



五感で体験!おいしい旬



4-5面に続く

「ほら、みて!きれいに並んでる」「10個も入ってたよ」「豆のにおいがする」。グリーンピースは1年中食べることができですが、今の季節は香りも味も格別です。
6月中旬、行徳小学校では子どもたちに、旬の食材に触れ、おいしさを実感してもらおうと、1年生195人がグリーンピースのさやむぎに挑戦しました。名前は知っていても、さやに入ったグリーンピースを見るのは初めてという子どもがほとんどです。最初は少々緊張した面持ちでしたが、小さな指でさやをむぎ、豆が現れるとうれしそうな表情に変わっていきます。
ポウルいっぱいになった鮮やかな緑色のグリーンピースは、子どもたちの手で給食室に届けられ、おいしいスープに調理されました。



広報
ICHIKAWA PUBLIC INFORMATION
いちかわ

7月3日
2010年(平成22年)
毎月第1~第4土曜日発行
No. **1385**

発行:市川市
編集:企画部広報広聴担当
〒272-8501
市川市八幡1-1-1
TEL 047-334-1111
FAX 047-336-2300
ホームページ
<http://www.city.ichikawa.lg.jp/>

市川市の人口
(6月1日現在)
475,935人
(前月比 -75人)
男243,506人 女232,429人
219,771世帯
(前月比 -143)

今週号の紙面から

特集
**たのしく食べて
いきいき健康
進めます
いちかわの食育**

- 市政戦略会議を設置
…… 2面(市政・募集)
- 2010夏ボラ
ボランティアに参加しませんか
… 2面(ボランティア・募集)
- 【健康スポーツ】教室
【まちかど健康サロン】教室
… 3面(スポーツ・募集)
- 動植物園で飼育体験
… 3面(動植物園・募集)
- 特別障害者手当等制度
… 6面(福祉・お知らせ)

夏休み、ボランティアに参加してもらおう「2010夏ボラ」。多くの方に体験していただくため、多彩なメニューを用意しています。ここでは、その一部を紹介します。ご希望の方にはメニューの一覧表を差し上げています。また、ホームページ <http://ichikawa.genki365.net>でも確認できます。

●障害者施設で利用者と作業や散歩
※昼食持参、交通費自費、ボランティア保険に加入

◆松香園・梨香園

日①7月21日(水)～23日(金)②7月26日(月)～30日(金)③8月2日(月)～6日(金)④8月23日(月)～27日(金)
いずれも午前9時30分～午後4時
市内在住・在学の中学生以上(梨香園は保護者同伴で小学生も可)、各回先着4人
申月～金曜日の午前9時～午後5時に☎373-0482松香園または☎339-3855梨香園

◆フォルテ行徳

日7月21日(水)～8月11日(水)の土・日

曜日除く午前9時～午後4時

市内在住・在学の中学生以上、各2人
申月～金曜日の午前9時～午後5時に☎357-9166フォルテ行徳

●市立保育園で遊びや昼寝のお手伝い

日7月21日(水)～8月31日(火)のうち2～5日間、午前8時45分～午後5時15分
市内在住・在学の高校生、150人

申7月16日(金)までに☎334-1185

保育課または各市立保育園

2010夏ボラ

参加しませんか

市政戦略会議を設置

市民委員・事業仕分けの市民評価者を募集

限られた財源を効率的かつ効果的に配分し、市民が満足できる市政を行っていくため、市政戦略会議を平成22年10月に設置します。

委員は学識経験者、関係団体からの推薦者のほか、市民3人を含む15人で構成し、市の重要施策や課題を、行財政改革の視点から迅速かつ柔軟に審議していきます。そこで、市政に積極的に意見や提言をいただける市民委員を募集します。

また、10月には事業仕分けを予定しています。事業仕分けでは、市民評価者として臨時委員(9人程度)も募集します。

市民委員

【任期】10月から2年間 会議は原則月1回(平日開催)
【募集人数】3人

臨時委員(事業仕分けの市民評価者)

【開催日】10月23日(土)と24日(日)の2日間(その他前後の会議に出席)
【募集人数】9人程度

〔応募条件〕市内在住で市民の立場から市政に積極的に意見提言をいただける20歳以上の方
〔報酬〕会議1回につき9,100円(改正の場合あり)

〔申込方法〕住所氏名・年齢・職業・日中連絡の取れる電話番号・メールアドレス(持っていない方のみ)略歴(市政への参加活動歴を含む)を市販の履歴書に書き、1200字程度にまとめた作文(テーマは左記の様式不問)を別紙に添え、「市民委員」「臨時委員」「事業仕分けの市民評価者」の区別を明記して、7月16日(金)必着で行政改革推進担当へ郵送または持参
〔作文テーマ〕
○市民委員「市川市の課題と今後の対策について」
○臨時委員「事業仕分けの市民評価者」事業仕分けに参加するに当たっての抱負
※書類選考の後、8月中旬に面接を行います。詳細は応募者に通知します。市民委員と臨時委員は併願可(同時申し込みに限り、履歴書は一通のみ)。応募書類は返却しません。
☎334-1105行政改革推進担当

小中学生ボランティア・スクール 保育園ふれあい体験学習

保育園や高齢者の施設での体験学習です。
日場7月24日(土)午前9時30分～正午＝社会福祉協議会会議室/オリエンテーション。8月2日(月)～20日(金)の3～5日程度＝保育園・高齢者施設・てらばサロン/体験学習。8月21日(土)午前10時～正午＝社会福祉協

議会会議室/活動報告・修了証交付
市小学4年生～中学3年生、先着30人
¥500円(保険代)
申☎320-4002社会福祉協議会地域福祉・ボランティアセンター(祝・祭日を除く午前9時～午後5時)

