

「子育てが辛い」のはなぜ 最新科学から読み解く ヒトの子育て

講演会 参加者募集

「出産後イライラしてばかり」「育児が思うようにならない」と悩む子育て中の方、対処法のヒントを見つけに来ませんか。

日 11月18日(金)午前10時30分～正午
講 明和政子氏(京都大学大学院教授)
場 メディアパーク市川グリーンスタジアム
人 市内在住・在勤で主に乳幼児期の子どもの保護者、先着250人
申 10月17日(月)午前9時から ☎711-0679 子育て支援課

講師の明和氏はテレビ出演や子育て雑誌の監修など多方面で活躍中。



子ども・教育 お知らせ

母と子のメンタル相談

出産後、落ち込みが激しいなどの心配のある方の個別相談。

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

※往復はがきの場合に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。

日 11月21日(月) ①午後2時②午後3時
場 保健センター
人 乳幼児を持つ保護者
申 ☎377-4511 保健センター

妊婦・新生児・1～2カ月児訪問
妊婦訪問 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き、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、市に戻ってから1～2カ月児訪問をご利用ください。

☎1377-4511 保健センター
☎3359-8785 南行徳保健センター

講座・催し

プレ親学級 (両親学級・母親学級)

赤ちゃんの育児、沐浴実習、妊婦体験などを行います。(全日程同一内容)

日 12月9日(金)・11日(日) 午前9時45分～午後0時30分
場 保健センター② 12月17日(土)・19日(月) 午後1時～3時45分
場 南行徳保健センター

初産で出産予定日が平成29年2～4月の妊婦とその夫、各日程先着45組(1人での参加も可。どちらか一人の場合は祖母一人まで同伴可)

申 11月1日(火)～15日(火)に ☎377-4511 保健センター、☎3359-8785 南行徳保健センター

ミニミニミュージアム

木の玉プールや回転する運動遊具サイバーホールなど、五感を刺激する遊びがいっぱい。

日時	開場
10月22日(土) 23日(日)	☎356-7381 相之川こども館
11月18日(金) 19日(土)	☎322-1404 市川こども館
12月16日(金) 17日(土) 18日(日)	☎376-1118 南八幡こども館

内容により対象年齢や実施時間が異なります。詳しくは各こども館にお問い合わせください。(子育て支援課)

すこやかひろば講座

日 11月15日(火) 午前10時30分(受け付けは15分前)～正午
場 男女共同参画センター
内 「子育てこれぞいいのかな」がホッとできる講座
講 三浦久美子氏(メンタルケア心理専門士)
人 就学前の子どもの保護者、先着30人(生後6カ月からの託児あり)
申 10月18日(火) 午前9時から ☎711-1736 すこやか広場 支援課 (子育て支援課)

子育てサークル代表者研修会

子育てサークル未加入の方も歓迎します。

日 11月10日(木) 午前10時30分(受け付けは15分前)～正午
場 男女共同参画センター
内 子育てサークルの紹介や情報展示の他、就学前に習得しておきたい運動能力を遊びで身につけます。

人 就学前の歩ける子どもとその保護者及び子育てサークルに興味がある親子、先着40組
講 新玲子氏(体育指導員)
申 10月17日(月) 午前9時から ☎711-1736 すこやか広場 支援課

親子で夢の教室

スポーツの最前線を経験してきたトップアスリートと体を動かして、夢に向かって努力することや仲間と協力することの大切さを学びます。

日 11月13日(日) 午前10時～11時40分
場 国府台市民体育館第2体育館
人 市内在学の小学5・6年生とその保護者(2人1組)、抽選で20組
申 往復はがきに参加者氏名(小学生・保護者)、年齢(小学生は学校名と学年)、住所、電話番号を書き、10月31日(月) 必着でスポーツ課 ☎72-0887 国府台1の6の4
☎373-3112 同課

親子で木工工作・体験講座

日 11月26日(土) / クリスマスリース、松ぼっくりツリーづくり
日 12月17日(土) / ミンパツくり、両日とも午前10時～正午
場 (公財)市川市花と緑のまちづくり財団(里見公園内)
人 市内在住の親子、抽選で各10組
¥各500円
申 往復はがきに必要事項と(6面上段参照)と生年月日、希望講座名(①クリスマス②ミンパツくり)を書き、11月4日(金) 必着で同財団 ☎72-0887 国府台3の9の1里見公園内 ☎318-5760 同財団 (公園緑地課)

