

精神科医師 坂元薫氏に学ぶ うつ病の予防・ 治療・対応法



こころの健康市民講座

平成10年より自殺により尊い命を亡くす方が増加しています。その原因は、うつ病等を含む健康問題など、様々な因子が複雑に絡み合っています。今回は、自殺対策の二環として、うつ病予防法や治療法、また悩んでいる方への接し方を学びます。

●9月8日(土)午後1時15分～3時(受け付けは午後0時45分)
場 文化会館

お知らせ

子どもの医療費助成

助成対象者 0歳～中学校3年生
中学生は平成23年4月1日より開始)
自己負担金 入院1日3000円、通院1回3000円、調剤無料
所得制限 小学生以上は、保護者の所得制限があります。
助成額 健康保険適用分の医療費等から自己負担金を差し引いた額
0歳～小学校3年生：助成対象者には受給券を送付します。医療機関等の窓口で健康保険証と受給券を提示することで自己負担金のみの支払いとなります。

「いちかわ子育て応援サイト」愛称募集

小学校4年生～中学校3年生：医療機関等の領収書やその他の必要な書類を添付し、市の窓口で申請(郵送可)。後日、助成額を保護者名義の口座に振り込みます。なお、申請期間は医療費の支払いから2年後の月末までとなります。(こども福祉課)

●市内在住・在勤・在学の方、400人
●377-4511健康支援課
●愛称(未発表のもの)・愛称のコンセプト・由来住所氏名年齢・電話番号を書き、7月22日(日)まで(消印有効)にはがきまたはFAXで、子育て支援課(〒272-0850)※住所不要 FAX336-8098。選考は各施設での市民投票やeモニターによる投票などを参考に決定。採用作品の作者へは、9月頃に連絡します。
●334-1177同課
●県立特別支援学校
●市川大野高等学校 体育施設開放
●市内在住者を中心とした団体に体育施設(グラウンド・サッカー・女子フットベースボール、体育館・バスケットボール、剣道、空手道)を開放します。
●同学校のWebサイトか 303-8011 (スポーツ課)

●特別障害者手当制度、特別障害者手当の支給制限
特別障害者手当は、在宅の20歳以上で2つ以上の障害が重複または重度の障害の状態にあるため、特別の介護を必要とする方を対象に支給される制度(指定診断書等による審査有)です。
●特別障害者手当は、施設入所者(通所は除く)、病院などに3か月を超えて入院している方は支給対象外です。
●704-0072障害者支援課

●高年齢者やさしい住環境づくり
●7月18日(水)午後1時30分～3時30分
場 医師会館(真間1の9の10)
●320-3105大洲在宅介護支援センター
●認知症サポーター養成講座
●認知症を正しく理解したサポーターになりませんか
●7月18日(水)午後2時～3時30分
場 大野ふれあい館
●336-6595市川あさひ荘在宅介護支援センター
●認知症を学び、地域で支えよう
●7月11日(水)午前10時～正午
場 西部公民館
●373-6539国府台在宅介護支援センター
●認知症に対する心構えをつくろう
●7月28日(土)午後1時30分～3時
場 信篤公民館

●いきいき健康マージャン
健康マージャンを通して、市民交流ができる大会です。
●8月1日(水)午前11時30分～午後5時
場 男女共同参画センター
●先着80人
●5000円
●往復はがきに住所氏名電話番号・返信用のあて先を書き、7月13日(金)までに健康麻將全国会市川支部(〒272-0034市川1の4の10ダイエー市川店9階)
●09-060157947同協会(安井) ボランティア・NPO課

●特別支援教育推進のための研修会
黒川君江氏
「それぞれの立場から支える特別支援教育」笑顔を増やすために
●8月21日(火)午後1時30分～4時45分
場 メリアパーク市川2階クリスタル
●先着50人
●8月10日(金)までに336-8047指導課
●日本語ボランティア養成講座
地域在住の外国人に日本語を教えてみませんか。
●9月1日～12月22日毎週土曜日全15回(祝日を除く)、午後1時30分～3時30分
場 勤労福祉センター
●抽選で30人

●八幡市民相談室
第3期(10～12月)
「文化の広場」使用者
八幡市民談話室「文化の広場」で作品展示を希望する個人、団体を募集。展示専用のスペースではないため、設備が十分ではありません。搬出入、設営および展示中の監視は使用者で。
●展示期間(搬出入を含む)
①10月8日(祝)～14日(日) ②15日(月)～21日(日) ③22日(祝)

