

映文フェスタ2011

映像文化センターと文学プラザの魅力を最大限に紹介する映文フェスタ。
今回は、映像文化センターから10月にデビューをした「A☆Bun合唱団」によるロビーコンサートや、グリーンシアターの上映会、劇団ヒラガナ(願)による演劇などを行います。

日2月11日(祝)
午前10時～午後5時
場メディアパーク市川 2・3階
問☎320-3334映像文化センター(月曜日休館)

イベント名称	場所	時間
グリーンシアター in フェスタ 「郵便配達は二度ベルを鳴らす」 (1942年・イタリア映画／モノクロ・字幕) ※先着220人※当日13時から整理券を配布	グリーンスタジオ	開場 13:30 上映 14:00 上演時間:約118分
A☆Bun合唱団 ロビーコンサート 井上ひさしの曲をはじめ、映像文化センターのオリジナルミュージカルナンバーなど、子供たちの楽しい歌声をお贈りします。	メディアパレス	1回目 11:00～ 2回目 13:00～
劇団ヒラガナ(願)「流れ星のカルテ」公演 劇団ヒラガナ(願)によるオリジナル演劇です。 トモヤは今年12歳。春には小学校の卒業式。日光を浴びることができない、難病を抱えた少年の透き通った勇気の物語。流れ星にかけた願いは、太陽を越えて奇跡に変わる。 ※各先着46人	ベルホール	1回目 14:30～ 2回目 16:00～ 上演時間:約60分 開場は15分前
いちかわ時の記憶 市川の空にまつわる写真展「市空」。市史編さんコーナーもあります。	メディアパレス	10:00～17:00
映文ヒストリー&ナウ 映像文化センターと文学プラザの開館・開設当初からの歩みを紹介します。	メディアパレス グリーンギャラリー 映像研修室 ほか	10:00～17:00
映文サポーターズクラブ活動報告会 平成21年に発足した映文サポーターズクラブによる活動報告会を行います。		
その他多数のイベントを開催します。また、イベントの名称及び時間や内容は予告なしに変更する場合があります。		

講座・催し

読み聞かせ講座(初心者向き)

幼稚園・小学生に対する読み聞かせについての知識、選書、読み方などを学びます。

日3月4日(金)午前10時～11時30分

場メディアパーク市川3階第3研修室

人市内在住・在勤で、読み聞かせなどの講座に参加したことがなく、これから小学校などで集団

に対して読み聞かせの活動を予定している方、抽選で20人※子ども同伴不可

申往復はがきに住所・氏名・電話番号を書き、2月14日(月)まで(消印有効)に中央図書館内こどもこしやかん児童・青少年サービス担当(〒272-0015 鬼高1の1の4)

問☎33033346中央図書館

市川市薬剤師会健康フェア

からだ年齢(メタボチェック、筋肉量、骨密度、脳年齢)の検査や歯

科医師による口の健康チェック、薬相談を行います。

日2月13日(日)午前10時～正午と午後1時～3時

場市川市薬剤師会(南八幡3の1の1)

申2月10日(木)までに☎7003700同会(月～木曜日午前10時～午後4時(保健医療課))

知的障害者移動介護従業者養成研修受講者募集
知的障害者のガイドヘルパーの資格が取得できる講座です。
日2月19日(土)・20日(日)・いずれも午前9時～午後5時30分、ほか実習1日
場第1レインの家(下新宿10の7) **¥5,730円**
申☎3594733市川レインの会・レイン・コン(火曜日定休) (障害者支援課)
お話し相手ボランティア養成講座
人と話をするときの基本になる「聴く」ことの意味を楽しく学びます。

在宅介護支援センターの催し
◆知って！介護の知識「在宅診療と介護者の健康管理について」医師による講演会と介護者の茶話会
日2月8日(火)午後1時～3時
場市川市医師会館5階講堂

