

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
2019年5月号

にほんごばん
やさしい日本語版

だい ごと
第112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 ちば

発行 : 公益財団法人千葉市国際交流協会 編集 : THANKS

〒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

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

喫煙のリスクを考えよう! 禁煙ゼミ

たばこを吸うと 本人の健康に悪だけでなく
周りの人の健康も 悪くなります。

次のことを読んで たばこをやめてください。

★たばこの 身体への悪い影響

たばこには 多くの化学物質と
がんになる物質があります。
がんや 心臓と血管の病気に
かかりやすくなります。



★受動喫煙

周りにいる人たちにも 悪い影響があります。
子ども・家族のためにも たばこをやめて
ください。

★禁煙は からだに 良いです。

たばこをやめると 良いにおいや おいしい味が
分かるようになります。また 心臓病やがん
なりにくくなります。

質問 : 健康支援課 ☎238-9926

あなたの禁煙応援します!

市は みなさんの禁煙を さまざま
な方法で お手伝いします。

★禁煙サポート

保健福祉センター健康課では 一人ひとりに
あった たばこをやめる お手伝いをしています。



ぜひ 気軽に相談してください。

質問 : 各区の保健福祉センター

中央 ☎221-2582 花見川 ☎275-6296

稲毛 ☎284-6494 若葉 ☎233-8714

緑 ☎292-2630 美浜 ☎270-2221

架空請求のメールやはがきに 注意しよう

自分の知らない有料動画料金を
すぐ払えと 言ってきたり

裁判にするなどとウソのはがきが
きたりします。

ウソのはがきやメールには

請求の内容が はっきりしていない
有名な会社や 公的機関の名前を使って

すぐ返事をするように 言ってきます。

連絡すると お金を払えと 言ってきます

絶対に 連絡しないで ください。

質問 : 消費生活センター ☎207-3602



2019年度版ふれあいパスポートを配布

市内の 18 か所の施設が 無料または割引で
利用できます。

対象施設 : 市内映画館・こてはし温水プール

ZOZO マリンスタジアム など

利用日 : 土曜日と決められた日

対象 : 小・中学生

配布場所：区役所地域振興課
市内の学校の生徒には 配布済み
質問：企画課 ☎245-5908

ちば市民便利帳（2019・2020年度版）を配布

市の窓口や 身近な市政情報を 案内する
「ちば市民便利帳（2019・2020年度版）」を
5月21日（火）から配布します。
ちば市民便利帳は ホームページでも 見ることが
出来ます。ちば市民便利帳で検索
配布場所：市役所1階案内・区役所・図書館 など

★取りに行けない人には 自宅へ郵送します

申込方法：6月2日（日）までに 電話で
ちば市民便利帳コールセンター
☎215-7872（9:00～17:00）

質問：広報広聴課 ☎245-5014

春の全国交通安全運動

「飛びださない いったんとまって みぎひだり」を
スローガンにしています。交通ルールを 守り
正しい 交通マナーで 事故に あわないように
してください。

運動の重点目標

- ①子どもと 高齢者の 安全な通行の 確保
高齢運転者の 事故防止
 - ②自転車の 安全な利用
 - ③シートベルトと チャイルドシートの
正しい使い方
 - ④お酒を飲んだら 運転しない させない
- 質問：地域安全課 ☎245-5148



ヘルシーカムカム 2019

6月4日～10日は 歯と口の
健康週間です。口の健康と
全身の健康の つながりについて
考えるイベントを 開きます。
日時：5月26日（日）10:00～16:00

会場：そごう千葉店6階
内容：口腔がん検診・歯科検診・歯科相談・歯の
健康度測定・口臭測定 など
質問：健康支援課 ☎238-9926

すべての相談・サービスは 日本語で話します。

行って みましょう

そうだ 公園 行こう

5月になりました。暖かく 心もはずみます。
自然を楽しめる市内の すてきな公園 6か所を
紹介します。

★中央区 千葉公園

春の桜 夏のオオガハスなどが
とてもきれいです。ボートに
乗れる池などがあります。

交通案内：千葉モノレール

「千葉公園駅」から 歩いて約1分

質問：中央・稲毛公園緑地事務所

☎251-5103



★花見川区 花島公園

水遊びが楽しめます。水性植物や野鳥などを見
ることが できます。

交通案内：JR幕張駅北口で 花島公園行のバス

に乗り「花島公園」まで行く。

そこから歩いて約1分

質問：花見川公園緑地事務所 ☎286-8740

★稲毛区園生の森公園

市街地の中でも 木に囲まれた 自然があります。
珍しい草花も 見ることができます。

交通案内：千葉モノレール

「スポーツセンター駅」から歩いて

約10分

質問：中央・稲毛公園緑地事務所

☎251-5103

★若葉区 泉自然公園

アスレチック設備が
あります。バーベキューや
キャンプもできます。

交通案内：JR千葉駅東口から 中野操車場

または 成東駅行きのバスに乗り

「泉自然公園」まで行く。

そこから歩いて約10分

質問：若葉公園緑地事務所 ☎228-0080



★緑区 昭和の森

太平洋が見える展望台や
長さ109mのスベリ台
があります。キャンプも
できます。



☎の市外局 番は043です。

交通案内：JR土気駅南口から
ブランニューモール行きのバスに
乗り「昭和の森西」まで行く。
そこから歩いて約5分

質問：緑公園緑地事務所 ☎294-2884

★美浜区 稲毛海浜公園

海辺で遊ぶことができます。天気の良い日には
富士山やスカイツリーが見えます。

交通案内：JR稲毛海岸駅から海浜交通海浜公園

入口行きのバスに乗り
「稲毛海浜公園入口」まで行く。
そこから歩いて約5分

質問：美浜公園緑地事務所 ☎279-8440

シッティングバレーボール チャレンジマッチ 2019

シッティングバレーボールは
肩からおしりの一部を床につけたまま
競技する6人制バレーボールです。

バレーボールよりも小さいコート
低いネットです。

相手との距離が近くなり

スピーディーな試合が楽しめます。

東京2020パラリンピックに幕張メッセで行わ

れます。シッティングバレーボールの
各国女子代表チームによる国際大会が千葉市で初
めて行われます。入場は無料です。

ぜひ会場で選手を応援してください。

日時：5月23日(木)～26日(日)

