千葉公園水泳プール ☎043-253-7844
- ②みつわ台第2公園水泳プール ☎043-254-0105
- ③有吉公園水泳プール ☎043-291-1800
- ④古市場公園水泳プール ☎043-265-3005
- ⑤高洲スポーツセンタープール ☎043-279-9235
- ⑥幸町公園水泳プール ☎043-241-5305

公民館の講座

★アイドルダンス 体験教室

日時：7月29日～8月12日の 木曜日

13:00～17:00 全3回

対象：小学3～6年生

定員：早い人から10人

料金：500円

場所・申込・質問：宮崎公民館

☎043-263-5934

★初心者のための ボッチャ体験教室

日時：7月22日(祝) 10:00～12:00

対象：成人

定員：早い人から10人

場所・申込・質問：朝日ヶ丘公民館

☎043-272-4961

★スクラッチ(プログラミング)入門

日時：8月6日(金) 10:00～12:00

対象：小学生

定員：早い人から10人

場所・質問：山王公民館 ☎043-421-1121

★親子パン作り教室

日時：8月7日(土) 9:30～12:30

対象：小・中学生と保護者

定員：早い人から5組10人

場所・質問：更科公民館 ☎043-239-0507



★夏休み体験教室「勾玉づくり」

日時：8月1日(日) 10:00～12:00

対象：小学4～6年生

定員：早い人から12人

料金：250円

場所・質問：打瀬公民館 ☎043-296-5100



健康・相談

熱中症を予防しましょう

熱中症は気温が高くない時でも

なります。湿度が高い日 風が弱い

日 体が暑さに慣れていない時などは

注意が必要です。

★熱中症を予防するには

①水分と塩分をとる

②家にいるときは エアコンを使って 温度を調

整する。カーテンを使って 暑さを防ぐ。水や

冷たいタオルで 体を冷やす

③外に出るときは日傘や 帽子を 忘れない

日の 当たらない場所を 歩いて ときどき休む

★マスクをしているときは 特に注意

マスクをしていると 喉が渇いていることに

気がつかないことが あります。

水を よく飲んで ください。

質問：健康推進課(健康について) ☎043-245-5146

救急課(救急について) ☎043-202-1657

環境保全課(暑さ対策について) ☎043-245-5504



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

日時：7月21日(水)・8月4日(水)

14:00～15:45

対象：アルコール・薬物依存症の人

備考：事前に 面談があります。

②うつ病当事者の会

日時：7月27日(火) 13:30～15:00

内容：病気のこと・生活・仕事の 悩みなどを

話し合う。

対象：うつ病の治療を している人

質問・申込：こころの健康センター

☎043-204-1582

幼児の尿検査を受けましょう

幼児の腎炎・ネフローゼを早く見つけるために尿検査をします。検査費用は無料です。

会場(各区の保健福祉センター健康課)・検査日

- ①中央 9月6日(月) ④若葉 9月13日(月)
- ②花見川 9月7日(火) ⑤緑 9月13日(月)
- ③稲毛 9月8日(水) ⑥美浜 9月14日(火)

受付時間：10:00～11:00

対象：2015年4月2日～

2017年9月30日生まれの子ども。

なお千葉市内の幼稚園・保育所

(園)へ通っている子どもは各施設で

しますので申込の必要はありません。

申込方法：7月30日(金)までに電話で

健康支援課へ。

受診方法：申込した人には8月の終わりごろ

採尿容器(尿を入れる容器)を送ります。

検査の日に検査会場へ直接持ってきて

ください。

申込・質問：健康支援課 ☎043-238-9925

口腔がん検診

口腔がんは舌や口の中にできるがんです。

口腔がんになる人が増えています。

気になる人は早めに検査を受けてください。

検診期間：2022年1月14日(金)まで

実施場所：協力している歯医者さんなど

※ホームページから調べることができます

対象年齢：千葉市に住んでいる40歳以上の人

定員：申し込みの早い人から2,000人まで

料金：500円

申込方法：千葉市歯科医師会ホームページから

申込んでください。

くわしいことは「千葉市 歯科医師会」で検索するか

質問してください。

質問：千葉市歯科医師会 ☎043-242-2982

LGBT電話相談

普段の生活でLGBTの人(自分・他の人・周りの

人)の性についての悩みを電話で相談できます。

名前は言わなくていいです。

電話で相談：☎043-245-5440

(相談日ごとに1回 一人30分まで)

日時：毎月第3日曜日 14:00～18:00

質問：男女共同参画課 ☎043-245-5060

人権擁護委員常設相談

差別待遇・名誉毀損・いやがらせ・いじめなどの

人権上の悩みごとについて電話で相談が

できます。

相談：全国共通 人権相談ダイヤル

☎0570-003-110

日時：平日8:30～17:15

質問：千葉地方法務局人権擁護課

☎043-302-1319

男女共同参画課 ☎043-245-5060

外国人のための労働相談・法律相談

①社会保険労務士による労働相談

8月5日(木) 13:00～16:00

②弁護士による法律相談

8月21日(土) 13:00～16:00

場所：千葉市国際交流プラザ

(中央区千葉港2-1)

定員：申込の早い人から

①と②それぞれ4人

相談は無料です。

通訳を希望する人は

申込むときに相談してください。

申込・質問：千葉市国際交流協会

☎043-245-5750



【編集後記】協会職員「N」の「饅頭と餛飩」

この字は何と読むでしょうか。見慣れない難しい

漢字ですが、両方とも世界中で親しまれている

料理の「うどん」と「ワンタン」の漢字表記です。

日本のうどんと中華料理のワンタンは同じルーツ

があると言われており、1000年以上の時をかけて

今ある姿へとそれぞれが変化していきました。

中国では地方によって発音は異なってきますが、ワ

ンタンは「ホエトエ」「ハウントウン」「ウンドン」と

いったように発音し、日本に存在する各地のうどん

とのつながりが感じられます。

今では全く異なる料理も、先人たちの交流によって

生まれたものだと考えると、とても興味深いものか

ありますね。