



安心して育児が行えます

産後家庭ホームヘルプサービス あなたの産後をサポートします

出産後、家事や育児の支援が必要な方にホームヘルパーを派遣します。

利用期間 出産日から生後56日目まで
訪問時間 午前7時～午後7時(年末年始、祝日を除く)1日2回を限度とし、1回につき2時間以内
利用限度 30時間まで
人 市内在住の方
¥800円/1時間あたり(非課税世帯・生活保護世帯の方は減額となります)

申 母子健康手帳のコピー(表紙と分娩予定日または出生年月日のページ)を子育て支援課窓口(アクス本八幡2階、行徳子育て総合案内)に持参
 ※出産予定日の8週間前から受け付け。条件などの確認のため面接があります。事前にご連絡ください。



☎711-1736 子育て支援課

子ども・教育

お知らせ

母子のメンタル相談(予約制)
 出産後、気持ちの落ち込みが激しいなどの心配のある方の個別

申し込み事項

- ① 行事・講座名など(日時・コースも)
- ② 住所
- ③ 氏名(ふりがな)
- ④ 年齢(学年)
- ⑤ 電話・FAX番号
- ⑥ その他必須事項

※往復はがきの場合は返信用のあて先も記入※はがきFAX、いずれの場合も右記の必要事項を書いてお送りください。※熱を加えると消える筆記用具は使用しないください。

相談を行います。
 日 7月11日(月)午後2時と3時
場 南行徳保健センター
人 乳幼児をもつ保護者
申 ☎3599-8785 南行徳保健センター

妊婦・新生児(1〜2カ月児)訪問
妊婦訪問 妊婦訪問は電話で各保健センターへ
新生児(1〜2カ月児)訪問 母子健康手帳別冊にある出生連絡票に必要事項を書いて保健センターへ郵送。はがき到着後、訪問します。出生連絡票の郵送がない場合は、生後2カ月以降に訪問します。里帰り先で新生児訪問を希望する方は、生後28日まで過ごす市町村へ確認し、訪問指導がない場合は、市に戻ってから1〜2カ月児訪問をご利用ください。

☎377-4511 保健センター
☎3599-8785 南行徳保健センター

講座・催し

パパママ栄養クラス(ママの日)
 妊娠中の食事のアドバイスや試食をします。
 日 8月30日(火)午後1時15分〜3時30分
場 保健センター
人 出産予定日が平成28年10月〜12月の妊婦 先着42人
¥試食代1000円程度
申 ☎377-4511 保健センター 栄養担当

中央子ども館ふれあい交流
 幼児と中学生、高校生が一緒に遊び、交流します。
 日 7月22日(金)・27日(水)午前10時30分〜11時30分
場 中央子ども館
人 1歳以上の幼児と保護者、市内在住の中学生、高校生
物 動きやすい服装
☎3300-3333 7同館

募 集
 認可保育園などに活用可能な土地・建物及び保育事業者
 認可保育園の設置や小規模保育園で対応させていただきます。

小・中学生ボランティアスクール
 保育園でお兄さんお姉さん体験をしてみませんか。
人 ボランティアに興味があり、事前説明会と活動報告会に参加できる小学4年生〜中学3年生 先着40人
¥5000円
日 7月23日(土)午前10時〜正午 / 中央公民館(活動体験)7月27日(水)〜8月25日(木)のうち3〜5日程度 / ①市内の民間保育園 ②高齢者施設 ③ 空き家 / 【活動報告会・修了証交付】8月27日(土)午前10時〜11時30分 / 中央公民館
申 6月20日(月)から☎3300-4002 地域福祉ボランティアセンター ※参加する本人が電話してください。

日本脳炎予防接種について
 日本小児科学会では、千葉県などブタの日本脳炎抗体保有率が高い地域に住む小児に対して、生後6カ月から日本脳炎ワクチンの接種を開始することを推奨しています。詳しくは、同会Webサイトをご覧ください。
☎377-4512 保健センター