1%支援制度 PRイベント

日7月4日(日)午前11時～午後3時
場ニッケコルトンプラザ内コルトンホール。先着100人にエコボ缶バッチをプレゼント。

団体選択の届け出は7月9日(金)までに。
届け出ができる窓口 債権管理課、税務課、大柏出張所、南行徳市民センター、いちかわ情報プラザ(2階電子行政サービス窓口)、市川駅行政サービスセンター、各公民館16カ所
☎326-1284ボランティア・NPO担当

お知らせ

傍聴しよう(希望者は直接会場へ) 博物館協議会/7月14日(水)午後2時～3時30分/歴史博物館講堂

電動式生ごみ処理機・コンポスト容器に補助金

◆電動式生ごみ処理機の購入費補助制度
補助金額 生ごみ処理機本体価格(税抜き)の3分の1(限度額2万円)
申請できる場所 総合市民相談課、総務課、分庁舎A棟循環型社会推進担当
必要書類など 申請書兼請求書(用紙は申請場所とホームページからダウンロード)、領収書の写し(レシートは不可)、保証書の写し、印鑑、銀行口座番号
◆コンポスト容器の補助金制度
補助金額 容器1基につき、購入価格の2分の1で、3千円が上限(100円未満切り捨て)。指定販売店で補助金額を引いた額でコンポスト容器を購入できます
購入時に必要なもの 印鑑、身分を確認できるもの
☎330-3971循環型社会推進担当

エコポイントの利用メニュー

◆満点エコカード
○クリンスイパ巾着 9月30日(木)まで先着500人。プール(2時間)と温浴施設へ施設の窓口で満点エコカードと交換に入場できます。
※休館日に注意してください。

○じゅんかん堆肥11人1袋まで。リサイクルプラザで交換
○銭湯 市内の浴場組合加盟の銭湯の番台で大人も小人も1人1枚で入浴できます。
このほか、動植物園や東山魁夷記念館、市民プールへの入場や市の刊行物の交換もできます。
◆空き缶回収機の設置に協力をアルミ缶2缶でエコポイントに1ポイント印字する空き缶回収機を、JR市川大野駅と東京メトロ行徳駅の周辺に設置を考えています。店舗などで協力いただける方は、ご連絡ください。
☎326-1284ボランティア・NPO担当

不用になったテレビエアコンなどは適正にリサイクルを

テレビ(ブラウン管式・液晶式)、洗濯機、エアコン、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機などの家電リサイクル法の対象機器は、市では収集受け入れをいたしません。次の方法で適正に処分してください。
処分方法 ①販売店に引き取りを依頼 ②メーカー指定引き取り場所へ持ち込む ③市長の許可を受けた収集運搬業者に収集を依頼。
※処分する場合は、メーカーや販売店等が定めるリサイクル料金と収集運搬料金(②の場合)は不要が必要です。リサイクル料金の詳細は販売店や家電リサイクル券センターで確認してください。
☎0120-319-640(財)家電製品協会家電リサイクル券センター(循環型社会推進担当)

東山魁夷記念館通常展 デザインの楽しみ

綴帳の原画や織物から伝わる華やかな美しさ。綴帳関係の作品を中心とした東山芸術のデザインの世界。

主な展示作品 緑の微風、爽明《小下図》ほか

日7月9日(金)～8月31日(火)、月曜日と7月6日(火)～8日(木)・20日(火)を除く、午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

¥一般500円、65歳以上400円、大学生・高校生250円、中学生以下無料
☎333-2011同館

資源回収 行徳地区7月3日～8月28日 (雨天などのため変更することもあります) 週1回、市がごみステーションで回収する缶ピンとは異なります。行徳以外の地区は7月17日号に掲載します。☎334-1111清掃事業課 大型ごみの申し込み(清掃事業課) 専用電話378-5310 電話のかけ間違いに注意!

- 【自治会】 ※印は祝日を除く
幸1丁目(缶ピン).....7/15.8/5-19
幸2丁目(缶ピン).....7/15.8/5-19
塩浜市営住宅(缶ピン).....7/9.23.8/13-27
塩焼2丁目(紙布).....7/15.8/19
〃(缶ピン).....7/15.8/5-19
塩焼3丁目(紙布).....7/11.8/8
宝1丁目(紙布).....8/5

- 宝1丁目(缶ピン).....7/15.8/5-19
【子ども会】
相之川(缶ピン).....7/6.20.8/3-17
新井(紙布).....7/26.8/23
〃(缶ピン).....7/12.26.8/9-23
伊勢宿(紙布).....7/13
入船(紙布).....7/15.8/19
欠真間1丁目(紙布).....7/20.8/17
〃(缶ピン).....7/6.20.8/3-17
香取1丁目(紙布).....7/12.8/9
〃(缶ピン).....7/12.26.8/9-23
行徳ハイムサルビア(缶ピン).....毎週火曜日※
塩焼5丁目(紙布).....7/15.8/19
〃(缶ピン).....7/15.8/5-19
島尻(紙布).....7/26.8/23
〃(缶ピン).....7/12.26.8/9-23
下新宿(缶ピン).....7/6.20.8/3-17
末広(紙布).....7/17.8/21
宝2丁目(紙布).....8/5

- 宝2丁目(紙布).....7/15.8/5-19
東行徳(紙布).....7/24.8/28
〃(缶ピン).....7/15.8/5-19
福栄かもめ(紙布).....7/4.18.8/1-15
富美浜(紙布).....7/18.8/15
湊新田(紙布).....7/16.8/20
【PTA・高齢者クラブ】
塩浜小学校(缶ピン).....毎週金曜日※
塩浜ハイタウン(紙布).....7/3.17.8/7-21
塩浜市営住宅(紙布).....7/18.8/15
新浜小学校(紙布).....毎週火曜日※
〃(缶ピン).....7/5.8/2-16
福栄小学校(紙布).....7/16.8/20
〃(缶ピン).....7/16.8/6-20
富美浜小学校(紙布).....7/23.8/27
〃(缶ピン).....7/16.8/6-20
南新浜小学校(紙布).....7/9.8/13
〃(缶ピン).....7/5.8/2-16
香り会(缶ピン).....7/9.23.8/13-27

