

# 早期発見で早期治療を 健康診査・各種検診

がんをはじめとする様々な病気の早期発見・早期治療のため、年に1回の受診をしましょう。

12～3月生まれの方※対象者には受診券を発送済み

※3月は医療機関が混み合ったため、早めに受診してください。

※有効期限を過ぎている受診は出来ません。

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、及び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)か電話で保健センター(〒272-0006 東和田1-2の10分庁舎C棟) 0377-4511 同センター疾病予防課

検診名	対象者(平成25年3月31日時点の年齢)	
健康診査	40歳～74歳で市川市国民健康保険に加入している方と、75歳以上(一定の障害のある65歳以上)の方	
肝炎検診	40歳以上で市川市の肝炎検診を一度も受けたことがない方	
肺がん	40歳以上の方	
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(要事前申し込み)
	マンモグラフィ*	40歳以上で偶数年齢の女性(40歳代の方は個別検診、50歳以上の方は個別・集団検診)
子宮がん検診	20歳代偶数年齢及び30歳以上の女性	

◎治療中、経過観察中の方はご遠慮ください。※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。



## お知らせ

「子ども医療費助成受給券」申請はお早めに

0歳児から中学3年生までの子どもが対象で、受診時に受給券と健康保険証を提示し、自己負担金(受給券に記載)を支払うことで保険診療を受けられます。申請が済んでいない方は早めに申請してください。※所得制限あり (こども福祉課)

## 愛の献血

12月20日

12月20日(日)午前10時～11時45分/午後1時～4時30分/ニッケコルトンプラザ②12月13日(木)午前10時～11時45分/午後1時～4時/東京メトロ東西線行徳駅前③12月14日(金)

## 講座・催し

### 親子リフレッシュヨーガ

0歳児の母親を対象に身体をほぐすヨーガを行います。  
12月14日(金)午前11時～11時45分  
新田こども館

乳児親子、先着15組  
0379-1915または直接 新田こども館

### 消費者被害防止講習会

悪質商法の手口や被害防止の基本的な知識を学びます。  
12月14日(金)午後2時～4時  
行徳文化ホール1&1

市内在住の65歳以上の方、またその家族、先着30人  
0359-1274 南部地域包括支援センター

### 認知症・脳を活性化させる認知症予防ゲームの体験

12月13日(木)午後1時30分～3時30分  
市川市医師会館(真間1-9の10)

### 県立特別支援学校 市川大野高等学校園内パンとクッキーの店がオープン

同学園フードサービスの生徒が作ったパンやお菓子を販売。  
12月～金曜日、午前10時～午後3時  
0303-8001またはFA X0303-8191 同学園

## 募集

### 「いきいき健康教室」の講師・看護師

65歳以上の高齢者を対象とした体操・筋力トレーニング・ダンスなどの教室で、①運動指導②健康相談や講話、見守りなどを行う方  
①②とも若干名  
勤務条件 ①②とも市内会場

平日日中で曜日・時間帯固定、年間28回程度。①準備を含め3時間程度/謝礼1回6,000円②1回3～7時間/時給1,340円  
採用条件 平成25年4月から勤務でき、①保健体育教諭・千葉県社会体育公認指導員・インストラクターなどの有資格者か高齢者の集団指導の経験があり、月1回程度、研修会に出席できる方。②看護師免許を持つ方  
募集期間 12月3日(月)～20日(木)  
12月20日(木)午後5時必着で履歴書(写真付き)を高年齢者支援課(〒272-8501※住所不要)へ郵送または持参。書類選考後に面接  
0334-1151 同課

### 親が変わる、子どもが変わる ペアレントトレーニングから学ぶ ほめかた講座

12月19日(土)午前10時30分～正午  
場メディアパーク市川2階グリーンスタジオ  
講藤井和子氏(まめの木クリニックケースワーカー)  
乳幼児から高校生までの保護者または関心のある方、先着200人  
申12月3日(月)午前9時から0334-1392子育て支援課

### 善意の花園

ご寄付いただき、ありがとうございました。

- 社会福祉協議会 [9月分・敬称略]
  - 【金員】市川市民歌謡カラオケ協会(15,000円) 大野町4丁目自治会チャリティーゴルフ大会(20,000円) 岡野正由(5,000円) 坂元賢正(100,000円) 進藤幸子(3,000円) 曾谷第六自治会(26,244円) 福村治郎(10,000円) 宮方チヨ(10,000円) 森幸生・借子(10,000円) 匿名2件(765,458円)
  - 【物品】社団法人市川青色申告会 片岡りか 小林正男 原卓嗣 匿名2件
- 文化振興基金 [10月分・敬称略]
  - 【金員】駒寿三会(50,000円)
- 市川市 [11月分・敬称略]
  - 【金員】市川民謡舞踊連合会(41,087円)

