

# 新ガイドラインでより簡単・効果的に 救命・応急手当講習

日常生活の中で、いつ出くわすかわからない事故に備えるには、日頃からの訓練が重要です。今回行う講座では、心肺蘇生時の呼吸音の確認や胸を押して行う胸骨圧迫の手順などが変更された新ガイドラインに基づき、より簡単で効果的な救命・応急手当の方法を学びます。大切な命を救うために、ぜひご参加ください。

## 普通救命講習Ⅰ

AED(自動体外式除細動器)を使用した新ガイドラインに基づく心肺蘇生法、小児・乳幼児の心肺蘇生法、異物除去法を学びます。修了者には「普通救命講習Ⅰ修了証」を発行。

日6月12日(火)午前9時～正午(開始時間を過ぎると受講車での来場不可)  
市内在住・在勤・在学の方、30人

## 上級救命講習

AED(自動体外式除細動器)を使用した新ガイドラインに基づく心肺蘇生法、小児・乳幼児の心肺蘇生法、異物除去法、三角巾の使用法を学びます。修了者には「上級救命講習修了証」を発行。

日6月17日(日)②27日(水)、いずれも午前10時～午後4時(開始時間を過ぎると受講車での来場不可)  
市内在住・在勤・在学の方、普通救命講習Ⅰ・ⅡⅢいずれかを受講済の中学生以上の方①30人②20人

## 外傷に対する 応急手当

応急手当の目的及び重要性、止血法、固定・被覆の実施方法、傷病者の管理・搬送法を学びます。修了者には「外傷応急手当講習修了証」を発行。

日6月21日(木)午前9時～正午(開始時間を過ぎると受講車での来場不可)  
市内在住・在勤・在学の方、20人

場消防局  
物筆記用具・動きやすい服装  
申各講習の申し込みは6月4日(月)から333321111消防局救急課(平日の午前9時～午後5時)

## お知らせ

6月は

### 「動物の正しい飼い方推進月間」

次のことを心掛け、動物を適正に飼いましょう。  
・飼育できる環境かどうかを家族で事前によく考える。  
・犬の放し飼いはしない。  
・猫は屋内で飼う。  
・公共の場所や人の敷地内で排泄させるような迷惑行為はしない。  
・望まない子犬や子猫を増やさないため、不妊・去勢措置をする。  
・愛護動物を捨てた場合には、50万円以下の罰金が科せられることがあります。

大猫の引き取りには、生後91日以上で1頭につき2,000円、生後91日未満で1頭につき4,000円の手数料が必要  
☎377-1101健康福祉セン

### 行政書士などによる 成年後見無料相談会

日6月8日(金)午後1時～4時  
場市川公民館  
☎300-5050千葉県成年後見支援センター市川支部(門田) (地域福祉支援課)

### 結婚50周年の夫婦に祝品

昭和37年9月1日～昭和38年8月31日に結婚し、夫婦おそろいの方に、「敬老の日」までに祝品を贈呈します。  
申7月20日(金)までに3204001社会福祉協議会

## 講座・催し

### むし歯予防大会

健歯児童及び生徒と、歯科衛

生・食育推進作品の優秀者の表彰を行います。※歯科衛生食育推進作品は、6月10日(日)までメディアパーク市川の1階エントランスに展示。  
日6月6日(水)午後3時15分  
場メディアパーク市川2階グリーンスタジオ (保健体育課)

### 千葉盲学校オープンスクール サマースクール

見え方で悩んだり、困ったりしている方や保護者の方、視覚障害のある子どもに関わる仕事の方、地域の方を対象に、盲学校の授業見学や補助員の体験、教材教員の紹介などを行います。  
日①オープンスクール/6月30日(土)午前9時10分②サマースクール/7月31日(火)8月1日(水)いずれも午前9時30分～7月31日は児童生徒とその保護者、担任が対象

