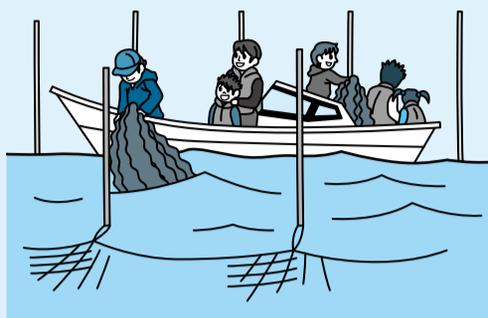


親子漁場見学会

地元の漁師さんと漁船に乗り、ノリやアサリなどの漁場見学をしませんか。ワカメの収穫もでき、漁師気分を親子で楽しめます。



日3月12日(土)午前9時30分～11時
 ※荒天中止
場行徳漁業協同組合前(塩浜1-17-3)
人市内在住の小学生と親(2人1組)、抽選で10組
料1組500円(保険料)
申往復はがきに、住所・親子の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を書き、2月28日(月)必着で魚食文化フォーラム実行委員会(〒272-0192 末広1-1-31、行徳支所臨海整備課内)
問☎359-1150 臨海整備課

あんしん電話の設置・利用について

問 ☎334-1152
 地域福祉支援課

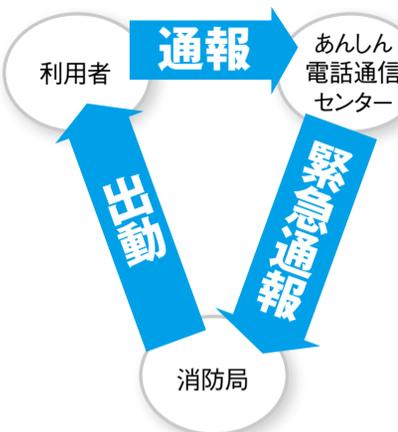
あんしん電話とは

ひとり暮らしなどの高齢者の方が、病気・ケガをした場合など、いざという時に非常ボタンを押すだけで「市川市あんしん電話受信センター」及び消防局に通報できる装置です。
 現在お使いの電話機の脇に設置する「あんしん電話本体」と「ペンダント型発信機」のセットで利用します。
 なお、自宅の電話回線などにより、設置できない場合があります。

助成対象者と利用料

助成対象者:ひとり暮らしの高齢者又は高齢者のみの世帯(65歳以上)、及び身体障害者(1級・2級)のみの世帯の方。
 ※新規設置費用の助成をしています(買い取りの方は対象外)。
 なお、毎月のレンタル料及び通信費は自己負担です。

・機器レンタル料 1カ月 380円+税
 ・新規設置費用は後日振り込みにより助成
 NTTより、毎月の電話料と一緒に直接請求されます



身体障害者相談員によるなんでも相談
日2月23日(水)午前10時～午後3時
場障害者地域生活支援センター3階会議室
問☎334-1168、FAX 335-2030 障害者支援課

身体障害者相談員によるなんでも相談
日2月23日(水)午前10時～午後3時
場障害者地域生活支援センター3階会議室
問☎334-1168、FAX 335-2030 障害者支援課

身体障害者相談員によるなんでも相談
日2月23日(水)午前10時～午後3時
場障害者地域生活支援センター3階会議室
問☎334-1168、FAX 335-2030 障害者支援課

メディア・リテラシー講座
講諸橋泰樹氏(フェリス女学院大学文学部コミュニケーション学教授)「メディアはどのように使うか」を語る
日3月5日(土)午後1時30分～3時30分
場さわやか県民プラザ中研修室2(柏市柏の葉4の3の1)
人先着40人(託児有り)
申☎04-7140-8602 ちば県民共生センター東葛飾センター(男女共同参画課)

福祉の店開催
 障害者支援施設で作ったクッキーや革製品、キーホルダーなど、手作り品を販売します。
日2月24日(木)・25日(金)午前10時～午後7時
場JR市川駅コンコース
問☎370-1871 障害者地域生活支援センター(障害者支援課)

講座・催し

肝臓病教室
 肝臓病について専門医・看護師が解説します。終了後には、肝臓・肝硬変・肝癌を中心に個別相談も行います。
日3月12日(土)午後2時～4時
場国立国際医療研究センター国際病院大会議室
問☎375-4757 同病院肝炎・免疫研究センター

順天堂大学医学部附属浦安病院 第41回市民公開講座
講関川巖氏(膠原病内科)「関節リウマチの話」
日2月26日(土)午後2時～3時30分(開場は30分前)
場同病院外来棟3階講堂(浦安市富岡2の1の1)
人先着80人
問☎047-353-3111 同病院地域医療連携室(保健医療課)

図書館へGo!

