

# シルバーライフデザインフェスタ 在宅療養の現場から ～自分らしく生きよう～

人生の最終段階においても本人の意思が尊重される生活ができるよう、医療・介護の専門職からのメッセージをお届けします。  
チーバくん、よ坊さん(日本歯科医師会PRキャラクター)とともにお待ちしております。来場者には粗品を進呈します。



- 講話 医師、歯科医師、薬剤師による在宅医療のお話
- 寸劇 「自宅で最期を迎えたい」というおじいさんの願いをかなえた家族と専門職のお話
- 展示 在宅療養中の方がたの素敵なお顔の写真展
- 上映会 「家で最期まで療養したい人」に向けたメッセージ
- 体操 リハビリテーションの専門職による「体と心を元気に保つ」ための体操の紹介
- 体験 高齢者・認知症疑似体験(人数制限あり)

日 11月18日(土)午後0時30分～4時(申し込み不要、直接会場へ)  
場 メディアパーク市川グリーンスタジオ  
問 ☎712-8521 地域支えあい課

### 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。※熱を加えずに添える筆記用具は使用しないでください。

### 子ども・教育

#### 母子のメンタル相談

出産後、気分が落ち込みが激しいなどの心配のある方に個別相談を行います。

日 11月20日(月) ①午後2時～3時 保健センター  
②午後3時～保健センター  
乳幼児をもつ保護者  
☎377-4511 保健センター

### 新生児・1～2カ月児訪問

妊婦訪問、妊婦訪問は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いて保健センターへ郵送してください。はがき到着後、訪問いたします。出生連絡票の郵送がなかった場合は、生後2カ月以降に訪問します。新生児期(生後28日以内)の訪問を希望する方は出生連絡票の送付と共に各保健センターへお電話ください。  
☎377-4511 保健センター、☎359-8785 南行徳保健センター

### 講座・催し

#### パパママ栄養クラス

出産をむかえる夫婦の食事のアドバイス・試食。

日 12月9日(土)午後1時15分～3時30分  
場 南行徳保健センター  
出産予定日が平成30年2月～4月の妊婦とその夫(妊婦のみも可)、36人

### プレ親学級

赤ちゃんの育児、沐浴実習、妊婦体験など。全日程同一内容。

日 12月8日(金)・9日(土) 午前9時45分～午後0時30分  
② 12月16日(土)・18日(月) 午後1時～3時45分  
場 ①市川市保健センター ②南行徳保健センター  
人 初産で出産予定日が平成30年2月～4月の妊婦とその夫。それぞれ1人での参加も可(どちらか1人の場合は祖父祖母1人まで可)、各日程先着45組。  
日 11月1日(水)～15日(水)の間に①☎377-4511 保健センター、②☎359-8785 南行徳保健センター

### あつまれファミリー

子ども、お母さん、お父さんも一緒に家族みんなで遊びませんか。楽しく体操をしたあとは、「新聞紙あそび」をします。ちぎったり、破いたり。最後はみんなで紙ぶきを降らせましょう。

### 求人

#### 小学校外国語活動指導員

詳しくは市公式Webサイト掲載の募集要項をご覧ください。  
資格・人数 英語及び日本語による会話能力に優れ、かつ日本語で教育計画・指導案などを作成できる方、次のいずれかに該当する20歳以上の方  
① 英語教育に関して相当の知識と経験を有する方  
② 海外生活経験者であつて国際理解に関し知識を有する方  
③ 教職経験者や教員養成系の大学生(英語科専攻)  
雇用期間など 平成30年4月～平成31年3月。1日5時間、週1日～5日勤務(相談可)  
時給 2,000円(交通費支給なし)※29年度実績  
願書配布 市公式Webサイトからダウンロードまたは指導課でも配布  
① 願書に必要事項を書き、10月26日(木)～11月16日(木)の間に(土・日曜日、祝日を除く)、持参または郵送(〒272-0023南八幡1-17の15南八幡仮設庁舎)で指導課  
選考日程 12月4日(月)～11日(月)面接審査(英語による模擬授業を含む)  
☎03-03-03000 同課

