

まちかど健康サロン

健康体操をはじめとする各教室を当日受け付け(先着順)で行います。教室などの実施時間以外は自由時間となっていますので、気軽にお立ち寄りください。

日 1月5日(木)～3月29日(木)

場 まちかど健康サロン(塩浜4-2ハイタウン塩浜団地施設第2号棟101号室)

教室名	定員	曜日	時間	開催初日
チェアロピクス教室	15人	月	10:00～11:15	1月16日(月)
ピラティス教室		木	13:30～14:45	1月5日(木)
親子体操教室(3歳以上就学前)	10組		10:00～11:30	1月12日(木)
リフレッシュ体操教室	15人	金	18:30～20:00	1月13日(金)
健康体操教室			13:30～15:30	
クライミング開放	—	随時	自由時間帯	—
フォークダンス教室(ISG塩浜)	—	水	10:00～12:00	—

教室の申し込み、服装、持ち物など、詳細については、お問い合わせください。

問 ☎398-1113 まちかど健康サロン

お知らせ

障害者控除対象者認定書の発行
介護保険の要介護1以上の認定を受け、一定の条件を満たしている対象者が、本人や扶養している家族が、所得税や市県民税の申告をする際に利用出来る障害者控除対象者認定書を1月10日(火)から発行します。申請時に被保険者証と来られる方の身分証明書をお持ちください。また、電話による申請も受け付けます。ただし、障害者手帳をお持ちの方は、手帳で申告していただけます。なお、昨年度に交付を受け、今年度も該当する方には、1月16日(月)頃までに郵送しますので、申請の必要はありません。

入学通知書は1月中旬に、指定変更は1月27日(金)まで
新1年生(小学校・中学校)の入学通知書を1月中旬ごろに郵送します。指定変更を希望する方は、入学通知書が届いてから1月27日(金)の間に、申請(申請方法は入学通知書の裏面参照)をしてください。審議後、結果については後日連絡します。なお、学校によっては学区内の児童・生徒数が増加し、教室が不足している場合があります。抽選となる場合や指定校変更が認められない場合もあります。

市川市地域ブランド

「市川のおさかな」を買いにお魚屋さんへ行こう!


でっけえ! ちゃっけえ! 漁ぎよまつり!! 開催

スズキなど、市川の漁師が水揚げした新鮮な魚を食べてみてください。

販売店は、市川商工会議所及び市ホームページで確認できます。「市川の魚」と書かれたのぼり旗が販売店の目印です。(天候などで魚種が変更になることがあります)

日 第1回12月17日(土)、第2回1月中旬、第3回2月中旬

問 ☎377-1011 市川商工会議所
☎334-1341 商工振興課



被災分譲マンション(液状化等)の補修支援
東日本大震災により、地盤の液状化等に起因する敷地や屋外共用部分の補修工事を行う分譲マンションに対し費用の一部(3分の1、上限3,000万円)を補助します。詳細は市ホームページまたは地域街づくり推進課までお問い合わせください。

問 ☎334-1336 同課

市有地の売却に関する一般競争入札
詳しくは、管財課で配布する市有地売却応募案内書または市ホームページをご覧ください。

売却物件 北国分3丁目2824番5外2筆、柏井町1丁目2077番、北国分1丁目2431番32外2筆

入札参加申込期間 1月20日(金)午後5時まで

入札執行日 1月27日(金)

問 ☎334-1112 同課

利用は12月31日(土)までに「ローズいちかわ商品券」
商品券の払い戻しはできませんので、使い忘れないようご注意ください。なお、商品券取扱店舗(約1,200店)については、市川商工会議所ホームページまたは同所商品券事務局へお問い合わせください。

問 ☎377-1011 同所商品券事務局 (商工振興課)

市有地の売却に関する一般競争入札
千葉県庁総務部管財課及び地域振興事務所が配布する入札案内書または県ホームページをご覧ください。

売却物件 大野町4の2820の14

入札参加申込期間 12月20日(火)～1月5日(木)

入札執行日 1月26日(木)午後2時15分

問 ☎043-223-2078 同課財産管理室

クレマチス年間育成講座

NHK「趣味の園芸」講師 金子明人氏を迎え、クレマチスの育成講座を開催します。

日 2月22日・6月20日・11月7日 いずれも水曜日、午前10時～正午

場 里見公園

料 ¥3回4,000円

申 往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を書き、1月18日(水)必着で市川市緑の基金(〒272-0827 国府台3-9-1 里見公園内)

問 ☎318-5760 同基金

敬老祝金支給条例を一部改正
市川市敬老祝金支給条例の一部を改正したことにより、平成24年から77歳になる方への祝金の支給が廃止となります。(高齢者支援課)

