

<https://www.city.ichikawa.lg.jp/>

今こそ気づける 認知症

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、家で過ごす時間が増えている方も多いのではないのでしょうか。その影響で外出の機会が減り、他者との関わりも少なくなる中で、認知機能が低下していく高齢者も少なくありません。一方家族と過ごす時間が増えることで、普段は気づかない、家族のちょっとした変化に気が付きやすくなります。また、9月は世界アルツハイマー月間でもあります。そんな今こそ、認知症を気に留めてみませんか。

☎712-8519地域支えあい課

高齢者の相談窓口となる市内15カ所の高齢者サポートセンターでは、6月の認知症に関する相談が昨年の同月と比べて400件以上増えました。

● 認知症総合相談件数

令和元年度 12,536件 (月平均約1,050件)

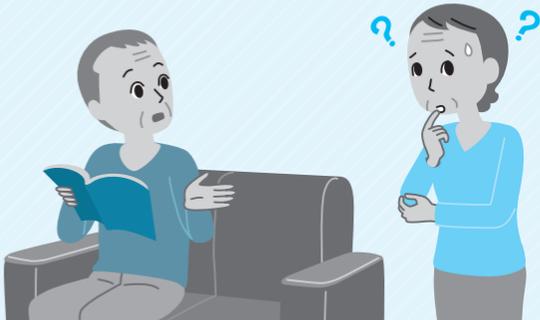
こんなことはありませんか

この話、何回目だろう…

また同じ服装てる…

また印鑑捜してる…

例:「今日は病院に行く日かい?」
「それは明日だよ。さっきも言ったよ。」



詳細は2面へ

このようなことも、認知症のサインかもしれません

- 財布に小銭が増えている
- 趣味だったことに興味がなくなった
- 料理の味付けがおかしくなった
- 賞味期限切れの食べ物が冷蔵庫にたくさんある

※詳細は「認知症ガイドブック」



Contents

2 対応のポイント

- 3 働くことは元気の秘訣
- 4 オンラインいちかわ市民まつり Act in Ichikawa
- 5 パブリックコメント ご意見をお寄せください
- 6 心と体の健康に気を付けよう
- 7 迷惑電話防止機能が付いた電話機などを購入した方に
- 8 ICHIKAWA ART CITYオンラインミュージアムがオープンします

発行
市川市

編集
広報室 広報広聴課

住所
〒272-8501 市川市八幡1-1-1

電話
047-334-1111(代)

FAX
047-712-8764

一面の症状に心あたりがあったら

対応のポイント

同じ話を繰り返す

数分前に話したことを忘れてしまい、不安感や確認のために、繰り返し話すことがあります。「何度も聞いているよ」と返答すると、ごまかしたり、話をとりつくりすることもありますが、内心は不安な気持ちになっています。

対応

同じ話を繰り返しても、とがめるのではなく、何度も話を聞く姿勢で対応してください。

身だしなみが無関心になる

認知症になると季節や日付の感覚が無くなったり、意欲が低下することがあります。そのため、服装や身だしなみに変化が現れることがあります。

対応

目のつく場所に着替えを置いたり手渡しするような、さりげない対応や興味がわく声掛けなどの工夫をしてみましょう。

物のしまい場所を思い出せない

財布や鍵などのしまい場所を忘れ、不安になり、部屋中を探る行為があります。認知症が進行すると被害妄想となり、誰かに盗られたのではないかと疑うようになることもあります。

対応

怒ったり、否定的な言葉をかけると逆効果となることがあるので、一緒に探したりする対応をします。

早期発見のメリット

- 早い段階から治療を開始することで、症状の進行が穏やかになったり維持したりすることが期待できます。
- 認知症状を引き起こす病気が見つかれば、治療が可能になります。
- 早い段階で認知症について理解を深め、さまざまな準備をすることができます。

気になることがあったら相談しましょう

かかりつけ医

かかりつけ医は患者の状態を熟知しています。認知症についても気軽に相談してみましょう。



高齢者サポートセンター

社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師などの専門職が、健康や介護の相談などの支援を行っています。お気軽にお問い合わせください。

センター名	所在地	電話番号
国府台	国府台5-25-4	☎373-6539
国分	東国分1-27-18	☎318-5565
曾谷	曾谷5-13-4	☎371-6161
大柏	大町537	☎338-6595
	南大野2-3-19(大柏出張所内)	☎303-9555
宮久保・下貝塚	下貝塚3-31-2	☎373-0763
市川第一	市川南1-1-1-209-6(ザ タワーズイースト2階)	☎700-5139
市川第二	大洲1-18-1(急病診療・ふれあいセンター2階)	☎320-3105

