

「シニアカレッジ」で 生きがいがづくり

いきいきセンター8施設で、60歳以上の方を対象に開講します。
多彩な講座から興味のあるものを選び、ご参加ください。
※講座回数は変更になる場合があるほか、応募者が10人に満たない場合は講座を中止することがあります。



▲音楽に合わせて、ゆっくりと全身を動かす気功リズム体操

受講期間回数 5月～平成26年3月、各18回
※いきいきセンター分館の「やさしいマジック」のみ10回
入市内在住の60歳以上(昭和28年4月1日以前生まれで未経験の方、抽選で各定員
※教材費のみ実費負担

シニアカレッジ会場・日程表			
施設名	講座名	日時	定員
いきいきセンター大洲 (こども発達センター内) 〒272-0032大洲4-18-3 ☎370-3562	健康吹き矢	第2・4土曜日(午後)	25
	囲碁	第2・4水曜日(午前)	25
	健康麻将	第1・3火曜日(午前)	25
いきいきセンター市川 〒272-0034市川2-33-6 ☎322-2277	社交ダンス	第2・4火曜日(午前)	20
	手話	第1・3木曜日(午前)	20
	健康吹き矢	第1・3土曜日(午前)	25
いきいきセンター北方 〒272-0815北方2-29-19 ☎332-3846	太極拳	第2・4水曜日(午前)	20
	脳トレパソコン (※パソコンは各自持ち込み)	第1・3土曜日(午前)	13
	フォークダンス	第1・2日曜日(午後)	20
いきいきセンター鬼越 〒272-0022鬼越1-25-3 ☎335-5779	ヨガ	第1・3金曜日(午前)	20
	社交ダンス	第3・4日曜日(午後)	20
	筆ペン習字	第2・4土曜日(午後)	15
いきいきセンター塩浜 〒272-0127塩浜4-3/ハイタウン塩浜1-101 ☎395-2586	社交ダンス	第1・3木曜日(午後)	20
	ハーモニカ	第2・4金曜日(午後)	30
	練功十八法	第1・3水曜日(午前)	25
いきいきセンター本館 (勤労福祉センター本館内) 〒272-0023南八幡2-20-1 ☎370-5250	気功リズム体操	第1・3土曜日(午前)	25
	やさしいマジック	第3木曜日(午前)	20
	ペン習字	第2・4火曜日(午後)	15
いきいきセンター分館 (勤労福祉センター分館内) 〒272-0023南八幡5-20-3 ☎377-7011			
いきいきセンター南行徳 〒272-0141香取1-17-18 ☎357-1104			

申込復はがき(1講座につき1枚、1人2講座まで)に希望講座名と住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・年齢・電話番号、返信用のあ

て先を書き、3月22日(金)必着で各施設へ。
いきいきセンター各施設(月曜日・祝日・月曜日
が祝日の場合は翌日も休館) (高齢者支援課)

お知らせ

4月1日から鬼越・鬼高地域 ふれあい館再開

利用申し込みは、3月中は(市)地域振興課に、4月1日(月)以降は☎3355-9833鬼越・鬼高地域ふれあい館へ。
☎3334-1478同課

国民健康保険1割負担の 新しい保険証を郵送

1割負担の方の保険証の有効期限は、3月31日(日)までです。新しい保険証を3月中旬以降、簡易書留で郵送しますので、4月1日(月)から新しい保険証をお使いください。

◆昭和13年4月2日～昭和18年3月1日生まれで1割負担の被保険者の方

3月31日までの凍結措置により1割負担に据え置かれていたが、4月1日以降も同様に1割負担のままとなります。なお、8月以降の保険証については24年中の所得に応じて負担割合が決定されるため、3割負担に変更となる場合があります。※短期被保険者の方は窓口での

