

ワーク・ライフ・バランス推進セミナー

～仕事と生活のバランスの実現を目指して～

基調講演、パネルディスカッションを行います。

基調講演=渥美由喜氏(内閣府男女共同参画会議専門委員)
日 11月15日(火)午後3時～5時
場 メディアパーク市川2階グリーンスタジオ
申 代表者の氏名・電話番号・参加人数を ☎334-1177または FAX336-8098子育て支援課

お知らせ

入学前の健康診断

来年度に小学校へ入学する新一年生の保護者には郵送で通知しましたので、指定の日時・会場で受診してください。通知が届いていない場合はご連絡ください。

☎334-1643保健体育課

地域懇談会

「老人福祉計画・介護保険事業計画」(平成24～26年度)について話し合います。

日 10月26日(水)午後2時～4時 / 行徳文化ホール&、市民会館、11月2日(水)午後1時30分～3時30分 / 大野公民館
☎334-1151高齢者支援課

講座・催し

ボランティア体験講座

障害者とのふれあいと介助体験により、ボランティア活動を始めるきっかけづくりを目指します。

日 11月24日(木)午前9時～午後3時30分、25日(金)午前9時～午後3時
場 身体障害者福祉センター
申 2日間受講できる方、6人
※25日(金)午後1時からの「利用者講話」のみ20人まで受

こども館の催し

11月の休館日は毎週月曜日、祝日(中央こども館は祝日も開館)
◆大洲こども館(☎370-3561)
▼高校生と乳幼児のふれあい交流
国分高校家庭科の授業に、親子で参加します。

日 11月16日(水)午前9時50分～11時40分、17日(木)午前9時50分～11時40分、18日(金)午前10時50分～午後0時40分、22日(火)午後1時25分～3時15分、24日(木)午後1時25分～3時15分、25日(金)午前9時50分～11時40分、午後1時25分～3時15分、30日(水)午前10時50分～午後0時40分
場 県立国分高校
申 0～5歳程度の子ともと親子で触れ合い遊びや交流会をします。

講 講
申 10月17日(月)から ☎357-9165同センター
すこやかひろば
◆5カ月 Welcome baby!
5カ月の赤ちゃんが集まって、親子で触れ合い遊びや交流会をします。

日 10月19日(水) / 男女共同参画センター(申し込み不要)、26日(水) / あじさい保育園(妙典5の12の16)(30組、要申し込み、いずれも①午前10時30分②午後1時30分
申 平成23年5月生まれの赤ちゃんと母親
物 バスタオル、筆記用具
申 ☎334-1069子育て支援課すこやか応援隊

在宅介護者の集い
同じ悩みを持つ方々との交流、食事や温泉入浴などで心と体をリフレッシュしませんか。代わりの介護者が必要な場合は10月28日(金)までに相談してください。

日 11月24日(木)午前9時～午後8時45分(市役所)～午後4時30分
コース 浜離宮恩賜庭園→大江戸温泉物語浦安万華郷
申 先着25人※1世帯1人まで
¥1,000円(当日集金)
日 11月10日(木)までに ☎320-4002社会福祉協議会地域福祉・ボランティアセンター

消費生活相談

未公開株の買い取りにご注意を

過去に未公開株を購入したことのある消費者に、「被害を回復してあげる」と執拗に電話をかけてくる業者がいます。言われるままにお金を振り込んでも買い取りは実行されず、被害を回復するどころか、新たな被害が発生しています。未公開株に限らず、投資性の高い金融商品を購入した経験のある人は再勧誘されることが多いので、怪しい勧誘には十分注意しましょう。

消費生活相談窓口

消費生活センター ☎334-0999
受付日時:月～金曜日午前10時～午後4時
※第2・4土曜日電話相談のみ
行徳支所市民相談室 ☎359-1121
受付日時:第2・4火曜日午前10時～正午、午後1時～4時

在宅診療と介護者の健康

日 10月27日(木)午後1時～2時30分
場 市民会館
申 ☎327-5497ホワイ
ト市川在宅介護支援センター(地域福祉支援課)

視覚障害者点字講習会
日 11月10日・24日(いずれも木曜日、午前10時～正午)
場 八幡市民談話室
☎337-6999視覚障害者福祉会(飯作)

福祉従事者 フォローアップ研修
日 ①10月29日(土)②11月5日(土)、いずれも午後1時30分～4時30分
場 市川市福祉公社
内 ①「最新版介護技術」②「認知症の理解と対応策」セミナー方式

筑波大学附属聴覚特別支援学校 文化祭
日用品の販売・子どもバザー! ゲームコーナーなどを行います。
日 11月3日(祝)午前10時～正午※雨天決行
場 同校(国府台2の2の1)
☎371-4137、FAX373-9113同校小学部

男女共同参画講座 「パートナリシップとは?」
交際中の若者たちにおける「デートDV」を学び、パートナリシップについて考えます。
日 11月12日(土)午後1時30分～3時30分
場 さわやかはば県民プラザ(柏の葉4の3の1)※託児あり
人 特に中学生・高校生を持つ

