



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8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139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 右のQRコードからダウンロードすることができます。



千葉市国際交流協会で日本語を学びませんか? くわしいことは 右のQRコードから



千葉市からのお知らせ

東京2020パラリンピック開幕!

8月24日(火)~9月5日(日)に開催されます。

幕張メッセでは ゴールボール・シッティングバレーボール・テコンドー・車いすフェンシングなど全部で 22競技が行われます。

千葉市に 関係のある 選手も出場しますので 応援してください。

質問：オリンピック・

パラリンピック振興課

☎043-245-5739



正しく知ろう! 新型コロナワクチン接種

★ワクチン接種をした後も 感染予防をしてください

新型コロナワクチンは 感染を 防ぐ効果があります。

また 接種した後は 感染しても 重くならないことが多いです。

まわりの人にも あまり感染しないと 言われています。ただし 接種をしても 新型コロナウイルスの感染は ゼロには できません。

これからも 手洗い や マスクをする など

感染予防をしてください。



★公的機関の情報を確認してください

千葉市や 日本の 厚生労働省などでは いつも ワクチン接種の情報を 出しています。

メディア(テレビ・ラジオなど)では 接種についての いろいろな情報が あります。

とくに SNSは科学的でない 情報もあります。注意してください。

ワクチンの くわしいことは

厚生省 コロナワクチンで 検索してください。

★ワクチンを接種した後の 副反応について

新型コロナワクチンの 副反応は

- ①接種した ところが はれる 痛くなる
- ②体が だるくなる
- ③頭が 痛くなる
- ④熱がでる

などがありますが 2日ぐらいで ほとんどの人が なおります。

これとは 別に 何十万人のうち1人に アナフィラキシーという 強い副反応があります。30分以内に じんましん・はきけ・息が 苦しくなる などがあります。

特に 薬や 食物の アレルギーがある人は 接種した後30分休んでから 家に帰ってください。

心配なことがある人は 相談窓口などに

質問してください。

相談・質問:

①接種した後の副反応や医学的なことについて
 県新型コロナウイルス副反応等 専門相談窓口
 ☎03-6412-9326 毎日24時間
 ※土曜日・日曜日・祝日も相談できます

②接種についてのお知らせやワクチンについての情報など
 厚生労働省 新型コロナウイルス
 コールセンター ☎0120-761-770
 毎日 9:00~21:00
 ※土曜日・日曜日・祝日も相談できます

★ワクチン接種 予約受付の再開日のお知らせ
 ワクチン接種の予約を停止していましたが、また予約ができるようになりました。
 予約方法が個別接種と集団接種で違います。
 うれしいことは、千葉市コロナワクチン接種コールセンターに質問するか
 [千葉市 コロナワクチン]で検索してください。
 質問：千葉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
 ※土曜日・日曜日・祝日も質問できます

交通事故から身を守るために
 夏休みになると、車や人の交通量がふえます。
 交通事故にならないよう、次のことを守ってください。

- ★車を運転する人は
 - ①思いやりとゆとりをもって交通ルールを守る
 - ②横断歩道に近づいたら安全確認をする
 - ③道路をわたる人がいないか確かめる
 - ④運転しながらスマートフォンなどを使わない
 - ⑤お酒を飲んだら絶対に運転しない
- ★自転車に乗る人は
 - ①自転車も車のひとつ
 - ②道路の決められた場所を走る
 - ③大人も子どももヘルメットをかぶる
 - ④自転車保険に入る
- ★歩行者は
 - ①歩きながらスマートフォンを使わない
 - ②信号を守る
 - ③道路をわたるときは左右をよく見る



④道路へ急にとびださない斜めにわたらない
 ⑤夜は遠くからでもよくわかる服を着る
 質問：地域安全課 ☎043-245-5148

子ども医療費助成受給券の更新
 現在持っている子ども医療費助成受給券が使えるのは、今年の7月31日(土)までです。8月1日(日)から使える受給券を郵便で送りました。
 まだ受け取っていない人は自分が住んでいる区の「保健福祉センターこども家庭課」に連絡してください
 質問：各区保健福祉センター こども家庭課
 中央 ☎043-221-2149 花見川 ☎043-275-6421
 稲毛 ☎043-284-6137 若葉 ☎043-233-8150
 緑 ☎043-292-8137 美浜 ☎043-270-3150

現況届は8月31日(火)までに提出してください
児童扶養手当
 児童扶養手当を支給されている人や所得制限などで支給が止まっている人は、8月31日(火)までに住んでいる区の保健福祉センターこども家庭課へ現況届を提出してください。郵便で送ることもできます。提出がないと11月からの手当がもらえません。新しく支給を受ける人は、次のことを確認して住んでいる区の保健福祉センターこども家庭課で手続きをしてください。

- ★支給対象：
 - 18歳まで(18歳になった後の最初の3月31日までの児童、または19歳以下で一定の障害を持つ児童を育てている次の人)
 - ①父または母
 - ②父または母に代わって育てている人
- ★受給条件：
 - 子どもが次のどれかにあてはまること
 - ①父と母が離婚している
 - ②父または母が死亡している
 - ③母が未婚である など
- ★所得制限：
 - 2020年中の所得が所得制限の限度額より少ない場合に支給します(金額は所得により変わります)。うれしいことは質問してください。
 - 質問：各区保健福祉センター こども家庭課

中央 ☎043-221-2149 花見川 ☎043-275-6421
 稲毛 ☎043-284-6137 若葉 ☎043-233-8150
 緑 ☎043-292-8137 美浜 ☎043-270-3150

更新手続きは 8月31日(火)までに!