乳児と高校生のふれあい交流

高校の授業に親子で参加し、子育ての楽しさ、大変さを次世代に伝えます。

日 11月16日(水) 午前10時45分～11時35分
場 事前ガイダンス 11月9日(水) 午前10時～10時30分 / 信篤こども館 午前11時30分～正午 / 田尻こども館
場 市川南高校(高台1509)
人 乳児親子、先着20組
申 直接または ☎376-1118 南八幡こども館

求人

育児休業代替任期付職員

① 幼稚園教諭 ② 栄養士

資格人数 ① 採用試験申込時に幼稚園教諭の免許を有している方または採用予定日まで取得見込みの方、1人程度
② 採用試験申込時に栄養士の資格を有している方または採用予定日まで取得見込みの方、1人程度

雇用期間 平成29年3月1日(水)から順次
任期 1年を超えて3年未満職員の育児休業請求期間に応じた決定
受験案内配布 10月17日(月)～11月11日(金)に(市)教育総務課人事課、(支)総務課、大柏出張所、市川駅行政サービスセンター

日 10月17日(月)～11月11日(金)に郵送(消印有効)または持参で教育総務課 ☎72-0023 南八幡1の17の15。詳しくは市公式Webサイトまたは受験案内をご覧ください。
☎383-9224 教育総務課

調理員

資格人数 資格不問10人。集団給食施設での調理経験がある方歓迎。
雇用期間 平成29年3月31日(金)まで(更新あり)
時給 1,200円
申 ☎711-1798 こども施設運営課に電話後、履歴書を持参

健康福祉

3つの心配相談(予約制)

場 保健センター、南行徳保健センター
申 ☎377-4511 保健センター、☎3359-8785 南行徳保健センター

自死遺族相談(予約制)

場 保健センター
申 ☎377-4511 保健センター

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)
申 ☎3002-0187 同センター (健康支援課)

早期発見のための口腔がん検診

日 1次検診 問診結果説明、2次検診 1次検診の結果、必要なら細胞診結果説明
人 平成29年3月31日時点で30歳以上の方
場 口腔がん検診指定歯科医院
¥1次、2次とも各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
申 はがきに必要事項(6面上段参照)と生年月日を書き、保健センター 歯科担当 ☎72-0003 南八幡4の18の8。後日、受診券兼予約券を送付します。
☎377-4511 健康支援課

愛の献血

日 10月19日(水) / エコポイント20
東京メトロ東西線行徳駅前② 11月10日(木) / 市川南飯設庁舎③
室、いずれも午前10時～11時45分、午後1時～4時
場 ☎0433-241-8300 千葉県赤十字血液センター (保健医療課)

高齢者インフルエンザ予防接種

10月1日から接種を開始します

食育講演会 大人も子どもも楽しく食育

ハートに届く食育を一緒に始めませんか。講師のオリジナル教材で楽しく学べます。

日 11月19日(土) 午後1時30分(受け付けは15分前)～3時
場 保健センター
講 板良敷信子氏(食育指導士)

人 市内在住・在勤・在学で小学生以上の方、先着120人(小学生のみの参加は不可)
申 ☎377-4511 同センター (健康支援課)

講座・催し

骨の健康度測定(予約制)

体力測定を骨の健康度測定に健康づくりのアドバイスを行います。骨の健康度測定結果は5段階評価で参考範囲のものです。

場 ① 保健センター / 体力測定と骨の健康度測定 ② 南行徳保健センター / 骨の健康度測定のみ
人 18歳以上の方
申 ① ☎377-4511 保健センター ② ☎3359-8785 南行徳保健センター

運動不足を解消してリフレッシュ

健康スポーツ教室

参加者募集

運動に自信のない方も大丈夫です。

- 日 12月2日(金)～平成29年3月28日(火)、各教室45分×全15回
- 人 市内在住で期間中継続して参加可能な方、抽選で各教室40人(複数教室参加可、子ども連れの参加不可)
- ¥1教室3,000円(15回分、事前一括納付)

