

健康スポーツ教室

平成28年度第1期健康スポーツ教室の参加者を募集します。日頃の運動不足を解消し、リフレッシュしませんか。運動に自信のない方でも参加できます。

日4月8日(金)～7月28日(木)、各教室45分間×15回
市内在住で期間中、継続して参加可能な方(複数教室参加可、子ども連れの参加不可)、各教室抽選で40人
¥1教室3,000円(15回分、事前一括納付)

会場	教室名	開催日	開始時間
信篤市民体育館	ボディコンディショニング教室	毎週金曜日	午前9時
	初級者のエアロビクスダンス教室		午前10時
	初心者のヨガ教室		午前11時
塩浜市民体育館	初級者のエアロビクスダンス教室	毎週火曜日	午前9時
	ストレッチ教室		午前10時
	ボディメイクエクササイズ教室	毎週木曜日	午後1時
	ベーシックマツピラティス教室		午後2時
	骨・コズストレッチ教室	毎週金曜日	午前11時
	リズム体操教室		正午

※往復はがきが必要事項(6面上段参照)と会場、教室を第3希望まで書き(はがき1枚につき当選は1教室)、3月15日(火)必着で国府台市民体育館(〒272-0827国府台1-6-4)または、各会場にある申請書に返信用のはがきを添付して申し込み(定員に空きが出た場合は落選者に連絡します)

問 ☎373-3112スポーツ課



▲軽い有酸素運動で心肺機能を高める「初級者のエアロビクスダンス教室」

子ども・教育

お知らせ

1歳6カ月児健康診査
回場 ①4月5日(火)・19日(火)／保健センター②4月12日(火)・26日(火)／南行徳保健センターいずれも受け付けは午後1時～2時
平成26年9月生まれの子に3月中旬ごろ個別通知を送る

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でください。

※内科健診は、契約医療機関で個別に行います。2歳の誕生日以降は受診できません。
問 ☎377-4511 保健センター
☎359-8785 南行徳保健センター

3歳児健康診査

回場 ①4月6日(水)・20日(水)／保健センター②4月13日(水)・27日(水)／南行徳保健センターいずれも受け付けは午後1時～2時
平成24年10月生まれの子に3月中旬ごろ個別通知を送る※4歳の誕生日以降は受診できません。
問 ☎377-4511 保健センター
☎359-8785 南行徳保健センター

離乳食教室

離乳食の進め方の話と実演、試食。1日2回同じ内容で実施。
◆離乳食教室(1回食)
日 ①4月8日(金)②4月7日(木)

4～6カ月児の保護者

離乳食教室(2回食)

日 ①4月14日(木)②4月15日(金)
7・8カ月児の保護者

会場	日程	受付時間	申し込み
保健センター	4月22日(金)	〈相談あり〉 10:00～10:40	保健センター ☎377-4511
市川公民館	4月28日(木)	〈測定のみ〉 11:00～11:30	南行徳保健センター ☎359-8785
南行徳保健センター	4月 8日(金)		
行徳公民館	4月22日(金)		

※市川公民館はベビーカーでの来所はご遠慮ください。大野公民館と信篤公民館は奇数月のみ開催。
◆歯みがきレッスン(年齢別)
歯みがきチェック
問 ☎377-4511 保健センター
☎359-8785 南行徳保健センター

歯みがきチェック

対象	日程・受付時間	
	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	4月 6日(水) 午前10時	4月13日(水) 午前10時
	4月20日(水) 午前10時	4月27日(水) 午前10時
2歳児(2歳6カ月～3歳未満児)歯みがきとぶくぶくがいの練習	4月14日(木) 午前10時・11時	4月15日(金) 午前10時・11時
	4月14日(木) 午後3時	4月15日(金) 午後3時

回場 4月28日(木)／保健センター
日 4月21日(木)／南行徳保健センター

講座・催し

4カ月あかちゃん講座

計測 育児や離乳食の話 個別相談 お母さん同士の交流。
4カ月の乳児とその保護者
※予約不要。市川公民館はベビーカーでの来所はご遠慮ください。

新田こども館が休館

施設内修繕などにより休館します。
日 3月29日(火)～31日(木)
問 ☎320-3337 中央こども館

センター、いずれも午後1時20分～2時20分
申 ☎377-4511 保健センター
◆歯科担当

発達相談

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の個別相談など。
日 4月13日(水)／保健センター
日 4月8日(金)／南行徳保健センター、いずれも午前中
人乳幼児とその保護者
申 ☎377-4511 保健センター
☎359-8785 南行徳保健センター

