

## 市や民間の情報を掲載し、あなたの子育てを応援

# いちかわっこWEB <http://ichikawa.ikuji365.net/>

市の子育て施設やイベント情報はもちろん、NPOや子育てサークルなど、民間団体が開催しているイベント情報や旬な子育て情報まで、今後幅広く掲載していきます。「年齢別」「目的別」などの検索機能も充実し、知りたい情報を分かりやすく案内。ぜひご利用ください。

また、情報を掲載したい団体や、パナー広告の広告主を募集しています。詳しくは、お問い合わせください。

☎334-1177子育て支援課

### 【いちかわっこ写真館】

みなさんから寄せられた写真で飾ります。  
※随時募集中

### 【特集】

NPOが取材し、子育て情報をお届け。

- 行ってみました  
施設やイベントリポートを掲載
- 知ってますか  
制度やサービスを分かりやすく解説
- 先生、先輩教えて  
専門家や子育ての先輩からのアドバイス
- パバの子育て、他



携帯電話版も  
同時オープン



## 1月から運用開始

### 【イベント＆遊び場】

地図・カレンダー・ジャンル・対象などから、施設情報やイベント情報を検索。

### 【知りたい】

「年齢」「カテゴリ」「目的」から、妊娠中の過ごし方、保育園や予防接種などの情報を検索。

### 【年齢別】にきかず

- ▶妊娠～出産  
妊婦に関する検診や手帳、産前産後検診、0歳向けの検診や健康情報など
- ▶出産～0歳児  
出産に関する検診や手帳、予防接種、0歳向けの検診や健康情報など
- ▶1歳～5歳児  
小学生入園の準備や検診、検診や検診の検診や健康情報など
- ▶小学生～中学生  
小学生入園の準備や検診、検診や検診の検診や健康情報など

### その他

- 【いちかわっこメール】  
※要会員登録
- 【相談したい】
- 【友達・仲間を作りたい】

## お知らせ

高額療養費請求には領収書を忘れずに

国民健康保険加入者で、高額療養費償還払い制度を利用する場合は、申請時に医療機関の領収書が必要です。なお、医療費控除の確定申告をする場合は領収書の原本が必要ですのでコピーをとっておきましょう。

## 講座・催し

築波大学附属聴覚特別支援学校  
造形芸術科の2年生が制作した、油絵・版画・ポスター・イラスト・染織・手芸など、各種展覧会

築波大学附属聴覚特別支援学校  
造形芸術科の2年生が制作した、油絵・版画・ポスター・イラスト・染織・手芸など、各種展覧会

築波大学附属聴覚特別支援学校  
造形芸術科の2年生が制作した、油絵・版画・ポスター・イラスト・染織・手芸など、各種展覧会

で入賞・入選した作品を含め、約120点の作品を展示します。  
1月20日(日)まで、午前10時～午後6時(最終日は午後5時まで)  
場 文化会館  
☎ FAX 371-4507  
同 学 校  
☎ F A X 371-4507  
県立特別支援学校市川大野  
高等学園 公開研究会  
「生徒一人一人のキャリア発達を

大切に授業づくりー職業教育を主とする専門教科に視点をあててー」をテーマにシンポジウムや講演などを行います。  
2月15日(金)午前9時20分(受け付けは8時30分から)午後4時45分  
場 同 学 園  
☎ 303-8011 同 学 園

リシングルパーティー  
配偶者との死別や離婚などで再び独りになった方を対象にしたバスツアーです。  
3月14日(木)  
コース 東京大神宮↓日の出棧橋↓水上バス  
人 独身でおおむね60歳以上の市内在住の方 男女各20人  
¥5,000円  
申 込 320-4001 社会福祉協議会

視覚障害者点字講習会  
2月14日(木)・28日(木)、いずれも午前10時～正午  
場 八幡市民談話室  
申 込 337-6999 視覚障害者福祉会(飯作)  
(障害者支援課)

うたって遊んで  
ふれあいリトミック  
音楽に合わせて、親子で楽しく遊びましょう。  
2月15日(金)午前10時30分～11時15分  
場 本北方こども館  
人 市内在住の2歳半以上の幼児と保護者 先着20組  
申 込 337-8936 または 直接同館