ひとり親家庭の医療費助成

ひとり親家庭(母子・父子家庭)などの人の医療費を助成しています。現在 助成を受けている人には 7月 終わりに「更新申請書」を郵便で送りました。必要書類と一緒に 8月31日(火)までに 申請してください。申請がない場合は 11月からの助成金がもらえません。

新しく支給を受けたい人は 住んでいる区の「保健福祉センターこども家庭課」に 申請してください。くわしいことは 質問してください。

質問：各区 保健福祉センターこども家庭課

中央 ☎043-221-2149 花見川 ☎043-275-6421
 稲毛 ☎043-284-6137 若葉 ☎043-233-8150
 緑 ☎043-292-8137 美浜 ☎043-270-3150

児童虐待を防ごう!

子育てのとき 子どもに 大きな声をだしたり たいたり などの 虐待をしてしまうことがあります。子どもを守るためには まわりの人の 気づきや声かけが 大切です。虐待かな? と思ったら 相談してください。相談や連絡した人の 秘密は守ります。

相談：児童相談所 ☎043-277-8880

虐待の相談や連絡は ホームページ

千葉市 児童虐待 でも 受けつけます。

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

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 千葉市 新型コロナ イベントで 検索してください。

特別な体験を! 千葉市内のイベント

非日常を味わえる 千葉市内のイベントを紹介します。

全ての相談・サービスは 日本語で話しをします。

★STARLIGHT CAMPZ

ライトアップした 動物公園と昭和の森の公園で キャンプや映画などを 楽しむことができます。昭和の森では 音楽と連動したミュージック花火が 楽しめます。

①会場：昭和の森

日時：8月21日(土) 10:00~22日(日) 15:00
 9月11日(土) 10:00~12日(日) 15:00

②会場：動物公園

日時：8月28日(土) 16:30~29日(日) 9:30

くわしいことは **STARLIGHT CAMPZ** で 検索するか 質問してください。

質問：STARLIGHT CAMPZ実行委員会

☎090-3247-8849

★24時間公園を楽しもう!

in MAKUHARI BAY-PARK

街の中心にある大きな公園で フリーマーケット・防災運動会・イルミネーション・夜のカフェ・キャンプなど 昼も夜も 楽しむことができます。

日時：11月6日(土) 11:00~7日(日) 16:00

会場：若葉3丁目公園

くわしいことは **B-P am** で 検索するか 質問して

ください。

質問：幕張ベイパークエリア

マネジメント

☎043-273-4815



はじめての日本語クラス

日時：8月26日(木)~9月16日(木)

10:00~12:00。全7回

場所：千葉市国際交流プラザ

(中央区千葉港2-1)

内容：ひらがな・カタカナ・発音・あいさつ

数字などの 簡単な 生活会話などを

学びます

対象：日本語を はじめて 勉強する人

定員：早い人から 10人

料金：2,000円

申込・質問：千葉市国際交流協会

☎043-245-5750

Eメール nihongo@ccia-chiba.or.jp



健康・相談

8月は食中毒予防強化調月間

食中毒に注意しましょう

気温が高い夏には細菌などによる食中毒が多くなります。次のことに気をつけてください。

★細菌・ウイルスを食べ物につけない

- ①手・包丁・まな板などから食べ物に細菌がつくことがあります。よく洗ってから料理をしてください。
- ②料理する前の肉や魚と野菜など生で食べるもの・料理がすんだ食べ物は別のところにおいてください。
- ③魚や貝などは料理する前によく洗ってください。

★細菌を増やさない

- ①食べ物は冷蔵庫に入れたからと安心しないで早めに食べてください。
- ②食品を保存するときは冷凍庫・冷蔵庫に入れるなど「保存方法」を守ってください。

★細菌・ウイルスをやっつける

- ①細菌などは焼いたり煮たりすることで減らせます。食べるすぐ前に食べ物の中まで十分に加熱してください。
- ②生で食べてはいけない食品は寄生虫などによる食中毒を防ぐためよく焼いたり煮たりしてから食べてください。
- ③肉やカキなどはできるだけ生で食べないでください。

質問：食品安全課 ☎043-238-9935

女性のための健康相談

妊娠・出産に関することや思春期から更年期までの女性のからだについて助産師に相談できます。

対象：女性のからだに関する事で悩んでいる人
日時・場所：

- ①8月24日(火) 13:30~15:30
若葉区 若葉保健福祉センター ☎043-233-8714
- ②8月26日(木) 10:00~12:00
中央区 中央保健福祉センター ☎043-221-2582
- ③8月27日(金) 10:00~12:00
稲毛区 稲毛保健福祉センター ☎043-284-6494

申込方法：各区の保健福祉センターへ電話で申し込んでください。

定員：各区早い人から2名

質問：健康支援課 ☎043-238-9925

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

9月9日(木) 13:00~16:00

②弁護士による法律相談

9月27日(月) 17:00~20:00

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】 THANKS のHマン

「SHO TIME あっと驚く二刀流！」

コロナ禍で暗いニュースが多い中

明るいニュースは何と言っても

大谷翔平選手の活躍です。

メジャーリーグでの投打の活躍

素晴らしいですね。

朝起きたとき「大谷選手がまたホームラン！」

といったニュースのおかげでその日一日が気分よく

過ごせます。

本来先発投手は投げた日の

翌日から4日間は次の登板に備え

マッサージ・休憩・投球練習を行い

調整しますが大谷選手は

翌日からホームランをかつ飛ばします。

さらにはホームランバッターにも

関わらずセーフティーバントを

したり盗塁を決めたりと一人で何通りの役割を

こなします。まさに「八面六臂の大活躍」です。

日本中いや全米・世界が「SHO TIME」の魅力の虜

になっているのではないのでしょうか？

シーズンを通して怪我なく大谷選手が活躍される

ことを期待してやみません。自指せ MVP!

2021年7月28日 Hマン