創立100周年千葉盲祭
幼児・児童・生徒によるステージ発表、作品展示、農耕班、織物班による頒布、理科によるマッサージ体験、100周年を記念した展示会など。
日 10月29日(土)午前9時10分～3時
場 信篤公民館
申 ☎327-5497ホワイ
ト市川在宅介護支援センター(地域福祉支援課)

食欲の秋・美しく覚える適量メニュー 介護者も元気でいるために
日 11月6日(日)午後1時～3時
場 信篤公民館
申 ☎327-5497ホワイ
ト市川在宅介護支援センター(地域福祉支援課)

障害者軽スポーツ教室を開催

体の不自由な方の健康・体力づくりに役立つストレッチ体操、ペタンク、カローリングなどの軽スポーツ教室です。

日 11月5日・12日・19日(いずれも土曜日(計3回)、午後1時30分～3時(1日のみの参加も可))

場 国府台市民体育館
人 市内在住・在勤・在学の障害のある方で介助なしで参加できる方(車椅子などの使用可)
物 運動のできる服装、屋内用運動靴、タオルなど
申 是がきに住所・氏名・年齢・性別を書き、スポーツ課「障害者軽スポーツ教室」係(〒272-0827国府台1-6-4スポーツセンター内)または ☎373-3112同課

骨密度測定 「骨ス力御免!

9歳から測定できます

日程	会場
11月21日(月)	健康増進センター
12月5日(月)	健康増進センター
11月12日(土)	南行徳保健センター
11月15日(火)	西部公民館

問診、超音波測定(かかと)、結果説明、骨粗しょう症予防のための集団指導(所要70分程度)。※応募数により午前と午後の変更あり。

人 9～80歳の方(小学生以下は保護者同伴)※測定時に身長と体重を記入。
¥200円
申 往復はがきに希望日の午前または午後(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、10月24日(月)まで(消印有効)に健康増進センター(〒272-0021八幡2-15-10パティオビル8階)
☎334-2311同センター

身体障害者相談員によるなんでも相談
日 10月26日(水)午前10時～午後3時
場 障害者地域生活支援センター(大洲1の18の1急病診療ふれあいセンター3階)
☎334-1168、FAX335-2030障害者支援課
はりきゅうマッサージ相談
日 10月28日(金)午後1時～4時
場 保健センター
☎337-6999鍼灸マッサージ師会(飯作)(高齢者支援課)

相談

脳神経内科医の志村秀樹氏が「パーキンソン病の最新医療について」話します。
日 10月29日(土)午後3時30分(開場は午後3時)～5時
場 順天堂大学医学部附属浦安病院(浦安市富岡2の1の1)
人 先着100人※申し込み不要
☎047-353-3111同病院総務課(保健医療課)

パーキンソン病講演会

脳神経内科医の志村秀樹氏が「パーキンソン病の最新医療について」話します。
日 10月29日(土)午後3時30分(開場は午後3時)～5時
場 順天堂大学医学部附属浦安病院(浦安市富岡2の1の1)
人 先着100人※申し込み不要
☎047-353-3111同病院総務課(保健医療課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

分)午後2時40分
場 県立千葉盲学校(四街道市大日468の1)
☎043-422-0231同校(障害者支援課)

保健ガイド

保健センター
南行徳保健センター

〒272-0023 南八幡4の18の8
TEL 377-4511 FAX 376-8831
〒272-0138 南行徳1の21の1
TEL 359-8785 FAX 359-8761

正しい知識で健康になろう

～知って安心～大腸がん予防講座

大腸がんの死亡数は増え続け、日本のがん死亡のうち大腸がんは、男性で3位、女性で1位となっています。初期には自覚症状がほとんどないがんであるため、定期検診を受け早期発見・治療することが大切です。この機会に、大腸がんの予防・検査・治療などについて学びましょう。
日 11月22日(火)午後1時30分～3時※受け付けは午後1時～1時15分
場 保健センター 物 筆記用具、エコポカード

30歳から考えよう! 女性の更年期

「おなかポッコリ、顔がほてる、汗をかく、だるい、疲れやすい、仕事に集中できない、気分が滅入る」など、気になる症状で悩んでいませんか。年齢とともに、心と身体に変化が訪れます。更年期を快適に過ごすための食生活や、予防のための運動について学びましょう。
日 12月7日(水)午後1時20分～4時10分※受け付けは午後1時～1時10分
場 保健センター 人 先着50人
物 筆記用具、動きやすい服装、エコポカード

男性の健康講座 ホルモン力が人生を変える!