センター名	所在地	電話番号
真間	真間2-3-11	☎322-8811
菅野・須和田	菅野6-18-21 ママセントラルハウス1階	☎326-7737
八幡	南八幡3-4-10 加藤ビル1階	☎376-3200
市川東部	北方1-12-11 伊藤ビル1階	☎334-0070
信篤・二俣	高谷1854	☎327-3366
行徳	本行徳5525-4 丸大行徳ビル2階	☎312-6070
南行徳第一	香取2-2-2	☎359-6660
南行徳第二	日之出17-9 アルテ102	☎712-8022

※窓口受付時間 午前8時45分～午後5時15分 ※窓口業務を行わない日 土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)

認知症初期集中支援チーム

認知症になっても、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、認知症(疑いを含む)の方やご家族を支援するチームです。

● 支援対象者

- ・ 40歳以上で、自宅で生活をしている認知症の症状などで困りの方
- ・ 認知症の診断を受けていないが、心配な方
- ・ 認知症の診断を受けたが、受診が途絶えている方
- ・ 介護保険サービスを受けていない、または中断している方
- ・ 認知症状で対応に困っている方

● 支援内容

家庭訪問を行い、認知症の状態や生活状況に応じて、個別の支援方針を検討します。また、必要に応じて、医療や介護サービスの検討・調整のお手伝いをします。支援終了後はケアマネジャーなどの関係機関へ引き継ぎ、継続した支援を行います。

☎712-8519地域支えあい課

認知症講演会

テーマ:「最期まで安心して地域で過ごすために
—今私たちにできることは—」

日 10月30日(金)午後1時～3時

場 全日警ホール

人 市内に在住・在勤・在学の方100名程度

講 新井平伊氏(アルツククリニック東京院長)

申 ☎712-8519地域支えあい課



フレイル予防

年齢を重ね、筋力や認知機能、社会とのつながりといった心身の活力が低下した状態を「フレイル」と言います。

フレイルを予防・改善するために日常生活でできることをお知らせする、リーフレットや動画を作成しています。

(地域支えあい課)





働くことは元気の秘訣



インタビュー

16年間勤めた仕事を辞め、1年間お休みをしましたが、やっぱり社会とつながっていたいという思いから仕事を再開したいと思いました。そのときに広報いちかわで見たシルバー人材センターの説明会に参加し、その場で働こうと決めました。



米川 由理子さん

今までも接客の仕事をしていたのですが、お客さんとのふれあいはとても楽しく、同じ職場の人にも明るく優しく接してくれるのでとても楽しく働いています。働き始めてから、家族からは「生き生きしているね」と言われ、とても嬉しかったです。もしもう一度働こうか悩んでいる人がいたら、「悩むよりぜひ一度家を出てみましょう。きっと自分に向いている仕事があると思います。」と伝えたいです。

働くメリット

まだまだ働けるうちは働きたい、時間も体力もあるし、自分らしく生き生きと元気に活動したいと思ったことはありません。

働くことで、健康の維持・増進ができたり、仲間が増えたり、収入を得ることができます。

これまで培った知識や経験を活かして、社会参加してみませんか。

シルバー人材センター Q&A

Q. 入会方法は？

A. 入会説明会(要予約)に参加いただき、入会手続きをします。説明会の日時はセンターへお問い合わせください。入会時には年会費が必要となります。

Q. 未経験でも大丈夫？

A. 一部技術を要する職種(大工など)以外、未経験でも就業を行っています。

Q. 働く時間・曜日を選べますか？

A. 入会時に希望を伺います。希望に沿った仕事があった際の紹介となります。

Q. 怪我や事故の補償はありますか？

A. センターは団体傷害保険や損害賠償保険に加入しています。就業中や途上に怪我をした際や就業中に誤って人や財物を傷つけた際の補償があります。

シルバー人材センター入会説明会

日 ①10月7日(水)②10月21日(水)③10月28日(水)。①③は午後2時②は午前10時

場 ①ダイエー市川店(市川1-4-10)②全日警ホール③南行徳市民談話室

人 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

(地域支えあい課)

65歳からの体力づくり!