見え方で悩んだり、困ったりしている方や保護者の方、視覚障害のある子どもに関わる仕事の方、地域の方を対象に、盲学校の授業見学や補助員の体験、教材教員の紹介などを行います。  
日①オープンスクール/6月30日(土)午前9時10分②サマースクール/7月31日(火)8月1日(水)いずれも午前9時30分～7月31日は児童生徒とその保護者、担任が対象

## 地域で支え・助け合う 地域ケアシステム2拠点再開

地域のみなさんの「よろず相談」に応じる他、気軽に集える場として市内14拠点で利用されている地域ケアシステム。この度、下記の2拠点が場所を新たに再オープンしました。



**地域ケアシステム国府台**  
国府台1-6-4 国府台スポーツセンター内  
☎372-8343  
開設日時:月～金曜日午前10時～午後4時 ☎320-4001社会福祉協議会(地域福祉支援課)

**地域ケアシステム宮久保・下貝塚**  
宮久保1-13-2  
☎372-8348

場同校(四街道市大日468の1)  
☎043-422-0231、FAX043-424-4592またはEメールで参加希望者の氏名電話番号を書き、①6月18日(月)②7月9日(月)までに同校(障害者支援課)

### パパと遊ぼう

ふれあい遊び、参加者同士の交流を行います。  
日6月16日(土)午前10時30分～正午  
場急病診療ふれあいセンター  
☎334-1069子育て支援課(こやか応援隊)

### 視覚障害者見 同行支援従業者養成研修

移動に著しい困難を有する障害者等の外出に同行する際に必要な知識・技能を学びます。持っている資格(視覚障害者移動介護従業者養成研修修了者、ヘルパー研修修了者3級以上など)

移動に著しい困難を有する障害者等の外出に同行する際に必要な知識・技能を学びます。持っている資格(視覚障害者移動介護従業者養成研修修了者、ヘルパー研修修了者3級以上など)

により、免除される科目があります。  
日6月30日(土)午前9時10分～午後2時30分、7月1日(日)午前9時10分～午後4時40分、7日(土)午前9時30分～午後

## 介護・認知症の 講座・催し

認知症介護者の交流会  
日6月14日(木)午後1時30分～3時30分  
場ザタワーズイースト3階アイリンクルーム  
人先着20人  
☎700-5139地域包括支援センターあんしん市川駅前

認知症介護者の交流会  
日6月14日(木)午後1時30分～3時30分  
場柏井公民館  
☎338-6595市川あさひ荘在宅介護支援センター

認知症介護者の交流会  
日6月14日(木)午後1時30分～3時30分  
場柏井公民館  
☎338-6595市川あさひ荘在宅介護支援センター

## 大人の女性なら知っておこう 女性ホルモン攻略法

10  
月経の悩みから更年期までの  
心や身体の変化と対処法

妊娠・出産から更年期まで、女性の様々なライフステージにおける心と身体の変化を知り、自分の健康について考えてみませんか。

講高瀬幸子氏(順天堂大学浦安病院)  
日6月20日(水)午後1時15分(受け付けは1時から)～3時  
場南行徳保健センター  
市内在住・在勤の女性 先着50人※要事前申し込み、保育なし  
☎359-8785南行徳保健センター

4時30分、8日(日)午前9時30分～午後2時50分(4回1コース)  
場急病診療ふれあいセンター  
市内在住・在勤で全4日間出席できる方、抽選で40人  
¥2,700円(テキスト、アイマスク代)  
物筆記用具  
申往復はがきに講座名住所氏名(ふりがな)・電話番号・生年月日・お持ちの資格、返信用のあて先を書き、6月11日(月)必着で障害者地域生活支援センター(T2720032大洲1の18の)

場本行徳公民館  
☎396-4061行徳在宅介護支援センター

介護保険を知ろう  
日6月20日(水)午後1時30分～3時  
場本行徳公民館  
☎396-4061行徳在宅介護支援センター

知って！介護の知識  
震災に備えて今できること  
日6月20日(水)午後1時30分～3時30分  
場市川市医師会館(真間1の9の10)  
☎323-8660市川市医師会在宅介護支援センター