7月19日(月・祝日)は「プラスチック製容器包装類」月曜収集地区と「燃やすごみ」月・水・金収集地区のみ収集があります。その他の「資源物とごみ」の収集は休みです。

【健康スポーツ】教室

運動不足を解消し、健康・体力づくり。そして、シェイプアップに挑戦しませんか。
運動に自信のない方でも楽しく汗をかけます。

☎373-3112スポーツ課

教室名	会場	曜日	時間
はじめてのエアロピクスダンス教室(定員40人)	国府台 市民体育館	8/4~11/24	水曜日 9:30~11:00
からだをかるくするストレッチ&ダンス教室(定員40人)		木曜日 11:00~12:30	
笑顔で動いて疲れ知らずのからだをつくるシルバー体操教室(55歳以上、定員60人)		8/5~11/25	木曜日 9:30~11:00
しなやかなからだをつくるシルバー体操教室(55歳以上、定員50人)		8/7~11/27	土曜日 9:00~10:30
からだのゆがみを整えるピラティス・チェアピクス教室(定員40人)	信篤 市民体育館	8/6~11/26	金曜日 9:30~11:00 ※隔週11:00~12:30
初級者のエアロピクスダンス教室(定員40人)		8/7~11/27	土曜日 15:00~16:30
初心者のヨガ教室(定員40人)	塩浜 市民体育館	8/3~11/30	火曜日 9:30~11:00
中高年の健康づくり教室(定員30人)		8/4~11/24	水曜日 13:30~15:00
エアロピクスダンス教室(定員30人)		8/5~11/25	木曜日 13:30~15:00
骨盤体操教室(定員50人)			
Body Control教室(定員40人)			

市内在住の方 ¥1回140円

運動できる服装、室内シューズ、タオル、飲み物など
往復はがき(1人1枚)に参加希望教室(第3希望まで)、住所・氏名・年齢、電話番号を書き、7月10日(土)必着で国府台市

市民体育館(〒272-0827国府台1-6-4)または、各会場の窓口にある申請書で申し込み(返信用はがきを添付すること)※応募者多数の場合は公開抽選7月15日(木)10時。受講は1人1教室。空き教室が出た場合は落選者にお知らせします。

【まちかど健康サロン】教室

地域の人々が気軽に立ち寄れる教室を7月5日(月)~9月25日(土)に開きます。参加は当日先着順で受け付けます。なお、「まちかど健康サロン」は、教室などの開催時間以外には自由に利用できます。

場まちかど健康サロン(塩浜4-2ハイタウン塩浜団地施設第2号棟101号室)

市内在住・在勤の方

☎398-2311塩浜市民体育館

教室名	定員	曜日	時間	開催初日
ヨガ教室a	15人	月曜日	13:00~14:15	7/5
ヨガ教室b	15人	火曜日	18:30~19:45	7/13
ピラティス教室a	10人	木曜日	13:30~14:45	7/8
ピラティス教室b	10人	土曜日		7/31
親子体操教室(3歳以上就学前)	10組	木曜日	10:00~11:30	7/8
リフレッシュ体操教室	15人	金曜日	18:30~20:00	7/9
健康体操教室	15人		13:30~15:30	7/9
クライミング開放	—	随時自由時間帯	—	—
フォークダンス教室(ISG塩浜)	—	水曜日	10:00~12:00	—

※ヨガ教室およびピラティス教室は、重複して参加できません。教室の申し込み、当日の服装、持ち物などの詳細は、お問い合わせください。

2010年 サマー動物教室 動物園で飼育体験

清掃や給餌作業、動物の心音を聞くなど、動物園の裏側を体験します。

☎338-1000同園

カピバラ命名募集 4月25日生まれのカピバラ(性別不明)の名前を8月1日(日)まで募集しています。動物園の入園時にお渡しする専用投票用紙で、3つの候補名から選んでください。発表は8月8日(日)、命名式は8月22日(日)の予定です。

☎338-1000同園

親に甘えるカピバラの赤ちゃん

公募の経済対策担当理事が就任
(環境保全課)

市の経済施策推進の担い手として公募していた経済対策担当理事は、中小企業の代表経験がある応募者のうち、書類選考と面接を経て、相模賢一さんが就任しました。

光化学スモッグにご注意
これからの季節、「日差しが強く、気温が高く、風が弱い日」に光化学スモッグが発生しやすくなります。注意報が発令されたら、次のことを心掛けてください。

●屋外での運動は避ける ●できるだけ外出は控え、屋内に入る ●風向きに考慮して家の窓を閉める ●光化学スモッグ注意報などの発令情報は、市の防災行政無線のほか、いちかわエフエム(FM83MHz)、いちかわケーブルネットワーク(JCN市川)でお知らせします。また、市川市メール情報サービスに登録すると電子メールで配信されます。

※携帯のバーコードリーダーをQRコードに合わせる ●登録できます。

なお、発令などは地域ごとで、市川市は、葛南地域となりませんので、ご注意ください。

ザ・チャレンジ! 自由研究

①論文②科学工夫工作③昆虫標本④植物標本をテーマに学校の先生がアドバイス

☎337-0533少年自然の家

小学生(3年生以下は保護者同伴)、先着60人(各テーマ15人)

☎337-0533少年自然の家

講座・催し

和洋女子大学「社会学び直しプログラム(リカレント教育)」講座

授業を学生とともに学ぶ9月開講の後期履修生を募集します。「女性教養コース」「日本社会文化コース」「文化総合芸術コース」「人間発達学コース」「服飾造形学コース」「生活環境学コース」の6コースがあります。

母子家庭にも児童扶養手当を支給

児童扶養手当法の一部改正により、8月1日(日)から父子家庭に対しても児童扶養手当の支給が開始されます。

母親と生計が異なる児童(18歳に達する日以後の最初の3月31日までの児童)を養育している父親。ただし、公的年金受給者、事実婚状態にある方、対象児童が施設入所または里親に委託されている場合を除く。所得による制限(同居の家族を含む)あり