「アクティブシニアフィットネス」

前期高齢者を対象としたフィットネスクラブで行う体操教室です。健康へのワンポイントアドバイスも受けられます。

申込番号	会場	開始日	曜日	開始時間	定員
A1	セントラルフィットネスクラブ市川	10月14日	水	午前10時	各15人
A2	セントラルフィットネスクラブ本八幡	10月14日	水	午前9時45分	
A3	クリーンスパ市川	10月13日	火	午後1時30分	
A4	セントラルスイムクラブ南行徳	10月19日	月	午後0時40分	

(全日程は市公式Webサイトを確認してください)

内 概ね週1回60分、全12回(1月31日までの期間)1人1教室のみ参加可
人 市内在住の65~74歳(10月1日現在)の方で、介護保険の通所サービスを利用していない方、移動・荷物管理等自立している方、医師から運動制限を受けていない方、抽選で各15人

申 申し込み事項(4面上段参照)、生年月日、参加希望教室を9月29日(火)までに☎712-8519地域支えあい課またはWEB申込。開始日までに参加決定通知書を郵送予定

高齢者生活支援サポーター養成研修



ゴミ出しや庭の草むしりなど高齢者の日常生活上でのちょっとした困りごとへのお手伝いをしてみませんか。

研修では「高齢者の心と体の変化」や「ボランティア活動の実際」など、高齢者や介護に関する基本的な事ごらを学びます。

	第1回目	第2回目
対象	市内在住・在勤・在学で18歳以上の方 それぞれ申込順25名	
日時	10月9日(金) 午後1時15分~4時 (受付午後1時から)	11月10日(火) 午後1時15分~4時 (受付午後1時から)
場所	南行徳保健センター5階	全日警ホール

申 申し込み事項(4面上段参照)、生年月日、受講日を☎712-8519またはFAX 712-8789地域支えあい課



いちかわインフォメーション

暮らしに役立つ市川市の情報をお届けします。

【申し込み事項記入例】

申し込み先は下記の「申」で確認してください。
※往復はがきの場合は返信用のあて先も記入。
※熱を加えると消える筆記用具は使用しないでください。

WEB申込があるものは、市イベントポータルサイト(右記2次元コード参照)で申し込みます。



- 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

新型コロナウイルスの感染防止のため、記載された催しなどが中止または延期となる場合があります。開催状況については各主催者にお問い合わせください。

参加者募集

オンラインいちかわ市民まつり Act in Ichikawa

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となった「いちかわ市民まつり」に代わり、市内で活動する方々が、日常行っている活動を発信する場を提供するため「オンラインいちかわ市民まつり Act in Ichikawa」を開催します。

そこで、同まつりに参加する団体・事業者を募集します。詳しくは市公式Webサイトを確認ください。

☑ 10月中旬に特設Webサイトを公開。11月3日(祝)は特別コンテンツあり

☑ ①いちかわで Actする:団体の活動を動画や画像、テキストで PR
②オンラインでステージ:日頃の練習や過去の発表会の様子を動画や画像で発表・紹介③ちかくでバザール:11月3日(祝)を中心に市民まつりにちなんだ特別メニューやセールを実施する店舗を紹介

申 市公式Webサイトに掲載している募集要項を確認ください。

☎ 711-1142同実行委員会事務局(観光事業推進課)



税の納期限の確認を

9月30日(水)は、国民健康保険税第3期の納期限です。インターネットやコンビニエンスストアでも納められます。

(国民健康保険課)

お知らせ

傍聴できます(希望者は直接会場へ)

◆高齢者福祉専門分科会

9月30日(水)午後1時30分~2時30分 / 第1庁舎2階大会議室 / 当日先着3人程度

(福祉政策課)

違反建築防止週間について

10月15日(木)~21日(水)は違反建築防止週間です。市では「安心で快適な活力あるまちづくり」を目指し、違反建築物防止のための建築パトロールを定期的に行っています。ルールを守り、住んでから困らないよう建築士に工事中のチェックを受け、工事が完了したら必ず完了検査を受けましょう。

☎ 712-6335建築指導課

減収対策緊急支援給付金の申請を受付しています

申請期限などの延長により、7月~9月に減収した方も対象になります。詳しい支給要件や申請方法などは、市公式Webサイトを確認ください。すでに給付済みの方は申請できませんのでご注意ください。

☑ 新型コロナウイルス感染症に起因して令和2年2月~9月のうち1カ月の収入が前年同月比で2割以上減収した方へ令和元年度の住民税相当額を給付など

申請期限 11月30日(月)

☎ 704-8078減収対策緊急支援給付金担当

行政書士による無料電話相談会「そうだ、行政書士に相談しよう」

☑ 10月1日~31日の毎週水曜日、午後1時~4時

☑ ①「持続化給付金」などコロナ関連支援策に関する申請などの相談、②「相続」「遺言」など市民法務全般

申 ☎047-475-7121千葉県行政書士会葛南支部

(総合市民相談課)