第1試合 10:30～11:30

第2試合 14:00～15:00

場所：千葉ポートアリーナ(中央区問屋町1)

出場国：イタリア・カナダ・中国・日本

シッティングバレーボールチャレンジマッチで検索

質問：(公財)日本障がい者スポーツ協会

☎03-5939-7021

パラスポーツ大会応援イベント

「Go! Together! ～みんな一緒に共生する
未来～」

シッティングバレーボール チャレンジマッチに
あわせて応援イベントを行います。

ぜひ来てください。



日時：5月25日(土)・26日(日) 10:00～15:30

場所：千葉ポートスクエア(中央区問屋町1)

内容：パラスポーツ体験・アスリートのお話し
など

質問：オリンピック・パラリンピック調整課

☎245-5296

子ども交流館の催し

① 子供食堂「カレーライス」

日時：5月20日(月)

17:00～19:00

対象：高校生以下の子どもと保護者

定員：早い人から30人

費用：子ども 100円 大人 300円

② なかよし工房A クラス

「プラスチックの板でキーホルダーを作ろう！」

日時：5月26日(日) 14:00～16:00

対象：小学生～高校生

定員：早い人から16人

①・②とも当日直接会場へ

質問：子ども交流館(中央区中央4) ☎202-1504



地方卸売市場 市民感謝デー

日時：5月25日(土) 8:00～12:00

ごろまで(魚や貝などは
10:30ごろまで)

内容：新鮮な魚など食料品の
買い物や食事が楽しめます。

注意：ペットを連れて来ないでください。

質問：地方卸売市場(美浜区高浜2) ☎248-3200



健康・相談

多重債務者特別相談

弁護士に借りたいお金などについて相談が
できます。電話による相談は出来ません。

日時：5月23日(木) 13:00～16:00

(1人30分位)

対象：いろんな所からお金を借りている人

(家族が一緒でも良いです)

定員：早い人から6人

会場・申込：消費生活センター(中央区弁天1)

☎207-3000

女性のための健康相談

女性ホルモンなどのため心や身体の調子が悪い・不安だという人が相談できます。

★女性医師(婦人科)に相談

5月29日(水) 13:15~15:20

予約制(電話で申込みが必要)です。

場所:保健所(美浜区幸町1)

保健師に電話で相談

平日9:00~16:00

(12:00~13:00は相談できません)

申込・相談・質問:健康支援課 ☎238-1220

人権相談

人権擁護委員に差別・

いやがらせ・いじめなどの

悩みごとについて相談が

できます。また人権が

守られないようなことがあったら助けています。

常設人権相談

日時:平日 8:30~17:15

①会って話したい場合:千葉地方法務局人権擁護課
☎302-1319へ電話で申込んでください。

②電話で相談の場合:全国共通 人権相談ダイヤル
☎0570-003-110へ

特設人権相談

日時・場所:

①毎週火曜日 10:00~15:00

中央コミュニティセンター 2階(中央区千葉港2)

②6月4日(火) 10:00~15:00

稲毛区役所

①②どちらも直接会場へ来てください。

質問:千葉地方法務局人権擁護課 ☎302-1319

エイズなどの性感染症の検査と相談

★検査

5月28日(火) 14:00~15:00

感染症対策課へ電話で申込んでください。

★面接・電話相談

①毎週火曜日 10:00~12:00・

13:00~16:00

②5月22日(水) 14:00~16:00

専門カウンセラーに会って相談できます。

予約制(電話で申込みが必要)です。

電話でも相談できます。

検査・相談は名前を言わなくてもいいです。

場所:検査・面接相談 どちらも

保健所(美浜区幸町1)

申込・相談・質問:感染症対策課 ☎238-9974

アイフェスタ in ちば

目が悪い人向けの機器の展示・体験・相談など。

当日直接会場へ来てください。

場所:ハーモニープラザ(中央区千葉寺町1208)

日時:5月19日(日) 10:00~15:00

質問:障害者自立支援課 ☎245-5549

外国人のための法律相談

6月17日(月) 17:00~20:00

千葉市国際交流プラザ 会議室

(中央区千葉港2-1)で行います。

相談は無料です。

定員:申込の早い人から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

☎245-5750

【編集後記】“協会職員 韓国出身J”

私が日本に来て驚いたのは

子どもたちが幼稚園の時

幼稚園バスを待つバス停

でのお母さんたちの

立ち話でした。立ち話は

子どもたちを乗せたバスが

行った後も続きます。

長い時は午前保育が終わった子どもが帰って来る

まで続くこともありました。暑い日でも寒い日でも

長い時間立ち話をします。

韓国のお母さんたちは日本と違って誰かの家に行

ってお茶を飲みながら話をします。

朝忙しくて家にお客さんを呼ぶのは大変かもしれ

ませんが日本のお母さんたちもたまにはお茶を

飲みながらゆっくり話すのも良いのかなと

思いました。