## 参加者募集 子どもの育成に 関わる指導者を育成 グループリーダーアカデミー

保育園・幼稚園児から小学生までの子どもが楽しめるゲーム・歌・クラフトなどのレクリエーションを実技を交えて学びます。

1月16日(水)、23日(水)、30日(水)、2月6日(水)、13日(水)午後7時～9時(全5回)  
場市民会館  
18才以上で青少年育成活動、ボランティア活動、レクリエーション等に興味関心がある方、先着50人  
申はがきに「グループリーダーアカデミー参加希望」住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号(携帯電話可)お持ちの方はFAX番号・所属団体名子どもに関わる活動や仕事の経歴年数を書き、1月11日(金)必着で青少年育成課(〒272-8501※住所不要) 0334-1197 同課



▲参加者は、幼稚園教諭や、子ども会に関わる方など、多岐に渡る

# 市民の広場

このコーナーは1週号に掲載しています。

このコーナーは、「市民の広場掲載依頼書」により、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

- **オールドリーダンスパーティ**/12月9日(日)午後1時～5時/勤労福祉センター本館/500円/市川あゆみダンス/☎080-1071-9768池田
- **クリスマスコンサート**/12月9日(日)午後6時30分/文化会館/プラス・ミュージック・シュベルマー/☎080-4346-6419ワタナベ
- **第29回定期演奏会**/12月16日(日)昼の部午後0時30分、夜の部5時30分/文化会館/A席1,500円(中学生以下700円)、B席1,000円(中学生以下500円)/船橋市立船橋高等学校吹奏楽部/☎422-5516高橋
- **ダンスパーティー**/12月16日(日)午後1時20分～4時30分/勤労福祉センター分館/700円/ダンス市川/☎090-2429-2604岡本
- **親睦ダンスパーティー**/12月23日(祝)午後1時20分～4時30分/文化会館/前売1,200円、当日1,500円/カサブランカ/☎090-4019-0895木村
- **クリスマスダンスパーティ**/12月24日(月)午後5時30分～8時30分/南行徳市民談話室/1,000円/南行ダンスクラブ/☎090-2155-6206大島
- **クリスマスダンスパーティ**/12月24日(月)午後1時15分～4時45分/南行徳市民センター/300円/ジルコン/☎396-5229向井(夜間)
- **生演奏でダンスパーティー**/1月5日(土)午後1時15分～4時30分/文化会館/700円/ダンスサウンズ市川/☎340-1801大塚
- **フォークダンス無料講習会**/1月17日～3月21日第3木曜日午前9時30分～11時30分(全5回)/市川公民館/かすみ草フォークダンス/☎372-2724清滝
- **ニューイヤー コンサート**/1月18日(金)午後2時～4時/男女共同参画センター/ナルク市川拠点/☎326-5548桑原(昼間)

## 仲間やってみよう

仲間募集～趣味・交流

## 語学・教育

- **中国語初級(中国人講師)**/月3回水曜日午後

7時～8時30分/信篤公民館/月3,000円/中国語サークル/☎370-3320諏訪(夜間)

● **フランス語初級中級会話他**/月3回第1～3月曜日午後7時～9時/八幡市民談話室/1回2,000円/リー・フラン日仏交流の会/☎372-6138リエナル(夜間)

● **楽しい中国語会話(初級)**/月2回第2・4木曜日午後1時～2時30分/柏井公民館/入会金1,000円、月2,000円/ニーハオ/☎080-3090-8244春日井

● **英会話(初級)**/月2回火曜日午前10時～正午/南行徳市民センター/月3,000円/エンジョイ英会話/☎399-3430清水(昼間)

● **中国語(初中上ビジネス)**/月4回土曜日か日曜日午前9時～午後1時、平日午後7時～9時/男女共同参画センター/1回1,200円/魅力的な中国語会話/☎090-8233-4897豊秀

● **万葉集を学ぶ会**/月2回第1・3火曜日午後1時30分～3時30分/市民会館/月1,500円/市川同会/☎395-1293鈴木(夜間)