10月の市民相談

☎=仮本庁舎、☑=行徳支所

相談名	会場・日程	相談時間	相談内容()は相談員
民事一般	☎・☑(電話相談) 毎週月~金曜日	8:50~12:00 13:00~17:00 (受付16:30まで)	民事に関する一般的な相談、市政案内(市民相談員)
行政書士	☎ 19(月)	13:00~17:00 (受付16:30まで) (電話相談)	相続手続、遺言書、贈与、成年後見、契約書、官公署提出書類作成、外国人の在留などに関する申請など(行政書士)
	☑ 26(月)		
行政	☎ 15(木)	13:00~15:00 (受付14:30まで)	国、特殊法人などへの苦情や要望(行政相談委員)
	☑ 5(月)		
登記	☎ 7(水)	13:00~16:00 (受付15:30まで)	不動産登記、会社登記、境界調査など(司法書士・土地家屋調査士)
	☑ 21(水)		
弁護士法律(平日)	☎ 1(木)、2(金)、9(金)、16(金)、23(金)、29(木)、30(金)	13:00~16:00 (電話相談)	相続・遺言、損害賠償、金銭貸借、離婚、借地借家、成年後見などの専門的な法律の知識を必要とする相談(弁護士)
	☑ 2(金)、9(金)、16(金)、23(金)、30(金)		
弁護士法律(土曜)	☎ 10(土)		※認定司法書士
司法書士法律(昼間)	☎ 21(水)	13:00~16:40 (電話相談)	※弁護士法律相談(平日)の予約は毎週金曜日(閉庁日の場合は前日)8:45から翌週分を直通電話で受け付けます。
	☑ なし		
司法書士法律(夜間)	☎ 7(水)、14(水)、21(水)、28(水)	17:00~20:00 (電話相談)	
	☑ 14(水)		
税金	☎ 13(火)	13:00~16:00	相続、贈与、売買など税の相談(税理士)
	☑ なし		
交通事故	☎ 8(木)、22(木)	10:00~15:00	示談や損害賠償の方法(県交通事故相談員) ※土日祝日を除く2日前までに要予約
	☑ 15(木)		
消費生活	消費生活センター 毎週月~金曜日(毎月第2・4土曜日は電話相談のみ) 消費生活センター ☎320-0666	10:00~16:00 (窓口及び電話相談)	消費生活に関する相談、苦情処理及び消費者トラブル解決のあっせん(消費生活相談員)
多重債務予約制	☎ 6(火)、20(火)	13:00~16:00	多重債務に関する相談(弁護士)※予約制(消費生活センター☎320-0666)
	☑ 22(木)		
女性のための法律相談予約制	男女共同参画センター 毎週水曜日※休館日を除く男女共同参画センター相談室 ☎323-1777	13:00~17:00	女性市民を対象とした法律相談(女性弁護士)
建築行政	☎ 毎週月・金、第3水曜日	9:00~17:00 (受付16:30まで)	建築にかかわる民事的な相談(中高層建築物を含む)(建築行政相談員)
	☑ 毎週水(第3水除く) 建築指導課☎712-6335		
労働予約優先	勤労福祉センター 7(水)、21(水) 商工業振興課☎704-4131	18:00~20:00	労働上のトラブルに関する相談(社会保険労務士)
年金	☎ 27(火) 国民年金課☎712-8538	13:00~16:30 (受付16:00まで)	各種公的年金について(社会保険労務士)
住宅リフォーム予約優先	☎ 8(木)、22(木) 街づくり推進課 ☎712-6327	13:00~16:00 (受付15:00まで)	増改築、修繕など(市川住宅リフォーム相談協議会相談員)
後見制度予約制	社会福祉協議会 20(火) 社会福祉協議会 ☎320-4001	9:00~16:00	高齢者・障がい者の成年後見制度の相談(社会福祉士)

※10月の不動産取引相談および人権擁護相談は中止となります。

パブリックコメント ご意見をお寄せください

【募集期間 9月19日(土)～10月19日(月)】

パブリックコメント手続きとは

市が条例や計画などを策定するときに、案の段階で公表し、その案に対する意見を募集し、寄せられた意見を考慮しながら案を決定するとともに、意見に対する市の考え方をあわせて公表する制度のことです。