みんな集まれ 夏休み歯みがきレッスン
 骨よりも硬い「歯」。むし歯になるとどうなるのか、お子さんと一緒に実験をしてみませんか。お子さんの大切な歯をむし歯にしないよう、親子でぜひ参加してください。

▲よく磨けたか鏡でチェック

コース (2回1コース)	内容	会場	
		保健センター	南行徳保健センター
1回目	実験、歯の汚れの検査、歯みがきの練習	7月28日(木) 午前10時	7月26日(火) 午前10時
2回目	歯科健診、フッ素など(希望者)	8月31日(水) 午後1時30分	8月30日(火) 午後1時30分

人 5歳〜小学3年生 ※要保護者同伴
申 ☎377-4511 保健センター 歯科担当

健康福祉

お知らせ

子育て支援員研修
 保育現場で働く上で必要な知識や技術などを基本研修及び専門研修を通じ、学びます。少人数の子どもを自宅で預かる

子ども実行委員
 南八幡子ども館で8月25日(木)に実施する「こどもものつくるまち」(働いて給料をもらい、買い物をするというまちのシステムを取り入れた疑似体験のプログラムの実行委員を募集します。
日 8月25日(木)午後2時〜4時 ※7、8月に実行委員会5回あり(主に木曜日)。
場 南八幡子ども館
人 市内在住・在学の小中学生以上で実行委員会に3回以上出られる方
申 直接または☎376-1118 同館

「死後遺族相談」
場 保健センター
申 ☎377-4511 保健センター 地域担当

歯とお口の相談
 在宅で療養中の方、身体にハンディを抱えている方などの歯や口に関する相談を電話や窓口で受け付けます。
日 月・金曜日 午前9時〜午後5時、土曜日 午前9時〜正午
場 市川市歯科医師会 口腔サポートセンター(八幡2の9の9)
☎3300-0187 同センター (健康支援課)

善意の花園

ご寄付いただき、ありがとうございました。

- 市政全般への寄付[3月分・敬称略]
 【金員】一般社団法人 中山馬主協会(2,000,000円)
- 社会福祉協議会[4月分・敬称略]
 【金員】◎市川公民館利用者団体協議会(30,000円)◎市川市健康都市すえひろ会(40,000円)◎(有)大嶋建装(100,000円)◎岡野好廣(5,000円)◎鈴木公夫(10,000円)◎スタジオV春の歌謡祭(41,118円)◎セイコーインスツルメンツ労働組合(70,000円)◎ドルチア友の会(24,731円)◎菜の花グループ(35,000円)◎匿名(5,000円)
- 紙面の都合上、熊本県及び大分県への支援金(ふるさと納税)の寄付については、市公式Webサイトで掲載しています。☎334-1104 企画課

年金生活者等支援臨時福祉給付金(高齢者向け)

申請期限が迫っています
7月8日(金)まで



年金生活者等支援臨時福祉給付金(高齢者向け)の申請期限は7月8日(金)(当日消印有効)までです。該当と思われる方には4月上旬に申請書を送付していますが、市内で対象者の約2割の方が未申請となっています。まだ申請をされていない方は、忘れずに申請書を提出してください。

ご自身が該当と思われる方で、申請書が届いていない方は、給付金の相談窓口までご連絡ください。

支給対象者	●平成27年度の臨時福祉給付金の支給要件に該当している方(平成27年1月1日時点で住民票が市川市にあり、平成27年度分の市民税均等割額が課税されていない方。ただし、課税されている方に扶養されている場合や生活保護を受けている場合は対象外) ●昭和27年4月1日以前に生まれた方
支給額	対象者1人につき30,000円(1回限り)
相談窓口	①多目的ホール、②総務課前

①申請方法に関して=☎334-0100市川市臨時福祉給付金相談窓口
制度に関して=☎0570-037-192厚生労働省給付金専用ダイヤル (福祉政策課)

