

スポーツの秋到来 いい汗かいてリフレッシュ

吹く風もさわやかとなり、いよいよスポーツの秋到来。市では、多くの方にいい汗をかいてもらおうと、気軽に参加できる軽スポーツを中心に多彩な催しを用意しました。家族や友人と心身のリフレッシュはいかがですか。



ISG国府台アスレチック&デザートクッキング

日10月24日(土)午前9時〜午後3時30分
※雨天中止
場少年自然の家、フィールドアスレチックありのみコース
集合場所
Aスポーツセンター
SGクラブハウス前に
午前8時45分、B市川小学校前に午前8時50分
入定員50人※小学3年生以下は保護者同伴、保護者1人に対し4人まで
靴ふき、綿軍手、弁当、水筒、着替え(服と靴)、大きめのタオル
¥大人7000円、小中学生6000円、3歳以上の幼児5000円
日10月6日(火)必着で、往復はがきに代表者の氏名・住所・電話番号と参加者全員の氏名・性別・年齢・学年、集合場所のAかBを書き、スポーツ課「ISG国府台秋のイベント」係へ



ISG塩浜交流会 1日無料体験

日9月22日(休)午前10時〜午後4時
場塩浜市民体育館
種目 ヨガ、フォークダンス、ピラティス、卓球、フラダンス、フットサル、ハンドボール(体験)、スポーツチャンバラ
物室内履き、タオル、飲み物
☎3395-1166 ISG塩浜事務所



第28回ゲートボール大会

日10月14日(水)午前9時30分
※雨天の場合は、10月15日(木)に順延
入チーム参加(1チーム7名以内、主将を含む)
場国府台スポーツセンター陸上競技場(国府台1の6の4)
日9月30日(水)(消印有効)
までにはがきまたは封書に住所・氏名・電話番号・性別・生年月日・年齢を書き、スポーツ課へ。



スポーツレクリエーション祭

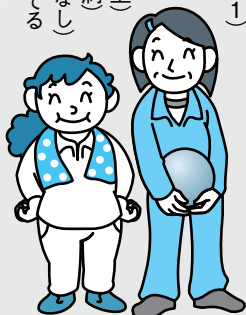
日10月25日(日)午前9時30分〜午後3時
場塩浜市民体育館(塩浜4の9の1)
種目
●ソフトバレーボール大会
①フリーの部
A オーバー40 平均年齢40歳以上
B アンダー40 平均年齢40歳未満
②フレンドリーの部(年齢制限なし)
※1 全部門、一度にコート内に立てる男性は2名まで
※2 各部門表彰(1〜3位)
※3 応募状況によって部門の変更等を行う場合があります。

●グラウンドゴルフ大会

※雨天中止
○個人の部
(性別・年齢制限なし)
※表彰(1〜3位)



日10月3日(土)必着で往復はがきに、大会・部門名、チーム名とチーム全員の氏名・年齢・性別、代表者の住所・電話番号・返信先を書き、スポーツ課へ。ソフトバレーボールでは、審判をすることが可能な方は名前の横に◎をつけてください。



行徳マラソン2009

日11月23日(祝)午前9時〜午後3時
※雨天中止・小雨決行
場福栄スポーツ広場
入5歳以上
種目 ①幼児750m
②小学1・2年生750m
③小学3・4年生1500m
④小学5・6年生1500m
⑤中学生以上一般3000m
⑥ウォーキング3000m
¥5000円(保険・セット金)
代含む
申込用紙配布場所
行徳・南行徳公民館、南行徳市民センター、市役所、ISG塩浜、新井・富美浜・香取行徳の各ふれあい館
申込場所
ISG塩浜クラブハウス
10月31日(土)〜11月8日(日)、行徳公民館・南行徳市民センター1階
10月31日(土)・11月1日(日)、いずれも午前10時〜午後3時



墓地・墓石のご案内

墓石工事・8寸(和型・洋型)
 90cm×90cm(3尺墓) **64**万円
 (基礎工事・石材工事・字彫・消費税込)
 お墓のリフォームも行ってあります。
常運寺 寺院墓地販売中!(妙典 駅 徒歩8分)
お問い合わせ
047-370-9009
 有限会社 **フラワー石材**
 〒272-0023 市川市南八幡 4-2-5
 いちかわ情報プラザ 203
<http://www.esekizai.com>

難解な雨漏りを一発解決

雨漏り検査!
 漏水検査工法特許第1964971号でピンポイント説明
修繕費の無駄はカット
 壁、天井のしみを見つけられます、こー覗下さい!!
tel 03-5875-6633
見積り無料 信頼と実績の
株式会社サーベイ
 検査・修繕 〒125-0062
 東京都葛飾区青戸 6-27-7

太陽光発電システム
オール電化工事
家計と地球にやさしい
光熱費ゼロの生活
 めざしてみませんか?
 見積り、相談、無料!! お気軽に
 ご相談ください!!
 地域唯一のシャープ・サンビスタ取り扱い特約店
〈第一セントラル設備機〉
 〒272-0816 千葉県市川市本北方1-35-5
 TEL 047-332-5206
 HP <http://faiyoko.com/>

朝に礼拝、夕べに感謝

正しい佛事はくらしのもとです。
石材、墓所、佛壇
葬儀、ギフト、生花
総合佛事の何でも無料相談
 **千葉家** (株)千葉石材
 市川市大野町4丁目
 市川霊園前
 TEL.047-337-7311
 FAX.047-337-7339
 ホームページ [千葉石材](#) **検索**