第三次市川市環境基本計画(案)に関する意見の募集

本市では、市川市環境基本計画に基づき、良好な環境を将来の世代に引き継いでいくための取り組みを行ってきました。

現行計画の計画期間が令和2年度で終了することから、近年の社会動向や新たな環境課題に対応した次期計画の策定を進めています。

このたび、次期計画(案)をまとめましたので、この案をお知らせするとともに、広く意見の募集を行います。

第二次市川市地球温暖化対策実行計画(区域施策編)(案)に関する意見の募集

本市では、市域から排出される二酸化炭素などの温室効果ガスの排出を抑制するため、市川市地球温暖化対策実行計画(区域施策編)に基づき、市民・事業者・市の協働による取り組みを行ってきました。

現行計画の計画期間が令和2年度で終了することから、近年の社会動向や気候変動への備えなどの新たな課題を踏まえ、更なる温室効果ガス排出削減を目指す次期計画の策定を進めています。

このたび、次期計画(案)をまとめましたので、この案をお知らせするとともに、広く意見の募集を行います。

閲覧場所 市公式Webサイト、循環型社会推進課、市政情報コーナー(中央図書館、行徳図書館、大野公民館図書室、男女共同参画センター)

人 市内在住・在勤・在学の方、または市に事務所・事業所を有する個人、法人または団体。政策などに利害関係を有する方、及び本市に関心を持つ方

申 左記閲覧場所で配布の意見用紙に住所、氏名(ふりがな)または団体名(代表者氏名)、意見を書き、10月19日(月)までに持参、郵送(消印有効)またはFAX712-6320で循環型社会推進課(〒272-0033市川南2-9-12)。市公式Webサイトからも提出可

問 ☎712-6305同課

国勢調査への回答はインターネットがとても便利です

インターネット回答期間が始まっています。スマートフォンやパソコンなどから24時間回答可能です。回答した世帯には調査員が回収に伺うことはありません。便利なインターネット回答を利用してください。

回答期間 10月7日(水)まで

回答方法 ①国勢調査オンラインにアクセス(右記2次元コード参照)



②調査員から配布された利用ガイドに書かれているログインIDとアクセスキーでログインし回答する

その他 紙の調査票での回答も可能です(回答期間10月1日～7日)。10月7日までにどちらかの回答が確認できない場合には調査員が調査票の回収

に伺います。新型コロナウイルス感染防止のため、できる限り世帯のみなさんと調査員が対面しない非接触の方法で行うようにしています。

問 ☎332-8786市川市国勢調査実施本部コールセンター

(総務課)

求人

一般事務

資格・人数 特になし、5人

業務内容 諸証明の受付・交付業務

勤務場所 市民課(仮本庁舎)など

勤務条件 週4～5日、1日あたり7時間45分以内(週30時間程度)

雇用期間 10月1日～令和3年3月31日

時給 1,004円

申 履歴書(写真付き)を9月30日(水)まで(消印有効)に持参または郵送で市民課(〒272-8501※住所不要)

問 ☎712-8649同課

募集

介護職員初任者研修・通信制(旧ヘルパー2級)受講者募集

介護職員初任者研修は、在宅・施設を問わず介護に必要な基礎的知識や実際の介護実技を修得します。介護職の人材不足を解消するため、福祉社の公益的役割として、介護職員初任者研修を開催します。

日 11月6日(金)～令和3年2月12日(金)まで。通学日数はおおむね22日間。午前9時～午後5時

場 市川市福祉公社東部ヘルパーステーション 多目的ルーム(南八幡5-10-7 INGビル2階)

人 市内在住、在勤、在学で令和2年4月1日現在15歳以上の方・履修科目を全て受講可能な方・心身共に健康な方12

名(応募者多数の場合抽選)

料 50,000円(テキスト代含む) ※別途、健康診断実費負担あり。

申 はがき又は封書で申込事項(4面上段参照)、生年月日、受講動機を記入の上10月19日(月)必着で市川市福祉公社(南八幡5-10-7 INGビル2階)

問 ☎047-313-4072同公社

子ども・教育

子育て世帯への臨時特別給付金(公務員分)の申請について

公務員の方は、子育て世帯への臨時特別給付金を受け取るために申請が必要です。対象者は期限までに申請してください(公務員以外の方は支給済みです)。

申請期限 9月30日(水)(消印有効)

