

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



2017年9月号

やさしい日本語版

第92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

発行 : 公益財団法人千葉市国際交流協会 編集 : TANKS

〒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

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

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

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

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



千葉市からのお知らせ

みんなで災害に 備えよう

地震や大雨などの災害は いつ起こるか わかりません。被害を できるだけ少なくするために 前もって 備えをすることが 大切です。

減災のために 私たちができること

★備蓄品は ローリングストック(買い足し)で!

ローリングストックとは
長持ちする食物などを少し
多く買って 毎日使って
減った分を 買い足す
ことです。無駄をしないで
災害に備えておくことが
できます。



飲物や食物は 最低でも3日分 できれば
1週間分を 用意してください。

★家具が倒れたり 落ちたりしないようにする。

- ①家具が倒れないように 金具で固定する
- ②家具は倒れたときの方向や場所を 考えて 置く
- ③食器棚や窓のガラスが割れて 飛び散らないよう
フィルムを貼る。

質問 : 防災対策課 ☎245-5113

災害時に 慌てないために

★災害が起きたときに 慌てて 移動しない
災害が起きると 電車が止まったりして

家に帰れなくなったり 連絡ができなかったり
することがあります。

①自分の安全を守り 家族の無事を 確認する。

②交通機関の情報などを 調べる。

★歩いて 無事に家に帰るために 普段から
気をつける。

①歩いて帰る道と 災害時帰宅支援ステーションを
確認しておく。

このマークのある
コンビニエンスストアや
ガソリンスタンドでは
水の提供・トイレの利用・
情報が 受けられます。

②携帯ラジオや地図を
持ち歩く。

③職場などに 飲物や 歩きやすい靴などを
用意しておく。

★災害用伝言ダイヤル

安全確認の方法として 災害用伝言ダイヤルが
あります。インターネットを利用した伝言の
方法も あります。

質問 : 危機管理課 ☎245-5151



9月10日(日)~16日(土)は自殺予防週間

気づいてください! 体と心の限界サイン

2016年、全国で 約21,000人 千葉市内では 133
人の人が自死(自殺)で 亡くなっています。

自死は深刻な社会問題です。
 多くの自死はさまざまな悩みで、こころが弱って
 追いこまれた死と言われています。
 このようなことを防ぐためには、まわりの人達が
 悩んでいる人に気づいて声をかけることが大切です。
 いろいろな悩みを持っている人やそれに気づいた
 まわりの人達は、ぜひ下記へ相談してください。

★こころの健康に関する悩み

①千葉市こころの電話 ☎204-1583

(平日 10:00~12:00

13:00~17:00)

②千葉いのちの電話

☎227-3900

(24時間 365日)

③こころと命の相談室

(対面相談) ☎216-3618

日時：毎週月曜日・金曜日 18:00~21:00

(9月12日(火)~14日(木)は臨時開設)

場所：中央区新町18-12第8東ビル501号室

予約が必要です。

★身体に関する健康に関する悩み

各区 保健福祉センター健康課

中央 ☎221-2582 花見川 ☎275-6296

稲毛 ☎284-6494 若葉 ☎233-8714

緑 ☎292-2630 美浜 ☎270-2221

★仕事に関する悩み

労働相談室 ☎300-8282

(平日9:00~16:00 土・日曜日9:00~15:00

9月7日(木)は休み)

★借金に関する悩み

消費生活センター ☎207-3000

(平日・土曜日 9:00~16:30)

★経営・事業資金に関する悩み

市産業振興財団 ☎201-9505

(平日9:00~17:00)

★学校生活に関する悩み

教育相談ダイヤル 24

☎0120-101-830

(24時間 365日)

教育センター ☎255-3702

(平日 9:00~17:00)



下水道局の水道料金と下水道使用料
 来年1月分から水道料金と下水道料金を合わせて
 支払うようになります。下水道料金と水道料金の
 支払方法がちがう場合は水道料金と同じ支払
 方法になります。

くわしいことは電話で質問してください。

質問：下水道営業課 ☎245-5410

行って みましょう

受講者募集 パパカUP! パパスクール

子育ての話や子どもとの遊び方などを学びます。

日時：9/17(日)・10/15(日)・11/19(日)・

12/17(日)の4回 10:00~12:00

場所：中央コミュニティセンター

対象：小学校に入る前の子どもの父親

定員：申込の早い人から20人

申込・質問：Eメール・電話・FAXで

幼保支援課 ☎245-5105

FAX 245-5629

Shien.CFC@city.chiba.lg.jp

プレパママ講座

日時：10月1日・11月12日・12月3日の

日曜日 9:30~12:00

場所：中央コミュニティセンター

対象：父親・母親になる予定の夫婦など

定員：各18組(電話で事前申込 早い人から)

質問・申込：幼保支援課 ☎245-5105

幕張ウォーキング教室

日時：9/30(土)・10/21(土)

集合：9:00~9:30

JR海浜幕張駅南口

解散：13:00 ごろ

幕張海浜公園

(美浜区ひび野2)

定員：当日早い人から50人

費用：300円

雨が降ったら中止します。

飲み物・敷物・筆記用具を持ってきてください。

質問：県ウォーキング協会 ☎255-0141



9/17(日)開催
動物愛護フェスティバル2017 in ちば

いのち・ふれあい・ささえあい
～共に生きる命の輪～

9月20日(水)～26日(火)は「動物愛護週間」です。
動物の愛護や正しい飼い方についての関心と理解を深めるために「動物愛護フェスティバル2017 in ちば」を開催します。動物に関する催しがたくさんあります。ぜひきてください。