こどもとしゃかん

(鬼高1-1-4中央図書館内☎320-3333)
 ★らっこの会(3・4歳親子)＝毎週金曜日午後3時30分(※2月25日は休み)★えほんの会(4歳～小学生)＝毎週木曜日午後3時30分と第2土曜日午後2時(※第2木・土曜日は保護者同伴可)★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～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)＝最終水曜日午後2時30分～2時50分
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

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)＝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・第3水曜日午後3時15分、第3土曜日午前11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)

●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。

新名物誕生に期待 市川の“花鳥虫木”を創作和菓子に

市の木【クロマツ】、市民の花【バラ】、市民の鳥【ウグイス】、市民の虫【スズムシ】をイメージした創作和菓子の試作展示会を開催します。

日2月19日(土)・20日(日)午前10時～午後5時
場ニッケコルトンプラザ タワーコート及びコルトンホール
 ※商品化への可能性を探るため、試作品のアンケート(20のみ)にご協力ください。(商工振興課)

3月 こども館カレンダー

おすすめ

チャレンジCOOK 「手作りみそに挑戦！」



大豆をつぶして、みそを作ります。

日3月16日(水)午後2時30分
場市川こども館
人小学生以上、先着14人
物エプロン・三角巾・マスク・手ふきタオル
申問 ☎322-1404 同館

◀しっかりこねて丸められた「みそ玉」。

中央こども館(生涯学習センター内☎320-3337)

▶「みんなで遊ぼう」中高生と幼児さんのふれあい交流(1歳以上の幼児と保護者、中学生以上)＝19日(土)午前10時30分～11時30分/幼児さんと中高生と一緒にスキンシップあそびなどを楽しみます。

南八幡こども館(勤労福祉センター内☎370-5201)

▶いろいろ工作「おひな様作り」(小学生以上、先着10人)＝2日(水)午後3時～4時、事前申し込み、電話か直接同館へ。▶アイシング「ビスケットに絵をかこう!」(小学生以上、先着10人)＝16日(水)午後3時～4時、事前申し込み、電話か直接同館へ。

信篤こども館(信篤公民館内☎327-0141)

▶いろいろ工作「牛乳パック ゴム鉄砲」(小学生以上)＝23日(水)～27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)

▶いろいろ工作「くるくるエキサイティングボール」(小学生以上)＝23日(水)～25日(金)午後3時30分

大洲こども館(こども発達センター内☎370-3561)

▶春休みレクリエーションゲーム(小学生以上)＝24日(木)午後1時～2時。講師＝三浦一郎氏(東京未来大学)

相之川こども館(南行徳公民館内☎356-7381)

▶チャレンジCOOK「ホワイトデースイーツ」(小・中学生、先着16人)＝12日(土)午後2時～4時。持ち物＝エプロン、三角巾、マスク、ふきん、手ふきタオル、持ち帰り用袋、飲み物、事前申し込み、電話か直接同館。

塩浜こども館(ハイタウン塩浜1棟内☎396-1765)

▶いろいろ工作「ちっちゃな帽子の壁掛け」(小学生以上、各日先着15人)＝5日(土)・6日(日)・25日(金)～27日(日)午後2時～4時。

※3月の休館日＝毎週月曜日、22日、祝日(中央こども館は祝日も開館しています)

募集

いちかわファミリーサポーターセンター
アドバイザー募集

子育ての相互援助活動の会員同士の調整をしたり、入会のための説明会を行います。
 保育士・幼稚園(小学校)教諭・社会福祉士などの資格を

保健ガイド

予防接種

麻疹風しん混合予防接種(MR)
 2〜4期の方は3月31日まで接種をしてください。この期間を過ぎると公費(無料)接種はできませんので未接種の方は早めに接種して下さい。

インフルエンザ予防接種料金の払い戻し
 平成22年10月1日から開始されているインフルエンザ予防接種について、生活保護受給世帯の方、世帯全員が22年度市民税非課税の方を対象に費用の助成をしています。対象の方で実費で接種を終了している方は、3月31日(木)までに料金の払い戻しの申請をして下さい。

赤ちゃん

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)

有する方
 勤務地 妙典支部(妙典保育園)勤務体制 火〜土曜日(うち週3日)午前9時〜午後5時
申込 ☎3775503 同センター(火〜土曜日午前9時〜午後5時) (子育て支援課)

保健センター

談は各保健センターのみ。
申込 相談日前日までに各保健センターへ(3カ月以上で測定のみ)場合は予約不要
 ※各保健センター以外の会場では体重20kg身長100cmまでの測定。

会場	日程	受け付け時間		申し込み
		相談あり	測定のみ	
大野公民館	3/10(木)	10:00	11:00	保健センター
信篤公民館	3/17(木)	10:00	11:00	保健センター
市川こども館	3/24(木)	10:40	11:30	南行徳保健センター
保健センター	3/25(金)			南行徳保健センター
南行徳保健センター	3/4(金)			南行徳保健センター
行徳公民館	3/18(金)			南行徳保健センター

発達相談

日場 3月4日(金) / 南行徳保健センター 25日(金) / 保健センター
 いずれも午前9時30分〜正午
お座りやハイハイしないなど、お子さんの発達に心配のある方
申 各希望会場

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1(平成21

て、採用担当者から直接聞ける説明会です。また、介護機器の体験会も同時開催。
日 3月5日(土)、介護機器体験会 / 午前10時30分〜正午、個別就職面談会 / 午後1時〜4時
場 勤労福祉センター分館3階 大会議室(南八幡5の20の3)
問 ☎0432481294 千葉県社会福祉協議会・千葉県福祉人材センター