納税相談後の交付となります。相談をされていない方は、必ず国民健康保険課保険担当へお越しください。
☎3334-1497国民健康保険課

国府台病院 市民公開講座

☎3334-1497国民健康保険課

愛の献血

☎3334-1497国民健康保険課

身体障害者相談員による なんでも相談

☎3334-1497国民健康保険課

健康生活支援講習 ～高齢者介護の対応と対策～

☎3334-1497国民健康保険課

ひとり親家庭高等技能訓練 促進費等支給事業の説明会

☎3334-1497国民健康保険課

家族介護教室「古今亭菊之丞 落語会」地域の絆を深めよう

☎3334-1497国民健康保険課

家庭での排泄介助について 学びませんか

☎3334-1497国民健康保険課

千葉県障害者スポーツ大会 募集

☎3334-1497国民健康保険課

子ども歌舞伎の出演者

☎3334-1497国民健康保険課

善意の花園

ご寄付いただき、ありがとうございました。

☎3334-1497国民健康保険課

平成年度市奨学生

☎3334-1497国民健康保険課

子ども歌舞伎の出演者

☎3334-1497国民健康保険課

平成年度市奨学生

☎3334-1497国民健康保険課

善意の花園

ご寄付いただき、ありがとうございました。

☎3334-1497国民健康保険課

平成年度市奨学生

☎3334-1497国民健康保険課

善意の花園

ご寄付いただき、ありがとうございました。

☎3334-1497国民健康保険課

平成年度市奨学生

☎3334-1497国民健康保険課

市民の広場

このコーナーは1週号に掲載しています。

5月から
市民の広場「講座・講習、イベント」の
締め切り日を変更

5月4日号から、発行の30日前の木曜日(必着)に変更になります。なお、依頼には、「平成25年度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

- **クラリネット・ワールド**/3月9日(土)午後2時～4時/行徳文化ホール&I/一般2,000円、高校生以下500円/Micina/☎090-2439-8815渡邊
- **じゅん菜池緑地梅まつり**/3月10日(日)午前9時30分～午後2時/じゅん菜池緑地/同実行委員会/☎373-5711吉田(昼間)
- **和洋女子大学書道部学外展**/3月13日(水)～15日(金)午前10時～午後6時/八幡市民談話室/同大学同部/☎371-1938同大学書道準備室(昼間)
- **市川の空気20年間報告会**/3月16日(土)午後1時30分～4時30分/市川公民館/市川の空気を調べる会/☎373-8369鈴木
- **写真展・三番瀬に生きる**/3月16日(土)～21日(木)午前10時～午後5時(21日は午後4時まで)/八幡市民談話室/☎334-5653橋本
- **パンピーノフルーツ演奏会**/3月17日(日)午後2時～3時/南行徳市民談話室/同会/☎080-8867-3003河野
- **不登校・光元先生対話の会**/3月23日(土)午後1時30分～4時30分/勤労福祉センター分館/800円/クリオネ/☎370-7127千葉(夜間)
- **第16回定期演奏会**/3月23日(土)午後1時30分開場、午後2時開演/文化会館/第六中学校管弦楽部/☎370-0535同中学校吉野(昼間)
- **親子の春の書き初め大会**/3月24日(日)午前9時～午後0時30分/西部公民館/親子の書の会/☎090-7273-0795林
- **米屋陽一氏被災地を歩く**/3月24日(日)午後1時30分～4時/文化会館/市川と子どもたちの「希望」を語る会/☎337-5786菊池
- **森のゆうえんちに行こう**/3月24日(日)午前10時～午後1時/柏井市民キャンプ場/ボーイスカウト市川第2団/☎335-2791立川(夜間)

- **大島暁油彩展「花待ち暦」**/3月27日(水)～31日(日)午前10時～午後4時30分(27日は正午から、31日は午後3時まで)/木内ギャラリー/☎371-3564大島(昼間)
- **どくだみの会 絵画作品展**/3月28日(木)～31日(日)午前10時～午後5時(28日は午前11時から、31日は午後4時まで)/同会/☎373-5747小野木
- **牧本隆作品展(雪景色)**/4月2日(火)～7日(日)午前9時30分～午後4時30分/芳澤ガーデンギャラリー/☎03-3659-9725牧本
- **かな書道講習会※事前申込**/4月3日(水)午後1時～2時30分/文化会館/水声書道協会/☎335-0038大貫
- **千葉落語同好会発表会**/4月6日(土)午後2時～4時30分/文化会館/同会/☎090-6141-4489金子(夜間)
- **社交ダンスパーティー**/4月6日(土)午後1時10分～4時30分/文化会館/1,000円/すみれ会/☎090-7700-3522石井

仲間やってみよう

- **英文法(中学2～3年位)**/月3回火曜日午前9時～正午/市川公民館/月4,000円/すみれの会/☎371-2715新
- **役員英会話初級50歳～**/月4回木曜日午後0時45分～4時/勤労福祉センター/月4,400円/ABC英会話/☎326-2358小島(夜間)
- **見て聞いて書いて話す中文**/月3回日曜日午後1時30分～4時/市川公民館/3か月1万円/中国語研修会/☎374-3703宮崎
- **中学英語公立新1・2年生**/月4回水曜日午後6時～9時/勤労福祉センター分館/月2,000円/中学生のための英語/☎090-4843-5704ミヤケ(夜間)
- **映画で英語を楽しく学ぶ会**/月4回金曜日午後1時30分～4時20分(2クラス)/八幡市民談話室/1回1,050円/ETM/☎090-6101-3359田中
- **新テキストでの初級英会話**/月3回月曜日午後6時25分～7時55分/男女共同参画センター/月4,000円/CHAT CHAT/☎090-1766-5151高橋
- **英会話(初級)**/月3回月曜日午前10時～正午/大野公民館/月3,000円/大野英会話サークル/☎338-7038肥後

