

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9月号

にほんごばん
やさしい日本語版

だい ごと
第116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

災害が起きる前に できること

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。

個人で備える

★家具類の転倒・落下を防ぐ

大きな家具や電化製品は 金具などで固定して落ちないようにする。

★備蓄品は ローリングストック (買い足し) する。長持ちする食品などを 少し多く買って 使って 減った分を 買い足すようにします。

★ちばし安全・安心メールに 登録する
電子メールで防犯・防災情報を 知ることができます。

登録方法などくわしいことは

ちばし安全・安心メールで検索してください。

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。

★災害が起きたときは

- 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 飲食店では 水の提供・ トイレの利用・情報が 受けられます。

② 携帯電話のバッテリーや 地図を 持ち歩く

③ 職場などに 飲料水や 歩きやすい靴などを 用意しておく

質問 : 危機管理課 ☎245-5151



電話de詐欺に ご注意ください!

市内でオレオレ(お金を払え)詐欺や還付金(お金を返す)詐欺など 電話を使って お金をだまし取る詐欺が 多く発生しています。

どんなふうにお金をだまし取ろうとするのかを 知って だまされないように してください。

★電話de詐欺に だまされないために

- ① 知らない番号からの 電話には出ない
- ② 自分だけで判断しないで家族や警察に相談する
- ③ 変だと思ったら 一度電話を切って 必ず確認する

電話de詐欺相談専用ダイヤル

☎0120-494-506

または近くの警察署へ

質問：地域安全課 ☎245-5264



あなたの声かけが大切な命を守ります！

千葉市では自殺者を1人でも少なくするために自殺予防キャンペーンを行っています。周りに悩んでいる人がいたら下記の所へ気軽に相談してください。

こころの健康に関する相談

①千葉いのちの電話 (24時間・365日)

☎227-3900

②千葉市こころの電話 ☎204-1583

日時：平日10:00~12:00 13:00~17:00

③こころと命の相談室(対面相談 予約制)

☎216-3618

*予約は平日9:30~16:30

日時：月・金曜日(祝・休日を除く)

18:00~21:00

日曜日(毎月1回) 10:00~13:00

場所：中央区新町18-12 第8ビル501号室

質問：精神保健福祉課 ☎238-9980

秋の全国交通安全運動週間

「身につける夜道のお守り 反射材」をスローガンに9月21日(土)から30日(月)の10日間 秋の全国交通安全運動を行います。

★重点目標

①子どもとお年寄りの安全な通行

②お年寄りの運転による交通事故の防止

③夕方や夜の自転車や歩行者の事故防止

④シートベルトやチャイルドシートを正しくつける

⑤飲酒運転は絶対にしない させない

質問：地域安全課 ☎245-5148



幼児教育・保育の無償化が始まります。

10月から幼稚園・保育園・認定こども園などの保育料が無償(費用がかからない)となります。

無償化の期間や申し込み方法は各施設などに問い

てください。

★幼稚園を利用する子供たち

幼保支援課 ☎245-5100

★保育園・認定こども園・

小規模保育などを利用する子どもたち

幼保運営課 ☎245-5726



千葉市の旬をつくらべ！

千葉市ではいろいろな農産物がつくられています。産地ならではの新鮮で旬の農産物をおいしくたべてください。

おおまさり(落花生)の旬：9月~11月初め

千葉といえば落花生。千葉市内でもたくさん作っています。その中でも「おおまさり」という落花生は実が大きく塩ゆですると甘くておいしいです。ぜひ食べてください。

質問：農政課 ☎245-5758



市営住宅の空き家入居者

①一般

申込資格：入居収入基準内の世帯で市・県民税を払っているなどの要件を満たしている人。

②期限付き(子育て世帯向け)

申込資格：①の要件に加え小学生以下の子どもと45歳以下の親のみの世帯。

入居予定日：来年1月1日(祝)以降

抽選日：10月31日(木)

申込書：9月25日(水)から市住宅供給公社・区役所地域振興課・県すまい情報プラザ(中央区栄町1-16)で配布します。

申込：10月10日(木)までに申込書と必要書類を〒260-0026 中央区千葉港2-1 千葉市住宅供給公社へ郵送してください。

重複して申込むと申込みがダメになります。

くわしいことは質問してください。

★市営住宅常時申込開始

空き家入居者募集などで希望者がいなかった住宅に申込みます。募集案内は千葉市住宅供給公社(中央区千葉港2-1)で配ります。

質問：千葉市住宅供給公社 ☎245-7513

行って みましよう

パラテコンドーを体験しよう!