● **英字新聞を少しずつ読もう**/月2回第2・4日曜日午前10時30分～正午/南行徳市民談話室/1回1,000円/英字新聞を楽しむ会/☎080-1039-2940坂越

● **英文法(中学2・3年位)**/月3回第1・3火曜日他午前9時～正午/市川公民館/1回4,000円/すみれの会/☎371-2715新

## スポーツ・健康

● **居合道・護身短杖術**/毎週水曜日午後5時～7時/市川公民館/入会金1,500円、月4,000円/下総居合会/☎373-8474岩本(昼間)

● **太極拳**/毎週日曜日午前10時～11時30分/南行徳公民館/月3,000円/清風会/☎090-7820-6318斎藤

● **健康体操**/月2回第2・4水曜日午前10時～11時30分/信篤公民館/月1,000円/あじさい/☎327-6813時苗(夜間)

● **朝の介護予防体操60歳～**/毎週金曜日午前9時～10時/南行徳市民センター/1回500円/はつらつ健康体操教室/☎090-8842-7463石田(昼間)

● **バドミントン(無料講習会)**/毎週水曜日午前10時～11時45分/男女共同参画センター/月4回3,000円/同会/☎0479-62-3479鈴木(夜間)

## 舞踊・ダンス

● **社交ダンス60歳以上**/毎週金曜日午後6時～9時/勤労福祉会館本館/月2,000円/ワールド/☎090-8507-1017小城

● **社交ダンス中級以上**/月4回金曜日午前10時～正午/市民会館/1回1,000円/さくら/☎334-4526中村

● **幼児向けダンス2歳半以上**/毎週金曜日午前10時30分～11時30分/文化会館/1回500円/あひる/☎377-1997遠藤

● **ハワイアンフラダンス**/月2回第1・3土曜日午後1時～4時/信篤公民館/月2,500円/信篤ハワイアンダンスクラブ/☎090-8114-2994小野

● **社交ダンス(初心者)**/毎週水曜日午後2時～4時/八幡地域ふれあい館/月3,500円/Shall weダンス/☎090-8727-6799市川

● **社交ダンス(初級中級)**/月4回水曜日午後6時～8時30分/行徳公民館/入会金1,000円、月2,200円/市川ダンスクラブ/☎090-1536-7824岡野

● **ソシアルダンス**/毎週金曜日午前10時45分～正午/南行徳市民センター/1回1,000円/ジルコン/☎396-5229向井(夜間)

## 音楽・芸能

● **ジャズで覚える英語**/毎週日曜日正午～午後1時/勤労福祉センター分館/月1,000円/ジャズサークル/☎376-1490塚本

● **演歌以外の歌謡曲を歌う会**/月2回第1・3日曜日午後1時30分～3時30分/月2,200円/ホームソングの会/☎373-8503梅津(夜間)

● **親子リトミック、1歳から**/月2回隔週水曜日午前10時～11時30分/急病診療・ふれあいセンター集会所/月1,500円(保険別途)/アンパンマンくらぶ/☎090-2460-7498吉田(昼間)

● **唱歌童謡ラジオ歌謡歌う会**/月2回第2・4木曜日(12月13日から)午後2時～4時/本八幡地域ふれあい館/入会金1,000円、月2,000円/ゆりかご会/☎378-0426渡辺

● **大人のためのピアノの会**/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

● **大正琴、初心者歓迎要予約**/毎週火・木曜日午後1時～3時/大野公民館他/月4,000円/錦輝宴会/☎338-2948竹村

● **ピアノ**/月3回第1～3火曜日午後3時30分～7時30分/若宮公民館/月3,500円/ソナチネクラブ/☎332-3455小畑

● **詩歌吟詠**/月2回第1・3火曜日午後1時～4時、木曜日午後6時～9時/中央公民館/月1,500円/桜吟会/☎333-2246野村

● **謡曲・仕舞(60歳以上)**/月2回第1・3木曜日午前10時～正午/いいきセンター鬼越/月2,000円/鬼越謡曲の会/☎371-9102清水(夜間)

● **カラオケ教室**/月4回第1～4日曜日午後1時～5時/行徳公民館/入会金1,000円、月1,000円/歌研ひまわり/☎397-8316泉(昼間)