スポーツ・健康

- **健康気功体操**/毎週月曜日午後1時～2時30分/文化会館/入会金2,000円、1回900円/健康ファミリー協議会/☎324-5760高橋
- **ヨガ**/月3回月曜日午後1時～2時30分/市川公民館/月3,000円/恵の会/☎379-5428矢野
- **ヨガ**/月3回第1～3火曜日午前10時15分～11時45分/西部公民館/入会金1,000円、月3,200円/リースの会/☎375-3071金井
- **リズム体操(60歳以上)**/月2回第1・3金曜日午前10時15分～11時45分/いきいきセンター市川/月500円/同会/☎378-3089古見
- **免疫力をアップしましょう**/月3回第2～4水曜日午後2時～3時30分/柏井公民館/月2,200円/気功サークル香/☎339-8399団(昼間)
- **ヨガ40歳～65歳位**/月4回土曜日午前9時45分～10時45分/塩浜市民体育館/月2,000円/リフレッシュヨガ/☎397-4739峯崎(昼間)
- **男性・日本健康太極拳協会**/毎週火曜日午前10時～正午/市民会館/1回500円/市川太極健康舎/☎334-2974川口
- **ストレッチ(男性限定)**/月2回第2・4日曜日午後1時～3時/大野公民館/月2,000円/メンズフィットネス/☎373-5179吉田

- **詩吟(初心者歓迎)**/月2回第2・4日曜日午前9時30分～11時30分/男女共同参画センター/月3,000円/市川吟詠会/☎371-9500村田(昼間)
- **クラシックギター合奏**/月2回第2・4土曜日午後1時～4時/東部公民館/月2,000円～3,000円/エル・ペラーノ/☎373-6663山中(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/エルインピエルノ/☎090-8336-5657大友

舞踊・ダンス

- **初級～中級社交ダンス**/月4回土曜日午後1時～4時/市民会館ほか/月3,000円程度/ニューロビー/☎377-0585久保寺(夜間)
- **フォークダンス初心者歓迎**/月3回第1・2・4木曜日午後1時～3時/いきいきセンター大洲/4か月3,000円/大洲フォークダンス/☎373-3663古屋(夜間)
- **ジャズダンス&ストレッチ**/月4回土曜日午前10時30分～午後1時/西部公民館/入会金2,000円、月4,000円/ジャズダンス土曜クラブ/☎372-4312真島(夜間)
- **社交ダンス**/月3回水曜日午後3時～6時/男女共同参画センター/入会金1,000円、月2,000円/オレンジ/☎322-7233成瀬
- **ダンススポーツ**/毎週火・木・土曜日午後6時～9時/東部公民館/1回1,000円/グルーポ・カーニョ/☎339-1464中井
- **社交ダンス(初級中級)**/毎週木曜日午前10時～正午/勤労福祉センター分館/月3,000円/いこいダンス/☎338-7274井関
- **社交ダンス 初級**/月4回第1～4木曜日午前10時～正午/勤労福祉センター分館/入会金1,000円、月3,000円/リリーダンス/☎373-5244安納
- **社交ダンス**/月3回木曜日午後1時～4時/男女共同参画センター/入会金1,000円、月2,500円/すずらん/☎090-8515-0600小牧

音楽・芸能

- **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
- **英語で楽しく歌いましょう**/月2回第1・3金曜日午後2時30分～4時/市川公民館/入会金1,000円、1回1,300円/ポピュラーソングの会/☎080-3349-6264加藤(夜間)
- **コーラス**/月2回第2・4水曜日午後0時30分～2時/柏井公民館/月2,500円/抒情歌の会/☎090-5543-4167増田(夜間)
- **抒情歌をやさしく歌う**/月2回第1・3金曜日午後2時～3時30分/市川駅南公民館/入会金2,000円、1回1,100円/抒情歌を楽しむ会/☎392-6689古田
- **お筆・見学歓迎どなたでも**/月3回土曜日午後2時～5時/東部公民館/入会金2,500円、月3,500円/お筆の集い/☎338-7555藤田(夜間)
- **心に残る賛美歌を女声合唱**/月4回土曜日午前9時30分～正午/市川公民館/月3,000円/ちいりば合唱団/☎322-2507鈴木