全日本テコンドー協会の講師による 基本的なルールの紹介や体験ができます。パラテコンドーは東京2020パラリンピックの競技として 幕張メッセで 行われます。

日時：10月20日(日) 10:00~12:00

会場：療育センターふれあいの家 (中央区千葉寺町1208ハーモニープラザ3F)

定員：早い人から30人

申込：前日迄に 電話で療育センターふれあいの家へ

質問：療育センターふれあいの家 ☎216-5130



検見川ビーチフェスタ

けみはまバザール・マリンスポーツ体験・バーベキューなど 海辺でイベントを 開催します。

日時：9月22日(日) 10:00~16:00 天気が悪かったら中止。

会場：稲毛ヨットハーバー周辺(稲毛海浜公園内)

内容：フリーマーケット

作品展示

ホンピノス貝無料試食

フラダンス・ドラム演奏

ストリートスポーツキャンプ

野外バーベキュー

(場所だけを提供)など

どれも 当日会場へ 来て下さい。

質問：検見川ビーチフェスタ実行委員会

(海辺活性化推進課内) ☎245-5309



青少年の日フェスタ

日時：9月21日(土) 10:00~16:00

場所：生涯学習センター(中央区弁天3)

ポッチャ体験・合唱発表会・ダンス発表会など。

質問：健全育成課 ☎245-5973

子育てママのおしゃべりタイム

子育て中の保護者が 子どもと一緒に公民館を利用できます。ぜひ 参加してください。

時間は 10:00~12:00 です。時間中の出入りは自由です。当日 直接会場へ来て下さい。

★中央区 9月30日(月) 皇久喜公民館

質問：松ヶ丘公民館 ☎261-5990

★花見川区 9月25日(水) 幕張公民館

質問：幕張公民館 ☎273-7522

★稲毛区 9月20日(金)

緑が丘公民館

質問：小中台公民館 ☎251-6616

★若葉区 9月26日(木) みつわ台公民館

質問：千城台公民館 ☎237-1400

★美浜区 9月19日(木) 高浜公民館

質問：稲浜公民館 ☎247-8555



ジャズストリート

BAY SIDE JAZZ 2019 CHIBA

9月28日(土) ジャズストリートを開催

します。中央区内の 25 か所でプロ70人以上 アマチュア50組以上が演奏をします。

この機会に ジャズを 楽しんで ください。

★無料会場

① 中央公園特設ステージ

11:00~11:45・12:00~20:00

② 葭川公園 11:00~17:00

③ そごう千葉店 京成千葉駅前広場

11:00~20:00

④ そごう千葉店9階

12:00~12:40・14:00~14:40

⑤ JR千葉駅中央改札前

12:30~13:00・13:30~14:00

⑥ レクスス千葉中央(中央区新町10)

13:00~13:40・15:00~15:40

質問：市文化振興財団 ☎221-2411



健康・相談

結核は早期発見が大切です

9月24日(火)~30日(月)は 結核予防週間

結核は 今も多くの人がかかっている 病気です。

早く発見し 治療をすれば まわりの人に うつらなように 予防できます。また入院しないで

なお
治すことも できます。

★結核とは

結核患者の咳・くしゃみでうつる病気です。

★こんな症状が出たら病院へ

次の症状が出たらすぐ病院へ行ってください。

- ①咳・たんが 2週間以上続く
- ②疲れた感じが長く続く
- ③食欲がない
- ④熱が長く続く
- ⑤急に体重が減る



★結核を予防するには

健康的な生活をする事が大切です。普段から次のことに気をつけてください。

- ①睡眠を十分取る
- ②運動をする
- ③たばこを吸わない
- ④バランスの良い食事をする

★早く発見するために定期健康診断を受けてください

年に1回は会社などの健康診断を受けて胸のX線検査を受けてください。65歳以上の人は結核検診と市の肺がん検査を無料で受けられます(受診券シールは5月に郵送済み)。乳幼児は感染するととても悪くなる場合があります。

4か月児健診に合わせて行っている

BCG予防接種をうけてください。

質問：感染症対策課 ☎238-9974

9月はがん征圧月間

がん検診を受けましょう!

がん検診を行っています。2018年度は約30万人が受診し約500人ががんが発見されました。検診期間は2020年2月29日(土)までです。早めに受診してください。

質問：健康支援課 ☎238-9930



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)による面接相談

電話での相談はできません。申込みが必要。

9月25日(水) 13:15~15:20

場所：千葉市保健所(美浜区幸町1)

②保健師による電話相談

月~金曜日(祝日を除く) 9:00~12:00・13:00~16:00

相談・申込・質問：健康支援課 ☎238-1220

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

10月12日(土) 13:00~16:00

②弁護士による法律相談

9月30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

☎245-5750



【編集後記】 “千葉市CIR モンカレアノ”

はじめまして「モンカレアノ・ゴメス・ピアンカ」と申します。コロンビア生まれでカナダのトロント市育ちです。今JET Programme(外国青年招致事業)の参加者として千葉市役所で国際交流賞として勤めています。国際交流賞の役割は日本と自分の国の架け橋になること。市役所での仕事は主に様々な分野の資料を英語から日本語に日本語から英語に翻訳する仕事です。イベントなどを通じて自分の国の文化を紹介する予定もあります。外国人が住みやすい街を作るといいです。

これから外国人の視点で市政だよりからの記事の選択のほかこの情報誌の英語版の英訳を担当することになりました。皆さんこれからどうぞよろしくお願いします!