チャレンジCOOK  
「講師指導によるパン作り」  
2月16日(土)午後2時～4時  
場 大洲こども館  
人 小学生、先着15人※要事前申し込み  
申 込 370-3561 または 直接同館

障害者文化講座(俳句)  
俳句を通して障害者と交流しませんか。  
毎月第1土曜日、午後1時

場 男女共同参画センター  
☎ 371-7337 山崎  
(障害者支援課)

成年後見制度研修会  
落語などを交え、成年後見制度の概要について学びます。  
2月24日(日)午後1時20分～4時30分  
場 千葉市生涯学習センター(千葉市中央区弁天3の7の7)  
人 先着300人  
¥500円(資料代)  
申 各社会福祉協議会などで配布の申込書を2月14日(木)必着でFAX043-204-6013 千葉県社会福祉協議会千葉県後見支援センター  
※申込書は千葉県社会福祉協議会のWebサイトからも入手可能  
☎ 043-204-6012 千葉県社会福祉協議会千葉県後見支援センター  
(地域福祉支援課)

シルバー人材センター  
新年度入会説明会  
入会希望者は、次のいずれかの説明会を受講してください。  
① 3月7日(木) ② 14日(木) ③ 13日(水)、いずれも午後2時から

時から  
① 市民会館 ③ 行徳公民館  
人 市内在住で、60歳以上、または年度内に60歳を迎える、健康で働く意欲のある方  
☎ 326-7000 シルバー人材センター平田事務所

保育所地域子育て支援事業  
人形劇の上演  
人形劇団ブークによる「小さなトムトム」他上演。  
1月27日(日)午後1時30分(開場は午後1時)  
場 メディアパーク市川2階グリーンスタジオ  
人 幼児～小学校低学年、先着150人※要事前予約  
申 込 377-5933 杉の木保育園 (保育課)

相談  
はりきゅうマッサージ相談  
1月25日(金)午後1時～4時  
場 八幡市民談話室  
☎ 337-6999 はりきゅうマッサージ師会(飯作)  
(高齢者支援課)

身体の中から  
若返ろう  
生活習慣改善講座  
(血糖コントロール編)  
糖尿病についての知識を深め、自分の健康を振り返りましょう。1日目は医師による講義・運動実技生活改善のポイントを学び、2日目は「バランス食で健康生活・試食」をテーマに管理栄養士による実演と試食を行います。  
2月1日(日)、いずれも金曜日午後1時10分(受け付けは10分前から)～4時※2日目の参加は不可  
場 勤労福祉センター本館  
人 市内在住・在勤の方、先着40人  
申 込 377-4511 保健センター地域担当

## 中央こども館 子育て応援HOLIDAY

# 地域ぐるみで子育てを楽しもう

乳幼児を育てているお父さん、お母さん。子どもと一緒に体を動かし、リフレッシュしませんか。



▲リトミックでシフォンスカートを使った音楽遊びを楽しむ子どもたち

行事名	うたって遊んで ふれあいリトミック	あつまれ ファミリー	ベビーマッサージ
日 時	2月3日(日) A:10:30～11:10 B:11:30～12:10	2月16日(土) 10:30～11:15	2月23日(土) A:10:30～11:10 B:11:30～12:10
対 象	A.1歳向け B.2歳向け	2・3歳の幼児とその保護者	生後4カ月～1歳の誕生日を迎えるまでの乳児と保護者
定 員	抽選で各回15組	抽選で15組	抽選で各回10組

申 往復はがきに行事名(リトミックとベビーマッサージはAまたはBも)・住所・参加する親子の氏名(ふりがな)・子どもの年齢(月齢)・電話番号・返信用のあて先を書き、1月25日(金)まで(消印有効)に中央こども館「子育て応援ホリデー」係(〒272-0015 鬼高1-1-4メディアパーク市川内)。直接申し込みは返信用のあて先を書いた官製はがきを持って中央こども館(月曜日休館)※子ども1人につき1回のみ参加可  
☎ 320-3337 同 館