問 ☎712-8539こども福祉課

11月 保健センターからのお知らせ

健康相談(電話・面接)は各保健センターへ



内容	場所	日にち	時間	問合せ	対象・定員
プレ親学級 申 WEB申 (詳細は市公式Webサイト)	保健	13(金)	11:00～14:00～	①	初産でR3年1月～3月に産出予定の妊婦とその夫 1人での参加も可。どちらか1人の場合は祖父母1人まで同伴可
		15(日)	9:30～11:00～		
	南行	7(土)	11:00～14:00～	②	
ババママ栄養クラス 申 WEB申 (詳細は市公式Webサイト)	保健	10(火)	13:30～14:30	①	R3年1月～3月に産出予定の妊婦とその夫(妊婦のみも可) 申込順16人
産後ママのためのボディケア教室 申 WEB申(詳細は市公式Webサイト)	南行	6(金) 18(水)	9:45～	②	R2年4月生まれの子どもとその保護者各7組(申し込み多数の場合は抽選)
歯とお口の相談	歯科医師会 口腔サポートセンター (八幡2-9-9)	月～金曜日	9:00～17:30	③	在宅で療養中の方、身体にハンディを抱えている方など

内容	日にち	場所	対象・定員	問合せ
早期発見のための 口腔がん検診	R3/3/31まで	口腔がん検診 指定歯科医院	R3/3/31時点で30歳以上の方	①
保健推進員の訪問	生後3カ月過ぎの赤ちゃんがいる家庭に訪問し、母子保健相談窓口(アイティ)などの案内をします。			① ②
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を書き、郵送。同票到着後、保健師・助産師が訪問。同票の郵送がない場合は、生後2カ月以降に訪問。生後28日までに訪問を希望する場合は、同票の送付と各保健センターに電話してください。	① ②

場 保健=保健センター、南行=南行徳保健センター
問 ①☎377-4511保健センター、②☎359-8785南行徳保健センター、③☎332-0187歯科医師会口腔サポートセンター

新型コロナウイルスの感染防止のため、記載された催しなどが中止または延期となる場合があります。開催状況については各主催者にお問い合わせください。

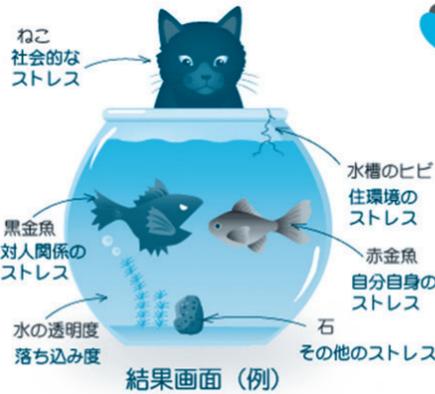
心と体の健康に気を付けよう

試してみませんか「こころの体温計」

スマートフォン、携帯電話、パソコンから24時間いつでも気軽に利用できる、メンタルチェックシステムです。いくつかの簡単な質問に回答すると、そのときのストレス度などがキャラクターで表示され、簡単にこころの健康状態をチェックすることができます。「本人モード」の他に「家族モード」があり、自身だけでなく身近な人に気になる様子があるときにも利用可能です。



こころの体温計



こころの体温計 (本人モード)

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問13問に回答していただくと、ストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。

【赤金魚】自分の病気などのストレス



※レベルが上がる毎にケガをしていきます

【水の透明度】落ち込み度



※レベルが上がる毎に水が濁っていきます

☎377-4511健康支援課

健康をサポートする「いちかわ健康マイレージ」始めてみませんか

「いちかわ健康マイレージ」は、携帯電話・スマートフォン・パソコンを使った健康管理の仕組みです。運動や食事などの健康づくりに関する目標を立て、その結果を日々入力したり、健診などの受診日を入力することによりポイントがたまります。ためたポイントを使って、健康グッズや感染予防グッズなどが当たる抽選に応募できます。

☎712-8642健康都市推進課

まずは利用登録を

- 1 スマートフォンや携帯電話で右記2次元コードを読み取るか、市公式Webサイトの健康マイレージのページから登録する。
- 2 生年月日などの登録や、毎日の運動や食事の目標設定を行う。
- 3 登録完了です。早速今日から実践しましょう。



▲スマートフォンやパソコンを使い、いつでもどこでも利用できる

義務教育に必要な費用を援助 就学援助制度

経済的な理由により義務教育に必要な学用品費などの支払いが困難な保護者の方に、費用の一部を援助します。
援助内容 ①就学奨励費(学級費、生徒会費などの一部)②学用品・通学用品費③校外活動費(宿泊を伴わないもの)④校外活動費(宿泊を伴うもの)⑤

修学旅行費⑥卒業アルバム代⑦学校給食費⑧体育実技用具費(中学校のみ)(生活保護を受けている方は③・⑤のみ対象)

■ 市内在住でAまたはBに該当する保護者の方。A生活保護を受けている方B生活保護世帯に準ずる程度に経済的に困りの方

■ 各学校にある申請書に申し込み事項を書き、必要な書類を添えて学校に

提出。認定結果は学校から通知
☎ 各小・中、義務教育学校または☎704-0256就学支援課

就学時健診のお知らせ

来年度の小学校入学に備え、健康診断を10月下旬から行います。該当するお子さんの保護者には、案内を9月下旬に郵送しますので、記載されている日時・会場で受診してください。10月