申請(市)とも福祉課

各コース5人

※審査料、受講料など詳細は和洋女子大学ホームページをご覧ください。

申請7月15日(木)までに☎371-1124同大学教務課 修学サポートチーム

陶芸体験教室

☎8月4日(水)午前10時~午後3時

場松香園(国分3の2の2)

¥1人1500円(粘土材料など) ※材料の追加は1kg700円。

市内在住・在勤の方、先着10人

☎7月5日(月)~15日(木)の土日曜日除く午前9時~午後5時に☎373-0482同園

子どもも楽しむ講座(全3回)

行徳・大野・市川地域を対象に古文書・古地図から市内の歴史や地理を学びます。夏休みの自由研究の手助けもします。

☎8月1日(日)・8日(日)・22日(日)全3回、いずれも午前11時~正午

場歴史博物館2階講堂

大洲防災公園で宿泊体験

災害時に、全国からボランティアの受け入れなどを担う災害ボランティアセンター。その活動をサポートする市川災害ボランティアネットワークが宿泊体験会を行います。避難所用テント設置・応急救護・炊き出し訓練・大洲防災公園内の防災施設点検、災害時に役立つロープワーク・消防車両見学が体験できます。

☎7月17日(土)午後4時~18日(日)午前9時

先着20組(40人程度)親子での参加歓迎

¥500円(夕・朝食、保険代)

☎326-1284ボランティア・NP0担当

八幡市民談話室の作品展示団体

八幡市民談話室「階」文化の広場で作品展示を希望する団体を募集します。なお、展示専用のスペースではないため、設備が十分ではありません。また、搬出入、設置および展示中の監視は団体で行ってください。

展示期間(搬出入を含む)

①10月11日(月)~17日(日)②10月26日(火)~31日(日)③11月8日(月)~14日(日)④11月15日(月)~21日(日)⑤11月22日(月)~28日(日)⑥11月30日(火)~12月5日(日)⑦12月13日(火)~19日(日)⑧12月20日(日)~26日(日)

☎332-3751自衛隊市川募集案内所

自衛官採用試験

①航空学生Ⅱ高卒(見込み含む)21歳未満、9月23日(祝)試験②一般曹候補生Ⅱ18歳以上27歳未満、9月18日(土)試験③自衛官候補生Ⅱ18歳以上27歳未満、9月26日(日)・29日(水)女子試験(男子は受け付け後に指定)。いずれも8月1日(日)~9月10日(金)受け付け。

☎332-3751自衛隊市川募集案内所

募集

わが家の犬猫写真コンクール

優秀作品15点を表彰し、9月の「動物愛護週間」のイベント会場に展示。

市内在住の方

申請者が飼育している犬猫の写真3枚まで(L版で、すべての裏面に住所氏名電話番号を明記、しつけなど適正飼育についてのコメント)400字詰原稿用紙1枚以内を、8月31日(火)必着で千葉県動物保護管理協会(〒260-0001千葉市中央区都町4-63の3)☎043-214-7814 ※作品の返却不可、著作権は同協会へ帰属する。

フリーマーケット出店者

☎7月24日(土)午前10時~午後3時小雨実施

場リサイクルプラザ(JR総武線高架下)

営利を目的としない市内在住者、抽選で30人

申請往復はがき(世帯一通)に住所氏名・電話番号・返信用あて先を書き、7月10日(土)必着で同プラザ(〒272-0022鬼越2の18)☎335-0951。

7月11日(日)午後2時リサイクル広場で公開抽選会

たのしく食べていきいき健康 進めます いちかわの食育

「地産地消」 いちかわの野菜を食べよう

毎月第2・4土曜日の午後1時半から、JAいちかわ行徳支店脇の駐車場でJAいちかわ朝市組合による「夕市」が開催されています。6月のこの日は朝採れたばかりのトマトや葉つきのニンジン、カブ、ルッコラといった野菜のほかに、ミニトマトの苗なども並びました。「おいしいですよ、水分が違いますね」「生産者から買えるので安心です」と、必ず足を運ぶ人も多いようです。このほか、JR市川駅前のいちかわ観光・物産案内所では定期的に地場産物を販売しています。身近で採れた新鮮な食材を食卓に取り入れてみませんか。

※時間などは変更される場合があります



生産者、 食品関連事業者など

食べものの安全・安心や
地場産業の提供

- ・魚食文化フォーラム実行委員会
- ・農漁業生産者
- ・JAいちかわ・漁業協同組合

地域

各団体の活動に沿った
自主的・自発的な食育の取り組み

- ・食生活改善推進協議会
- ・保健推進協議会、ほか

医療機関

食と健康に関する
自主的な食育の取り組み

- ・医師会、歯科医師会、ほか

市民一人ひとりが健康な生活を送れるよう、市では「市川市健康都市プログラム(体と心)」に基づき「食育推進計画」を進めています。特に未来を担う若い世代には、さまざまな経験を通じ、食べることの楽しさや意味を伝えることが大切です。家庭だけでなく地域、行政、関係団体が一体となって豊かな食文化を考えていきましましょう。

安心でおいしい 食を伝える

市内では、ヘルスマイトと呼ばれる約100人の食生活改善推進員が、地域の食による健康づくりのために活躍しています。バランスのとれた食事の工夫を紹介する料理講習会は毎回人気です。6月は「夏野菜でカラダ元気!」と題し、トマトやナスを利用した5品と、千葉産の落花生を使った千葉国体のおもてなしメニュー「レンピーつくね汁」を作りました。

また保健センターで行われている離乳食教室では、管理栄養士が離乳食の進め方を説明し、ヘルスマイトは試食作りなどをサポートしています。



▲ヘルスマイトの指導で夏野菜を使った講座「夏野菜でカラダ元気!」



▲離乳食について熱心に話を聞くお母さんたち



▲クイズ形式で夏野菜を紹介



問 保健センター ☎377-4511
南行徳保健センター ☎359-8785

みんなでむいたグリーンピースが給食になったよ!