「抜け毛、体臭、ぼつこりおなか、疲れやすい、ED」など気になる症状で悩んでいませんか。年齢とともに、心と身体に変化が訪れます。この機会に正しい知識を学びましょう。
日 12月10日(土)午後1時30分～4時※受け付けは午後1時～1時10分
場 保健センター 人 市内在住・在勤の方※女性も参加可
物 筆記用具、動きやすい服装、エコポカード

お知らせ

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

胃の集団検診 時間 男性 午前9時15分～10時30分、女性 午前9時45分～10時45分

12月1日生まれで40歳以上の方※勤務先などで受診可能な方、胃腸の病気で治療中の方や胃腸に症状のある方、妊娠中の方は除く

一部負担金500円※70歳以上の方、後期高齢者医療被保険者、及び非課税世帯者は無料

申込 電話またははがきに「胃の集団検診希望」住所・氏名電話番号・生年月日・希望日程を書き、健康担当※過去2年間

月	日	会場	月	日	会場
11月	11日(金)	南行徳保健センター	12月	6日(火)	東部公民館
	14日(月)	行徳文化ホール&I		8日(木)	リハビリテーション病院
	16日(水)	信篤公民館		9日(金)	本行徳公民館
	21日(月)	曾谷公民館		12日(月)	行徳文化ホール&I
	28日(月)	大野公民館(大柏出張所)		13日(火)	急病診療所(大洲防災公園)
12月	☆29日(火)	保健センター	14日(水)	南行徳保健センター	
	☆2日(金)		15日(木)	スポーツセンター(国府台市民体育館)	
	☆3日(土)	曾谷公民館	16日(金)	菅野公民館	
	5日(月)	曾谷公民館	26日(月)	大野公民館(大柏出張所)	

高齢者インフルエンザ予防接種 契約医療機関において「高齢者インフルエンザ予防接種」を公費(一部自己負担)で実施します。

赤ちゃん 離乳食教室(1回食) 離乳食(1回食)の進め方の話、作り方の実演と試食。
日 11月9日(水) 保健センター、16日(水) 南行徳保健センター、17日(木) 南行徳保健センター、18日(金) 南行徳保健センター、19日(土) 南行徳保健センター、20日(日) 南行徳保健センター、21日(月) 南行徳保健センター、22日(火) 南行徳保健センター、23日(水) 南行徳保健センター、24日(木) 南行徳保健センター、25日(金) 南行徳保健センター、26日(土) 南行徳保健センター、27日(日) 南行徳保健センター、28日(月) 南行徳保健センター、29日(火) 南行徳保健センター、30日(水) 南行徳保健センター、31日(木) 南行徳保健センター

65歳以上の方には予診票を個人通知していただきますので、届かない方はご連絡ください。
実施期間 平成24年1月31日(火)まで※ワクチンの入荷時期及び予約の有無は、直接各医療機関へ問い合わせください。
人 市川市に住民登録または外国人登録をしている、満65歳以上の方
●満60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方(身体障害者1級相当)
一部負担金1,000円※1回のみ。ただし世帯全員が市民税非課税の方及び生活保護受給世帯の方は、負担を免除
問 予防担当

妊婦新生児1〜2カ月児訪問 妊婦訪問は電話で各保健センターへ。
新生児1〜2カ月児訪問は母子健康手帳別冊1にある出生連絡票に必要事項を書き、保健センターへ郵送。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をし、訪問指導がない場合は、市川市に戻ってから1〜2カ月児訪問をご利用ください。
問 各保健センター

会場	日程	受付時間		申し込み
		相談あり	測定のみ	
大野公民館	11/10(木)	10:00	11:00	保健センター
信篤公民館	11/17(木)		11:30	
市川公民館	11/24(木)	10:40		南行徳保健センター
保健センター	11/25(金)			
南行徳保健センター	11/4(金)			★
	11/18(金)			

3歳児健康診査 10月20日(木)ごろ、平成20年5月生まれの子に通知(4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。
日 11月1日(火)・15日(火) 保健センター、8日(火)・29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
問 地域担当

会場	日程	受付時間	問い合わせ
西部公民館	11/7(月)	10:00~10:15	保健センター
大野公民館	11/10(木)	13:15~13:45	
信篤公民館	11/17(木)		
市川公民館	11/24(木)		
保健センター	11/25(金)		
南行徳保健センター	11/4(金) 11/18(金)		9:40~10:00
妙典子育て支援センター	11/11(金)		

母親両親学級 妊娠中の過ごし方、お産の経過、もく浴実習など。※重複受講不可
日 12月12日(月)・19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24年2〜4月の妊婦50人
問 母子保健担当

歯 妊婦歯科健診 歯科健診・唾液検査・ブラッシング指導
日 11月4日(金) 保健センター、10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 歯科担当

急病診療・ふれあいセンター
365日 小児科外来医が待機
急病診療所 ☎377-1222
月～金曜日〔内科・小児科〕……午後8時～11時
土曜日〔内科・小児科・外科〕……午後8時～11時
日曜日・祝日〔内科・小児科・外科〕……午前10時～午後5時、午後8時～11時
休日急病等歯科診療所 ☎377-8888
日曜日・祝日……午前10時～午後5時
テレホンサービス ☎336-3333
日曜日・祝日……午前9時～午後5時

対象	保健センター	南行徳保健センター
赤ちゃん(10~11カ月児) はじめての歯ブラシみがき	11/2(水)・16(水) 午前10時	11/9(水)・30(水) 午前10時
2歳児 あげみがきとぶくぶくうがい	11/1(火) 午前10時	11/8(火) 午前10時
3歳児 ひとりみがき	11/17(木) 午後1時30分	11/22(火) 午後1時30分
4歳児 歯みがきチェック	11/17(木) 午後3時15分	11/22(火) 午後3時15分