

12月～平成28年3月 ISG国府台 冬の健康教室



市川スポーツガーデン(ISG国府台)で、健康教室を開催します。体を動かしてみませんか。

教室コード	教室名	定員	開催期日	時間	参加費など
火1	親子プレスクール 1歳児クラス	35組	火曜日 全12回	午前11時～11時50分	6,000円(12回)
火2	親子プレスクール 2歳児クラス	25組		正午～午後12時50分	
水1	始めよう エアロビクス	60人	毎週水曜日 全16回	午前9時30分～10時20分	5,600円(16回)
水2	楽しもう エアロビクス	60人		午前10時30分～11時20分	5,600円(16回)
水3	ハタヨガで元気長生き(75分)	60人		午前11時30分～午後0時45分	8,000円(75分16回)
水4	フィジカルストレッチ	50人		午前11時～11時50分	5,600円(16回)
水5	心も体もすっきりリズム体操	50人		正午～午後0時50分	5,600円(16回)
木1	さわやか シルバー体操	50人	毎週木曜日 全15回	午前9時～9時50分	5,200円(15回)
木2	はつらつ シルバー体操	50人		午前10時～10時50分	5,200円(15回)
木3	笑顔で筋活 1日3分	30人	第1・3木曜日	午後1時～1時50分	4,000円(8回)
木4	ポールウォークでマイナス10歳	30人	毎週木曜日 全13回	午後2時～3時15分	6,500円(75分13回) (ポールレンタル代100円)
土1	楽しく筋トレ バランスUP	50人	毎週土曜日 全15回	午前9時15分～10時5分	5,200円(15回)
土2	有酸素運動でリフレッシュ	60人	毎週土曜日 全14回	午前10時15分～11時5分	4,900円(14回)
土3	チェアエクササイズで骨盤運動(75分)	50人	隔週土曜日 全8回	午前11時15分～午後0時30分	7,000円(75分14回)
土4	入門 ハタヨガ(75分)	50人		午前9時30分～10時45分	4,000円(75分8回)

場国府台市民体育館

申往復はがき(1人1枚)に必要な事項と参加希望教室(教室コードと教室名)を第3希望まで書き、11月14日(土)必着でISG国府台(〒272-0827国府台1-6-4)、体育館事務所窓口及びISG国府台クラブハウスにある申請書からも応募可※教室に余裕がある場合は11月20日(金)午前9時から☎371-7800同施設で先着順に受け付け。(スポーツ課)

健康・福祉 お知らせ

11月20日

献血を行うには、献血を行った際に配付される工コボポイントが、11月から、①初めて献血をする方②前回の献血から1年以上経過している方を対象に2倍(40ポイント)になります。

◆11月の献血
日 11月10日(火)午前10時～11時45分、午後1時～4時
場 市役所
問 ☎0474570711千葉
県赤十字血液センター
(保健医療課)

◆胃がん集団検診(バリウム検査)
12月1・2・3月生まれで40歳以上の方(市川市胃がんリスク検診対象者)平成28年3月31日(木)時点で40・45・50・55・60・65・70歳の方を除く、勤務先などで受診可能な方、胃腸の病気で治療中、または自覚症状のある方、妊娠中の方は受診不可。

◆11月の献血
日 11月10日(火)午前10時～11時45分、午後1時～4時
場 市役所
問 ☎0474570711千葉
県赤十字血液センター
(保健医療課)

月	日	会場
12月	3日(木)	スポーツセンター
	11日(金)	南行徳保健センター
	15日(火)	行徳公民館
	17日(木)	急病診療所
	18日(金)	南行徳保健センター
	21日(月)	保健センター
	24日(木)	保健センター
11月	8日(金)	保健センター
	12日(火)	行徳公民館
	14日(木)	リハビリテーション病院
	20日(水)	南行徳保健センター
	28日(木)	保健センター
10月	8日(月)	南行徳保健センター
	12日(金)	南行徳保健センター
	15日(月)	南行徳保健センター
9月	2日(水)	リハビリテーション病院
	4日(金)	行徳公民館
	5日(土)	保健センター
	7日(月)	行徳公民館
	11日(金)	スポーツセンター
	12日(土)	南行徳保健センター
	15日(火)	南行徳保健センター
	16日(水)	リハビリテーション病院
	17日(木)	保健センター

※一部自己負担金600円(70歳以上の方、千葉県後期高齢者医療世帯者は無料)

◆胃がん検診受診券
受付時間 男性 午前9時15分～9時45分、女性 午前10時～11時
◆のついた日は女性のみで開催 午前9時15分～10時30分
◆のついた日は、男性 午前9時15分～9時45分、女性 午前9時15分～10時30分