行徳小学校の1年生がさやをむいたグリーンピースは、その日の給食でスープになりました。身近に感じられたのか、おかわりをする子どもがいつもより多いそうです。

「一緒に買い物に行ったり、野菜の名前を覚えたり、食に関する体験を増やすことが食育のスタート」と話すのは学校栄養職員の川口敬子さん。四季折々の祭りなど日本の行事

を中心とした行事食や旬の食材を積極的に献立に取り入れ、興味につながるよう毎日プリントを配っています。野菜や噛みにくいものを苦手とする子どもが多いようですが、「大人がおいしいねと食べるのを聞いて、挑戦する子もいます」と川口さん。食事のマナーも含め、大人が率先して楽しい食卓のお手本になることが大切だと言います。



▲さやむきをしたグリーンピースとポテトのスープが給食のメニューに

今日のスープはおかわりしようかな▶



行徳小学校では、畑で本格的にサツマイモ作りをするなど、授業に積極的に農業体験を取り入れています。花壇に水を張ったミニ田んぼでは5年生が米作りに挑戦中です。「おいしくて安全で強いお米をつくりたい」「売

れるようなお米にしたい」。収穫するまで未知のことばかりですが、日々成長する苗に夢は膨らみます。



▲校庭では米のほかにトマトやナス・ピーマンなどが子どもたちの手で栽培されています



◀田が乾いていないが毎日チェックします

食育推進活動

NPO、ボランティアなど

独自の活動に沿った自主的・自発的な食育活動の取り組み

子ども・

家庭生活・家庭教育
継続的な取

市民

食育を推進する
自主的・自発的

保育園、幼稚園、学校

子どもたち自ら「食」を考える習慣を身に付け、健康で生き生きとした生活を送るための取り組み
・ヘルシースクール

行政

各分野における
取り組みの推進
活動への

自由に
参加できるよ



ママもちピッツも
来て見て参加して

健康は食にあり

「おいしい!」も
食育です

「ゆめ半島千葉国体」開催記念事業

食育フェア2010

気分のりのり! 病気なしなし!

日 7月24日土
午前10時～午後3時
場 文化会館 地下1階



- ★工作コーナー《たべもの折り紙・ぬり絵》
- ★チーバくとツーショット!(カメラは持参してください)
- ★「すこやか応援隊」ってな〜に?
- ★たくさん食べて大きくな〜れ!!~保育園の給食紹介~
- ★「こもちゃんとかんちゃんの和食道」 ほか

- ★食事バランスチェック《SATシステム》
- ★「健口で、おいしくたべよう!」
- ★血液サラサラ メタボなしなし
- ★大スキ! お弁当ひろば ほか
(お弁当の写真募集中。詳しくは市ホームページで)

- ★学校給食の試食《要事前申し込み》
- ★国体メニュー「レンピーつくね汁」《無料》
- ★新鮮! 地場産物直売【売り切れ次第終了】 ほか



ミニステージ

10:05	みんな元気に! 脱メタボ体操
10:20	お豆の箸運び大会
10:50	ゆめ半島ちば国体PR
11:05	おはなしあつまれ!!「はらぺこあおむし」
11:25	エプロンシアター
11:45	小学生からコツコツ骨骨貯金!
12:00	健口で、おいしくたべよう!
12:20	ヘルスマイトの手洗いソング
12:35	太巻き祭りずしデモンストレーション
12:50	エコで旬をおいしくクッキング
13:10	ノリのはなし
13:40	ゲーム「頭の上の食べ物な〜んだ?」
14:10	小学生からコツコツ骨骨貯金!
14:25	食育クイズ

※詳しくは市ホームページをご覧ください

問 ☎704-4132 農政課 ☎359-1150 臨海整備課

ご存知ですか？ 特別障害者手当等制度

重度の障害者と障害児、重度または中程度の障害児の父母などに手当が支給される制度が、特別障害者手当等制度です。受給を希望する場合は所得制限などの諸条件がありますので、障害者支援課にご相談ください。

	①特別障害者手当	②障害児福祉手当	③特別児童扶養手当
対象	・在宅 ・20歳以上 ・2つ以上の障害が重複、または重度の障害の状態にあるため日常生活において常時特別の介護を必要とする方 《障害の例》 視覚、聴覚、両上肢、両下肢、内部、その他の疾患、知的障害、精神障害	・20歳未満 ・重度の障害の状態にあるため日常生活において常時の介護を必要とする方 《障害の例》 視覚、聴覚、肢体、内部、その他の疾患、知的障害、精神障害、重複障害	・重度または中程度の障害の状態にある児童(20歳未満)の父母または養育者 《障害の例》 ・身体外部障害 [身体障害者手帳おおむね1級から3級] ・身体内部障害で機能の障害または病状が上記と同程度 ・知的障害 [療育手帳(A)からおおむねBの1] ・精神の障害が上記と同程度 ・障害の重複により状態が上記と同程度
審査	指定診断書などを提出していただき、審査を行います。		
所得による支給の制限	本人、配偶者、扶養義務者の所得が制限を超える場合は受給できません。所得限度額は扶養親族の数などによって異なります。	父母又は養育者の所得が制限を超える場合は受給できません。所得限度額は扶養親族の数などによって異なります。	
支給額(月額)	26,440円	14,380円	重度(50,750円) 中程度(33,800円)
支給制限	施設入所者(通所は除く)、病院などに3カ月を超えて入院している方は対象外	施設入所者(通所は除く)、児童が障害を理由とする公的年金の受給者は対象外	

特別児童扶養手当所得状況届を忘れずに

特別児童扶養手当の資格をお持ちの方は、毎年8月11日～9月10日に「所得状況届」の届け出が必要です。この所得状況届は、所得状況や世帯員の状況などを確認するためのものです。(所得制限で支給が停止)

※必要書類は7月末日頃に郵送します。

申 8月11日(水)～9月10日(金) (土・日・曜を除く)に「障害者支援課(午前8時45分～午後5時)

