

児童・生徒の思いが築く私たちのまち いちかわ

啓発作品各賞を表彰

市では、税金、マナー条例、交通安全、平和事業をテーマに、ポスター、標語、作文などを市内の小学生や中学生から募集し、入賞作品を市の事業のPRに役立てています。今年も未来の市川を担う児童・生徒の思いが込められた力作がたくさん寄せられました。審査の結果、入選した方々(敬称略)を紹介します。

税の啓発ポスター・作文

▼ポスターの部(応募作品62点)
 (納税課)
 〔市川市長賞〕安田菜々美(国府台女子学院中学部3年生)
 〔市川市納税貯蓄組合連合会長賞〕安藤里紗(国府台女子学院中学部3年生)



▼作文の部(応募作品1479点)
 〔市川市長賞〕清光瑞季(塩浜中学校2年生)
 〔国税庁長官賞〕鈴木葵子(国府台女子学院中学部1年生)
 〔東京国税局管内納税貯蓄組合連合会優秀賞〕高橋慶光(第七中学校3年生)、森奈々(日出学園中学校1年生)
 〔市川税務署長賞〕田島里紗(国府台女子学院中学部1年生)
 〔船橋県税事務所賞〕時枝紀歩(和洋国府台女子中学校3年生)

市民マナー条例啓発ポスター・標語

▼ポスターの部(応募作品305点)
 (地域振興課)
 〔優秀賞〕山川真里依(日出学園小学校1年生)、石川きなり(幸小学校4年生)、臼井柚子(行徳小学校6年生)、山口佑斗(南行徳中学校2年生)



▼標語の部(応募作品303点)
 〔優秀賞〕グーチョキパー ぼくらの町の 合言葉は 気をつけよう すう場所 すいがらすうけむり 長谷川麻里菜(百合台小学校3年生) グーチョキパー 守って明るい 市川に 末廣彩花(平田小学校5年生)

〔優良賞〕天川瑠佳(行徳小学校1年生)、城戸あかり(行徳小学校1年生)、岩城元己(中国分小学校3年生)、南方政人(南行徳小学校4年生)、中田光(南新浜小学校5年生)、

市民マナー条例啓発ポスター・標語入選作品展
 12月10日(金)～16日(木) II アイ・リンクタウン 展望施設
 1月7日(金)～16日(日) II メディアパーク市川

交通安全ポスター

〔優秀賞〕中村綾(日出学園小学校2年生)
 (交通計画課)
 石橋了(日出学園小学校4年生)
 清川莉絵(大洲中学校2年生)



平和ポスター

〔優秀賞〕西智哉(塩焼小学校1年生)、菊地柚月(稲荷木小学校2年生)、本田美穂(大洲小学校2年生)、丸山怜華(新浜小学校3年生)、廣田遥香(富貴島小学校4年生)、松澤玲佳(八幡小学校6年生)、佐々木巴那(八幡小学校6年生)、金子和歌(宮久保小学校6年生)、山本紗矢香(第七中学校1年生)、山下采恵(下貝塚中学校1年生)、知念ゆいか(南行徳中学校2年生)、加藤光(南行徳中学校3年生)



〔優良賞〕近藤希音(稲荷木小学校1年生)、伊藤巧馬(大洲小学校2年生)、安田富翔(八幡小学校3年生)、岩田智子(八幡小学校3年生)、弥永夏希(稲荷木小学校4年生)、佐伯孝美(市川小学校5年生)、和田栞夏(俣小学校5年生)、山川祐美(富美浜小学校6年生)、山田梨菜(下貝塚中学校2年生)、高浜陽南子(南行徳中学校2年生)、加藤浩太(南行徳中学校2年生)、上野春香(南行徳中学校3年生)

交通安全ポスターと平和ポスターを同時展示 12月11日(土)～17日(金) II メディアパーク市川1階 ※来場者に平和ポスターカレンダーを配布。

気軽に楽しく エコライフ

牛乳パックで 三角小物入れを作ろう



物を無駄にせず生活を楽しむ。これがエコライフを続ける秘訣です。今回、リサイクル講座で教わった牛乳パックで作る小物入れも、何を入れようか、だれにあげようかと想像しながら楽しく作ってみませんか。

★準備するもの
 洗って乾かした牛乳パック、シユースの紙パック4枚、包装紙、新聞紙の1/2程度、折り紙なども可、のり、はさみ、セロハンテープ、定規、鉛筆

- 牛乳パック3枚分をよく洗って展開し、半分に切る。
- 切った牛乳パックにのりを塗って三角柱を6個つくる。
- 三角柱を6個組み合わせ、6角形の本体を作る。広げた紙パック1枚に本体を当てて鉛筆を使い底になる部分をかたどる。同様に周囲に貼る包装紙もかたどり、はさみを使って切り抜く。
- セロハンテープで、本体と底を固定する。
- 表面にのりをまんべんなく塗って、包装紙を貼っていく。

各縁などに、四角く切った包装紙を貼ると、きれいに仕上がる。

子どもの机の整理や趣味の小物入れに

保健ガイド

保健センター
南行徳保健センター

〒272-0023 南八幡4の18の8
 〒272-0138 南行徳1の21の1
 ☎377-4511
 ☎359-8785

12~3月生まれの方に 健康診査の受診券を発送

健診は、できるだけ誕生月にお受けください。

検診名	対象者(3月31日時点の年齢)	
健康診査	①40歳~74歳で市川市国民健康保険に加入している方と、②75歳以上(一定の障害のある方は65歳以上)の方	
肝炎検診	40歳以上で市川市の同検診を一度も受けたことがない方	
肺がん・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歳代偶数年齢と30歳以上の女性	