13日(火)を過ぎても案内が届かない場合は連絡してください(この健康診断は、入学する学校を決定するものではありません)。尚、新型コロナウイルス感染症の感染状況などによっては、中止または変更など、例年通りに実施できないことも考えられます。今後の変更などについては、市公式Webサイトでお知らせします。

☎383-9342保健体育課

排水側溝清掃

- 自治(町)会・個人の自主的な清掃活動です。ご協力ください。
- 協力していただいた際に揚げられた泥土は市で回収します。
- 泥土の回収は、清掃日直後の月曜日か火曜日(清掃日が月・火曜日の場合は、その週)に伺います。
- なお、一般ごみ・一般廃棄物などは回収しません。
- 不定期(臨時)に側溝清掃する場合は連絡してください。(道路安全課)

月・日 曜日	清掃地域
9.20 日	鬼越(全)、鬼高(全)、新井(全)、島尻、広尾1、日之出、南行徳1・2
9.21 祝	平田(全)
9.22 祝	八幡6、東菅野4の一部(古八幡、富貴島)
9.25 金	新田1・5
9.27 日	高石神、宮久保1(大境)、河原、下新宿、本塩、欠真間(全)、本行徳、妙典(全)、塩焼、関ヶ島、伊勢宿、末広(全)、相之川(全)
9.28 月	東菅野4・5(美里苑)、福栄(全)、富浜(全)、宮久保(全)
9.29 火	本北方1
9.30 水	曾谷6・7(第5)、下貝塚(全)
10. 1 木	市川4(根本)、北方2、本北方1の一部(北方中央)、本北方3、北方3、若宮2
10. 2 金	若宮3(上町)
10. 3 土	本北方2
10. 4 日	押切、湊、湊新田(全)、新浜1、南行徳3・4、大洲(全)、大和田1・3・5、田尻4・5の一部、原木4、国分2・3(根古屋)、若宮1、北方町4(東南・富士見台)、曾谷1、奉免町(ひめみや)、柏井町1(第1、東昌台)、柏井町3(第3
10. 5 月	団地) 香取(全)、行徳駅前3・4、国府台(全)
10. 7 水	八幡1、南八幡1(八幡上・下)
10. 8 木	稻荷木(全)
10.10 土	高谷、二俣(全)
10.11 日	中国分(全)、国分1、大和田2・4、東大和田(全)、大町、大野町(全)、稲越町、北方町4(千足)、曾谷5・8(第6)
10.12 月	真間4・5
10.13 火	北国分(全)、中山3・4
10.14 水	中山1・2
10.15 木	須和田(全)、北方1、若宮3
(下町)、市川南1~4、市川2	
10.16 金	南八幡1(しらさぎ)
10.18 日	新田2~4、曾谷1~4(第1から第4)、鬼越(全)、鬼高(全)、新井(全)、島尻、広尾1、日之出、南行徳1・2
10.19 月	平田(全)
10.22 木	八幡6、東菅野4の一部(古八幡、富貴島)
10.25 日	新田1・5、高石神、宮久保1(大境)、河原、下新宿、本塩、欠真間(全)、本行徳、妙典(全)、塩焼、関ヶ島、伊勢宿、末広(全)、相之川(全)

幼稚園子育て相談

教育・子育てに関する相談を受け付けます。お気軽に相談してください。子育てについて経験豊かな相談員がお話を伺います。

日 9月30日(水)、10月7日(水)、21日(水)、29日(木)、いずれも午前9時30分～午後4時

場 南行徳幼稚園(欠真間1-6-15。車での来園不可)

人 0歳～未就学児童の保護者

申 相談日の午前9時～午後4時に ☎ 080-7275-3365 幼児教育相談員

問 ☎ 383-9338 指導課

高齢者

シルバーカー購入費助成事業について

在宅で、歩行に不安のある65歳以上の方に、シルバーカーを購入する費用の一部を助成します。対象機種などに条件がありますので、必ず購入前にお問い合わせください。

人 65歳以上かつ市民税個人非課税の方

助成額 購入費の2分の1(限度額8,000円)