# 保健ガイド

## 保健センター

〒272-0026 東和田1の2の10分庁舎C棟 ☎377-4511 FAX3768831  
 〒272-0138 南行徳1の21の1 ☎359-8785 FAX359-8761

### お知らせ

**在宅療養者等口腔保健推進事業**  
 在宅で何らかの介護を必要とする方や、療養されている方を対象に歯やお口に関する相談を受け付けます。

日 月 金曜日午前9時～午後5時 ※土曜日は正午まで  
 申 問 ☎332-0187 歯科医師会口腔サポートセンター

### 骨密度測定「骨ス力御免」

問診、超音波測定(所要70分程度) ※応募数により午前と午後の変更あり

日程	会場
2月17日(日)	南行徳保健センター
2月18日(月)	健康増進センター
3月4日(月)	南行徳保健センター

人 9～80歳の方(小学生以下は保護者同伴)  
 ¥2000円

申 往復はがきに希望日(午前または午後、第2希望まで)と住所氏名(ふりがな、連名可)・生年月日・性別・電話番号・返信用のあて先を書き、1月28日(月)まで(消印有効)に健康増進センター 〒272-0021 八幡2の15の10パティオビル8階 問 ☎334-2311 健康増進センター

## あきらめないで女性の尿もれ

尿もれの悩みを解消し、快適な生活が送れるように正しい知識を学びましょう。当日は、東京都済生会中央病院の中村聡氏による講演の他、専門のインストラクターによる骨盤底筋体操の実技があります。

日 3月6日(水)午後1時10分(受け付けは10分前から)～4時10分  
 場 市民会館  
 人 市内在住・在勤の方、先着50人  
 申 問 地域担当



### うつ心の心配相談

うつかもしれないと悩むご本人及び家族の方の相談(予約制)。場 保健センター、南行徳保健センター

### 自死遺族相談

精神保健福祉士が相談に応じます(予約制)。場 保健センター

### 愛の献血

日 1月21日(月)午前10時～11時45分と午後1時～4時 / 市川市役所、23日(水)午前10時～11時45分と午後1時～4時30分 / 東京メトロ東西線行徳駅前  
 問 ☎047-4570711 千葉県赤十字血液センター (保健医療課)

### ヘルスミートの料理講習会

「すぐできる健康法」を噛んで味わう「食生活のススメ」をよく噛んで味わうことはすぐにできる健康法。噛みごたえをアップさせるおいしいカムカムレシピも紹介します。調理有り。  
 日 2月14日(木)午後1時15分(受け付けは15分前から)～3時30分  
 場 西部公民館

人 先着40人  
 ¥2000円程度(試食代)  
 申 問 栄養担当

## 赤ちゃん

### 妊婦さんの食事教室

日 3月5日(火)午後1時15分～3時 / 文化会館  
 人 妊娠6～8カ月の方、先着40人  
 申 問 栄養担当

### 離乳食教室(1回食)

離乳食(1回食)の進め方と試食。※文化会館は試食なし  
 日 2月6日(水)・28日(木)いずれも午後1時～2時と午後2時25分～3時25分 / 南行徳保健センター② 13日(水)午前11時～正午 / 文化会館  
 人 4～6カ月の保護者①先着18人②先着40人  
 ¥1000円程度(試食代)  
 申 問 栄養担当

### 離乳食教室(2回食)

離乳食(2回食)の進め方と試食。※文化会館は試食なし  
 日 2月7日(木)午後1時～2時と午後2時25分～3時25分 / 南行徳保健センター② 13日(水)午後2時～3時 / 文化会館  
 人 7～8カ月の保護者①先着18人②先着40人  
 ¥1200円程度(試食代)  
 申 問 栄養担当

### 発達相談

日 2月1日(金) / 南行徳保健センター、22日(金) / 文化会館  
 人 お座りやハイハイをしないなど、子どもの発達に心配のある方  
 申 各保健センター

### 育児相談

申 相談日前日までに各保健センターへ

ンターへ電話(3カ月以上で測定のみ場合は予約不要) ※南行徳保健センター以外の会場では体重20kg身長100cmまでの測定  
 ※★のついた会場では「測定のみ」はなし  
 ※文化会館と南行徳保健センターのみ歯科相談あり