● **ギター(初級)レッスン**/月2回第2・4土曜日午後5時～6時/中央公民館/月2,000円/エル・インビエルノ/☎090-8336-5657大友

## 書道・絵画

● **色鉛筆画**/月2回第2・4水曜日午前10時～正午/若宮公民館/入会金500円、月1,500円/色エッセイ画若宮/☎337-4579黒川(夜間)

● **水彩画教室(一般向き)**/月2回第1・3木曜日午後1時～4時/中央公民館/入会金3,000円、月4,000円/彩友会/☎090-6504-2713小池(昼間)

● **水彩画**/月2回第2・4火曜日午前9時～正午/八幡市民談話室/月4,000円/同会/☎373-0720小川(昼間)

## その他

● **エッセイ等とお喋りの会**/月2回第2・4金曜日午後1時～5時/菅野公民館/月1,000円/あぜの会/☎337-4454みさき

● **将棋**/毎週土曜日午後1時～5時/男女共同参画センター/月750円/市川将棋同好会/☎379-2822杉田

● **いけ花にチャレンジしよう**/月2回水曜日午後6時～8時30分/市民会館/月3,000円(花代実費)/すみれ/☎090-8307-2487内田

● **囲碁**/毎週日、水、金曜日午後1時～3時30分/いいきセンター日之出/月100円、年500円/日之出囲碁同好会/☎399-6805町田(夜間)

● **幼児サークル(6か月～)**/月3回金曜日午前9時20分～午後0時35分/南行徳市民談話室/月2,500円/親子サークルYYキッズ/☎090-3092-1422石橋

● **あみもの、棒針、かぎ針**/月4回土曜日午後1時～4時/市川公民館/入会金1,000円、月3,500円/手編みあざみ/☎338-4575森島

● **男の料理教室**/月1回第2日曜日午前9時～午後0時30分/曾谷公民館/入会金1,000円、月1,500円/食楽会/☎375-3062原田

● **着物着付教室**/月3回木曜日午前10時～正午他/文化会館/入会金2,000円、月2,700円/サークル雅び会/☎377-1552山本

● **歌会話で心のケア仲間集**/月2回第2・3火曜日午後2時～3時/まどか本八幡他/年会費1,000円/市川ジャンピングクラブ/☎080-5523-4302佐藤

①…1%支援制度の支援対象事業

### 大野公民館 主催講座

## MAX鷹野&下貝塚中学校吹奏楽部

### 夢の?コラボ!クリスマスライブ

電子オルガンを巧みに操る音の魔術師、鷹野雅史の臨場感あふれる音楽と下貝塚中学校吹奏楽部の演奏で、みなさんに「活きた音楽」のクリスマスプレゼントをお届けする手づくりコンサート。ぜひお楽しみください。

日12月22日(土)午後1時30分開場、午後2時開演  
場下貝塚中学校  
人先着300人  
問☎339-3422大野公民館



▲当日は、シング・シング・シングやひよっこりひょうたん島などを演奏

## 短歌

神作 光一 選

膝の上の鯛焼き匂う路線ハズ  
師走夕べの混みあえる中  
平田 山崎 蓉子

幼児も一人の時間を持ちたさか  
絵本抱えて窓辺にゆけり  
原木 西郷知恵子

かずかずの歌人詠みたる真間川の  
辺りを歩むわが散步道  
真間 佐藤 彰子

日本に居るただそれだけで安心が  
息子転勤で中国に行く  
稲荷木 秋本 和子

温暖化と言えど巷は氷河期の  
就活婚活若者のゆく  
奉免町 小田中準一

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(必着)	掲載号
川柳	2月20日(水)
短歌	1月21日(月)
俳句	12月20日(木)
	2月22日号
	3月22日号
	4月6日号

はがきなどの用紙に、未発表のものを締め切り日に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

## いちかわっこWEBに 掲載する写真を募集

1月に開設する子育て応援サイト「いちかわっこWEB」のトップページに写真を掲載しませんか。お子さんの写真や親子のベストショットなど、楽しい写真をご応募ください。詳細は市公式Webサイトでご確認ください。

写真のテーマ 概ね小学校6年生までの子どもの写真、家族と一緒に撮影した写真、キャラ弁や手作りおもちゃの写真など

市公式Webサイトに掲載のメールアドレスに写真のタイトル・住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを書き、写真を添付※写真タイトルと画像のみ公開

画像データ GIFまたはJPEGで、縦横比3:4(横長)を推奨、4MB以下)

☎334-1177子育て支援課