個別相談のジョブサポートいちかわ
キャリア・カウンセラーが悩みをサポート。

日 火・金曜日の午後1時～3時 ※祝日・年末年始を除く

場 ジョブサポートいちかわ(ザタワーズイースト3階)

人 就職活動・仕事選び・応募書類・面接などに悩んでいる方

申 ☎704-4131 雇用労政課

消費生活相談

パソコンの請求画面が消えなくなった

Q 事例
パソコンで芸能情報を見ていた時、別のサイトが開きました。年齢確認の項目をクリックしたら、いきなり登録完了になり3日以内に98,000円を支払えとの請求と、期限をカウントダウンする画面が表示されました。電源を落としたが、翌日以降もパソコン画面から消えません。

A アドバイス
アダルト関連や無料サイトの検索などでそのような画面が開いてしまうケースが多く見られます。(対処は情報処理推進機構(IPA)のホームページ参照)
契約をするつもりがなく有料表示も無ければ支払い義務はなく、確認画面が無かった場合は錯誤無効の主張も可能です。興味本位で知らないサイトをクリックすることは避け、ウイルスソフトやフィルタリングなどの対策を取りましょう。

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

「少年自然の家」宿泊利用希望受け付け
平成24年度に宿泊利用を希望する方を募集します。

人 青少年育成団体、210人(引率者含む)

申 1月21日(土)～28日(土)に ☎337-0533 同施設 ※希望日が集中し調整がつかない日程は公開抽選。対象者には2月3日(金)までに連絡

日曜日窓口・水曜夜間の納税相談窓口開設
日曜日及び水曜夜間に、市税及び国民健康保険税の納税相談窓口を開設します。

日曜日窓口
1月から行徳支所の日曜日窓口は廃止となります。

日 1月22日・2月12日・3月11日、いずれも午前10時～午後3時

水曜夜間窓口
日 祝・休日を除く毎週水曜日、午後5時～8時

場 納税課 ☎334-1122 または1123、債権管理課 ☎334-1675、国民健康保険課 ☎704-0011、

「少年自然の家」宿泊利用希望受け付け
平成24年度に宿泊利用を希望する方を募集します。

人 青少年育成団体、210人(引率者含む)

申 1月21日(土)～28日(土)に ☎337-0533 同施設 ※希望日が集中し調整がつかない日程は公開抽選。対象者には2月3日(金)までに連絡

日曜日窓口・水曜夜間の納税相談窓口開設
日曜日及び水曜夜間に、市税及び国民健康保険税の納税相談窓口を開設します。

日曜日窓口
1月から行徳支所の日曜日窓口は廃止となります。

日 1月22日・2月12日・3月11日、いずれも午前10時～午後3時

水曜夜間窓口
日 祝・休日を除く毎週水曜日、午後5時～8時

場 納税課 ☎334-1122 または1123、債権管理課 ☎334-1675、国民健康保険課 ☎704-0011、

減きゆうマッサージ相談
日 1月27日(金)午後1時～4時

場 保健センター ☎337-6999 (飯作) (高齢者支援課)

相談
身体障害者相談員によるなんでも相談

日 12月21日(水)午前10時～午後3時

場 障害者地域生活支援センター ☎334-1168、FAX ☎335-2030 障害者支援課

視覚障害者点字講習会
日 1月26日(木)午前10時～正午

場 八幡市民談話室 ☎337-6999 (飯作) (障害者支援課)

講座・催し
税務課 ☎359-1115 (水曜夜間窓口のみ)

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 272-0138 南行徳1の21の1
TEL 3359-8785 FAX 3359-8761
TEL 377-4511 FAX 376-8831

高齢者インフルエンザ予防接種
1月31日(火)まで 契約医療機関

10月から公費(一部自己負担)で実施しています。65歳以上の方には予診票を個人通知していますので、届かない方はご連絡ください。ワクチンの入荷時期及び予約の有無は、直接医療機関へお問い合わせください。

●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)は、予診票を送付しますのでご連絡ください。
※上記の方のみが公費接種の対象です
¥自己負担分1,000円(1回のみ)※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 (疾病予防課)

お知らせ

うつの心配相談

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)
保健センター、南行徳保健センター
◆地域担当

自死遺族相談

精神保健福祉士が相談に応じます。(予約制)
保健センター
◆地域担当

赤ちゃん

発達相談

1月27日(金)／保健センター、6日(金)／南行徳保健センター、いずれも午前9時30分～正午
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
各希望会場