#### 任期付短時間勤務職員(事務・栄養士)

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。  
採用予定日 平成30年4月1日  
雇用期間 採用予定日～平成33年3月31日(3年間)  
受験案内配布 期間 11月10日(金)まで(土・日曜日、祝日を除く)、場所 人事課(仮本庁舎)、総務課、大柏出張所、南行徳市民センター、市川駅行政サービスセンター(土曜日可)。  
申込受付期間 11月10日(金)まで(消印有効)

### 健康福祉

#### お知らせ

##### うつ心の心配相談・自死遺族相談(両相談とも予約制)

うつかもしれないと悩むご本人及び家族の方、大切な家族を自死で亡くされた方の予約制の面接相談です。  
場 保健センター、南行徳保健センター  
☎377-4511 保健センター  
地域担当 ☎359-8785 南行徳保健センター 地域担当

### 歯とお口の相談

在宅で療養中の方、身体にハンディのあ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)  
☎03-22-0187 同センター (健康支援課)

### 早期発見のための口腔がん検診

1次検診 問診・診察・結果説明。2次検診 1次検診の結果、必要な方に細胞診・結果説明。  
日 平成30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(指定歯科医院一覧表は、受診券兼問診票に同封)  
¥1次、2次とも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)

### 介護保険料利用料減免制度について

所得段階が第1段階(生活保護受給者を除く)から第3段階で、生計を維持することが困難な方を対象に、介護保険料及び利用料を減額する制度があります。保険料の納付や利用料の支払いが難しい場合はご相談ください。なお、介護保険料の未納がある場合は、滞納期間に応じて利用者負担額が3割に引き上げられます。介護が必要になったときに安心してご利用いただくために、介護保険料の納付にご協力をお願いします。

① 千葉県特定医療費(指定難病)受給者証、千葉県小児慢性特定疾病医療受給者証、千葉県特定疾患医療受給者証をお持ちの方、または唇顎口蓋裂(20歳未満の方)で、手当の新規申請をしていない方(すでに手当の申請をしている方で、受給者証(票)の更新後に、手当の継続申請をしていない方。  
なお、申請済の受給者証(票)の有効期限が平成29年9月30日または平成29年12月31日の方及び唇顎口蓋裂の方へは、11月10日ごろに今年度の継続申請の案内を個別に送付します。  
申請場所 障害者支援課(仮本庁舎)、福祉課  
① 新規申請 受給者証(票)、印鑑(朱肉を使うもの)、振込先金融機関のわかるもの  
② 継続申請 受給者証(票)、現況届(市に備え付け)を申請場

### 善意の花園

ご寄付いただき、ありがとうございました。  
● 社会福祉協議会[8月分・敬称略]  
【金員】◎岡野好廣(5,000円)◎三和建装(30,000円)◎セイコーインスツルメンツ労働組合(80,000円)◎民団市川・浦安支部(12,000円)

### 福祉のついで就職フェアin ちば

社会福祉施設・事業所などへの就職を希望する方を対象に、求人のある社会福祉施設・事業所の採用担当者との個別面談や福祉職場に関する相談などを行い、就労をサポートします。また、福祉介護分野への就労促進を図るため、福祉の仕事への就職活動体験や業務内容の説明など、さまざまなセミナーも同日開催。  
日 11月11日(土)午後1時～4時  
場 幕張メッセ国際会議場コンベンションホール、他(千葉市美浜区中瀬2の1)  
☎043-222-1294 県福祉人材センター (福祉政策課)

### いちかわ障害者就職面接会

参加企業15社程度と個別面接及び個別説明など(複数社面接可)。  
日 11月2日(木)午後1時30分(受付は1時間前)～4時  
場 全日警ホール  
人 身体的・精神的にいずれかの障害者手帳をお持ちの方  
物 履歴書複数枚、ハローワークカード(なくても可)、障害者確認できる手帳など、筆記用具  
☎370-8609 ハローワーク市川 (商工振興課)