体力測定・骨の健康度測定

①保健センター②体力測定・骨の健康度測定・南行徳保健センター③骨の健康度測定(結果は5段階評価で参考範囲のもの)
④18歳以上
⑤☎377-4511保健センター、☎359-8785南行徳保健センター

早期発見のための口腔がん検診

①1次検診②問診・診察・結果説明、2次検診③1次検診の結果、必要なら細胞診結果説明
④平成29年3月31日時点で30歳以上の方
⑤☎1次、2次とも600円(70

歳以上の方・千葉県後期高齢者医療被保険者・非課税世帯者は無料)

①はがきが必要事項(6面上段参照)と生年月日を書き、保健センター②歯科担当(〒272-0023南八幡4の18の8)。後日、受信券兼問診票を送付します。
③☎377-4511保健センター

障害基礎年金の受給権者所得状況届(現況届)などの提出について

20歳前の傷病により現在障害基礎年金を受給している方は、7月上旬に日本年金機構から送付される受給権者所得状況届などを7月31日(日)(市窓口)での提出は7月29日(金)までに提出してください。届け出

がないと支給が一時止まりますのでご注意ください。

提出先窓口

○受給権者所得状況届(はがき)①国民年金課、②福祉課、大柏出張所、南行徳市民センター、市川行政サービスセンター、各市民課窓口連絡所
○障害状態確認届(診断書)①国民年金課、②福祉課
※平成28年1月2日以降本市に転入した方は、同年1月1日に住んでいた市区町村発行の平成28年度住民税所得証明書が必要。

糖尿病性腎症の重症化を予防しましょう

糖尿病の重症化や糖尿病性腎症の発症を予防するため、特定健康診査の項目に腎機能検査が加わり、糖尿病性腎症のリスクが分かるようになりました。健診対象者には受診券を郵送しますので、早めに健診を受けてください。

在宅医療推進セミナー

①健康の源は口腔から②神戸洋子氏(神戸歯科医院医師)、「看護師の立場から在宅医療を支える」泉山明美氏(訪問看護ステーションゆうこう)
③7月13日(水)午後1時50分～4時
④場 アイリンクルーム
⑤市内在住・在勤の方、先着60人
⑥☎334-143地域支えあい課

高齢者サポートセンターの講座

①高齢者サポートセンター大柏
②6月23日(木)午前10時30分～正午
③場 大野公民館

はりきゆうマッサージ無料相談

①6月24日(金)午後1時～4時
②場 八幡市民談話室
③☎357-3393市川浦安鍼灸マッサージ師会(電森)
④(介護福祉課)

講座・催し

①高齢者サポートセンターの講座
②6月23日(木)午前10時30分～正午
③場 大野公民館

大柏げんぎ塾「しっかり食べてボケ防止」
①先着30人
②☎338-6595同センター

高齢者サポートセンター信篤二俣

①6月28日(火)午後1時30分～3時
②場 信篤公民館
③「食べられる幸せ 高齢者の食事、栄養の工夫について」
④前田壽和氏(キユーピー(株))
⑤先着20人
⑥☎327-3366同センター

高齢者サポートセンター市川第二

①7月5日(火)午後2時～3時30分
②場 急病診療・ふれあいセンター
③疑問解決 身近な施設に聞いてみよう
④先着60人
⑤☎320-3105同センター

高齢者サポートセンター行徳

①7月4日(月)午後1時30分～3時
②場 本塩自治会館(本塩1の9)
③介護予防教室④頭と体を使ったアレコレ
④先着30人
⑤☎312-6070同センター

在宅医療推進セミナー

①健康の源は口腔から②神戸洋子氏(神戸歯科医院医師)、「看護師の立場から在宅医療を支える」泉山明美氏(訪問看護ステーションゆうこう)
③7月13日(水)午後1時50分～4時
④場 アイリンクルーム
⑤市内在住・在勤の方、先着60人
⑥☎334-143地域支えあい課