認知症サポーター養成講座  
日6月27日(水)午後1時30分～3時  
場中央公民館  
☎320-3422福祉公社在宅介護支援センター

介護予防教室  
いくつになっても  
元気で暮らすヒントです  
軽い体操やレクリエーションなど健康になるためのワンポイントアドバイス。  
日6月11日(8月を除く)の第2水曜日(午後1時30分～3時30分)①コース  
場行徳公民館  
65歳以上の方、20人  
物タオル飲み物  
☎359-1274南部地域包括支援センター

介護予防教室  
いくつになっても  
元気で暮らすヒントです  
軽い体操やレクリエーションなど健康になるためのワンポイントアドバイス。  
日6月11日(8月を除く)の第2水曜日(午後1時30分～3時30分)①コース  
場行徳公民館  
65歳以上の方、20人  
物タオル飲み物  
☎359-1274南部地域包括支援センター

介護予防教室  
いくつになっても  
元気で暮らすヒントです  
軽い体操やレクリエーションなど健康になるためのワンポイントアドバイス。  
日6月11日(8月を除く)の第2水曜日(午後1時30分～3時30分)①コース  
場行徳公民館  
65歳以上の方、20人  
物タオル飲み物  
☎359-1274南部地域包括支援センター



このコーナーは1週号に掲載しています。

応募には「平成24年度市民の広場掲載依頼書」をご使用になり、同書記載の「掲載の決まり」に従ってお申し込みください。

☎334-1106、FAX336-2300広報広聴課

## 催しのしもう

イベント

- **パステルの会展**/6月3日(日)～7日(木)午前10時30分～午後4時30分(3日は午後1時から、7日は午後4時まで)/八幡市民談話室/パステル画の会/☎326-7011鎮西(昼間)
- **フラダンス(体験)**/6月6日(水)午後4時～6時/本八幡地域ふれあい館/1,000円/マカレアフラサークル/☎080-3087-8490土屋(昼間)
- **和紙ちぎり絵作品展**/6月9日(土)～14日(木)午前10時～午後5時/八幡市民談話室/同サークル/☎090-8770-4144大津
- **足裏リフレクソロジー講座**/6月9日(土)午前10時～11時30分/行徳地域ふれあい館/1,000円/若石健康研究会/☎090-1251-6746清水(昼間)
- **ダンスパーティー**/6月10日(日)午後1時30分～4時30分/行徳公民館/1,200円/新生くろまつダンスサークル/☎356-7708大森(昼間)
- **ブーム目前!きりえ教室**/6月12日(火)ほか2日午前10時～正午/急病診療ふれあいセンター/材料費込3回で2,500円/日本環境マネジメント/☎048-834-5511藤田(昼間)
- **フォト写真展**/6月15日(金)～17日(日)午前10時～午後5時30分/八幡市民談話室/フォト凜/☎337-8640赤羽根
- **市川市社交ダンスパーティ**/6月16日(土)午後1時15分～4時45分/文化会館/1,300円/あじさい会/☎372-0470本間(昼間)
- **クロマツのある風景写真展**/6月16日(土)～26日(火)午前9時～午後9時/アイリンクタウン展望施設(ザ タワーズ ウェスト45階)/まちづくり家づくりcafe Ichikawa/☎090-4629-5156道下
- **ダンスパーティー**/6月17日(日)午後1時～4時30分/勤労福祉センター本館/1,200円(前売り1,000円)/市川市スポーツダンス協会/☎379-3490島崎(夜間)
- **社交ダンスパーティー**/6月17日(日)午後1時30分～4時30分/行徳公民館/1,000円/プロムナード/☎396-4037中津川
- **パッチワークキルト作品展**/6月19日(火)～23日(土)午前10時～午後4時(19日のみ午後1時から)/八幡市民談話室/パッチワークを楽しむ会/☎332-7185青木