●過半数が市内在住・在勤・在学者の文化活動団体または個人※応募多数の場合抽選
●展示内容、希望する展示期間(番号(第3希望まで)、団体名、連絡先(住所・担当者氏名、電話番号)を記載した文書、団体名簿(住所氏名記載)を7月17日(火)必着で郵送(〒272-0023)南八幡4の2の5いちかわ情報プラザ2階または持参で文化振興課。結果は7月末までに決定者に文書にて通知。
●300-8020同課

●「水木邸で作品を詠む」
水木邸で短歌俳句を作ってみませんか。作品は手紙文学賞へ応募できます。
●7月14日(土)午後2時～3時
●30人(文学プラザまで要電話申込)
●応募・問い合わせ先
330-3354文学プラザ

平成24年度 胃がん集団検診 (バリウム検査)

●8・9月生まれで40歳以上の方(勤務先で受診可能な方、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)
●500円(70歳以上の方、千葉県後期高齢者医療被保険者、及び非課税世帯者は無料)
●胃がん検診受診券
●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・希望日程を書き保健センター(〒272-0023南八幡4-18-8)※過去2年間に受診されたことがある方は、受診券を発送しますので申し込み不要。
●377-4511疾病予防課健診担当
●受付時間 男性=午前9時15分～9時30分、女性=午前10時～11時(※☆のついた日の女性は午前9時15分～10時30分)
●検診の終了時間は正午を過ぎる場合もあります。

月	日	会場
8月	1日(水)	菅野公民館
	☆3日(金)	行徳公民館新館(女性のみ)
	☆4日(土)	保健センター
	6日(月)	曾谷公民館
	☆10日(金)	南行徳保健センター(女性のみ)
	18日(土)	南行徳保健センター
9月	☆20日(月)	保健センター
	21日(火)	スポーツセンター(国府台市民体育館)
	22日(水)	急病診療所(大洲防災公園内)
	27日(月)	リハビリテーション病院
	29日(水)	信篤公民館
8月	30日(木)	東部公民館
	3日(月)	曾谷公民館
	10日(月)	行徳公民館新館(行徳図書館1階)
	19日(水)	南行徳保健センター
	☆21日(金)	急病診療所(大洲防災公園内)
24日(月)	リハビリテーション病院	

●賞
一般の部(3部門共通)
大賞(各部門1点)、秀逸(各部門2点)、佳作(各部門3点)、入選(各部門94点)
子どもの部(3部門共通)
入選者には作品集を贈呈
●発表
12月に入賞・入選者に文書にて通知
●その他
著作権は本人に帰属。ただし、市がその作品を使用する場合、その使用を承諾したものとします。入賞入選作品については、事前に通知後、発表のために、作者名、学校名および学年(子どもの部のみ)、都道府県・市区町村名(市内在住者は町名まで)を公表します。応募要項を必ず確認の上、応募ください。

●賞
一般の部(3部門共通)
大賞(各部門1点)、秀逸(各部門2点)、佳作(各部門3点)、入選(各部門94点)
子どもの部(3部門共通)
入選者には作品集を贈呈
●発表
12月に入賞・入選者に文書にて通知
●その他
著作権は本人に帰属。ただし、市がその作品を使用する場合、その使用を承諾したものとします。入賞入選作品については、事前に通知後、発表のために、作者名、学校名および学年(子どもの部のみ)、都道府県・市区町村名(市内在住者は町名まで)を公表します。応募要項を必ず確認の上、応募ください。

●賞
一般の部(3部門共通)
大賞(各部門1点)、秀逸(各部門2点)、佳作(各部門3点)、入選(各部門94点)
子どもの部(3部門共通)
入選者には作品集を贈呈
●発表
12月に入賞・入選者に文書にて通知
●その他
著作権は本人に帰属。ただし、市がその作品を使用する場合、その使用を承諾したものとします。入賞入選作品については、事前に通知後、発表のために、作者名、学校名および学年(子どもの部のみ)、都道府県・市区町村名(市内在住者は町名まで)を公表します。応募要項を必ず確認の上、応募ください。