よい歯のコンクール

「8020運動普及標語、作文」の審査結果

次の作品が市川市第1位となり、千葉県審査会へ推薦しました。

- 審査結果**
- 「親子のよい歯のコンクール」
井崎 亜矢 (母) 愛七 (子) 菅野在住
- 「高齢者のよい歯のコンクール」
佐々木 貢二 80歳 歯の数31本 市川在住
- 「8020運動普及標語」
小学生の部 稲荷木小 5年 島山 純
「めんどくさい その言葉から むし菌いき」
- 中学生の部 第七中 2年 中森 清登
「歯みがきで 心もきれい 歯もきれい」
- 一般の部 星名 義明 北方町在住
「良い歯こそ 美味しい料理の立役者」
- 「8020運動普及作文」
飯嶋 茂昭 本北方在住
「歯の健康のために行った体験記」

講座・催し

HIV検査を受けましょう

県の健康福祉センター(保健所)では、匿名でHIV検査を行っています。検査は採血により行い、結果は1～2時間で分かります。

7月11日(日) 午前10時～午後3時
場 市川駅行政サービスセンター内アイリンクルーム

7月22日(木) 午前10時～11時30分
場 中央公民館菅野分室 和室

7月22日(木) 午後1時～3時
場 大洲防災公園ふれあいセンター2階第2集会室

7月22日(木) 午後1時30分～3時
場 大洲防災公園ふれあいセンター2階第2集会室

7月22日(木) 午後1時30分～3時
場 大洲防災公園ふれあいセンター2階第2集会室

7月22日(木) 午後1時30分～3時
場 大洲防災公園ふれあいセンター2階第2集会室

7月22日(木) 午後1時30分～3時
場 大洲防災公園ふれあいセンター2階第2集会室

7月22日(木) 午後1時30分～3時
場 大洲防災公園ふれあいセンター2階第2集会室

募 集

介護老人保健施設ゆうゆうとリハビリテーション病棟の職員

介護老人保健施設ゆうゆうとリハビリテーション病棟の職員を募集します。任期付職員(介護福祉士1人、看護師1人、任期付名簿登載者(看護師)1名、介護福祉士1名)を募集します。必要に応じて任期付職員として採用します。

採用予定日 7月22日(木)

採用予定日 7月22日(木)

採用予定日 7月22日(木)

採用予定日 7月22日(木)

採用予定日 7月22日(木)

採用予定日 7月22日(木)

採用予定日 7月22日(木)

採用予定日 7月22日(木)

順天堂大学医学部附属浦安病院 市民公開講座

知っておこう、乳がんから自分を守るために。乳がんの診断と治療最新線。

7月17日(土) 午後2時～3時30分(開場は30分前)

講 須田健氏(外科)

場 同病院外来棟3階講義室

先着80人

3533111 同病院地域医療連携室(保健医療課)

低身長に関する講演と相談

8月2日(月) 3日(火) 午前10時～午後4時

8月5日(木) 午前10時～午後4時

8月8日(日) 午前10時～午後4時

8月11日(水) 午前10時～午後4時

8月14日(土) 午前10時～午後4時

8月17日(火) 午前10時～午後4時

8月20日(金) 午前10時～午後4時

8月23日(月) 午前10時～午後4時

8月26日(木) 午前10時～午後4時

8月29日(日) 午前10時～午後4時

9月1日(水) 午前10時～午後4時

9月4日(土) 午前10時～午後4時

9月7日(火) 午前10時～午後4時

9月10日(金) 午前10時～午後4時

9月13日(月) 午前10時～午後4時

9月16日(木) 午前10時～午後4時

9月19日(日) 午前10時～午後4時

9月22日(水) 午前10時～午後4時

9月25日(土) 午前10時～午後4時

9月28日(火) 午前10時～午後4時

10月1日(金) 午前10時～午後4時

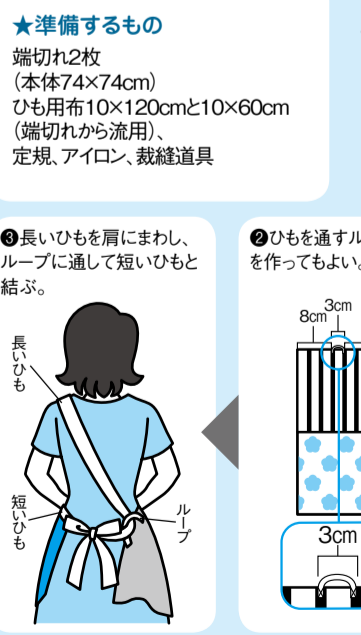
はじめませんか エコライフ

端切れで作る 四角エプロン



「eco手芸」の皆さん

今月は端切れを利用した「四角エプロン」を紹介します。洗濯可能な生地であれば種類は問いませんが、「eco手芸サークル」の皆さんによれば、着物の端切れであれば、サイズが定なので作りやすく、柄合わせもより楽しいとのこと。直線縫いだけなので、簡単に作れます。ポケットを付けると便利です。



着物などの端切れを利用した多彩な作品

保健ガイド

保健センター

〒272-0023 南八幡4の18の8
 〒272-0138 南行徳1の21の1
 ☎3377-4511
 ☎3359-8785

赤ちゃん

妊婦さんの食事教室

妊娠中のバランスの良い食事の話しと試食を行います。

日 8月20日(金) 午後1時30分～3時

場 保健センター

人 40人 妊婦6～8カ月

物 筆記用具、母子手帳

費 ¥1000程度

申 栄養担当

母親学級(2回コース)

妊娠中の過ごし方、お産の経過もくろみ学習など。

日 8月6日(金)・13日(金)