日時：9月17日(日) 12:00～16:00

会場：千葉ポートタワー・ポートパーク
(中央区中央港1)

内容：犬の障害物競走 体験会

動物のお医者さん体験会

動物の健康および飼い方相談 など

質問：動物愛護フェスティバル2017 in ちば

イベント事務局 ☎241-3001

公民館の講座

★親子教室「幼児期に大切なオモチャと遊び」

日時：9/28(木)・10/5(木)・10/19(木)

10:00～12:00

対象：2・3歳児と保護者

定員：申込の早い人から15組

場所・申込：中央区 新宿公民館(新宿2-16-14)

☎243-4343 直接または電話で

★親子ベビーマッサージ教室

日時：10/13(金) 10:00～12:00

対象：3か月～1歳児と保護者

定員：申込の早い人から10組

場所・申込：花見川区

さつきが丘公民館

(さつきが丘1-32-4)

☎250-7967

直接または電話で

★2・3歳児さわやか子育て「体操・本・保健指導」

日時：9/26(火)・10/3(火)・10/10(火)

10:00～12:00

対象：2・3歳児と保護者

定員：申込の早い人から15組

場所・申込：稲毛区 稲毛公民館(稲毛1-10-17)

☎243-7425 直接または電話で



★お家でも作れます！大人向けお菓子作り教室

日時：9/27(水)・10/4(水)

9:30～12:30

対象：20歳以上

定員：申込の早い人から16人

費用：1,200円(材料費)

場所・申込：若葉区 若松公民館

(若松町2117-2) ☎231-7991

9/20(水)までに 直接または電話で

★秋の花づくり入門

日時：9/28(木)・10/26(木)・11/30(木)

10:00～11:30

対象：20歳以上

定員：申込の早い人から10人

費用：300円

場所・申込：緑区 椎名公民館(富岡町290-1)

☎292-0210 直接または電話で

★ベビーとお母さんの体操教室

日時：9/20(水)・9/27(水)・10/4(水)

10:00～12:00

対象：3～11か月児と母親

定員：申込の早い人から20組

場所・申込：美浜区 稲浜公民館

(稲毛海岸3-4-1)

☎247-8555 直接または電話で

青少年の日フェスタ

青少年と家庭・学校・地域・行政がつながりを持って青少年のコミュニケーションの力を高め安心できる場所を作るため青少年の日フェスタを開きます。

日時：9月16日(土) 10:00～16:00

場所：生涯学習センター(中央区弁天3)

内容：バルーンアート体験・科学教室(人工イクラ

を作ろう!)・

算数おもしろ教室・

応急手当実技体験

・将棋体験 など

また 植草学園

大学附属高等学校

(中央区弁天2)を

会場に 市内の



しょう ちゅうがっこう こうとうがっこう がっしやうぶ ぶ
小・中学校・高等学校の合唱部・ダンス部など
による 合唱・ダンス発表会も 開きます。

くわしいことは 千葉市ホームページ

千葉市 青少年の日フェスタで 見て ください。

質問：健全育成課 ☎245-5973

健康・相談

9月はがん征圧月間

早めにがん検診を受けましょう！

市では 各種がん検診を実施しています。

12月以降は 医療機関が

混みますので 早めに

受診して ください。

検診できる期間は

2018年2月28日(水)まで

です。くわしいことは 千葉市のホームページを
見て ください。

質問：健康支援課 ☎238-9930



ちば司法書士総合相談センター相談会

9月16日(土)・30日(土) 10:00~15:00

相続、借金などの相談です。

場所：千葉司法書士会館(美浜区 幸 町2)

申込・質問：ちば司法書士総合相談センター

☎204-8333

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。

電話での 相談は できません。

日時：9月14日・28日(木) 13:00~16:00

場所：消費生活センター(中央区弁天1)

定員：予約の 早い人から 6人(1人約30分)

申込・質問：消費生活センター ☎207-3000



しゃかいほけんろうむしそうだん
社会保険労務士相談

9月19日(火) 10:00~16:00

仕事での 法律・社会保険・年金などの相談です。

すべての相談・サービスは 日本語で話しをします。

場所：森林会館(中央区長洲1)

定員：予約の 早い人から 6人

申込・質問：県社会保険労務士会 ☎224-9027

しんぱいごとそうだんじよ そうだん
心配事相談所の相談

①法律相談

9月14日(木) 13:00~15:00

弁護士に 相談できます。今 裁判所で 裁判を
していたり 調停を しているものは

相談できません。電話相談は できません。

定員：予約の 早い人から 6人

②常設相談

月~金曜日(祝日は休み) 10:00~15:00

民生委員や児童委員などに 相談できます。

電話でも 相談所に 来ても いいです。

①・②とも心配ごと相談所

(中央区千葉寺町ハーモニープラザ内)で。

申込・質問：心配ごと相談所 ☎209-8860

じよせい けんこうそうだん
女性のための健康相談

女性ホルモンなどの関係で 心と身体の不調・不安
で 悩んでいる方 のための相談。

①女性医師(婦人科)による 相談

9月20日(水) 13:15~15:20

保健所(美浜区 幸 町1) 電話での相談は できま
せん。予約が必要です。

②保健師 による 電話相談

月~金曜日(祝日を除く) 9:00~12:00 と

13:00~16:00

相談・申込・質問：健康支援課 ☎238-1220

がいこくじん ほうりつそうだん
外国人のための 法律相談

9月25日(月) 17:00~20:00

千葉市国際交流プラザ 会議室

(中央区中央2)で行います。

相談は 無料です。

定員：予約の

早い人から 4人

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 ☎202-3000