- ① **落語を聴く会**/6月21日(木)午後1時30分～4時/真間稲荷神社/市川ユニーアイ協会/☎324-0200同協会(昼間)
- ① **唱歌ボランティア養成講座**/6月21日～7月13日の毎週木・金曜日午後1時30分～3時ほか/東部公民館ほか/各コース4回で2,000円/いちかわシャンテ/☎336-4107小澤
- **ベルホール朗読コンサート**/6月24日(日)午後1時～2時30分/メディアパーク市川ベルホール/要予約/朗読ぐるうぶ藍/☎090-5409-5997小関
- **第40回ちび保育のついで**/6月24日(日)午前9時50分～午後4時/和洋女子大学/1,800円(学生1,000円)/同実行委員会/☎090-9958-9209廣田(夜間)
- **万葉集成立の謎**/6月26日(火)午後1時30分～3時30分/市民会館/市川「万葉集」を学ぶ会/☎373-1288鈴木
- **第13回写真展**/6月26日(火)～7月1日(日)午前10時～午後5時/八幡市民談話室/フォト・レッド・ローズ/☎335-1489中山(昼間)
- **放射能の悩み語ろう子連可**/6月30日(土)午後1時～3時/信篤公民館/SaveChild市川/☎090-8942-1861松田(昼間)
- **ママさん吹奏楽コンサート**/6月30日(土)午後1時30分～3時30分/市民会館/ハミングバード/☎393-5998三輪(昼間)
- ① **不登校体験談!若者が語る**/6月30日(土)午後1時30分～4時30分/ボランティア・NPO活動センター隣/600円/クリオネ/☎370-7127千葉(夜間)
- **ウイークデテニス教室**/7月4日～25日水曜日午前9時～11時/スポーツセンター/4回3,000円/市川市テニス協会/☎371-6936中塚(昼間)
- **第8回マンドリン演奏会**/7月7日(土)午後2時～4時/行徳文化ホール&i/東部マンドリーノ/☎337-9101酒井

## 仲間やってみよう

仲間募集～趣味交流

### 語学・教育

- **英会話初級女性40歳以上**/月4回木曜日午後4時～7時(3クラス)/八幡市民談話室/月4,000円/タンポポ/☎371-5661高瀬

### スポーツ・健康

- **軽スポーツ・インディアカ**/月4回金曜日午後7時～8時30分/平田小学校/年1,000円/平田たんぼの会/☎376-9040谷口(夜間)
- **健康体操**/月4回水曜日午後1時30分～3時30分/曾谷公民館/月3,000円/美容ストレッチ/☎371-7883伊東
- **楊名時太極拳**/毎週木曜日午後1時30分～3時30分/勤労福祉センター/月3,000円/市川市同好会/☎338-8305宗俊
- **男性女性健康体操ヨーガ**/月3回月曜日午後1時30分～3時30分/宮田地域ふれあい館/1回500円/健康体操ヨーガ/☎378-6692下鳥(夜間)
- **いきいきPPK体操**/月4回水曜日午後3時～5時/宮田地域ふれあい館/月1,600円/同会/☎322-5450福田(夜間)

## 舞踊・ダンス

- **社交ダンスの講習会**/月4回火曜日午後1時30分～4時/スポーツセンター/1回500円/市民ダンス/☎332-3522小野
- **社交ダンス初心者60歳上**/月4回金曜日午後6時～9時/勤労福祉センター本館/月2,000円/ワールド/☎090-8507-1017小城(夜間)
- **初めての社交ダンス**/月3回木曜日午後7時～8時45分/南行徳市民センター/1回1,000円/ダンススペース/☎090-1847-7171渡部
- **フラメンコ**/月2回第1・3火曜日午前10時30分～11時50分/文化会館/月4,000円/フラメンコルナ/☎090-7424-9003阿部
- **社交ダンス 初中級**/月4回木曜日午後2時～5時/曾谷公民館/入会金1,500円、月3,500円/プロムナード/☎334-3789吉田
- **フラを楽しむ**/月2回第1・3土曜日午後1時～4時/信篤公民館/入会金1,000円、月2,500円/信篤ハワイアンダンスクラブ/☎090-8114-2994小野
- **ハワイアン フラ**/月3回第1・2・4金曜日午後1時30分～3時/いきいきセンター宮久保/半年3,500円/宮久保ハワイアンダンス同好会/☎373-8406石田(昼間)