午後1時～4時 ※2回目は夫・祖父の参加も可。

場 保健センター

人 初産で予定日が10月～12月の妊婦(両親学級との重複受講は不可)、50人

申 母子保健担当

両親学級

妊娠中の過ごし方、お産の経過もくろみ学習など。

日 8月15日(日) / 保健センター(50組)・28日(土) / 南行徳保健センター(45組) / いずれも午後1時～4時10分

人 初産で予定日が10月～12月の妊婦とその夫 ※母親学級との重複受講は不可。

申 往復はがきに「8月両親学級希望」、希望会場、夫婦の氏名(ふりがな)・年齢・住所・電話番号

骨密度測定 「骨ス力御免!」 (骨粗しょう症予防)

9歳から測定できます

問診、超音波測定(かかと)、結果説明、骨粗しょう症予防のための集団指導(所要70分程度)。

日程(8月)	会場
9日(月) 23日(月)	健康増進センター
29日(日)	南行徳保健センター

※応募数により午前と午後の変更あり。

人 9～80歳の方(小学生以下は保護者同伴) ※測定時に身長・体重・年齢を記入。

費 ¥200円

申 往復はがきに希望日の午前または午後(第2希望まで)と、氏名(ふりがな、連名可)・生年月日・性別・住所・電話番号、返信用のあて先を書き、7月13日(火)まで(消印有効)に健康増進センター(〒272-0021八幡2-15-10/パティオビル8階)

問 ☎334-2311 健康増進センター

歯周疾患検診

今年度内に30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方に受診券を郵送し、歯や歯ぐきの検査をする歯周疾患検診を行います。

申 歯科担当

口腔がん検診

口腔がんを早期に見出すために、市では20歳以上の市民を対象に「口腔がん検診」を実施しています。検診希望の方へ「口腔がん検診受診券兼予診票」を発送しますので、平成23年3月31日までに受診してください。

直接会場へ

月日	時間	場所
7月6日(火)	午前9時～正午	行徳支所
7月7日(水)	午前9時～11時30分	保健センター
	午後1時～4時	国府台スポーツセンター
7月12日(月)	午前9時～正午	市役所
	午後1時30分～4時	南行徳保健センター

物 保険証や運転免許証など、身分を証明するもの。下着類は、ボタンや金具などのないものを着用

住民胸部レントゲン検診(結核検診)のお知らせ

16～40歳未満の方。 ※勤務先や学校などで胸部レントゲン検診を受けることができない方、妊娠中かその可能性がある方、結核に感染している可能性(症状がある方)などは受診できません。

物 保険証や運転免許証など、身分を証明するもの。下着類は、ボタンや金具などのないものを着用

受診期間 受診券到着から3カ月間

受診方法 受診券に掲載されている指定の歯科医院へ予約して受診

対象となる方(平成23年3月31日時点の年齢)

30歳	昭和55年4月1日～昭和56年3月31日生まれ
40歳	昭和45年4月1日～昭和46年3月31日生まれ
50歳	昭和35年4月1日～昭和36年3月31日生まれ
60歳	昭和25年4月1日～昭和26年3月31日生まれ
70歳	昭和15年4月1日～昭和16年3月31日生まれ

生まれ月と受診券の発送時期(個別通知します)

4月～7月生まれ	5月末発送
8月～11月生まれ	8月末発送
12月～3月生まれ	11月末発送

愛の献血にご協力を!

献血はちょっとの勇気と優しさ (保健医療課)

日 7月10日(土)・11日(日)

午前10時～11時45分
午後1時～4時

場 ニッケコルトンプラザ

急病診療・ふれあいセンター



365日 小児科外来医が待機

急病診療所 ☎377-1222
 月～金曜日(内科・小児科) ……午後8時～11時
 土曜日(内科・小児科・外科) ……午後8時～11時
 日曜日・祝日(内科・小児科・外科) ……午前10時～午後5時、午後8時～11時

休日急病等歯科診療所 ☎377-8888
 日曜日・祝日 ……午前10時～午後5時

テレホンサービス ☎336-3333
 日曜日・祝日 ……午前9時～午後5時

※急病診療所受診時は、感染予防のためマスク着用をお願いします。

相談

自死遺族相談

予約制で精神保健福祉士が相談に応じます。

場 保健センター

申 健康支援課(祝日・年末年始を除く)。日程は相談に応じます。

ドクター通信

クモ膜下出血

新聞やテレビでクモ膜下出血という言葉を見かけます。脳は頭蓋骨で保護されていますが、頭蓋骨と脳の間には硬膜とクモ膜という膜が存在します。硬膜は厚くて強い膜で、その下に薄い透明の膜が脳全体を覆っていて、この膜をクモ膜といいます。この膜の下に血管が網の目のように走っていて、その血管が何らかの形で破れた場合、クモ膜の下に出血したので「クモ膜下出血」というのです。

裂することによります。1年間で1万人のうち1～3人が発症するとされており、典型的な症状は「頭痛と嘔吐」ですが、この頭痛は「突然起こる」という特徴があり、〇〇していた時に痛くなったなど、その時のことを鮮明に覚えているくらい劇的に起こります。

クモ膜下出血はいろいろな原因で起こりますが、世間を騒がすクモ膜下出血は血管のこぶ「脳動脈瘤」が破

出血して意識障害があればすぐに救急車となりますが、頭痛だけで発症することもあるので、今までと違う突然の頭痛が起きた場合、様子などを見ないですぐに脳外科を受診することをお勧めします。

(市川市医師会)

いちかわ
カレンダー

開催中 7/7(水)まで **七夕まつり** 動植物園内入口広場

開催中 7/18(日)まで **季節展「七夕馬と短冊飾り」**
午前9時～午後4時30分／歴史博物館

開催中 7/25(日)まで **市川市収蔵作品展**
—作品に見る日本の風景— 午前9時30分～午後4時30分(入館は午後4時まで)／芳澤ガーデンギャラリー

7/3(土) AB-CINEMAS(映文シネマズ)※アニメ
「星のコスモス／たなばたさま」「シートン／コペルニクス」
午前11時と午後2時から約44分／メディアパーク市川2階ベルホール／各先着46人

