

健康スポーツ教室 参加者募集

汗を流してリフレッシュ



▲思い切り体を動かし健康な体をつくりましょう

信篤市民体育館 4月7日(金)～7月21日(金)		
教室名	曜日	開始時間 (各45分間×15回)
ボディコンディショニング	毎週金曜日	午前9時
初級者のエアロビクスダンス		午前10時
初心者のヨガ		午前11時
リラックスヨガ		正午
締め切り日 3月16日(木)必着 抽選日 3月22日(水)		
申問 〒272-0827 国府台1-6-4 国府台市民体育館 ☎373-3112 スポーツ課		

塩浜市民体育館 4月11日(火)～7月28日(金)		
教室名	曜日	開始時間 (各45分間×15回)
初心者の健康ストレッチ	毎週火曜日	午前9時
健康ストレッチ&リズム体操	毎週木曜日	午前10時
レッツエンジョイ 初級エアロビクス		午後1時
タオルを使ったストレッチ	毎週金曜日	午後2時
骨・コツストレッチ		午前11時
リズム体操	毎週水曜日	正午
ボールピラティス		午後1時
締め切り日 3月15日(水)必着 抽選日 3月17日(金)		
申問 〒272-0127 塩浜4-9-1 ISG塩浜事務所 ☎395-1166 ISG塩浜		

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)
 申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)、各締め切り日必着で各申し込み先へ。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)。(スポーツ課)

日頃の運動不足を解消しませんか。運動に自信のない方でも大丈夫です。平成29年度から健康スポーツ塩浜教室は、ISG塩浜の主催になります。(スポーツ課)

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5日(水) 午前10時	4月12日(水) 午前10時
	4月19日(水) 午前10時	4月26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うがい練習	4月13日(木) 午前10時・11時	4月14日(金) 午前10時・11時
	4月13日(木) 午後3時	4月14日(金) 午後3時
3～4歳児 歯みがきチェック	4月13日(木) 午後3時	4月14日(金) 午後3時

歯みがきレッスン(年齢別)
 申 ☎377-4511 保健センター 歯科担当

午後2時30分(午前11時20分から子育てミ講座「生活リズムを整えるために大切なこと」を開催)場 東京経営短期大学(二俣6250の1)
 人 0～3歳までの親子、先着20組程度
 申 ☎711-1736 すこやか応援隊

健康・福祉

善意の花園

ご寄付いただき、ありがとうございました。

- 教育を振興する事業への寄附 [12月分敬称略]
【金員】◎小林広樹(100,000円)
- 防犯事業への寄附 [1月分敬称略]
【物品】◎株式会社市川ビル(街頭防犯カメラ1台)

ポータルセンター 国府台 (地域支えあい課)

認知症カフェ「ほっとカフェ」
 認知症の人や家族、地域の人、専門職などが交流し楽しく過ごす場です。今回のテーマは「春」です。当日参加も可能です。
 日 3月14日(火)午後1時30分～3時30分
 場 愛・コミュニティホーム市川国府台(国府台5の22の2)
 人 先着35人
 申 ☎373-6539 高齢者サ

視覚障害者点字講習会
 日 3月9日、23日のいずれか1日、いずれも木曜日午前10時～正午
 場 ボランティアNPO活動センター(アクス本八幡2階)
 人 中途失明者(新会員募集中)
 申 ☎373-4804 視覚障害者福祉会(久保 (障害者支援課))

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。

子ども・教育

1歳6カ月児健康診査

日 場 ① 4月4日(火)・18日(火) / 保健センター② 4月11日(火)・25日(火) / 南行徳保健センター、いずれも受付は午後1時15分～2時(4月から受付時間が変わります)。

3歳児健康診査

日 場 ① 4月5日(水)・19日(水) / 保健センター② 4月12日(水)・26日(水) / 南行徳保健センター、いずれも受付は午後1時～2時
 人 平成25年10月生まれの子に3月中旬ごろ通知を発送します。※4歳の誕生日以降は受診できません。

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 ① 4月6日(木)② 4月13日(木) 4～6カ月児の保護者
 ◆ 離乳食教室(2回食)

会場	日程	受付時間	申し込み
市川公民館	4月27日(木)	〈相談あり〉 13:30～13:50	保健センター ☎377-4511
保健センター	4月28日(金)		
南行徳保健センター	4月7日(金)	〈測定のみ〉 14:30～15:00	南行徳保健センター ☎359-8785
行徳公民館	4月21日(金)		

身長、体重測定、授乳離乳食、子育てなどに関する相談。

育児相談

日 ① 4月7日(金)② 4月14日(金) 人 7～8カ月児の保護者
 場 ① 保健センター先着各35人 ② 南行徳保健センター先着各24人
 時間 午後1時～2時、午後2時30分～3時30分
 申 ☎377-4511 保健センター 栄養担当

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。
 日 場 4月21日(金) / 保健センター、4月10日(月) / 南行徳保健センター、いずれも午前中
 申 ☎377-4511 保健センター、☎359-8785 南行徳保健センター