会場	日程	受付時間		申し込み
		相談あり	測定のみ	
リハビリテーション病院 信篤公民館 市川公民館 文化会館	2/14(木)	10:00	11:00	保健センター
	2/21(木)	10:00	11:30	
	2/28(木)	10:40	★	
	2/22(金)	10:40	★	
南行徳保健センター 行徳公民館	2/1(金)		11:00	南行徳保健センター
	2/15(金)		11:30	

※保健センター・大野公民館・大野地域ふれあい館では実施しません

### 4カ月赤ちゃん講座

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 母子手帳問診票バスタオルなど  
 申 地域担当

### 1歳6カ月健康診査

1月21日(月)ごろ、平成23年7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 2月5日(火)・19日(火)  
 場 勤労福祉センター本館、12日(火)・26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  
 申 問 地域担当

### 3歳児健康診査

1月21日(月)ごろ、平成21年8月生まれの子に通知(4歳の誕生日以降は受診不可)。  
 日 2月6日(水)・20日(水)  
 場 勤労福祉センター本館、13日(水)・27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  
 申 問 地域担当

### 母親両親学級

※母親・両親学級の重複受講不可  
 日 3月11日(月)・18日(月) / 南行徳保健センター、いずれも午後1時～4時 ※2回目は夫祖父の参加も可  
 人 初産で出産予定日が平成25年5月～7月の妊婦 50人  
 申 地域担当

### 両親学級

日 3月10日(日)①午前9時45分～午後0時30分②午後1時15分～4時 / 南行徳保健センター  
 人 初産で出産予定日が平成25年5月～7月の妊婦 50人  
 申 地域担当

## 歯

### 妊婦歯科健診

歯科健診・唾液検査・ブラッシング指導。  
 日 2月14日(木) / 勤労福祉センター本館、21日(木) / 南行徳保健センター、いずれも受け付けは午後1時20分または午後2時20分  
 申 問 歯科担当

### 歯科衛生士による歯みがきレッスン

日 2月13日(水)・27日(水) 午前10時  
 2月12日(火) 午前9時30分  
 2月18日(月) 午後3時  
 申 問 歯科担当

### 歯のイキイキ相談

歯科衛生士による歯の相談。  
 日 2月1日(金)午後1時～3時  
 場 南行徳保健センター  
 人 40歳以上  
 申 問 歯科担当

### 歯周疾患検診

日 平成25年3月31日時点の年齢が、30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の方  
 受診期限 2月28日(木)  
 物 受診券  
 申 問 歯科担当

### 20歳の歯科健康診査

日 平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれの方  
 受診期限 2月28日(木)  
 物 受診券  
 申 問 歯科担当

ご寄付いただき、ありがとうございました。  
 市川市 [11月分・敬称略] 【金員】  
 ◎モーニングハウスなかやま(27,820円) [12月分・敬称略] 【金員】  
 ◎匿名1件(10,000円)

善意の花園

## 予防接種

問 予防担当

子どもを感染症から守るため、必要な時期に必要な予防接種を受けましょう。

種類	公費接種対象年齢
BCG	生後6月に至るまでの間(標準生後3月から)の方
三種混合ポリオ(不活化)4種混合	生後3月から90月に至るまでの間の方
麻疹風しん混合(MR)	1期=1歳以上2歳未満 2期=平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ 3期=平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれ 4期=平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれ ※3・4期の対象者であっても平成20・21年度に接種が済んでいる方は除く
日本脳炎	1期=生後6月から90月に至るまでの間の方(標準3歳から) 2期=9歳以上13歳未満 ※平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの方で1期・2期の接種が終わっていない方は接種可
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	生後12月から90月に至るまでの間の方 ※1,400円の自己負担。予診票持参。
ヒブ	生後2月以上60月に至るまでの間の方
小児用肺炎球菌	生後2月以上60月に至るまでの間の方
子宮頸がん	①平成8年4月2日～平成12年4月1日生まれの女性 ②平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの女性で、平成24年3月31日までに1回目または2回目終了している方