◎病院で治療中・経過観察中の方はご遠慮ください。

*乳がん検診…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、マンモグラフィ、エコー共に不可。

健康診査と肝炎検診は無料。各種がん検診は一部負担金500円(70歳以上の方、千葉県の後期高齢者医療被保険者、非課税世帯者は無料)
 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)または電話で保健センターへ。
 健康診査担当

人 初産で出産予定日が3月~5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

妊婦中の過ごし方、お産の経過、もく浴実習など。

日 場 1月22日(土) / 保健センター(50組、16日) / 南行徳保健センター(45組、いずれも午後1時~4時10分)

人 初産で出産予定日が3月~5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「1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)・出産予定日・返信用のあて先を書き、12月15日(水)必着で希望会場の保健センターまたは南行徳保健センターの母子保健担当へ。

※応募多数の場合は抽選をし、結果は12月下旬にはがきで通知。

すくすく赤ちゃんハガキ

12月20日(月)ごろ、生後10カ月を迎える赤ちゃん(2月生まれ)のいる家庭には、はがきで育児相談についてお知らせします。

地域担当

1歳6カ月児健康診査

12月20日(月)ごろ、平成21年6月生まれの子に通知(2歳の誕生日以降は受診不可)。内科健診は受診券を持参し、医療機関で個別に受診を。

日 場 1月6日(木)・18日(火) / 保健センター、1月11日(火) / 25

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	会場
1月18日(火) 29日(土)	健康増進センター
1月24日(月)	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

¥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、12月14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

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と試食を行います。

日 場 1月28日(金)午後1時30分~3時 / 保健センター

人 40人 妊婦6~8カ月

物筆記用具、母子手帳 ¥100円程度
 申 栄養担当

母親学級(2回1コース)

妊娠中の過ごし方、お産の経過、もく浴実習など。

日 場 1月14日(金)・21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

歯

二十歳の歯科健康診査

問診・口腔内診査、歯周病検査、前歯のクリーニング、パノラマレントゲン撮影。

歯と口の健康相談(検診)

要介護者などで通院困難な方のために、口の中の健康を維持・改善するための検診を歯科医師が訪問します。

申 ☎332-0187 市川市歯科医師会口腔サポートセンター

受診期間 2月28日(月)まで

予防接種

麻しん風しん混合予防接種はお済みですか

麻しんは、感染力が強く高熱、発疹がみられ、ときに肺炎・脳炎などの合併症を併発し死亡することもあります。また、風しんは大人になつてからかかると重症化しやすい病気です。妊婦が妊娠早期にかかると、白内障・心疾患・難聴などの先天性風しん症候群児を生ずることがあります。これらの病気にかからないよう早めに予防接種を受けてください。

定期予防接種の対象者 2~4期の方は3月31日までに接種。3・4期の対象者であっても平成20・21年度に接種が済んでいる方は除く。

1期 1歳以上2歳未満
 2期 11歳~16歳
 3期 17歳~21歳
 4期 22歳~29歳

日 場 1月5日(水)・19日(水) / 保健センター、1月12日(水)・26日(水) / 南行徳保健センター、いずれも午後1時~2時受け付け

地域担当

3歳児健康診査

12月20日(月)ごろ、平成19年7月生まれの子に通知(4歳の誕生日以降は受診不可)。

日 場 1月5日(水)・19日(水) / 保健センター、1月12日(水)・26日(水) / 南行徳保健センター、いずれも午後1時~2時受け付け

地域担当

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。

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

※対象者となる方には、受診券を個別発送しました。お手元に受診券のない方は、受診期間が過ぎてしまった方は、歯科担当へお問い合わせください。

問 ☎377-4511 歯科担当

対象となる方(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	
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

糖尿病網膜症

ドクター通信

糖尿病では、長期間高血糖が続くと網膜血管障害のため、血流が障害され、網膜に出血や浮腫が生じます。さらに進行すると異常な網膜新生血管が生じます。これは、非常に脆いため、容易に出血します。出血と吸収を繰り返しながら、次第に単純な糖尿病網膜症から複雑な増殖糖尿病網膜症となり、失明してしまいます。

この病気の怖いところは、網膜症が相当進行しても、物を見るのに大切な網膜中心部が傷害されない限り、視力が保たれている事です。眼内に出血が生じ、一時的に視力が低下しても、最初の内は出血が吸収されれば視力が回復して病気が良くなったと勘違いしてしまうことです。これを糖尿病の罫と言います。

逆にごく初期であっても網膜中心部に出血や浮腫が起こると、網膜症が軽度でも視力が障害されてしまいます。治療の基本は良好な血糖のコントロールですが、糖尿病と診断されたら、目の症状が無くても定期的に眼科を受診し網膜症の状態によって、レーザー治療や手術など必要な治療をタイミング良く受けることが、糖尿病網膜症による失明を予防するために大切です。

(市川市医師会)

相談

自死遺族相談

予約制で精神保健福祉士などが相談に応じます。

場 保健センター

申 ☎健康支援課(土・日曜日と祝日・12月29日~1月3日を除く)。日程は相談に応じます。

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。