保健センター

年度に母子健康手帳を受け取った方は別冊3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。

会場	日程	受け付け時間	問い合わせ
西部公民館	3/7(月)	10:00~10:15	保健センター
大野公民館	3/10(木)	13:15~13:45	
信篤公民館	3/17(木)		9:40~10:00
市川こども館	3/24(木)		
保健センター	3/25(金)		
南行徳保健センター	3/4(金)		
行徳公民館	3/18(金)		
妙典子育て支援センター	3/11(金)		

4カ月赤ちゃん講座

計測・育児や離乳食の話・個別相談、お母さん同士の交流。
人 4カ月の乳児と保護者(参加できなかつた場合5カ月も可)
物 母子健康手帳・問診票・バスケット
問 地域担当

歯のイキイキ相談

歯科衛生士による歯の相談。
日場 3月25日(金) / 保健センター、4日(金) / 南行徳保健センター
人 いずれも午後1時〜3時
物 フリン、タオル
申 歯科担当

「すこやかひろば」すこやか親子コンサート
ミュージックファンタジー
 音楽家・村山祐季子氏による、親子で楽しめる音楽コンサート。音の出るものをもって、参加しましょう。
日 2月26日(土) 午前11時(開場は30分前)
場 行徳文化ホールI&I
問 ☎334-1069 子育て支援課すこやか応援隊※車いすをご利用の方は事前にお問い合わせください。

保健センター

離乳食教室(1回食)
日 ①3月9日(水) / 保健センター、②10日(木) / 南行徳保健センター
人 いずれも午後1時〜2時と午後2時25分〜3時25分
先着 25人 ②先着18人
物 筆記用具、母子手帳
申 栄養担当

離乳食教室(2回食)
日場 ①3月4日(金) / 保健センター、②11日(金) / 南行徳保健センター
人 いずれも午後1時〜2時と午後2時25分〜3時25分
先着 25人 ②先着18人
物 筆記用具、母子手帳
申 栄養担当

妊婦歯科健診
日場 3月3日(木) / 保健センター、10日(木) / 南行徳保健センター
人 いずれも午後1時〜1時45分と午後2時15分〜2時30分受け付け
物 フリン、鏡、コップ、タオル、母子健康手帳、筆記用具
申 歯科担当

歯のイキイキ相談
日場 3月25日(金) / 保健センター、4日(金) / 南行徳保健センター
人 いずれも午後1時〜3時
物 フリン、タオル
申 歯科担当

怒らずにすむ子育て講座
 我が子を活かし、親も成長するためのスキルを学びます。
講 蓮見師朗氏(ままる保育園園長)
日 3月6日(日) 午前10時〜11時30分
場 アイ・リンクルーム(ザ タワーズイースト3F) ※子どもの同伴不可
問 ☎322-0030 ままる保育園(保育課)

保健センター

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	3/2(水)・16(水) 午前10時の部	3/9(水)・23(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練習	3/17(木) 午前11時の部	3/29(火) 午前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	3/17(木) 午後3時の部	3/29(火) 午後3時の部

鍼灸マッサージ相談
日 2月25日(金) 午後1時〜4時
場 個人指導室
問 ☎33676909 市川市鍼灸マッサージ師会(高年齢者支援課)

急病診療・ふれあいセンター
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・ふれあいセンター
小児科外来医が待機
365日
すべての診療時間帯に

愛の献血 献血はちょっとした勇気と優しさ
日 2月21日(月) 午前10時~11時45分 午後1時~4時
場 東京メトロ行徳駅前
日 2月27日(日) 午前10時~11時45分 午後1時~4時30分
場 ニッケコルトンプラザ (保健医療課)

講座・催し
鍼灸マッサージ相談
日 2月25日(金) 午後1時〜4時
場 個人指導室
問 ☎33676909 市川市鍼灸マッサージ師会(高年齢者支援課)

正しいクスリ百科
寒さを上手に乗り切るコツ
 本格的な寒さが到来し、この季節は、どうしても体を冷やしてしまいがちになります。体が冷えると血液の循環が悪くなり、水分バランスやホルモンバランスが崩れ、手足の冷えやほてりなどのさまざまな体調不良が起こり、免疫力が低下しウイルス性の感染症にかかりやすくなります。
 予防するためには、冷えた体をそのままにせず、38度前後の湯にゆつくりつかる半身浴をオススメします。また、暖房の効いた室内にいても冷たい飲み物(ジュース類、アルコールなど)は、内臓を冷やし消化器官の働きを低下させますので、採り過ぎに注意しましょう。そして、毎日の食事も旬の野菜を取り入れ、煮る・炒める・蒸すなどの加熱調理を中心にするようにしましょう。唐辛子やしょうが、ネギ、大根、にらなど血行を促進する作用のある野菜を取り入れるなど、体を温める食べ方を心がけると効果的です。
 暖かい季節が恋しい今日この頃ですが、基本的な手洗いやうがいは毎日行い、寒さを上手に過ごしましょう。
 (市川市薬剤師会)

急病診療・ふれあいセンター
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