妊婦歯科健診

日 場 4月27日(木) / 保健センター、4月20日(木) / 南行徳保健センター、いずれも受付は午後1時20分～2時
 申 ☎377-4511 保健センター 歯科担当

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。
 人 4カ月の乳児とその保護者参加できなかつた場合5カ月の乳児も可。※予約不要。市川公民館はベビーカーでの来館はご遠慮ください。
 日 場 3月27日(火)・4月3日(月)・10日(日)・17日(日)・24日(日) / 保健センター
 申 ☎377-4511 保健センター、☎359-8785 南行徳保健センター

すこやかひろばin二俣

親子で楽しく遊び、子育ての情報交換をしませんか。時間内は出入り自由。正午～午後1時は会場の飲食可。
 日 3月13日(月)午前10時30分～

平成29年度奨学生を募集 高校生活を支援します

学力が優良でありながら、経済的な理由で高等学校または高等専門学校への修学が困難な方へ奨学金を支給します。本奨学金は大畑窓教育基金と市費を財源としており、返済の必要はありません。

応募資格

- ① 平成29年4月に高校・高専に在学または入学予定
- ② 市内在住
- 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 他から奨学金の支給や貸付を受けていない
- ⑥ 在学の学校長の推薦がある

支給金額

国立月額9,000円
 私立月額15,000円

支給期間

1年間(4月～平成30年3月)

支給人数

135人程度(予算の範囲を超えた場合、応募資格を満たしているにもかかわらず、ありません)

申 申請書及び必要書類を3月31日(金)までに就学支援課(南八幡分庁舎)へ持参。郵送不可。申請書類は市公式Webサイトでもダウンロード可
 申 ☎704-00256 同課

趣味を広げてみませんか シニアカレッジで生きがいづくり



▲趣味を通じて仲間が増えます

いきいきセンター9施設で、60歳以上の方を対象に「シニアカレッジ」を開講します。初めていきいきセンターを利用する方は、最初に身分証をお持ちの上、利用施設での登録が必要となります。

(地域支えあい課)

講座名	施設名	日時	予定回数	定員
健康麻将入門	いきいきセンター大洲 ☎370-3562 〒272-0032 大洲4-18-3	第1・3火曜日午前	18回	25人
はがきサイズの簡単ぬり絵	いきいきセンター市川 ☎322-2277 〒272-0034 市川2-33-6	第1火曜日午前	10回	16人
ストレッチ気功の呼吸法		第2・4木曜日午後	18回	25人
ペン習字	いきいきセンター北方 ☎332-3846 〒272-0815 北方2-29-19	第2・4木曜日午後	18回	16人
シニアヨガ		第2・4土曜日午前	18回	10人
墨絵	いきいきセンター宮久保 ☎372-5755 〒272-0822 宮久保4-2-4	第2・4土曜日午前	18回	10人
練功十八法	いきいきセンター塩浜 ☎395-2586 〒272-0127 塩浜4-3	第1・3火曜日午後	18回	10人
社交ダンス	ハイタウン塩浜1-101	第2・4火曜日午後	18回	10人
社交ダンス	いきいきセンター福栄 ☎395-6906 〒272-0137 福栄4-32-2	第2・4土曜日午後	18回	20人
太極拳		第2・4火曜日午前	18回	20人
民謡	江戸川第二終末処理場内	第1・3日曜日午前	18回	20人
社交ダンス	いきいきセンター本館 (勤労福祉センター本館内) ☎370-5250 〒272-0023 南八幡2-20-1	第1・3金曜日午前	18回	20人
ハーモニカ		第2・4金曜日午後	18回	20人
シニアヨガ	いきいきセンター分館 (勤労福祉センター分館内) ☎377-7011 〒272-0023 南八幡5-20-3	第1・3日曜日午後	18回	10人
民謡		第1・3木曜日午後	18回	20人
絵手紙教室	いきいきセンター南行徳 ☎357-1104 〒272-0141 香取1-17-18	第1金曜日午後	10回	20人

日5月～平成30年3月
 市内在住の60歳以上(昭和32年4月1日以前生まれ)でその講座内容を未経験の方、抽選で各定員。介護を要する場合は、介護者の同伴が必要。
 講座により材料費などの実費負担あり
 申往復はがき(1講座につき1枚)に必要な事項
 (6面上段参照)、希望講座名、性別、生年月日を書き、3月24日(金)必着で各施設。抽選結果は4月12日(水)から順次郵送。講座の申し込みは1人につき2講座まで。応募者が10人に満たない場合は、講座を実施しないことがあります。
 各施設(月曜日・祝日休館。月曜日が祝日の場合、翌日も休館)