- **絵手紙(要予約、見学可)**/月2回第2・3水曜日午前10時10分～11時50分/南行徳市民談話室/月1,100円/同同好会/☎397-4739峯崎(昼間)
- **幼児児童絵画(年中以上)**/月4回水曜日午後3時30分～7時/行徳公民館/月4,000円(材料費込)/アトリエ麦/☎090-9536-7649鶴田(昼間)
- **書道**/月2回第1・3金曜日午前10時～正午/勤労福祉センター分館いこいの家/月1,000円、要諸費用/同クラブ/☎396-2532鈴木(夜間)
- **会員募集**/月2回第2・4水曜日午前9時30分～正午/南行徳いきいきセンター/月1,500円/水彩画同好会/☎395-7458金澤
- **初歩からの書道**/月2回第1・3月曜日午前10時～午後4時30分/文化会館/月3,000円/市川書道倶楽部/☎090-8642-3963日野
- **子ども絵画(5歳以上)**/月3回月曜日午後4時～7時/南行徳市民談話室/月3,500円/アトリエ麦/☎399-2417川畑
- **小学生の書道(毛筆硬筆)**/月3回第1・2・4水曜日午後2時～4時(内1時間)/勤労福祉センター分館/月3,000円/子供書道/☎090-6314-0707林
- **絵画・造型・5歳以上**/月4回金曜日午後3時30分～5時30分/幸公民館/月3,000円/アトリエ・パレット/☎080-3022-8110五十嵐
- **書道**/月2回第2・4土曜日午前9時30分～11時30分/東部公民館/月2,000円/土曜会/☎090-5529-1051宮澤

書道・絵画

- **老荘者の知識の向上と親睦**/月2回第2・4金曜日午後1時～4時/中央公民館/年7,000円/市川中央老荘塾2期生/☎333-2686杉山(夜間)
- **古典文学講座**/月1回第1土曜日午前10時～正午/市民会館/月1,500円/栄花物語と源氏物語/☎332-3503堀
- **茶道(江戸千家)**/月2回第1・3土曜日午後1時～5時/市川駅南公民館/入会金1,000円、月2,000円/市川茶友会/☎372-2139西川
- **大町自然観察園野鳥同好会**/月2回第1日曜日、第3水曜日午前9時～正午(11月～4月)/大町自然観察園/同同好会/☎090-4536-4623大関
- **パソコン**/毎週木曜日午前10時～午後3時/行徳公民館/月3,300円/同サークル行徳/☎090-5571-6996山口
- **親子サークル**/月2回午前10時～正午/市内6カ所公民館/入会金300円、月1,000円、年会費2,000円～3,000円/市川子ども文化ステーション/☎339-7744井澤(昼間)

その他

- **1%**…1%支援制度の支援対象事業

いちかわ文芸

短歌

日高 堯子 選

通いたる男性料理教室に
冬日の差して鱈を捌く
奉免町 小田中準一

河岸の隈腹へたへに鮫鱈の
醜く置かれ朝の日のさす
宮久保 大河内卓之

うたたねの女孫の寝顔成人式
チェックリストをこたつにひろげ
菅野 前田 健治

白波の砕けては散る九十九里
黄金の空に初日を拝む
堀之内 原 千代子

門先にたわわに実る小蜜柑が
午後の日を受け艶やかに照る
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 3月21日(木)	5月4日号
短歌 4月22日(月)	6月1日号
川柳 5月20日(月)	7月6日号

はがきなどの用紙に、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(〒272-2850)※住所不要で広報広聴課

☎334-1106 同課

春のいぶきにのせて

フルートとギター・デュオコンサート

西部公民館 主催講座

市川市出身で、今年度の市川市民芸術文化奨励賞を受賞した、東京フィルハーモニー副首席奏者の森川道代氏が、パリ留学時代からの友人でギタリストの塩谷牧子氏と奏でるフルートとギター・デュオの調べを楽しみます。

日 3月24日(日)午後3時～4時
場 西部公民館
入 市内在住・在勤・在学の方、抽選で35人
申 往復はがき(1枚につき2人まで)に講座名住所

氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・返信用のあて先を書き、3月13日(水)必着で西部公民館(〒272-0835中国分2の13の8)
☎37338175 同館