手すき海苔作り
行徳で採れた地元産の生のりを使い、昔ながらの手すきの方法で海苔作りに挑戦しませんか。乾燥後、海苔はお持ち帰りできます。
日3月6日(日)午前10時
場本行徳公民館(本行徳12の8)
人先着50人
物手拭きタオル・洗濯ばさみ3個・持ち帰り用ビニール袋
申☎35991351同公民館

子どもと一緒に
●すこやか親子コンサート
～ミュージックトファンタジー～
音の出るものを持ってきてください。みんなで鳴らして遊びましょう。
日2月26日(土)午前10時30分開場、午前11時開演
場行徳文化ホールI&I
※車いすをご利用の方は事前にお問い合わせください
申☎334-1069子育て支援課すこやか応援隊

子どもの発達プロセスを 知れば子育てはこわくない
講演会
宮本まき子氏 (山梨大学非常勤講師)
日3月12日(土)午後1時30分～3時
場男女共同参画センター7階研修ホール
人先着150人(要申し込み)
問☎3226700同課

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
3月6日(日) 7日(月)	健康増進センター
3月15日(火)	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、2月15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

女性のための健康講座
「あきらめないで
女性の尿もれ」
せきやくしゃみをした時、尿もれ

10歳以上

平成22年度の
各健康診査はお済みですか
平成22年度の健康診査を未受診の方で、有効期限が過ぎている方は3月31日(木)まで受診期限を延長します。お持ちの平成22年度受診券で受診してください。受診券が届いていない方、紛失などで手元がない方や保険の種類が変わった方はご連絡ください。
問 ◆ 健診担当
がん講演会
講 溝上雅史氏(国立医療国際研究センター国府台病院肝炎免疫研究センター長「肝がんの予防」ウイルス性肝炎の治療と予防」上村直実氏(国立医療研究センター国府台病院病院長「胃がんの予防」ヘリコバクター・ピロリの除菌を通じた胃がん予防」
日 2月24日(木)午後7時～9時
場 文化会館小ホール
人 医療関係者、行政担当者、希望する一般の方
申 問 住所・氏名・電話番号を、2月16日(水)までに ☎377-1101 FAX379-6623
市川健康福祉センター地域保健福祉課 (健康支援課)

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 ①3月25日(金)／保健センター②24日(木)／南行徳保健センター、いずれも午後1時30分～3時

人 ①②40人、妊婦6～8カ月
物 筆記用具、母子手帳
保 費 ¥100円程度
申 保 ◆ 南 ◆ 栄養担当

すくすく赤ちゃんハガキ

2月21日(月)ごろ、生後10カ月を迎える赤ちゃん(4月生まれ)のいる家庭にはがきで育児相談についてお知らせします。

お知らせ

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 ☎377-4511
〒272-0138 南行徳1の21の1 ☎359-8785

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 3月11日(金)・18日(金)／保健センター、3月7日(月)・14日(月)／南行徳保健センター、いずれも午後1時～4時※2回目は夫・祖父・母の参加も可。

人 初産で出産予定日が5月～7月の妊婦(両親学級との重複受講は不可)・50人

申 保 ◆ 母子保健担当

両親学級

妊娠中の過ごし方、お産の経過、もく浴実習など。

日 場 3月26日(土)／保健センター(50組)・13日(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5月～7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「3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、2月15日(火)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2月下旬にはがきで通知。

問 ◆ 地域担当

離乳教室(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 場 ①2月23日(水)／保健センター②24日(木)／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

人 4～6カ月児の保護者、各先着①25人②18人
保 費 ¥60円程度
物 筆記用具、母子手帳
申 保 ◆ 栄養担当

1歳6カ月児健康診査

2月21日(月)ごろ、平成21年8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 3月1日(火)・15日(火)／保健センター、8日(火)・22日(火)／南行徳保健センター、いずれも午後1時～2時受け付け