教室名	開催日	開始時刻	会場
初級者のエアロビクスダンス教室	金	午前10時	信篤市民体育館
	火	午前9時	塩浜市民体育館
ボディコンディショニング教室	金	午前9時	信篤市民体育館
初心者のヨガ教室	金	午前11時	
ヨガ教室	金	正午	塩浜市民体育館
ストレッチ教室	火	午前10時	
ボディメイクエクササイズ教室	木	午後1時	塩浜市民体育館
ベーシックマットピラティス教室	木	午後2時	
骨・コウストストレッチ教室	金	午前11時	塩浜市民体育館
リズム体操教室	金	正午	

申 往復はがきに必要事項(6面上段参照)と会場、教室を第3希望まで(複数教室申し込み可。ただし当選ははがき1枚につき1教室)を書き、11月4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には落選者に通知)。
 問 ☎373-3112スポーツ課

- ◆高齢者サポートセンターの講座
- ◆高齢者サポートセンター大柏 大野公民館
- ◆同センター ☎3308-6595
- ① 第5回大柏げんぎ塾「遠出を楽しむ〜外出の勧め」
- 日 10月25日(火)午後1時15分～3時
- 人 先着25人
- ② リハビリテーション専門職による介護予防講習会「年齢による身体の変化とその予防」
- 日 10月26日(水)午後1時30分～3時
- 人 先着30人
- ◆高齢者サポートセンター行徳
- 日 10月28日(金)午前10時30分～正午
- 場 行徳地域ふれあい館
- 内 男性介護者のついで「正しい排泄ケアについて学ぼう」
- 講 高橋仁美氏(ユニチャームライフリケアドバイザー)
- 人 先着20人
- 申 ☎312-6070同センター
- ◆高齢者サポートセンター信篤
- 日 11月10日(木)午後1時30分～3時

- 日 11月10日(木)午後1時30分～3時
- 場 信篤公民館
- 内 介護予防「らくらくまったり体操」
- 講 荒川理恵氏(ウエルネスカウンセラー)
- 人 先着15人
- 申 ☎327-3066同センター
- ◆高齢者サポートセンター市川 東部
- 日 11月10日(木)午後1時30分～3時
- 場 鬼高公民館
- 内 家族介護教室「知っておきたい高齢者の栄養管理」
- 人 先着20人
- 申 ☎334-0070同センター
- ◆高齢者サポートセンター国府台
- 日 11月12日(土)午後1時30分～3時
- 場 高齢者サポートセンター国府台
- 内 認知症等をかかえる家族との交流会
- 人 先着10人
- 申 ☎373-6539同センター
- ◆高齢者サポートセンター八幡
- 日 11月15日(火)午後1時30分～3時

- 日 11月12日(土)午後1時30分～3時
- 場 八幡市民談話室
- 内 家族介護教室「自宅で最期を迎えるために」訪問看護師からの話
- 人 先着40人
- 申 ☎376-3020同センター (介護福祉課)
- ◆大腸がん予防講座
- 受けよう検診「早期発見のために」最新の大腸がんの講義と食事のミニ講座、試食。
- 日 11月14日(月)午後1時30分(受け付けは15分前)～3時45分
- 場 南行徳市民センター
- 人 市内在住・在勤の方、先着80人
- 講 山口和也氏(医師)
- 申 ☎359-8785南行徳保健センター
- ◆認知症サポーター養成講座
- 日 10月29日(土)午後1時30分～3時
- 場 高齢者サポートセンター国府台
- 人 先着30人
- 申 ☎373-6539同センター (地域支えあい課)