## 音楽・芸能

- ① **キーボードで唱歌を弾こう**/6月4日～11月第1・3月曜日午後1時～3時(全10回)/信篤公民館/月2,000円/いちかわシャンテ/☎336-4107小澤
- **コーラス**/月2回第2・4金曜日午後3時～5時/南行徳公民館/月1,500円/コーラスマリーズ/☎359-1090天野(夜間)
- **三味線稽古(津軽民謡)**/月3回第1・3・4木曜日午前10時～午後3時/東部公民館/月3,500円/みずじ会/☎337-4446福見(昼間)
- **大人のためのピアノ**/月3回金曜日午後4時～9時/市川公民館/月4,000円/百音の会/☎371-9015滝沢

## 書道・絵画

- **木版画の制作**/月2回第2・4土曜日午前9時～正午/行徳公民館/月3,000円/市川木版画クラブ/☎396-2497小出
- **子どもの絵画と造形**/毎週月曜日午後2時～6時/男女共同参画センター/1回800円/ブルーミュージアム/☎372-1430中野
- **初歩から学べる基本書道**/月2回第1・3月曜日午前10時～午後4時/文化会館/月3,000円/市川書道倶楽部/☎090-8642-3963日野
- **油絵、水彩**/毎週日曜日午後1時～5時/行徳公民館/入会金1,000円、月2,000円/ダックスアトリエ/☎359-9724判田
- **絵画(油彩・水彩など)**/毎週金曜日午後1時～4時30分/西部公民館/入会金1,000円、月4,000円/絵画四季/☎322-5659星
- **ペン習字**/月2回第1・3日曜日午後2時～4時/行徳公民館/月2,000円/行徳同クラブ/☎396-6808片桐
- **書道**/月3回第2・3・4木曜日午前9時30分～11時30分/信篤公民館/入会金1,000円、月2,000円/墨硯会信篤/☎328-7536金井
- **漢字書道教室**/月3回第1～3木曜日午後5時～8時/市川教育会館/入会金5,000円、月大人

- 5,000円、小・中学生3,000円/五華会市川教室/☎090-3915-1192澤
- **絵画(水彩等)**/月1回第2土曜日午後1時20分～4時40分/男女共同参画センター/入会金1,000円、月1,500円、会場費500円/同教室/☎324-4092西山(夜間)

