

パブリックコメント

市川市自殺対策計画(案)について
ご意見をお寄せ下さい

市では、「市川市自殺対策計画」の策定を進めています。この計画は「共に理解し合い、生きていくまち市川市」という基本理念のもと、市川市の特性をふまえ、具体的な対策を推進していくことを目的としています。

これまで検討してきた内容を取りまとめた計画素案を作成しましたので、この案を広く市民の皆様にお知らせするとともにご意見を募集します。

募集期間 12月18日(土)～1月17日(月)
閲覧場所 保健センター健康支援課、南行徳保健センター、市政情報センター、市政情報コーナー(中央図書館・行徳図書館・大野公民館図書室・男女共同参画センター)、市ホームページ

市内在住・在勤・在学の方、市内に事務所・事業所を有する個人、法人又は団体、政策等に利害関係を有する人、及び本市に関心をもつ人
提出方法 意見用紙に「市川市自殺対策計画(案)に対する意見」住所、氏名(フリガナ)又は団体名(担当者氏名)を書き、持参(保健センター健康支援課)または郵送で(〒272-0023 南八幡4-18-8 保健センター健康支援課自殺予防対策担当宛)、ファクス376-8831、インターネット(市ホームページのパブリックコメントのご意見入力画面)

問 ☎377-4511
保健センター健康支援課自殺予防対策担当

講座・催し

行徳野鳥観察会
定例行事と冬の公開講座

ガイドが保護区内を案内し、保護区の自然について説明。また、野鳥観察のお手伝いをします。

定例観察会 日曜日・祝日 午後1時30分、平日観察会 第1木曜日午前10時、夕暮れ観察会 第4土曜日午後4時(2～9月は午後4時30分)

冬の公開講座開催(いずれも午前10時～正午)
しめ飾り作り
12月25日(土)／当日先着50人／物軍手・ハサミ

カワウの話
1月15日(土)／当日先着30人

フリンゾリ作り
1月29日(土)／20人(要事前申し込み)※汚れてもよい服装でお越しください。

鳥の声と録音の話
2月6日(日)／当日先着30人

ツバメの生態
3月6日(日)／当日先着30人

男性の料理教室
自分で料理を作りたいけれどきつかけがない、と思っている男

性の皆さん。初心者の方も安心して調理ができるよう、包丁の持ち方やお米のとき方など基本から学びます。

1月20日(木) 2月3日(木)・17日(木)・3月3日(木)・17日(木)全5回(和食中心のメニュー)、午前10時～午後1時

男女共同参画センター6階調理工房
市内在住・在勤・在学の男性の方、抽選で24人(初めて受講する方に限ります)

実習5回 500円(1回100円) 往復はがきに「男性の料理教室受講希望」・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・返信あて先を書き、1月7日(金)必着で男女共同参画課(〒272-0034市川1の2)の2。保育希望(原則として6カ月以上の未就学児)の方は、子どもの名前(ふりがな)・年齢・性別も記入。

問 ☎322-6700 同課

8ミリフィルムをビデオに変換
8ミリフィルムで撮影した古い映像をVHSに写し替えます(1人20分程度)

1月29日(土)午前10時～午後3時30分
場 メディアパーク市川 地下集会室

先着20人
物撮影した8ミリフィルムと

録画用VHSテープ
申本日9時から ☎320-3334
映像文化センター(月曜日休館)

2010年最後の思い出作りをアコースティックコンサート
12月26日(日)午後5時～7時
場 アイリンクタウン展望施設(座席のご用意はありません)
問 ☎090-9206-8543
大導師(観光交流担当)

求人
平成23年度市川市立小・中特別支援学校の講師(音登録職種) 臨時教職員(県費教員養護教諭・栄養士・事務・市費補助教員など)
資格 相当免許状を有し、教育活動に意欲と情熱のある方
※事務職員は免許状不要
勤務 週3日～5日(週10時間～38時間45分)
期間 2週間程度～1年間
1月15日(土)午前9時30分～午後4時30分(12月24日(金)から電話で予約受け付け。その際に、時間を指定します)
場 市役所3階第2・第5会議室
物 履歴書(市販のもので可)と教員免許状(取得見込み証明書)のコピー
問 ☎334-1638 義務教育課教職員班