◆生活習慣改善講座
血管若返り編
高血圧や脂質異常症についての講義、塩分測定その他、試食を行います。
日 12月1日(火)午後0時50分(受け付けは10分前)～午後3時30分、12月7日(月)(時間は1日の講座でお知らせ)
場 南行徳保健センター
市内在住・在勤の方、先着で40人
問 ☎30987855南行徳保健センター

◆市川市自治会連合協議会
創立50周年記念大講演会
テーマ「高齢者の健康維持と病気の予防 Part4」目の病気、白内障・緑内障・糖尿病網膜症について
講演会 柴玉珠氏(国立国際医療研究センター国府台病院) アトラクション 日本舞踊とシャシンの饗宴
日 11月19日(木)午後1時30分～3時30分
場 文化会館
先着440人
問 ☎3341128地域振興課

◆市川市薬剤師会健康フェア
体成分分析 筋肉量・骨や口などの健康チェック、薬相談を行います。
日 11月15日(日)午前10時～正午、午後1時～3時
場 市川市薬剤師会(南八幡3の1の1)
先着60人(要予約)
問 ☎7003700同会
(保健医療課)

◆求人
育児休業代替任期付職員(保健師) 資格人数 保健師資格を有している方若しくは採用予定日まで取得見込みの方、5人程度
採用予定日 平成28年1月1日(祝日から順次)
雇用期間 1年を超えて3年未満
受検案内配布 日 11月30日(月)まで(土曜・日祝日を除く)
場(市)人事課 市川駅行政サービスセンター(土曜日可)、保健センター、南行徳保健センター※郵送での受検案内配布可。詳しくは市公式Webサイトをご覧ください。
◆応募用紙に必要な事項を書き、11月30日(月)まで(消印有効)に郵送で人事課(〒272-0850)※住所不要
問 ☎3341102人事課

講座・催し

◆歯のイキキ相談
歯科衛生士による歯の相談。
日 12月4日(金)南行徳保健センター、12月18日(金)保健センター、いずれも午後1時～3時
40歳以上

◆前立腺がん予防講座
予診・診断・治療の最新情報
男性のがんとして注目されている前立腺がんについての講座です。
日 12月5日(土)午後1時25分(受け付けは10分前)～3時
場 保健センター
市内在住・在勤の方、先着80人(女性も参加可)

◆東山魁夷記念館
父にあたる川崎小虎に託され、その長男で日本画家の川崎鈴彦氏に継がれたことで、今日まで大切に保管されてきました。ここでは、素明の丁寧な手解きの術が確認され、当時の日本画教育を今に伝える貴重な資料といえます。

◆東山魁夷記念館
2階の作品展示では、革新の精神をもつて新しい日本画の伝統を築き、近代日本画のうねりに偉大な業績を遺した結城素明、中村岳陵、山口蓬春の作品を、東山魁夷の珠玉の作品とともに御覧いただけます。結城素明《兵車行》、中村岳陵《仏誕》、山口蓬春《薄暮》そして東山魁夷の《南天》など、東京美術学校時代の初期作品から、結城素明《炭窯》、中村岳陵《窓辺》、山口蓬春《瀟々》など、後年の代表作まで一堂に集め、各人の画業の変遷と多彩な芸術世界をお楽しみいただけます。東山魁夷記念館で日本画の魅力に触れて、芸術の秋を堪能してみたいいかがでしょうか。

歴史と文化の散歩道 33

開館10周年記念特別展開催の 東山魁夷記念館

◆今
回の歴史と文化の散歩道は、木下街道沿いにある東山魁夷記念館で12月13日(日)まで開催の特別展を紹介いたします。東山魁夷記念館では、「人間・東山魁夷」をコンセプトに、日本画作品のほか、愛用品や直筆の書状など貴重な資料を展示し、東山魁夷の人となりを紹介しています。現在は、開館10周年記念特別展「東山魁夷と昭和日本画の礎 結城素明・中村岳陵・山口蓬春」を開催しています。

東山魁夷は、大正15年4月、東京美術学校(現東京藝術大学)日本画科に入学。昭和8年の研究科修了まで、ここで7年の歳月をかけて、日本画修練はもとより、数々の尊い出逢いを通して、日本画家としての崇高な精神を養いました。なかでも、東山魁夷にとっては、東京美術学校の恩師で生涯の師となる結城素明、そして東京美術学校の先輩にあたる中村岳陵と山口蓬春とは、公私にわたって深い親交を保ち、画業展開のうえでも、かれらから多くの影響を受けました。

1階の資料展示では、結城素明、中村岳陵、山口蓬春の三人の画家と東山魁夷の親交を物語る書簡資料や写真資料に加え、各人の素描作品を御覧いただけます。なかでも初公開となる「結城素明絵手本」は、東京美術学校の素明の研究室に残されていたものであり、後に、東山魁夷の岳



▲開館10周年を迎える東山魁夷記念館