## その他

- **民舞60歳以上**/毎週火曜日午後1時～3時30分/いきいきセンター市川/月1,000円/市藤会/☎372-7939幹(昼間)
- **タイ料理講習**/月1回第4水曜日午前9時30分～午後1時/幸公民館/入会金500円、月2,000円/タイ料理を楽しむ会/☎396-1159村山(昼間)
- **新・パール・ジュエリー**/月1回火曜日午後1時～3時/八幡市民談話室/月3,000円/パール・ジュエリー/☎336-1541柴田
- **河俳句会員募集初心者歓迎**/月1回第3土曜日午後1時～4時/市川教育会館/1回1,500円/「河」市川支部/☎379-8200遠藤(昼間)
- **盆踊り初心者教室**/月2回木曜日午前10時～正午/行徳公民館/月1,000円/結び乃しの会/☎397-5742鈴木(昼間)
- **リズムダンス&ストレッチ**/月2回第1・3月曜日午後1時30分～3時30分/菅野公民館/入会金500円、月1,500円/さわやか同会/☎334-3375小橋
- **俳句勉強会初心者歓迎**/月2回第2・4金曜日午後1時～4時/男女共同参画センター/1回1,000円/やまなみ/☎376-2023佐野
- **茶道(裏千家)**/月3回火曜日正午～4時30分/行徳公民館/入会金1,000円、月3,000円/松風会/☎397-1705木下(昼間)
- **パソコン**/月3回第2・3・4金曜日午前9時30分～午後0時30分/信篤公民館/月3,000円/信ノクラブ/☎372-1950嶺井(昼間)
- **茶道 表千家・初心者歓迎**/月2回不定期午後1時～5時/文化会館/月2,500円/さつき会/☎357-0545伊関
- **表千家 茶道**/月3回金曜日午前9時～午後5時/市川公民館/月3,000円/福茶会/☎337-1785繁田
- **旅行・ハイキング・食事**/月1回第2日曜日午後3時～5時/市川公民館/入会金1,000円、年3,000円/コスモス会/☎378-4054西沢
- **「栄花物語」会員募集**/毎月第1土曜日午前10時～正午/市民会館/月1,500円/栄花物語/☎332-3503堀
- **会員を増し民謡を広めたい**/月2回第1・3土曜日午前10時～正午/いきいきセンター宮久保/月800円/同センター民謡部/☎324-4973藤井(昼間)
- **パソコン 初心者歓迎**/月3回第1・2・3火曜日午後1時～4時/鬼高公民館/月2,000円/パソコンサークル/☎339-0552古澤
- **俳句 60歳以上**/月1回第2火曜日午後1時～3時30分/いきいきセンター市川/月1,000円/あしたば同好会/☎371-9397島山(夜間)
- **朗読を楽しむ 五十田講師**/月2回第2・4火曜日午後1時30分～3時30分/中央公民館/月3,500円/安希の会・いちかわ/☎336-1710長谷部

①…1%支援制度の支援対象事業

### 短歌

日高 堯子 選

春霞む海の向こうに浮かぶ富士  
裾はかすみて海に溶ける

曖昧に惚けゆくわが表情か  
車内に射し入る西日に打たる

生き過ぎし悔恨うすくわが夫は  
若き日のまま子の胸に在り

卓上の海棠の花春を呼び  
眺むる妻も桃色となる

被災地に光は未だかすかなり  
仰げば空に竹揺れ止まず

菅野 和賀井昭夫  
曾谷 林田美奈子

締め切り日にご注意ください

■各部門の締め切り日と掲載号  
締め切り日現在で、直近の掲載号への応募作品とします。

締め切り日(必着)	掲載号
俳句 6月20日(水)	8月4日号
短歌 7月20日(金)	9月1日号
川柳 8月20日(月)	10月6日号

はがき等の用紙に、未発表のものを締め切りごとに1人3作品(ふりがなまで)  
応募方法 応募部門・住所氏名ふりがな・電話番号を明記のうえ、各締め切り日までに、直接または郵送(〒272-8501※住所不要)で広報広聴課  
☎334-1106同課

### いちかわ文芸

#### 改修整備に伴う映像文化センター内施設の一部閉鎖

メディアパーク市川にある映像文化センター(2階)と文学プラザ(3階)を統合し、新しい施設とするための改修整備を行います。改修整備にともない、下記期間中は、一部の施設が利用できなくなります。

【映像研修室・暗室・アナウンスブース・ビデオブース・マルチメディアブース・映像メディア編集ブース】9月4日(火)～平成25年3月31日(日)  
【ベルホール】9月18日(火)～平成25年3月31日(日)  
【グリーンスタジオ】9月18日(火)～10月31日(水)  
☎320-3334映像文化センター(月曜日休館)

---

#### 愛の献血

6月2日(土) 午前10時～11時45分 午後1時～4時30分  
30日(土) 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

6月8日(金) 午前10時～午後1時 2時15分～4時30分

場 JR市川大野駅

※日程・時間については変更・中止になる場合があります。(保健医療課)