問 ◆ 地域担当

3歳児健康診査

2月21日(月)ごろ、平成19年9月生まれの子に通知(4歳の誕生日以降は受診不可)。

日 場 3月2日(水)・16日(水)／保健センター、9日(水)・23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

問 ◆ 地域担当

予防接種

◆ BCG
生後3カ月～6カ月未満

◆ 三種混合
生後3カ月～7歳6カ月未満

◆ 麻疹風しん混合(MR)
1期Ⅱ1～2歳未満、2期Ⅱ平成16年4月2日～17年4月1日生まれ、3期Ⅱ平成9年4月2日～10年4月1日生まれ、4期Ⅱ平成4年4月2日～5年4月1日生まれ※平成20年・21年度に特別救済を受けた方を除く。

◆ 日本脳炎

歯

二十歳の歯科健診

「歯周疾患検診」の受診期限は2月28日(月)まで

対象となる方には、受診券を発送しました。受診券に掲載されている歯科医院に予約をして、早めに受診してください。なお、受診券のない方、期限が過ぎってしまった方は問い合わせてください。

1期Ⅱ3～7歳6カ月未満
◆ 二種混合(ジフテリア破傷風)11歳以上13歳未満
◆ おたふくかぜ

2～7歳6カ月未満(二部負担金1400円、生活保護受給者、非課税世帯は無料)※2歳の誕生日の翌月に予防票を発送。転入や紛失などで予防票がない場合は連絡を。

問 ◆ 予防担当

QA 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。

申 保 ◆ 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。

対象となる方	
二十歳の歯科健診	
20歳	平成2年4月2日～平成3年4月1日生まれ
歯周疾患検診	
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

参加者募集 第1回 市川市小学生 朝食選手権

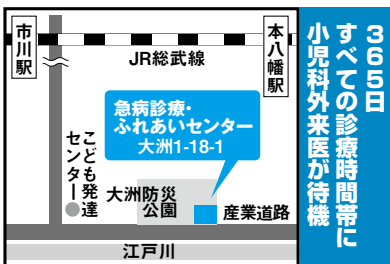
こんな朝食を食べてみたい・あんな人・こんな人に食べさせたい朝食が大集合。入賞者には記念品贈呈。

日 3月27日(日)午後0時30分～3時30分

場 昭和学院短期大学ヘルスケア栄養学科調理実習室
人 市内小学校に在学する児童(3～4人1チーム)

申 ①③の書類を郵送。①チーム全員の氏名(ふりがな)・学年、引率保護者1～2人の氏名(ふりがな)・住所・電話番号②作文「チームの朝食に対する思い。食べてみたい、食べさせてあげたいなど」(200～400字)③写真またはイラスト(絵)1枚「作ってみたい朝食または過去に作った自信作」を2月28日(月)まで(消印有効)に市川シビックロータリークラブ事務局〒272-0034市川1の12の22市川サークルビル7階 ☎322-1515 (健康支援課)

急病診療・ふれあいセンター



365日
すべての診療時間帯に
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。

ドクター通信 乳がん

現代乳がんは女性の悪性腫瘍では肺がん、大腸がん、胃がんと並んで最も多いものとなりました。乳がんの患者さんの平均年齢は50歳前後ですが、30歳以上の女性なら乳がんにかかる可能性があります。

乳がんはご自身で早期発見がしやすいことが特徴です。ご自身の乳腺を触診することで、乳腺の異変の早期発見につながります。市のがん検診だけでなく、毎週・毎月自己検診を行いましょう。乳腺の変化を早く見つけることが大切です。乳房には良

性の病気が原因で、あるいは生理的な現象として変化が起こります。しこりは、乳がんの症状として最も多く見られるものですから、しこりの有無を定期的に調べていれば、乳がんを初期に見つけることができます。

ごくまれに、しこりを感じることなく、乳頭(乳首)から分泌物(液)が出る場合があります。ただし、分泌物が出るからといって乳がんだということではありません。異変に気がついたら専門医に診てもらいましょう。

(市川市医師会)