7/3(土)・4(日) 市川梨を使ったシフォンケーキなどの販売
午前10時～午後5時／いちかわ観光・物産案内所

7/7(水) クールアース市川2010～七夕ライトダウン
午後8時～10時／各家庭・事業所※消灯にご協力ください

7/9(金)・23(金) アイ・リンクスカイコンサート
午後7時～7時45分／アイ・リンクタウン展望施設※座席のご用意はありません

7/7(水)～16(金) 平和の折り鶴展 午前10時～午後7時30分(土・日曜・祝日は午後6時まで)／メディアパーク市川1階ホール

7/9(金)・10(土) 水木映画鑑賞会 ワインポイント鑑賞講座付
①「裸の大将」②「おとうと」③「にごりえ」
①9日＝午後2時から92分②10日＝午前11時から98分③10日＝午後2時から130分、いずれも開演1時間前から整理券配布／メディアパーク2階グリーンスタジオ

7/10(日) AB-CINEMAS(映文シネマズ)
名作劇場「四十二番街」(モノクロ・字幕)
午前11時と午後2時から約100分／メディアパーク市川2階ベルホール／各先着46人

7/10(日)・11(月) 福祉団体による工芸品などの販売
午前10時～午後5時／いちかわ観光・物産案内所

7/10(日)・11(月)・24(土)・25(日)
一般公開「水木洋子 生誕100年」 午前10時～午後4時
／水木洋子邸／24日午後2時からミニイベント「水木邸で昔遊び」

7/11(月) 動物をだっこしよう
午後1時30分と午後3時／動植物園内なかよし広場

7/17(土) AB-CINEMAS(映文シネマズ)※アニメ
「リボンの騎士～たいかん式の巻／リボンの騎士現わる」
午前11時と午後2時から約50分／メディアパーク市川2階ベルホール／各先着46人

7/17(土)～25(日) 初夏の散策会
午前9時～午後4時※20日(火)は休園、雨天中止／動植物園「山ユリの里」

7/19(月) 動物クイズラリー 午前9時30分～(解答は午前11時～午後3時)／動植物園管理棟1階事務室

7/23(金)・24(土) 映文ナハトムジーク2010オリジナル
ミュージカル「ペンフレンドホリディ～懐(なつ)やすみ～」
23日＝午後5時、24日＝午前11時30分と午後3時(開場は30分前)／メディアパーク市川2階グリーンスタジオ／各先着220人

7/25(日)～8/8(日) ホテル観賞会 入園は午後8時まで
※7/26(月)・8/2(月)休園、雨天中止／自然観察園

7月3日～7月31日



▲ビーチボールで笑顔あふれる

いよいよ夏本番、蒸し暑い日が続きます。家族や友人を誘って、プールでリフレッシュしませんか。



夏はプールで
リフレッシュ

6月15日県民の日、小中学生を無料で開放した市民プールでは、友だち同士で泳ぎを競いあつたり、お父さんに泳ぎ方を教えてもらったり子どもなど、多くの子どもたちでにぎわっていました。

傘がオリジナルのマイバッグに

6月20日、リサイクル講座「傘を利用したマイバッグ作り」がリサイクルプラザで行われました。汚れてしまった傘だけど、お気に入りだったのを捨てられなかった、不用品が、自宅にたくさんあったと、参加者は講座を待ち望んでいたようです。傘の生地を骨組みから外し、オリジナルのマイバッグを作ります。「水をはじくので、雨の日に最適」と、参加者はそれぞれの作品に、満足されている様子でした。



◀制作に力が入ります
▼持ち手の幅を広くすると使いやすいと講師の説明

◀柄を生かした素敵な仕上がり



▶公園にやさしい青色で彩りを添える

**常夜灯を
見守る紫陽花**

梅雨の晴れ間に常夜灯公園を散歩していると、道沿いには紫陽花が風に吹かれ、頭を揺らしていました。昨年11月に植えられた紫陽花は、まだ小ぶりながらもしっかりと根をはり、陽に向かって花開いていました。今後さらに株も増えて、道行く人や、常夜灯をも見守ってくれることでしょう。

広告

保険の無料相談で さよならムダな保険料。 ようこそピッタリ保険プラン!

今、話題のほけんショップ「ほけんの窓口」では、知識豊富な専門家による無料相談を実施中。
多数の保険会社の商品と比較し、メリット・デメリットを解説してくれるので、自分に合った安心・納得の保険が見つかります。加入中の保険の確認も専門家に相談すれば、「保険料は家計とバランスがとれているか」、「保障内容は今の生活に合っているか」など簡単に調べられます。無理な勧誘は一切なく、もちろん相談だけでも気軽に利用いただけます。キッズスペースもあるので、お子様連れでも安心。土日祝日は混み合うので、予約はお早めに。

ほけんの窓口 市川店 予約番号 734001
市川市新田5-9-22 水曜定休(祝日は営業)
電話受付時間/10:00～18:00
047-320-9355

ソニー生命の5年ごと利差配当付
学資保険

今なら!資料請求された方に
『赤ちゃんができたなら考える
お金の本2010 抜粋版』
(たまごクラブ・ひよこクラブ特別編集)を、資料請求された方へ
無料プレゼント!!

お問い合わせ方法
TEL 0120-300-201
FAX 03-5537-6485

ソニー生命保険株式会社
〒105-7423 港区東新橋1-6-1 日本テレビタワー23F
東京中央ライフプランナーセンター 第5支社 ライフプランナー:塚原
すでにソニー生命にご加入の方は、引き続き担当ライフプランナーまたは
代理店にご相談下さい。 SL10-148-120

お墓でお悩みの方
永代供養墓をご紹介します。

本住寺 (市川市下貝塚)
一霊 **8万円**より 宗教・宗派は問いません。

※詳しいリーフレットお送りいたします。下記あてまでご連絡ください。
株式会社 〒169-0075 東京都新宿区高田馬場1-7-1
六月書房 TEL.03-3207-6810
http://www.butuji.co.jp/