- ◆認知症サポーター養成講座
- ステップアップ講座
- 認知症サポーター養成講座で身につけた知識をさらに深めるための講座です。
- 日 11月25日(金)午後1時30分～3時30分
- 場 文化会館
- 人 市内在住・在勤・在学で認知症サポーター養成講座修了者、先着90人
- 講 西ケイ子氏(認知症看護認定看護師)
- 申 必要事項(6面上段参照)と認知症サポーター養成講座の受講時期・場所を ☎3334-143、FAX ☎336-8026 または郵送(〒272-8501 ※住所不要で地域支えあい課)
- ◆福祉のしごと就職面接会
- 企業24社と個別面接及び個別説明など。
- 日 11月1日(火)午後1時30分(受け付けは30分前)～4時
- 場 市川グランドホテル(市川1-3の18)
- 人 保育・介護・看護の仕事希望する方
- 物 履歴書複数枚、ハローワークカード(お持ちの方のみ)、筆記用具
- 問 ☎370-8609ハローワーク市川職業相談部門 (雇用労政担当室)
- ◆ペーパーヘルパーチャレンジ講座
- 介護技術の基礎を学ぶ他、現役ヘルパーとのディスカッションを行い、就労への自信につながる講座です。
- 日 ①11月14日(月)②16日(水)③19日(土)いずれも午後1時30分～4時30分
- 場 ①(財)市川市福祉公社北部ヘルパーステーション(南大野3の21の22)②行徳文化ホール1&1③(財)市川市福祉公社(南八幡5の10の7-INGビル2階)
- 人 介護福祉士またはホームヘルパーの資格を有し、現在就労していない方、各回抽選で15人
- 申 はがきに必要事項(6面上段参照)と生年月日、お持ちの

- 資格、受講動機、受講希望日を書き、10月28日(金)まで(消印有効)に(財)市川市福祉公社ペーパーヘルパーチャレンジ講座担当(〒272-0804南大野3の21の22)。受講の可否は締め切り後1週間以内に通知
- 問 ☎338-2672同公社
- ◆在宅介護者のついで
- 同じ悩みを持つ方と交流してリフレッシュしませんか。
- 日 11月10日(木)午前11時30分～午後2時
- 場 山崎製パン企業年金基金会館(市川1-3の14)
- 人 在宅介護をしている方、先着30人(代替介護が必要な方は申し込み時に伝えてください)
- ¥1,000円
- 申 10月28日(金)までに ☎200-4002 社会福祉協議会
- ◆市病から始めよう! 屋ドキッ健康講座
- 病気や医療について知識を深め、健康増進・維持に役立てましょう。
- 日 11月12日(土)午前10時30分～11時45分
- 場 東京歯科大学市川総合病院2階講堂(菅野5の11の13)
- 内 講①講座「再生医療最前線」、許斐健二氏(医師)②アイバンク啓発用DVDの上映
- 人 先着100人
- 申 ☎24-5800同病院角膜センター
- ◆成年後見制度講演会
- 「判断能力が不十分な方を支える」といって
- 日 11月18日(金)午前10時～午後0時30分
- 場 男女共同参画センター
- 講 山田隆司氏(社会福祉士)
- 人 先着100人
- 申 FAX ☎376-8555 社会福祉協議会後見相談担当室
- 問 ☎320-4001 同担当室 (障害者支援課)
- ◆はりきゅうマッサージ
- 無料相談
- 日 10月28日(金)午後1時～4時

- ◆地域メディアカル勉強会
- 甲状態疾患基礎知識
- 日 10月20日(木)午後2時(受け付けは30分前)～3時30分
- 場 化学療法研究所附属病院研
- ◆腎臓病を考える会
- (千葉県慢性腎臓病(CKD)特別対策事業)
- CKDの発症及び重症化予防、早期発見・食事管理についての講演と体験談、医療相談会など。
- 日 10月30日(日)午後1時～4時
- 場 京葉銀行文化プラザ(千葉市中央区富士見1-3の2)
- 人 先着120人
- 問 ☎043-256-4661 特定非営利活動法人千葉県腎臓病協議会 (保健医療課)
- ◆訪問看護基礎研修会
- 訪問看護認定看護師が訪問看護の魅力や役割などについて講義します。
- 日 10月27日(木)午前9時30分～午後0時30分
- 場 文化会館
- 人 看護師などの免許を有し現在就業していない方及び訪問看護に興味のある看護職の方、先着15人
- 申 ☎043-245-1712 千葉県看護協会事業第課 (保健医療課)