市民の広場

このコーナーは1週号に掲載しています。

このコーナーは、「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

催したのしもう

イベント

- 宮沢賢治のアニメ映画三話/7月7日(土)午前10時～午後3時(2回)/市民会館/800円/市川親と子のよい映画をみる会/☎090-4727-7759小泉
- ジャズサロンコンサート/7月8日(日)午後1時～3時30分/南行徳市民談話室/1,000円(パーティー代含む)/行徳ペンフレンドクラブ/☎396-3575吉原
- グループ四季彩展/7月9日(月)～12日(木)午前10時～午後5時(初日は午前11時から、最終日は午後4時30分まで)/八幡市民談話室/同会/☎326-7285菅野
- ナジさんの手作りパン教室/7月12日(木)午前9時30分～午後1時/大野公民館/2,500円/☎090-4969-5575長久保
- 子育て応援メッセージ開催/7月13日(金)～14日(土)午前10時～午後3時/ニッケコルトンプラザ/同実行委員会/☎080-3389-8117幸前
- 貝原益軒の養生訓を読む/7月14日(土)午前10時～正午/中央公民館/1,000円/新樹アカデミー/☎334-0433石井(夜間)
- 現代墨彩画展/7月15日(日)～22日(日)午前10時～午後5時30分(初日は午後1時から、最終日は午後4時まで)/文化会館/芳香社/☎359-8065萩庭
- リコーダーコンサート/7月16日(祝)午後2時～4時/行徳文化ホールI&II/2,000円/オカリナヴェントII/☎090-1050-9121境
- 第4回 市川水彩同好会展/7月17日(火)～22日(日)午前10時～午後5時(初日は正午から、最終日は午後4時まで)/八幡市民談話室/同会/☎326-2005工藤(夜間)
- 家族SST心の病への理解/7月19日(木)午後1時30分～4時30分/八幡市民談話室/500円/心の健康を守る会家族会松の木会/☎377-1101市川健康福祉センター(昼間)
- ふれ愛サマーコンサート/7月20日(金)午後2時～4時/男女共同参画センター/ナルク市川/☎334-0028柴田
- ジョイントコーラス'12/7月22日(日)午後2時～4時30分/文化会館/市川市合唱連盟/☎334-7832酒井

- 食と健康・予防医学講演会/7月22日(日)午後2時～4時30分/文化会館/1,000円/Re-いちかわ/☎372-1961庄司
- 東彩水彩画展/7月23日(月)～26日(木)午前9時～午後6時/八幡市民談話室/同会/☎337-4531竹田
- 第32回夏休みおはなし会/7月25日(水)午後2時～3時/市川駅南公民館/ぐるーぷいざり火/☎090-4013-3652林
- 第3回 油絵獅子友会展/7月27日(金)～29日(日)午前10時～午後7時/八幡市民談話室/油絵獅子友会/☎339-4324鈴木
- 夏休み子ども囲碁教室/7月27日～8月31日の毎週金曜日(8月17日を除く全5回)午後1時30分～4時/市川教育会館維持財団/376-0770久保田(昼間)
- スイカ大会(参加自由)/7月29日(日)午前9時～正午/じゅんさい池緑地/大人500円※小学生以下無料/じゅんさい池健歩・健走クラブ/☎371-0083河野(夜間)
- 第九回「ウィズ」公演/7月29日(日)午後1時30分～4時/メディアパーク市川2階グリーンスタジオ/同会/☎333-0963堀(夜間)
- 絵の会・公孫樹水彩画展/7月31日(火)～8月4日(土)午前10時～午後5時(初日は午前11時から、最終日は午後4時まで)/八幡市民談話室/絵の会・公孫樹/☎332-0868東尾(昼間)
- 「新・魔女パンパ」公演/7月31日(火)1回目午後2時～、2回目午後6時～/文化会館/1,500円/本八幡子どもミュージカル/☎080-5009-0361笠井
- 互井さんの夏のトンボ教室/8月4日(土)午前10時～午後2時/行徳野鳥観察舎/200円/東葛しぜん観察会/☎343-6022田中
- 2012年原爆の絵展/8月5日(日)～6日(月)午前10時～午後6時/八幡市民談話室/市川原爆の絵展実行委員会/☎370-9646市川
- バザー提供品募集します/8月26日(日)午前10時～午後2時/勤労福祉センター分館/日本てんかん協会千葉県支部/☎090-3047-6501永島
- 森に親しむ講座/9月20日～12月6日の木曜日室内午前10時～正午、野外午前10時～午後2時/市民会館/講座全6回で5,000円/千葉県森林インストラクター会/☎444-8272高野

