

韓国語：이 자료는 읽기 쉬운 일본어로 쓰여져 있습니다.

フィリピン語：Ang dokumentong ito ay nakasulat sa madaling maintindihan na Japanese language



ねん がつごう  
2013年5月号

にほんごばん  
やさしい日本語版

だい ごう  
第40号

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

はっ こう こうえきざいだんほうじん ちばしこくさいこうりゅうきょうかい  
発行：公益財団法人千葉市国際交流協会

へん しゅう  
編集：TANK

ちばしちゅうおうくちゅうおう・ちばちゅうおう ちばちゅうおう ちばちゅうおう  
〒260-0013千葉市中央区中央2-5-1 千葉中央ツインビル2号館8階

TEL：043-202-3000 FAX：043-202-3111

URL：<http://www.ccia-chiba.or.jp/>

この情報誌は下のURLよりダウンロードすることができます。  
<http://www.ccia-chiba.or.jp/005003jyoho/index03.html>

## ちばし 千葉市からのお知らせ

### ちばし ファミリー・サポート・センター

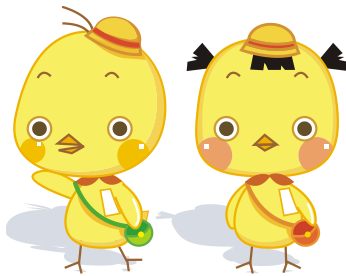
当センターでは3カ月児から小学6年生までの子どもを預けたい人と預かりたい人がそれぞれ会員として登録をして会員同士でお互いに助け合う活動をしています。会員には子育てを助けてほしい「依頼会員」・子育てを助けてあげたい「提供会員」・子育てを助けてほしかったり助けたりする「両方会員」があります。

会員になれる人  
★依頼会員：市内に住んでいる人・市内で働いている人・市内の学校に行っている人

★提供・両方会員：市内に住んでいて子育てに意欲のある健康な人

★助ける内容：  
●子どもルームや保育所(園)の送り迎え  
●子どもルームや保育所(園)が終わった後の子どもの預かり  
●そのほか会員が必要とする子どもの預かり

※子どもが病気の時は預けられません。  
利用時間：6:00~22:00 (宿泊はなし)



### りょうりょうきん しかん 利用料金(1時間)

①月～金曜日の7:00~19:00：700円

②土・日曜日・祝日・年末年始 および①以外の時間帯：900円

質問：ちばしファミリー・サポート・センター

☎201-6571

### じどうぎゃくだい ぶせ 児童虐待を防ぎましょう！！

きづいたら支えて知らせで見守って

虐待(いじめ)をする親や家族は周りの人と交流がないことが多いです。知らないうちに虐待(いじめ)が進んでしまいます。また虐待(いじめ)をする親も悩みを持っており助けを求めていることがよくあります。

私たち一人ひとりにできることは

①子育てに悩んでいたら身近な人に相談しましょう。

②子育てに悩んでいる人を見かけたら「どうしたの？」と優しく声をかけてください。

③「虐待かな？」と思ったら児童相談所(美浜区高浜3)または各保健福祉センター 子育て家庭課に相談(連絡)してください。相談や連絡した人の秘密を守ります。

質問：児童相談所 ☎277-8880

## 公共施設などに 海拔（海からの高さ）

### を表示しました

千葉市では 今 自分がいる 場所の 海拔(海からの高さ)を 知らせる 表示板を 設置しています。

もし 津波警報などが 発表されたときは すぐに 高いところへ 避難してください。

東京湾の 入口に 10mの津波が 来た場合 千葉市の 沿岸には 最も高い場合で 2.9mの津波が 来ます。

質問：危機管理課 ☎245-5151

## ひとり親家庭の 母・父の 就業・自立を 支援します

千葉市では 母子・父子家庭の父・母が 安心して 子育てをし 自立した生活が できるように 仕事を 見つける 手助けをしています。また 必要な 訓練・教育を 受けるための費用を 補助しています。

各区にある 母子家庭等 就業・自立センターで 専門の相談員に 相談できます。

- |      |         |           |
|------|---------|-----------|
| 中央区  | (月・金曜日) | ☎221-2558 |
| 花見川区 | (水・金曜日) | ☎275-6445 |
| 稲毛区  | (火・水曜日) | ☎284-6139 |
| 若葉区  | (月・金曜日) | ☎233-8150 |
| 緑区   | (火・水曜日) | ☎292-8139 |
| 美浜区  | (月・火曜日) | ☎270-3153 |