●平成23年度
「少年自然の家」宿泊利用希望の受け付け
青少年育成団体を対象に、平成23年度少年自然の家宿泊利用希望の受け付けを、1月15日(土)から開始します。
利用可能期間 4月1日(金)～平成24年3月31日(土)
人 具体的な研修計画をもった青少年育成団体
宿泊定員 210人(引率者人数含む)
申問 ☎337-0533 少年自然の家 ※月曜日休館
1月15日(土)～22日(土)午前9時～午後5時に電話申し込み後、ファクスで必要書類を受け、記入後返送してください。1月30日(日)以降ファクスで連絡します。
※希望日が集中した日については公開抽選。第5希望まで書いた団体を公開抽選の対象とし、27日(木)までに連絡をし、29日(土)午前10時に公開抽選をします。

図書館へGo!

12月28日(火)～1月4日(火)は休館

子どもとしゃかん

(鬼高1-1-4中央図書館内 ☎320-3333)
★らっこの会(3・4歳の親子)＝毎週金曜日午後3時30分(12月31日は休み)★えほんの会(4歳～小学生)＝毎週木曜日午後3時30分、第2土曜日午後2時※第2木・土曜日は保護者同伴可(12月23日・30日は休み)★おはなし会(5歳～小学生)＝第2水曜日午後3時30分
行徳図書館(末広1-1-31 ☎358-9011)
★えほんの会(4歳から小学生)＝最終水曜を除く毎週水曜日午後2時30分～2時50分★おはなし会(5歳～小学生)＝毎月最終水曜日午後2時30分～2時50分※12月22日は冬のおたのしみ会、29日は休み
信篤図書館(高谷1-8-1 ☎328-8831)
★えほんの会(3歳以上の親子)＝第2金曜日午後2時30分～3時

※申し込み不要。室内への保護者の付き添いはご遠慮ください。(親子の表示がある会は可)

塩焼市民図書館
(塩焼5-9-8塩焼小学校内 ☎397-6823)
★読み聞かせの会(幼児～小学生の親子)＝毎週土曜日午後1時30分★あそびの広場＝第4土曜日
稲越市民図書館
(稲越町518-2稲越小学校内 ☎373-6013)
★読み聞かせの会(幼児～大人)＝毎週水・土・日曜日午前10時15分～10時35分と午後2時15分～2時45分★大人のための絵本の会＝第3土曜日午前9時30分～11時★えほんの読み聞かせ(2～3歳児の親子の方)＝第3水曜日午前10時45分～11時15分
福栄市民図書館
(南行徳2-2-1福栄小学校内 ☎395-5020)
★読み聞かせの会(幼児～小学生の親子)＝第4水曜日午後2時45分
大柏市民図書館
(大野町2-1877大柏小学校内 ☎338-7897)
★読み聞かせの会(幼児～小学生の親子)＝第1・3水曜日午後3時15分、第3土曜日午前11時

●図書館資料は市民の皆さんの大切な共有財産です。返却期限を守ってご利用ください。

1月 こども館カレンダー

※休館日＝毎週月曜日、祝日(中央こども館は祝日も開館) 1日(祝)～4日(火)、11日(火)

国分高校家庭科の授業に、親子で参加しませんか？
子育て体験を話したり、高校生と乳幼児と一緒に遊んだりする場です。高校生と楽しく交流しましょう。



1月12日(水)・13日(木)・18日(火)・20日(木)＝午前9時50分～11時40分、14日(金)・19日(水)＝午前9時50分～11時40分と午後1時25分～3時15分
場 県立国分高校セミナーハウス 0～5歳児の親子
申問 ☎370-3561 大洲こども館

中央こども館(生涯学習センター内 ☎320-3337)