育児相談

身長・体重測定と授乳、離乳食、子育てなどの相談※保健センターと南行徳保健センターのみ歯科相談あり。ただし、★のついた日は「歯科相談」一測

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	1/12(木)	10:00～10:40	11:00～11:30	保健センター 南行徳保健センター
信篤公民館	1/19(木)			
市川公民館	1/26(木)			
保健センター	1/27(金)			
南行徳保健センター	1/6(金)		★	
	1/20(金)			

妊婦さんの食事教室

妊娠中のバランスの良い食事の話と試食。
2月27日(月)／南行徳保健センター、午後1時15分～3時
妊婦6～8カ月、40人
物筆記用具、母子手帳
¥1000程度
◆栄養担当

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。
1月18日(水)／保健センター、24日(火)／南行徳保健センター、いずれも午後1時～2時と午後2時25分～3時25分
4～6カ月の保護者、①先着25人②先着18人
◆地域担当

4カ月赤ちゃん講座
計測・育児や離乳食の話個別相談、お母さん同士の交流。
4カ月の乳児と保護者参加できなかった場合5カ月も可
物健康手帳問診票、パスポートなど
◆地域担当

3歳児健康診査
12月20日(火)ごろ、平成20年7月生まれの子に通知(4歳の誕生日以降は受診不可)。
1月11日(水)、25日(水)／保健センター、1月18日(水)、26日(木)／南行徳保健センター、いずれも午後1時～2時受け付け
◆地域担当

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。※母親・両親学級の重複受講不可
●母親学級(2回1コース)
2月13日(月)、20日(月)／南行徳保健センター、いずれも午後1時～4時※2回目には夫・祖父の参加も可
●初産で出産予定日が4～6月の妊婦50人
◆地域担当

1歳6カ月児健康診査
12月20日(火)ごろ、平成22年6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。
1月10日(火)、24日(火)／保健センター、1月17日(火)、31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
◆地域担当

1歳6カ月児健康診査
12月20日(火)ごろ、平成22年6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。
1月10日(火)、24日(火)／保健センター、1月17日(火)、31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
◆地域担当

生活習慣病予防講座
正しく知ろう! 糖尿病
1日目 2月3日(金)午後1時10分(受け付けは午後1時10分まで)～4時 / 「正しく知ろう! 糖尿病」「糖尿病を予防する食事のヒント」「家でもできる筋トレ・ストレッチ」ほか
2日目 10日(金)午前10時～午後1時30分 / 体験クッキング(実費500円程度)
※2日目のみの参加は不可
場 保健センター
人 市内在住・在勤の方、先着42人
申 電話で◆地域担当

保健推進員の訪問
子どもの生後3カ月過ぎに保健推進員が訪問し、育児相談や4カ月赤ちゃん講座を案内します。
◆地域担当

妊婦歯科健診
歯科健診・唾液検査・ブラッシング指導
1月13日(金)／保健センター、1月12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
◆歯科担当

歯と口の健康相談
要介護者などで通院困難な方のために、歯科医師が自宅に訪問して相談に応じます。
1回のみの無料(2回目以降は有料)
TEL 332-0187 市川市歯科医師会口腔サポートセンター

歯のイキイキ相談
歯科衛生士による歯の相談
1月27日(金)／保健センター、1月6日(金)／南行徳保健センター、いずれも午後1時～3時
◆歯科担当

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日まで過ぎず市町村へ確認をし、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。
◆地域担当

1歳6カ月児健康診査
12月20日(火)ごろ、平成22年6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。
1月10日(火)、24日(火)／保健センター、1月17日(火)、31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
◆地域担当

両親学級
2月5日(日)／保健センター(50組)、2月18日(土)／南行徳保健センター(45組)、いずれも午後1時～4時10分
●初産で出産予定日が4～6月の妊婦とその夫
●往復はがきに「2月両親学級希望」、希望会場、夫婦の氏名(ふりがな)、年齢、住所、電話番号、出産予定日、返信用のあて先を書き、1月1日(日)～16日(月)必着で希望会場の母子保健担当へ。応募多数の場合は抽選をし、結果は1月下旬にはがきで通知。
◆地域担当

歯のイキイキ相談
歯科衛生士による歯の相談
1月27日(金)／保健センター、1月6日(金)／南行徳保健センター、いずれも午後1時～3時
◆歯科担当

歯と口の健康相談
要介護者などで通院困難な方のために、歯科医師が自宅に訪問して相談に応じます。
1回のみの無料(2回目以降は有料)
TEL 332-0187 市川市歯科医師会口腔サポートセンター

歯のイキイキ相談
歯科衛生士による歯の相談
1月27日(金)／保健センター、1月6日(金)／南行徳保健センター、いずれも午後1時～3時
◆歯科担当