## ひとり親家庭電話相談

平日や昼間は 忙しくて 相談できない ひとり親の 人が 土・日曜日・祝日と 平日の夜に 子ども・生活の



ことなどについて 相談できます。

土・日曜日・祝日：9:00~18:00

平日：18:00~21:00

相談：旭ヶ丘母子ホーム ☎234-3366

質問：健全育成課 ☎245-5179

## 高齢者実態調査に 協力してください

千葉市は 高齢者の福祉について 参考にする

ため 実態調査をします。担当の民生委員が 65歳 以上の人の家庭を 訪問します。個人の情報などは 守りますので 協力してください。

調査期間：5月~6月

対象者：千葉市に住んでいる 1949年1月1日よ り前に 生まれた人

調査内容：健康状態について

一人暮らし・高齢者世帯かどうか

質問：高齢福祉課 ☎245-5169

## 行ってみましょう！

### 子育てママのおしゃべりタイム

子どもを育てるときの 悩みや不安を 相談でき ます。他のお母さんと話したり 子どもと遊んだり 自由に 過ごせます。友だちを作ったり 気持ちを 切り変えるのに 役立ててください。

当日 会場へ 直接来てください。

時間は 全て 10:00~12:00 です。

#### ★中央区

5月20日(月) 新宿公民館

5月27日(月) 宮崎公民館

質問：松ヶ丘公民館 ☎261-5990

#### ★花見川区

5月23日(木) 幕張公民館

質問：幕張公民館 ☎273-7522

#### ★稲毛区

5月13日(月) 山王公民館

5月17日(金) 稲毛公民館

5月20日(月) 小中台公民館

質問：小中台公民館 ☎251-6616

#### ★若葉区

5月16日(木) 桜木公民館

5月23日(木) みつわ公民館

質問：千城台公民館

☎237-1400

#### ★緑区

5月20日(月) 誉田公民館

質問：誉田公民館

☎291-1512



しょうがいがくしゅう えいがじょうえいかい  
生涯学習センター映画上映会

10:00と14:00の2回上映します。

30分前から会場に入れます。

①親子アニメ上映会「ぼくは はちろう」

「わたしのワンピース」ほか

5月11日(土)

定員：早い人から 各回80人

②月曜クラシック上映会「五月のミル」5月13日(月)

定員：早い人から 各回250人

③木曜名画座「シェーン」 5月16日(木)

定員：早い人から各回250人

場所：生涯学習センター(中央区弁天3)

質問：生涯学習センター ☎207-5820

(第4月曜日は休み)

ピバ!(万歳)パラグアイ「千葉での お祭り」

千葉市の姉妹都市「アスンシオン市」のある

パラグアイの 国ができて

200年になる お祭りを します。

パラグアイの料理や 文化を

楽しむことが できます。

日時：5月19日(日) 10:00~16:00

場所：中央公園(中央区中央1)

質問：国際交流課 ☎245-5018



保健・相談

平成25年度(2013年度)がん検診

2013年度の がん 検診の

申込を 受付けます。

\*つぎの人たちは 申込まなく

ていいです。市から 検診の

書類が 送られて きます。

★2007年4月以降に 検診を

受けた人

★2014年3月31日までに 65歳以上に

なっている人

★2014年3月31日までに 次の年齢になる人

男の人：35・40・45・50・55・60歳

女の人：20・30・35・40・45・50・55・

60歳



けんしん なまえ はい い だいちょう  
検診の名前：肺がん・胃がん・大腸がん・  
しきゅう にゅう  
子宮がん・乳がん

(くわしいことは 質問してください)

りょうきん ゆうりょう ねんれい たか ひと むりょう ひと  
料金：有料です。年齢の高い人は 無料の人も

います。(くわしいことは 質問してください)

もうしこみ しつもん けんこうしえんか  
申込・質問：健康支援課 ☎238-9930

〒261-8755 美浜区 幸 町 1-3-9

FAX:238-9946

でんわ もう こ じゅうしょ しめい  
電話で申し込むか はがき か FAX に住所・氏名

(ふりがな)・生年月日・電話番号・「がん検診申

込希望」を書いて 送ってください。

あと けんしん しよるい おく  
後で 検診の書類が 送られてきます。

ヘルシーカムカム 2013

がつよつか か とお かげつ は くち なか けんこう  
6月4日(火)~10日(月)は 歯と 口の中の 健康

週間です。口の健康のために 会場に 来てみません

か。くわしくは 電話で質問してください。

ばしょ そごうデパート 千葉店

5月26日(日)