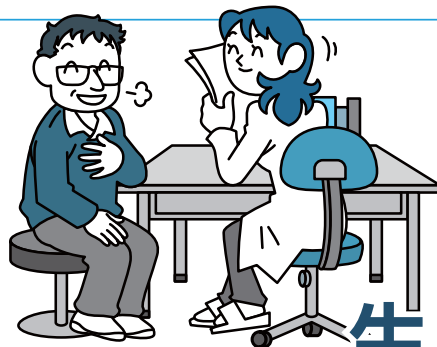
受診はなるべく誕生日に

回受診券は到着から平成22年3月31日まで有効ですが、なるべく誕生日に受診してください。有効期限を過ぎる受診はできません。
 ■健康診査と肝炎検診は無料、各種がん検診は負担金500円(70歳以上の方、後期高齢者医療被保険者、非課税世帯は無料)
 ■市内に転入された方、過去5年間に一度も市の検診を受診したことがない方は、はがき住所氏名生年月日・電話番号を明記)か電話で保健センター(〒272-0023南八幡4の18の8)

「時間がなから」などの理由で、検診を避けてはいませんか。がんは、国内の死因の3分の1を占め、年間34万人の方がこの病で亡くなっています。しかし、診断と治療の進歩により、不治の病ではなくなりました。また、がんは生活習慣病の要素が大きく、健康な方でも毎日多数のがん細胞ができることが分かっています。生活習慣の改善とがん検診の二つを構えに努めましょう。

みなさんは、「面倒だから」「健康だから」「時間がないから」などの理由で、検診を避けてはいませんか。がんは、国内の死因の3分の1を占め、年間34万人の方がこの病で亡くなっています。しかし、診断と治療の進歩により、不治の病ではなくなりました。また、がんは生活習慣病の要素が大きく、健康な方でも毎日多数のがん細胞ができることが分かっています。生活習慣の改善とがん検診の二つを構えに努めましょう。

市では、生活習慣病の予防とがんの早期発見・早期治療のため、各種の検診を行っています。この結果、がん検診では、毎年2500人もの方ががんが発見されています。



毎年2500人のがんを発見

生活改善と早期治療は検診から

検診名	対象者(平成22年3月31日時点の年齢)	
健康診査	40歳～74歳で市川市国民健康保険に加入している方と、75歳以上(一定の障害のある方は65歳以上)の方	
肝炎検診	40歳以上で市川市の肝炎検診を一度も受けたことがない方	
肺がん検診	40歳以上の方	
大腸がん検診	40歳以上の方	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	
乳がん検診*	視診・触診	30歳以上で奇数年齢の女性
	エコー	30歳代偶数年齢の女性
	マンモグラフィ	40歳以上で偶数年齢の女性
子宮がん検診	20歳代偶数年齢及び30歳以上の女性	
口腔がん検診(細胞診)	20歳以上の方	

◎病院で治療中・経過観察中の方はお控えください。○検(健)診が全てを保障するものではありません。検(健)診で異常がないといわれた場合でも、後日自覚症状がありましたら、ためらわずに専門医にかかりましょう。
 ※胸部に手術を受けたことがある方は、事前に主治医に要確認。ペースメーカーを装着している方は、マンモグラフィ不可。豊胸手術をしている方は、エコー、マンモグラフィ共に不可。

問い合わせ ☎377-4511 保健センター健診担当、口腔がん検診は歯科担当

広告

国が子育て世代に支援策

子宮頸がん 乳がんマンモグラフィ 無料検診クーポン



9月下旬に20歳から40歳までの方に子宮頸がん、40歳から60歳までの方にマンモグラフィによる乳がんの無料検診クーポンを郵送します。郵送されるのは、それぞれ対象年齢の5歳ごと

の女性です。これは、国が経済危機対策として行う子育て支援策の一環で、養育費や学費を負担する世代の疾病リスクの軽減を目指すものです。詳しい事業内容は、次のとおりです。

【子宮頸がんって、なに?】

子宮頸がんは、子宮の出口部分にできるがんで、過去20年間で見て20代～30代に急増しています。ヒトパピローマウイルスの感染が主な原因とされ、がん検診がもっとも有効な手段です。

【子宮頸がん検診はどんな検査をするの?】

検診は、綿棒などで、子宮頸部の細胞をこすり取るだけで、いたって簡単です。個人差はありますが、ほとんど痛くもかゆくありません。

【乳がんって、なに?】

乳がんは、女性ホルモンの刺激を受けてできる乳腺(=お乳をつくる外分泌腺組織)のがんで、40代後半に最も多く発生しています。女性にできるがんのなかで、一番多く、年間4万人が、乳がんになっています。日本女性の20人に1人がかかる計算です。

【乳がん(マンモグラフィ)検診はどんな検査をするの?】

マンモグラフィは、透明なプラスチックの板で乳房を圧迫して、レントゲン撮影をする検査です。この検査で体にかかる放射線の量は、1年間に太陽や地球から自然に受けている放射線量の50分の1程度なので、放射線による体への影響はほとんどありません。

【無料クーポンの対象者は?】

前年度に(昨年の4月2日から今年の4月1日までのあいだに)20歳、25歳、30歳、35歳、40歳になった女性の方は「子宮頸がん検診」、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳になった女性の方は「乳がん(マンモグラフィ)検診」の対象者となります。

【無料クーポンは、いつ届くの?】

無料クーポン券は、9月下旬に、対象者の方全員に郵送でお送りします。また、併せて、受診方法のご案内もお送りします。

【保健センターから来た受診券で、もう受けたんだけど?】

無料クーポン券対象者のうち、平成21年4月以降に、市川市保健センターからお送りした受診券で、子宮頸がん検診または乳がん(マンモグラフィ)検診を受診された方には、無料クーポンをお送りする代わりに、一部自己負担金の500円をお返します。手続きに必要な書類を郵送いたします。(一部自己負担金がかかった方は除きます。)

問い合わせ ☎377-8931 女性のがん検診担当