ファミリー・サポート・センター協力会員の募集

生後2カ月～小学校6年生までの子どもの預かりや送迎を手伝う協力会員として、祖父母世代の方、子育てが一段落した方など、たくさんの方が活躍しています。協力会員になるには入会説明会と研修会に参加してください。

活動例

- 残業や妊娠中の保護者に代わり、保育園への送り迎えや預かり
- 保護者が病気のときやリフレッシュのための預かりなど

お礼

月～金曜日の午前7時～午後8時＝500円／1時間
上記以外の時間、土・日曜日、祝日、年末年始＝600円／1時間
問 ☎377-5503 同センター大洲本部、☎701-2321 同センター妙典支部(子育て支援課)

求人

公立保育園の①保育士

②調理員 ③保育パート
資格人数 ①保育士証取得済み(または取得見込み)の方、10人
②調理師または栄養士免許取得済み(または取得見込み)の方、集団給食施設での調理実務経験がある方、10人
③自身の子育て経験がある方、10人
雇用期間 ①～③いずれも平成29年3月31日まで(更新の可能性あり)
時給 ①1,350円 ②1,230円 ③990円
申 ☎711-7098 同センター施設運営課に電話後、履歴書及び資格証の写しを持参

健康・福祉

お知らせ

歯のイキイキ相談
歯科衛生士による歯の相談。
回場 4月22日(金)／保健センター
日 4月8日(金)／南行徳保健センター、いずれも午後1時～3時
申 ☎377-4511 保健センター
◆歯科担当

さい。参加できなかった場合5カ月の乳児も可。
問 ☎377-4511 保健センター
☎359-8785 南行徳保健センター

会場	日程	受付時間
大野公民館	4月 7日(木)	13:15～13:45
南行徳保健センター	4月 8日(金)	
信篤公民館	4月14日(木)	
妙典子育て支援センター	4月15日(金)	9:40～10:00
行徳公民館	4月22日(金)	13:15～13:45
保健センター	4月22日(金)	
市川公民館	4月28日(木)	

募集

平成28年度市奨学生

1 次の全てにあてはまる方、135人程度。①平成28年4月に高校・高専に在学または入学予定②市内に住所を有する③学力優良 品行方正で成業の見込みがある(学力は全教科を平均して5段階評価で3以上)④経済的な理由で修学が困難(収入の目安として4人世帯で約550万円以下)⑤他から奨学資金の支給交付を受けていない
⑥在学の学校長の推薦がある
支給期間 1年間(予算の範囲内で支給するため、応募資格を満たしていても支給できない場合があります)
支給金額 国公立／月額9,000円、私立／月額15,000円
〔大畑窓教育基金について〕
市奨学資金は、大畑窓教育基金と市費を財源としています。同基金は信篤小学校の初代校長を務めた大畑窓氏の遺言により市の児童生徒の教育援助を行うために寄付された遺産を基に設立されました。
申 申請書及び必要書類を3月31日(木)までに就学支援課(南八幡仮設庁舎。郵送不可。問 ☎704-0256 同課

心の健康を保つために

心の病気とは、日常生活などでのストレスをうまく解消できず、「不眠」「食事がおいしくない」「憂うつ」などにより身体や心の疲れがたまり、日常生活を送ることが困難になる状態のことです。心の病気による変化は、本人が気づかないことが多いため、周囲の人による発見やサポートが大切です。

◆次のことが当てはまる方が周りにいませんか

○表情が暗くなった ○急にやせた、太った ○髪型や服装など身なりが乱れてきた ○感情の変化が激しくなった ○ひとりになったがる ○不満、トラブルが増えた ○遅刻や休みが増えた ○ぼんやりしていることが多い

◆こころの体温計

心の状態をチェックするためのメンタルヘルスチェックシステムです。市公式Webサイトで利用でき、「家族モード」を使うと本人だけでなく周囲の方によるチェックも行えます。