仲やってみよう

仲間募集～趣味・交流

語学・教育

- 英会話(子供連れ可)/月2回第2・4土曜日および毎週火曜日午前10時30分～正午/信篤公民館/1回1,000円/マミーズ・イングリッシュ/☎080-5428-8075高田
- 英会話・TOEIC/不定期月・土曜日午前10時～午後3時/八幡市民談話室他(ホームページ要確認)/1回350円/好きなだけ英語会千葉/☎090-2172-7750大道(夜間)
- 中文学習入門以上上級未満/月3回日曜日午後1時30分～4時/市川公民館/月4,000円/中国語研修会/☎374-3703宮崎
- 中級英会話(米国人講師)/月4回土曜日午後6時～9時/文化会館/月4,000円/市川中級英会話/☎372-5538榎本
- 英会話(初中級)/月3回第2・3・4水曜日午前

10時～11時30分/信篤公民館/月3,000円/シントク英会話/☎090-4907-9565田辺(昼間)

スポーツ・健康

- ヨガ(健康体操)/毎週水曜日午後6時30分～7時50分/本八幡ふれあい館/月2,000円/健康ヨガの会/☎090-9247-9232山本
- ヨガ/月4回木曜日午前10時～11時30分/アイリンクルーム/月2,000円/サプナヨガの会/☎080-1357-9308栗原
- フットサル(6～12歳)/毎週日曜日他午後6時～7時40分/富貴島小学校/年会費12,000円/日曜フットサルクラブ/☎080-2024-8012横田(夜間)
- 空手/月4回日曜日午前9時30分～午後0時45分/市川公民館/年会費3,000円、月2,000円/市川空手サークル/☎090-6179-7999鈴木(夜間)
- バドミントン/月3回木曜日午後1時～4時/東部公民館/1回500円/富貴島クラブ/☎333-3311井元(夜間)
- ヨガ/月4回金曜日午前10時15分～正午/東部公民館/月3,000円/ヨガサークル「菫の会」/☎338-2616高桑
- 中高年ストレッチ体操/月3回金曜日午後7時～8時30分/信篤公民館/月2,000円/ストレッチ体操/☎328-5357磯貝(夜間)
- リズム体操 シニア/月4回水曜日午前11時～午後0時30分/行徳ふれあい館/月3,000円/トータルフィットネス/☎090-4055-4951上田(夜間)
- 楊名時健康太極拳/月4回木曜日午前10時～11時30分/新井地域ふれあい館/月1,500円/同心会/☎395-7384森川(昼間)

舞踊・ダンス

- 社交ダンス(初心者)/月4回木曜日午後2時～4時/本八幡地域ふれあい館/入会金1,000円、月3,000円/エミーダンス/☎373-5244安納(夜間)
- 社交ダンス/月4回木曜日午後7時～9時/勤労福祉センター分館/月3,500円/ダンスサークル愛/☎090-5523-2292鈴木
- 社交ダンス/毎週木曜日午後1時～3時30分/市川公民館/入会金1,000円、月3,000円/ファインダンス・サークル/☎325-0504平井(夜間)
- フォークダンス/月3回第1・2・4木曜日午後1時～3時/大洲いざいセンター/4か月3,000円/大洲フォークダンス/☎373-3663古屋(夜間)
- 独・ペア・グループで練習/月4回水曜日午後1時10分～3時/国府台体育館/1回500円、月1,000円/踊友会/☎090-4435-2245兼山
- 社交ダンス(主に初級)/毎週月曜日午前9時30分～11時/行徳公民館/1回1,000円/ヒスイダンス/☎396-5229向井(夜間)
- ストレッチ&ステップ/月2回第1・3月曜日午前10時～正午/菅谷公民館/1回1,000円、別途使用料/しなやかストレッチ/☎372-6705石橋

音楽・芸能

- リトミック(1歳～3歳)/月3回金曜日午前10時～11時/南行徳公民館/月2,500円/ぼこあ・ぼこ/☎356-1250前田
- ハーモニカ合奏初級・中級/月2回第1・3木曜日午後1時30分～3時30分/鬼高公民館/入会金1,000円、月1,500円/ローズハーモニカクラブ/☎