- ◆甲状態疾患基礎知識
- 日 10月20日(木)午後2時(受け付けは30分前)～3時30分
- 場 化学療法研究所附属病院研
- ◆腎臓病を考える会
- (千葉県慢性腎臓病(CKD)特別対策事業)
- CKDの発症及び重症化予防、早期発見・食事管理についての講演と体験談、医療相談会など。
- 日 10月30日(日)午後1時～4時
- 場 京葉銀行文化プラザ(千葉市中央区富士見1-3の2)
- 人 先着120人
- 問 ☎043-256-4661 特定非営利活動法人千葉県腎臓病協議会 (保健医療課)
- ◆訪問看護基礎研修会
- 訪問看護認定看護師が訪問看護の魅力や役割などについて講義します。
- 日 10月27日(木)午前9時30分～午後0時30分
- 場 文化会館
- 人 看護師などの免許を有し現在就業していない方及び訪問看護に興味のある看護職の方、先着15人
- 申 ☎043-245-1712 千葉県看護協会事業第課 (保健医療課)

市民元旦マラソン大会の参加者募集

2～10キロメートルのコースの他、ウォーキングのコースもあります。部門や申し込み方法など、詳しくは申込書をご覧ください。

日 平成29年1月1日(祝)午前9時(受け付けは午前8時～8時40分)～11時(雨天決行)

場 スポーツセンター周辺

人 市内在住・在勤・在学の小学4年生以上(20歳未満の方は保護者の同意が必要)市外居住者でも市体育協会加盟団体登録者・いちかわ歩こう会登録者及び市内の学校の卒業生は参加できます。

¥ 中学生・ウォーキング=600円、高校生・一般・ファミリー=1,300円(荒天などにより中止の場合も参加費は返金しません)



申 指定の申込用紙(市役所、スポーツセンター、塩浜市民体育館、信篤市民体育館、行徳支所、大柏出張所、市川駅行政サービスセンター、南行徳市民センター、各公民館などで配布)に必要事項を書き、10月17日(月)～11月17日(木)に郵便振替で支払い

問 ☎373-3112スポーツ課

- ◆甲状態疾患基礎知識
- 日 10月20日(木)午後2時(受け付けは30分前)～3時30分
- 場 化学療法研究所附属病院研
- ◆腎臓病を考える会
- (千葉県慢性腎臓病(CKD)特別対策事業)
- CKDの発症及び重症化予防、早期発見・食事管理についての講演と体験談、医療相談会など。
- 日 10月30日(日)午後1時～4時
- 場 京葉銀行文化プラザ(千葉市中央区富士見1-3の2)
- 人 先着120人
- 問 ☎043-256-4661 特定非営利活動法人千葉県腎臓病協議会 (保健医療課)
- ◆訪問看護基礎研修会
- 訪問看護認定看護師が訪問看護の魅力や役割などについて講義します。
- 日 10月27日(木)午前9時30分～午後0時30分
- 場 文化会館
- 人 看護師などの免許を有し現在就業していない方及び訪問看護に興味のある看護職の方、先着15人
- 申 ☎043-245-1712 千葉県看護協会事業第課 (保健医療課)

- ◆地域メディアカル勉強会
- 甲状態疾患基礎知識
- 日 10月20日(木)午後2時(受け付けは30分前)～3時30分
- 場 化学療法研究所附属病院研
- ◆腎臓病を考える会
- (千葉県慢性腎臓病(CKD)特別対策事業)
- CKDの発症及び重症化予防、早期発見・食事管理についての講演と体験談、医療相談会など。
- 日 10月30日(日)午後1時～4時
- 場 京葉銀行文化プラザ(千葉市中央区富士見1-3の2)
- 人 先着120人
- 問 ☎043-256-4661 特定非営利活動法人千葉県腎臓病協議会 (保健医療課)
- ◆訪問看護基礎研修会
- 訪問看護認定看護師が訪問看護の魅力や役割などについて講義します。
- 日 10月27日(木)午前9時30分～午後0時30分
- 場 文化会館
- 人 看護師などの免許を有し現在就業していない方及び訪問看護に興味のある看護職の方、先着15人
- 申 ☎043-245-1712 千葉県看護協会事業第課 (保健医療課)