長寿ふれあいフェスティバル

①高齢者クラブ会員における趣味活動の発表の場として、唄、踊りなどを披露します。
②7月1日(金)午前10時～午後3時
③場 文化会館
④☎334-143地域支えあい課

同行援護従業者養成研修

移動に著しい困難を伴う視覚障害者などの外出に同行する際に必要な知識・技術を学びます。お持ちの資格により、免除される科目があります。
①7月26日(火)午前9時～午後3時30分、27日(水)午前9時～午後5時、8月2日(火)午前9時～午後5時、3日(水)午前9時～午後3時30分
②場 急病診療・ふれあいセンター
③市内在住・在勤で全4日間出席できる方、先着40人
④¥4400程度(実習にかかる交通費など実費)
⑤物筆記用具・印鑑・受講決定通知指定のテキスト(事前購入・自己負担)など
⑥①任意の書式に講座名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・生年月日を記載②お持ちの資格証の写し(氏名などに変更がある場合は)

認知症サポーター養成講座

「知っておきたい認知症介護のこと」
①6月29日(水)午後1時30分～3時30分
②場 特別養護老人ホームサンライズ市川(大町79の2)
③先着25人
④☎338-6595高齢者サポートセンター大柏(地域支えあい課)

市民ゴルフ大会

①7月27日(水)
②場 鎌ヶ谷カントリークラブ(鎌ヶ谷市中沢1348)
③18ホールストロークプレー(ペリア方式)
④160人
⑤¥5,000円(賞品代)、17,500円(プレー代)
⑥申 6月30日(木)までに☎338-6633市民ゴルフ協会(松丸)

募集

高齢者囲碁将棋大会の参加者
①7月8日(金)午前9時30分～午後4時30分
②場 勤労福祉センター本館
③60歳以上の方、先着各32人
④申 6月24日(金)までに☎334-143地域支えあい課

募集

高齢者囲碁将棋大会の参加者
①7月8日(金)午前9時30分～午後4時30分
②場 勤労福祉センター本館
③60歳以上の方、先着各32人
④申 6月24日(金)までに☎334-143地域支えあい課

募集

高齢者囲碁将棋大会の参加者
①7月8日(金)午前9時30分～午後4時30分
②場 勤労福祉センター本館
③60歳以上の方、先着各32人
④申 6月24日(金)までに☎334-143地域支えあい課

健康スポーツ教室
体を動かしてリフレッシュ

参加者募集

日頃の運動不足を解消しませんか。運動に自信のない方でも大丈夫です。

①8月4日(木)～11月25日(金)

②継続して参加可能な市内在住の方。複数教室に参加可。※子ども連れの参加不可。

③¥1教室3,000円(15回分、事前一括納付)

④往復はがき(1教室1枚)に必要な事項(6面上段参照)と希望の教室名(第3希望まで)・会場名(当選は、はがき1枚につき1教室)を書き、7月8日(金)必着で国府台市民体育館(〒272-0827国府台1-6-4)、または各会場の窓口にある申請書で申し込み(返信用のはがきを添付)※応募者多数の場合は7月12日

(火)に抽選。空き教室が出た場合は落選者に連絡します。



▲ヨガで楽しく健康づくり

教室名	場所・日	曜日	時間	定員
ボディコンディショニング教室	信篤市民体育館 8/5～11/25	金曜日	9:00～ 9:45	各40人
初級者のエアロビクスダンス教室			10:00～10:45	
初心者のヨガ教室			11:00～11:45	
ヨガ教室	塩浜市民体育館 8/9～11/22	火曜日	9:00～ 9:45	
初級者のエアロビクスダンス教室			10:00～10:45	
ストレッチ教室			13:00～13:45	
ボディメイクエクササイズ教室	塩浜市民体育館 8/4～11/24	木曜日	14:00～14:45	
ベーシックマットピラティス教室			11:00～11:45	
骨・コツストレッチ教室			12:00～12:45	
リズム体操教室	塩浜市民体育館 8/5～11/25	金曜日		

☎373-3112スポーツ課