- 372-7954大木(夜間)
- 英語で懐かしい歌を歌う/月2回第1・3金曜日午後2時30分～4時/市川公民館/1回1,300円/ポピュラーソングの会/☎324-4912吉田(夜間)
- コーラス/月4回日曜日午後6時30分～8時30分/市川公民館/入会金1,000円、月3,000円/市川市民合唱団/☎374-0705福満(昼間)
- コーラス/月4回土曜日午後7時～9時/大野公民館/月4,000円/大野混声合唱団/☎371-5356横手
- 詩吟(初心者歓迎)/月2回第2・4水曜日午後1時30分～4時30分/宮田地域ふれあい館/月2,000円/吟声会/☎322-2446浮谷
- 親子リトミック(1歳～)/月3回水曜日午前10時～10時40分/菅谷公民館/月2,500円/リトミックエミール/☎090-8641-4881剣持
- カラオケレッスン(60歳上)/月3回月曜日午後0時30分～4時30分/幸公民館/月500円/カラオケほほえみ会/☎395-7955ソジタ
- 子どものリトミック3歳～/月3回月曜日午後3時～3時40分/菅谷公民館/月3,000円/リズムック/☎372-5686嶋野
- 詩吟(年齢、経験問わず)/月4回水曜日午後1時～4時/市川駅南公民館/月3,000円/皓月会/☎322-4556牧野(夜間)

書道・絵画

- 絵画(水彩他)、プログ有/月2回第2・4土曜日午前9時～正午/信篤公民館/入会金1,500円、月2,500円/描くって楽しいみずいろの会/☎090-2768-1396高田
- 水彩画・油絵の研修/月2回第2・4土曜日午後1時～5時/市川駅南公民館/入会金3,000円、月2,500円/スケッチブックの会/☎378-6035中原(昼間)
- 水彩画教室/月2回第1・3木曜日午後1時～4時/中央公民館/入会金3,000円、月4,000円/彩友会/☎090-6504-2713小池(昼間)

その他

- 囲碁級位者女性大歓迎/毎週土曜日午後0時30分～5時/市川駅南公民館/入会金1,000円、月500円/駅南囲碁クラブ/☎334-3765峯山(夜間)
- 絵手紙/月1回第3金曜日午後2時～4時/市川公民館/入会金1,000円、月1,100円/絵手紙風の会/☎398-3155高橋
- 陶芸(見学自由・若干名)/月2回第2・4木曜日午前10時～午後1時/市川駅南公民館/入会金3,000円、月2,000円/駅南陶芸クラブ/☎378-0376矢作(夜間)
- 将棋/毎週土曜日午前9時～午後3時/西部公民館/月1,000円/西部将棋同好会/☎373-0219竹田
- 親子リズム(0歳～55歳)/月4回金曜日午前10時30分～午後0時30分/菅野公民館/月900円、運営費100円/新婦人赤ちゃん親子リズム/☎080-5496-9607松山
- 生活に役立つパソコン/毎週木曜日午後1時～2時30分/南行徳公民館/月3,000円/パソコンサークル「あっと・ママ」/☎357-2660田中

1...1%支援制度の支援対象事業

いちかわ文芸

川柳

岡本 公夫 選

寝言聴き今日の一日思い遣り
田尻 赤川 洵子

デート中動いた視線見のがさず
福栄 荒木 裕子

口下手がおしゃべり仲間とりまどめ
福栄 松井 照子

絆とは瓦礫拒否するほど知り
本行徳 矢吹 久子

孤独死の屍ならぶ東京砂漠
奉免町 小田中準一

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日
締め切り日現在で、直近の掲載号への応募作品とします。

俳句	川柳	短歌	締め切り日(必着)	掲載日
9月20日(木)	8月20日(月)	7月20日(金)	9月1日	9月1日
11月3日	10月6日	9月1日	9月6日	9月6日

はがき等の用紙に、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(〒272-8501※住所不要)で広報広聴課
☎334-1106 同課

平成23年度いちかわ文芸年間賞決定

本紙で掲載している「いちかわ文芸」の平成23年度年間賞が決まりました。年間賞は、選者が一年間の最優秀作品を選び、表彰するものです。平成23年度は俳句759句、短歌522首、川柳601句と1,882作品の応募があり、下記の8作品が受賞しました。(広報広聴課)

俳句

被災地にはやぶさき走り初夏の風
小田中準一 (湖上 千津選)

秋天や御霊も燥ぐ荒神輿
峰崎 成規 (能村 研三選)

なめすこと大海原の初明り
大熊 正子 (山崎 靖子選)

短歌

街を行く乙女の素足眩しかり
梅雨に入りたる薄ら陽の中
秋本 和子 (安田 恭子選)

夏の日の過ぐる静かさ一輪車
乗る兎の影は入り日に伸びて
柳館 和彦 (日高 堯子選)

八十歳越えしわが身を励まして
パソコン教室に再び学ぶ
林田美奈子 (神作 光一選)

川柳

エーモアは渡る世間の潤滑油
小田中準一 (原 光生選)

着付け中なんと素直な反抗期
松井 照子 (岡本 公夫選)