- ◆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信篤二俣
日3月16日(木)午後1時30分～3時
場信篤公民館
- ◆家族介護教室「薬の正しい使い方、管理方法を知ろう」
講師 梶原進之介氏(ウエルシア薬局薬剤師)
人先着30人
申 ☎335-3366 同センター
- ◆高齢者サポートセンター市川東部
日3月16日(木)午後1時30分～3時
場 東部公民館
- ◆家族介護教室「介護予防のための口腔ケア」
人先着30人
申 ☎334-0070 同センター
- ◆高齢者サポートセンター菅野須和田
日3月17日(金)午後1時30分～3時

- 場菅野西自治会館(菅野6の15)
- ◆家族介護教室「高齢者の栄養を考える」
講師 前田壽和氏(キユーピー)株
人先着30人
申 ☎326-7373 同センター
- ◆高齢者サポートセンター宮久保下貝塚
日3月17日(金)午後2時～4時
場 大野中央病院(下貝塚3の20の3)
- ◆家族介護教室「自分の姿勢を見直そう」
人先着20人
申 ☎373-0763 同センター(介護福祉課)

募集

- ◆市民便式テニス シングルス大会
詳しくは市川市テニス協会公式Webサイトを閲覧ください。
日5月7日(日)～6月18日(日)
- ◆県障害者スポーツ大会
日頃の練習の成果を発揮しましょう。
日5月28日(日) 陸上競技
6月4日(日) 水泳・卓球、10日(土)アーチェリー・サウインド
テニス、11日(日) ボウリング

声の広報は4月1日号からCDで発行

広報いちかわを抜粋して音声や点字にしたものを、視覚障害があり障害者手帳1・2級を持つ希望者に届けています。希望する方は連絡してください(いずれも中央図書館や行徳図書館でも視聴閲覧ができます)。
 なお、これまでテープで発行していた声の広報が、4月1日号からCDでの発行に変わります。

問 ☎334-1106 広報広聴課

- ◆シルバー人材センター 入会説明会
入会希望者は、次のいずれかの
 場 県総合スポーツセンター(千葉市稲毛区天台町323)、他
 日4月1日現在で13歳以上の身体障害者手帳または療育手帳所持者
 申 3月10日(金)までに ☎334-1168 障害者支援課
- ◆説明会を受講してください。
 日場 ①3月6日(月) 大野公民館 ②3月8日(水) 行徳公民館 ③3月13日(月) 信篤公民館 ④3月15日(水) 中央公民館 ⑤3月22日(水) 南行徳市民談話室、いずれも午後2時
 市内在住で60歳以上または年度内に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 ☎326-7000 同センター平田事務所

歴史と文化の散歩道

春風に誘われて、ギャラリイ散策

3月5日は啓蟄。二十四節気のひとつで、啓は「ひらく」、蟄は「土中で冬ごもりしている虫」の意味で、大地が暖まり冬眠していた虫が春の訪れを感じ、穴から出てくる頃と言われています。今回は春の訪れを感じながら身近な場所で芸術に親しめるギャラリイをご紹介します。

真間5丁目にある緑豊かな「芳澤ガーデンギャラリイ」は、約1,000坪の敷地内に庭園とギャラリイが併設され、2004(平成16)年9月に開館しました。寄贈者である芳澤月恵氏の名を付けたこのギャラリイは、芸術作品とともに四季折々の木々や草花で来館者を楽しませてくれます。庭園には、2006(平成18)年3月に名誉市民で彫刻家の大須賀力氏から100歳を記念して寄贈されたブロンズ像が設置され、見事に調和しています。また当ギャラリイでは、3月20日(祝)まで第18回市川の文化人展「高橋甲子男展」を開催しています。市内在住の抽象画家 高橋甲子男氏の油彩、大型作品をぜひご覧ください。

続いて真間4丁目にある「木内ギャラリイ」の建物は、1914(大正3)年に竣工したもので、その洋館部分を復元・再築し、平成16年9月に開館しました。木内別邸と呼ばれたこの建物は、当時、貴族院議員だった木内重四郎氏が建築した和洋折衷様式の近代建造物として価値の高いものでした。当時の建築様式や



▲芳澤ガーデンギャラリイ

暖炉、飾り戸棚などが残る趣のある建物で展示やコンサートも鑑賞できる文化施設として活用されています。最後に八幡4丁目3月1日に開館した「全日警ホール」(八幡市民会館)をご紹介します。旧市民会館をリニューアルオープンしたこの施設は、ホール、練習室、会議室と展示室(ギャラリイ)からなり、文化芸術活動の場として利用していただけます。第1展示室は市制施行80周年で名誉市民となった洋画家の中山忠彦氏にちなみ「中山メモリアルギャラリイ」と名付け、3月14日(火)から市の収蔵作品による開館記念「名誉市民作品展」を開催します。また2階の第2展示室は「市民ギャラリイ」として利用していただけます。

穏やかな春の一日、身近な場所でのんびりと芸術鑑賞や庭園また趣のある建物を巡り、ひと時を過ごすみてはいかがでしょうか。文化の街市川の多彩なギャラリイをお楽しみください。

(文化振興課中能淳子)