①6階 特設会場

どれも10:00~17:30です

(受付は17:00まで)

★口臭チェック コーナー

★歯と口の 健康測定

★歯科相談・歯科検診

★ブラッシング指導

★歯医者さんの 体験コーナー

★かむ力を測ります

★楽しい食事の 紹介と 栄養相談

★口腔がん検診(予約が 必要です)

②2階 はなの広場

★表彰式 11:15~12:15

・母と子の 良い歯の コンクール

・8020 長生き 良い歯の コンクール

・学校賞

5月21日(火)~5月27日(月)

地階 ギャラリー 10:00~20:00

(最終日5月27日は16:00まで)

・口腔保健図画ポスター展示

・口の健康啓発標語展

もうしこみ しつもん けんこうしえんか  
申込・質問：健康支援課 ☎238-9926



じょせい けんこうそうだん  
女性のための 健康相談

じょせい 女性ホルモンなどのため 心や 身体の 調子が  
わるい・不安だ という人が 相談できます。

①女性医師(婦人科)による相談

5月22日(水) 13:15~15:20

市保健所(美浜区幸町1) 予約が必要です。

②保健師による相談

毎週 月曜日~金曜日(祝日は休み)

9:00~12:00 と 13:00~16:00

電話で 相談してください。

相談専用電話 ☎238-1220

申込・質問: 健康支援課 ☎238-9926

ふにん なや ひと そうだん  
不妊で 悩んでいる人の 相談

5月29日(水) 14:45~17:00

不妊や 不育症(流産などを 繰返し 赤ちゃんが でき  
ない)で 悩んでいる 夫婦が 医者や 助産師に  
相談できます。

場所: 市保健所(美浜区幸町1)

定員: 3組(夫婦) 予約が必要です。

申込・質問: 健康支援課 ☎238-9925

ろうか ふせ うんどう  
老化を防ぐ運動レシビ

老化を 防ぐための 運動をします。

6月3日(月) 13:25~15:00

場所: 市社会福祉研修センター

(中央区千葉寺町ハーモニープラザ内)

対象: 市内に住んでいる人

定員: 早い人から 50人(申込みが必要)

申込・質問: 市社会福祉研修センター

☎209-8841

こころの けんこう そうだん  
健康センターの 相談

①アルコール・薬の依存症

5月21日(火) 10:00~12:00

②思春期 精神保健福祉 相談

5月15日(水) 15:00~17:00

①②ともに 専門の 医者に 相談できます。

予約が 必要です。

申込: こころの 健康 センター ☎204-1582

たじゅうさいむしゃ とくべつそうだん  
多重債務者 特別相談

たくさんの ところから

お金を借りて 困っている人が

弁護士に 相談できます。

借りている本人が 直接 来て ください。

日時: 5月23日(木) 13:00~16:00

場所: 消費生活センター(中央区弁天1)

定員: 予約で 6組まで(1組30分位の相談)

申込・質問: 消費生活センター ☎207-3000



とくせつほうりつそうだん  
特設法律相談

5月25日(土) 13:00~16:00

弁護士による相談です。すでに裁判所で

相談している場合は受けません。

定員: 16人(1人20分位の相談)

予約が必要です。5月16日(木) 17:00 まで

受け付け 受付します。電話での 相談はできません。

場所: 中央コミュニティセンター2階

(中央区千葉港2)

申込・質問: 広聴課 ☎245-5609

しゃかいほけん ろうむし そうだん  
社会保険労務士による 相談

5月20日(月) 10:00~16:00

仕事での 法律・給料・社会保険・年金などの

相談です。直接 会場へ 来て ください。

電話相談も できます。

相談専用電話: ☎224-9027

場所: 県 森林会館304号(中央区長洲1)

質問: 広聴課 ☎245-5609

がいこくじん むりょうほうりつそうだん  
外国人のための 無料法律相談

5月20日(月) 13:00~16:00

千葉市国際交流プラザ 会議室

(中央区中央2)で行います。

定員: 早い人から 4人

通訳を 希望する人は

申込む前に 相談して

ください。

申込・質問: 千葉市国際交流協会 ☎202-3000