▶「新春演芸」＝10日(祝)午後2時。南京玉すだれ、銭太鼓など。
▶チャレンジCOOK「海苔の佃煮づくり」(市内在住・在学の小学生以上、先着15人)＝22日(土)午前10時30分～正午/材料費1人200円、エプロン、三角巾、マスク、手ふきタオル、佃煮を入れる容器、箸、水筒持参/事前申し込み、電話か直接同館へ。※お友達分の申し込みは出来ません。

南八幡こども館(勤労福祉センター内 ☎370-5201)

▶いろいろ工作「フィルムケースのこま」(小学生以上)＝19日(水)～23日(日)午後3時～4時

信篤こども館(信篤公民館内 ☎327-0141)

▶いろいろ工作「ネームプレート」(小学生以上)＝26日(水)～30日(日)午後3時～4時

市川こども館(市川老人いこいの家併設 ☎322-1404)

▶おとうさんと遊ぼう(幼児と保護者)＝15日(土)午前11時10分
▶チャレンジCOOK「簡単うどんづくり」(小学生以上、先着15人)＝22日(土)午前10時30分/材料費1人200円、エプロン、三角巾、手ふきタオル、箸、茶碗持参/事前申し込み、電話か直接同館へ。

相之川こども館(南行徳公民館内 ☎356-7381)

▶子育て応援事業「うたってあそんでリトミック」(2・3歳児と保護者、先着16組)＝21日(金)午前10時30分～11時30分/講師＝猪野純氏。事前申し込み、電話か直接同館へ。
▶子育て応援事業「親子で楽しむ絵本の世界」(未就学児と保護者、先着20組)＝30日(日)午前10時30分～11時30分/講師＝小松崎進氏。事前申し込み、電話か直接同館へ。

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
 ☎3377-4511
 ☎3359-8785

もっと知りたい! 子宮がんの話



「私はがんにならない」と思っていませんか?
 しかし、子宮がんは近年若年化が進み、とても身近な病気になっています。予防方法や子宮頸がんワクチンの接種、治療法についてなど、普段はなかなか聞けないことを、女性医師がお答えします。

講師 大淵紫氏(船橋市立医療センター女性専門外来)

日 1月24日(月)午後1時15分~3時
 ※受け付けは午後1時~1時15分

場 南行徳保健センター

人 電話で先着40人

物 筆記用具、お持ちの方はエコボカード

申 12月20日(月)午前9時から

健康支援課



予防接種

インフルエンザ予防接種について

今年度のインフルエンザワクチンは、季節性と新型インフルエンザの混合ワクチンとなります。希望の方は、医療機関で接種してください。
 65歳以上の方11回接種千円(ただし、生活保護世帯、非課税世帯の方は免除)
 すでに郵送されている平成22年度インフルエンザ予防接種予診票で契約医療機関にて接種ができます。

65歳未満の方11実費(料金については、各医療機関へお問い合わせ下さい。ただし、生活保護世帯、非課税世帯の方は費用の助成があります)
 問 予防担当

健診

年に一度は健康診査を受けましょう

平成22年度各種健康診査はお済みでしょうか。未受診の方で受診期限が過ぎている方、受診券が届いていない方や紛失などで手元がない方は、ご連絡ください。

問 健診担当

赤ちゃん

離乳食教室(1回食)

離乳食(1回食)の進め方の話、作り方の実演と試食。

日 1月26日(水) / 保健センター
 ② 19日(水) / 南行徳保健センター
 いずれも午後1時~2時と午後2時25分~3時25分

発達相談
 日 1月7日(金) / 南行徳保健センター
 28日(金) / 保健センター
 いずれも午前9時30分~正午

会場	日程	受付時間		申し込み
		相談あり	測定のみ	
大野公民館	1/13(木)	10:00~10:40	11:00~11:30	保健センター
信篤公民館	1/20(木)			
市川こども館	1/27(木)			
保健センター	1/28(金)			
南行徳保健センター	1/7(金)			南行徳保健センター
行徳公民館	1/21(金)			

測定は体重20kg身長100cmまでの測定。
 ※各保健センター以外の会場では体重大きく身長100cmまでの測定。

育児相談
 身長体重の測定と授乳、離乳食、子育てなどの相談、歯の相談は各保健センターのみ。
 申 相談日前日までに各保健センターへ(3カ月以上で測定の場合)は予約不要