参加者募集

# 市民元旦マラソン大会

2~10キロメートルのコースの他、ウォーキングコースもあります。部門や申込方法などは申込書をご覧ください。



- 日** 1月1日(祝)午前9時~11時(雨天決行)
- 受付** 午前8時~8時40分 **開会式** 午前9時
- 場** スポーツセンター及びその周辺
- 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。市川市体育協会加盟団体・いちかわ歩こう会の各登録者、市内の学校卒業者は市外可)
- 料** 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** 指定の申込用紙に必要事項を記入し、郵便振替にて支払い
- 申込期間** 10月23日(月)~11月22日(水)
- 申込用紙配布場所** 市役所(仮本庁舎)、市内広報スタンド(JR各駅を除く)、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、市内公民館、他
- 問** ☎373-3112スポーツ課

◆シニア従業員のお仕事

**説明会 in 市川**  
本市との協定により、高齢者の見守りや雇用促進などを推進している株式会社セブンイレブン・ジャパンとの共催により開催します。入場無料、履歴書不要です。

◆高齢者インフルエンザ予防接種について

10月1日から、高齢者インフルエンザ予防接種を実施しています。65歳以上の方には予防接種券を発送しましたので届いていない方はご連絡ください。12月中旬までの接種をお勧めします。

講座・催し

- 点訳ボランティア養成講座**  
受講希望者は次の説明会に参加してください(未経験者可)。  
**日** 11月1日(水)午後1時30分  
**場** 中央図書館
- 点字広報や点字図書に関心がある方、点訳ボランティアとして水曜日に活動できる方、先着20人**  
**日** 10月31日(火)まで ☎080-6884-7755市川点訳音訳友の会(矢ノ目)
- いづくかフェエ認知症カフェ**  
認知症介護について美味しいコーヒーを飲みながら私たちにできることを考えましょう。  
**日** 11月13日(月)午前9時  
**場** タリーズコーヒージャパー本八幡店(千葉方面側)
- 先着15人(要事前申し込み)**  
**料** 飲食代実費  
**日** 11月10日(金)まで ☎37632000高齢者サポートセンター八幡
- ちばハートフルコミュニティフェスタ2017**  
県では、12月4日(月)~10日(日)の「人権週間」にちなみ、人権について考え、理解を深めるための催しを行います。  
**日** 12月5日(火)午後1時~4時  
**場** 千葉市民会館(千葉市中央区要町1-1)
- 人** 抽選で1,000人
- 内** ①講演「挑戦〜今、私にできること」講師 副島正純氏(パリンピック銅メダリスト、東京マラソン車いすレースディレクター) ②「ハートフルコンサート」出演 県警察音楽隊 ③千葉ロッテ

- マリーングズ選手1日人権擁護委員任命式**④マリーングズが当たる抽選会、他  
**申** 往復はがき(一枚2人まで)に郵便番号、申し込み事項(6面上段参照)、児童サービス手話要約筆記通訳希望車いすの使用の有無を書き、11月2日(木)必着で同事務局(〒260-0855千葉県庁内郵便局留)  
**問** ☎043-223-2348同事務局(健康福祉政策課内)(男女共同参画課)
- ペーパーヘルパーチャレンジ講座**  
ヘルパーの資格をお持ちの方、一歩踏み出してみませんか?  
介護の仕事に就くチャンスがあった方、また長期間介護の仕事から離れた方、または学ばず直して振り直しを行い、就労の自信につなげる講座です。  
**日** 11月14日(火)~16日(木) 福祉公社北部ヘルパーステーション(南大野3-21の22、17日(金)・18日(土) 福祉公社多目的ルーム(南八幡5-10の7-INGビル2F)いずれも午前9時30分~正午(各回同内容)
- 介護技術の基礎、現役ヘルパーとのディスカッション**  
**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、抽選で各回10人  
**申** はがきに申し込み事項(6面上段参照)と生年月日、昼間帯に連絡がつく電話番号、お持ちの資格、受講動機、受講希望日を書き、11月8日(水)必着で(財)市川市福祉公社ペーパーチャレンジ講座担当(〒272-0804南大野3-21の22)。受講の可否は後日通知。  
**問** ☎3338-2672同公社(福祉政策課)
- 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南行徳第一**  
**日** 10月23日(月)午後2時~4時30分  
**場** 行徳中央クリニック(新浜1-11の1)
- ◆多職種で取り組む家族介護支援**  
**講** 石田順治氏(行徳中央病院院長)、岸健太郎氏(同病院地