◆うつ心の心配相談

精神保健福祉士と保健師によるうつの心配相談を行っています。ストレスで困っている方に紹介してください。

☎377・4511保健センター、☎359・8785南行徳保健センター（健康支援課）

◆介護老人保健施設ゆうゆうを民営化

これまで市が運営してきた介護老人保健施設ゆうゆうは、4月1日(金)から公益社団法人地域医療振興協会が運営します。これに伴い、名称が「介護老人保健施設市川ゆうゆう」に変更されます。なお、現在施設を利用されている方は引き続き利用できます。民営化後の利用申し込み、利用料金などについては、33819100同協会市川ゆうゆう開設準備室へ問い合わせください。

 講座・催し

高齢者サポートセンターの講座
◆認知症の方の世界を理解しよう

日 3月16日(水)午後1時30分～
3時
場 大野公民館

こころの体温計で
ストレス度を
チェック

高

ストレ
低

スレ
伝

ストレス度が低い場合の例

ストレス度が高い場合の例

募集

シルバー人材センター
入会説明会

シルバー人材センターに入会して行政、企業、家庭などで働きませんか。入会希望者は、次のいずれかの説明会を受講してください。

日時	会場
3月16日(水) 午後2時	ダイエー市川店11 階(市川一の4の10)
3月22日(火) 午後2時	中央公民館
3月23日(水) 午前10時	行徳公民館
4月6日(水) 午後2時	ダイエー市川店11 階(市川一の4の10)
4月11日(月) 午後2時	中央公民館
4月13日(水) 午後2時	行徳公民館

人市内に在住で60歳以上または平成28年度内に60歳を迎える、健康で働く意欲のある方
申各回前日までに☎3326・7000同センター

声の広報

點字廣告

広報いちかわを抜粋して音声(テープ)や点字にしたものを、視覚障害があり障害者手帳1・2級を持つ希望者へ送付しています。新規に希望する方は連絡してください。声の広報、点字広報は、中央図書館、行徳図書館でも視聴・閲覧ができます。

◎広報いちかわは、毎月第1・3土曜日発行。新聞折り込みでお届けする他、市内各駅の広報スタンドや公共施設などで配布しています。また、市公式Webサイト、スマートフォン・タブレット端末用アプリ「広報紙」でも読むことができます。

問 ☎ 334-1106 広報広聴課

歴史と文化の散歩道

異文化の視点から気づく

市川の魅力

近年、増加している外国人観光客は、私たちが何気なく通り過ぎている風景に興味を持つことも多いよう

の日本庭園建設のための協力依頼を受け、市川造園建設業協同組合とともに協力してきました。

同市の副市長と職員が訪日した際に、万葉植物園にお連れしました。一行は園内の散策を楽しみながら多くの質問をされ、市民が日本文化に触れられる庭園建設の決意を新たにしていました。このとき、池を泳ぐニシキゴイを飽きることなく眺めていたのが印象に残っています。

（1716336）からこの地に
住み、近代以降に文房具店と
「清華堂」という書店を営ん
でいた石井家の建物であった
清華園では、木造瓦葺2階建
の建物を熱心に眺め、畳に
座りその感触を楽しむ方もい
ます。

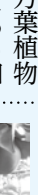
そのイッシー・レ・ムリノー
市の日本庭園で3月26日に
オープニングセレモニーが行
われます。本庭園はイッシー・
レ・ムリノー市民の憩いの場と
なり、両市の絆の象徴となる
ことでしょう。

異文化の視点から眺める

と、この他にも、いろいろな場所です。あるとき、「市川の梨」の魅力を紹介するために梨農園に外国人をお連れしたところ、収穫作業と出荷準備体験で梨の選別作業に夢中になり、なかなかその場を去りたがらなかったことがありました。

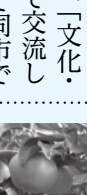
（国際交流課 矢島はるな）

最後のスポットは万葉植物園です。大野緑地内にある和風庭園で万葉集に詠まれている植物が和歌とともに展示されています。



デーナ市の

本市は平成24年にフランスのイッシー・レ・ムリノー市とパートナーシティを締結しました。以来、「ICT施策」、「花と緑の街施策」、「文化・芸術」の3つの分野で交流しており、この「環」として同市で



▲梨農園を見学する米国ガ



▲梨農園を見学する米国ガーデナ市の 青少年代表団