物 筆記用具、母子手帳

申 栄養担当

着 25人②先着18人

会場	日程	受付時間	問い合わせ
西部公民館	1/17(月)	10:00~10:15	保健センター
大野公民館	1/13(木)	13:15~13:45	
信篤公民館	1/20(木)		13:15~13:45
市川こども館	1/27(木)		
保健センター	1/28(金)		
南行徳保健センター	1/7(金)		
行徳公民館	1/21(金)		
妙典子育て支援センター	1/14(金)	9:40~10:00	

問 地域担当

妊婦・新生児・1~2カ月児訪問

妊婦訪問は電話で各保健センターへ。

新生児1~2カ月児訪問は母子健康手帳別冊3(平成22年4月以降交付分)は別冊1にある出生連絡票に必要事項を書き、保健センターへ郵送。里帰り先で新生児訪問を希望する方は、生後28日まで過ごす市町村へ確認をし、訪問指導がない場合は、市川市に戻ってから1~2カ月児訪問をご利用ください。

問 各保健センター

歯

歯科衛生士による歯みがきレッスン

対象	保健センター	南行徳保健センター
赤ちゃん(10~11カ月児) はじめての歯ブラシみがき	1/5(水)・19(水) 午前10時の部 物 母子手帳・歯ブラシ	1/12(水)・26(水) 午前10時の部
2歳児(2歳6カ月~3歳未満児) 歯みがきとぶくぶくうがいの練習	1/20(木) 午前10時の部、11時の部 物 歯ブラシ・コップ・タオル・母子手帳・筆記用具	1/21(金) 午前10時の部、11時の部
4歳児(4歳1カ月~5歳未満児) むし歯の話と歯の汚れの検査	1/20(木) 午後3時の部 物 歯ブラシ・鏡・コップ・タオル・母子手帳・筆記用具	1/21(金) 午後3時の部

申 歯科担当

愛の献血 献血はちょっとの勇気と優しさ
 日 12月27日(月) 午前10時~11時45分 午後1時~4時
 場 JR本八幡駅北口
 日 12月28日(火) 午前10時~11時45分 午後1時~4時
 場 東京メトロ行徳駅前 (保健医療課)

鍼灸マッサージ相談
 日 1月28日(金) 午後1時~4時
 場 個人指導室
 問 市川市鍼灸マッサージ師会
 飯作 ☎337-6090 (高齢者支援課)

インフルエンザについて

湿度が下がってきて寒くなるとインフルエンザの季節です。
 昨年は新型がはやってために、手洗いがいいは励行される方が多かったのですが、今年はいかがでしょうか。通常の風邪は喉や鼻に症状が現れるのに対して、インフルエンザは急な高熱が特徴です。倦怠感、関節痛、筋肉痛の全身症状も強く現れ、この激しい症状が通常5日ぐらい続きます。また、潜伏期間がありインフルエンザにかかっても症状が現れません。この期間は2日間ぐらいあります。くしゃみ、咳、痰などに含まれるウイルスによって感染します。くしゃみ、咳の出る前の潜伏期でしたら、人にうつることはありません。ただし症状が出る1日前ぐらいから2日から7日までは人にうつす可能性があります。

かかってしまったら周りへの人の配慮も忘れないようにしてください。鼻、口などを触った手から感染することもあります。また、咳、くしゃみをするときはティッシュで覆ってください。健康な方は手からの接触感染がありますから、よく手洗いをしてください。
 お薬では抗ウイルス剤があります。経口薬、吸入薬、注射薬があります。ウイルスが体の中で増殖する前にお薬を服用できれば、症状が軽いに治すことができます。お薬は早めに服用すると、よく効きます。医療機関への早めの受診をおすすめします。インフルエンザの流行を防ぐためには一人ひとりの自覚が大切です。体力をつけ日々健康な日常を送るように心がけましょう。
 (市川市薬剤師会)

急病診療・ふれあいセンター
 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