- 域医療連携室医療ソーシャルワーカー**  
**人** 先着30人  
**申** ☎712-8002同センター
- ◆高齢者サポートセンター市川第一**  
**日** 11月2日(木)午後1時~3時30分  
**場** 急病診療ふれあいセンター  
**内** 消費者被害防止講座~悪質被害にあわないために~  
**人** 先着20人  
**申** ☎3203-105同センター(介護福祉課)
- 市民公開講座**  
**◆超高齢社会 最後まで笑顔で過ごす生き方のヒント**  
人生100年時代を自分らしく生きるためのヒントを一緒に考えませんか。在宅医療や終末期医療のことなどを現役の医師がわかりやすく解説します。  
**講** 高林克己氏(千葉大学名誉教授)  
**日** 11月18日(土)午後3時~4時30分  
**場** 男女共同参画センター
- 腎臓病を考える会**  
**日** 10月29日(日)午後1時~3時30分  
**場** 京葉銀行文化プラザ(千葉市中央区富士見1-3の26階樓)  
**人** 120人
- 内** ①講演「フレイルと栄養」 榎浦むつほ氏(さくらクリニック管理栄養士) ②講演「慢性腎臓病に対する腎臓リハビリテーション」 平山陽氏(平山病院) ③移植体験者の体験談 ④医療相談会  
**問** ☎043-256-4661 NPO法人千葉県腎臓病協議会(保健医療課)
- 健康スポーツ教室**  
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も大丈夫です。  
**人** 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)  
**料** 1教室3,000円(15回分、

## 児童虐待防止対策講演会

### 「育てづらさを感じたら」 関わり方のコツ、教えます

言うことをきいてくれない、かんしゃくがひどい、発達に特徴があるかも...ペアレント・トレーニングを参考に、子どもとのより良いコミュニケーションのとり方を学べます。まめの木クリニック(児童精神科)のソーシャルワーカーである藤井和子氏が、豊富な現場経験をもとにお話しします。

- 日** 11月17日(金)午前10時30分(受付は15分前)~正午
- 場** メディアパーク市川グリーンスタジオ
- 人** 市内在住・在勤・在学で子育てに関心のある方、先着200人
- 申** 10月23日(月)午前9時より ☎711-0679子育て支援課

事前括納付) 信篤市民体育館 12月1日(金)~平成30年3月23日(金) 場 信篤市民体育館

| 教室名             | 定員  | 曜日  | 時間          |
|-----------------|-----|-----|-------------|
| ボディコンディショニング教室  | 40人 | 金曜日 | 9:00~9:45   |
| 初級者のエアロビクスダンス教室 | 50人 |     | 10:00~10:45 |
| 初心者のヨガ教室        | 50人 |     | 11:00~11:45 |
| リラックスヨガ教室       | 50人 |     | 12:00~12:45 |

場 塩浜市民体育館

| 教室名                | 定員   | 曜日          | 時間          |
|--------------------|------|-------------|-------------|
| 初心者の健康ストレッチ教室      | 各40人 | 火曜日         | 9:00~9:45   |
| 健康ストレッチ&リズム体操教室    |      |             | 10:00~10:45 |
| 基礎からのピラティス教室       |      | 水曜日         | 13:00~14:10 |
| レッツエンジョイ初級エアロビクス教室 |      |             | 13:00~13:45 |
| タオルを使ったストレッチ教室     |      | 木曜日         | 14:00~14:45 |
| 骨・コツストレッチ教室        |      |             | 11:00~11:45 |
| リズム体操教室            | 金曜日  | 12:00~12:45 |             |