申 介護福祉課、☎ 介護福祉相談窓口、高齢者サポートセンターに申請

問 ☎ 712-8540 同課

災害時の避難情報を電話やFAXでお知らせします

携帯電話をお持ちでない高齢者などを対象に、避難勧告などの避難情報を電話やFAXでお知らせするサービスです。なお、携帯電話をお持ちの方は、緊急速報メール(エリアメール)などで避難情報をお知らせします。また、防災行政無線の放送が聞き取り辛く、同サービスを利用したい方は地域防災課までご相談ください。

申 申し込み事項(4面上段参照)と希望する配信方法(電話またはFAXどちらか一方)を書き、直接または郵送(〒272-0026 東大和田1-2-10 分庁舎C棟2階)、FAX 712-8789 で地域支えあい課

問 ☎ 712-8518 地域支えあい課

市川市歯科医師会市民公開講座

お口から健康を育むための「上映会形式の講習会」を開催します。今回のテーマは、有病者・障がい者(児)の歯科治療の対応と高齢者の摂食嚥下についてです。当日は、東京歯科大学市川総合病院の歯科医師2人の話を収録して上映します。詳しくは9月1日にリニューアルした「市川市歯科医師会Webサイト」を確認してください。新型コロナウイルス感染拡大予防のため中止などの可能性あり。

日 10月25日(日) 午前10時30分(受付は30分前)～正午

場 市川グランドホテル(市川1-3-18)

人 市内在住または転入予定の方、申込順80人

日 9月23日(水) 午前10時から市川市歯科医師会Webサイトで申し込み

問 ☎ 332-0187 同会

(健康支援課)

講座・講演

アンガーマネジメント講座「怒りに振りまわされずに生きるコツ」

自分の怒りの感情と向き合い、コントロールしていく心理テクニックを習得することで、無駄なイライラから解放されます。日々の生活に取り入れて、より快適な毎日をご過ごしましょう。講義とワークで学びを深めます。オンライン講座での開催になるため、通信料は参加者負担をお願いします。

日 10月31日(土) 午後1時～3時

講 菅野昭子氏(Angie Gardien代表)オンライン開催

人 市内在住・在勤の方(優先)、申込順30人程度

申 Webサイト

問 ☎ 322-6700 多様性社会推進課



▲菅野 昭子氏

お出かけ

妙典公園「greenerパークヨガ」

東京メトロが実施するアウトドアフィットネスクラブ「greener(グリーナー)」が外で心地よく体を動かすパークヨガを開催します。

日 ①9月26日(土)②10月25日(日)、いずれも午前9時30分～10時15分(雨天中止。中止の場合はお申し込み時登録のメールアドレス及び施設Webサイトで通知)

場 妙典公園

人 18歳以上の方(親権者同伴の場合は小学生以上参加可)

物 ヨガマット、動きやすい服装、飲料、帽子、タオルなど(greener店頭にて一部用具のレンタル、飲料の購入可)

申 greenerのWebサイトで申し込みください。

問 ☎ 318-2013 スポーツ課



ボランティアガイド市川案内人の会による「行こう市川 ちょい歩き」

感染症拡大防止に配慮し、少人数でのまち歩きを実施します。

日 ①10月2日/「平将門」伝説を訪ねて 大野から大町梨街道へ②10月9日/「日蓮聖人」の霊跡をたどる中山③10月16日/「井上ひさし」作品で巡る真間・国府台④10月23日/「永井荷風」が暮らしたまち八幡⑤10月30日/「神輿」の歴史と「行徳」ゆかりの文人たち。いずれも金曜日午前10時～午後0時30分

人 県内在住の方、各回申込順10人(1人1回のみ参加可)

申 各回の実施3日前までに、☎ 711-1142 市川市観光協会

(観光事業推進課)



迷惑電話防止機能が付いた電話機などを購入した方に購入費の一部を補助

電話de詐欺の被害防止に効果的とされる迷惑電話防止機能が付いた電話機などを購入した方に購入費の一部を補助します。

人 次の①～③全てに当てはまる方

①市内在住(住民登録している)の65歳以上の方(令和3年3月31日までに満65歳になる方も含む)

②令和2年4月1日以降に対象機器を購入した方

③市税等を滞納していない方

補助額 購入額の4分の3以内で7,000円を限度(100円未満切り捨て)

申請期間 令和3年3月31日(水)もしくは予算が限度に達した日のいずれか早い日まで

申 申請書と添付書類(領収書、取扱説明書など)を市民安全課(旧八幡市民談話室)へ持参

問 ☎ 334-1129 同課



小型充電式電池の適正排出にご協力ください

近年クリーンセンターでは、小型充電式電池が「燃やさないごみ」として出されることによる、発火検出が増えています。小型充電式電池にはリサイクルマークが表示されています。

リサイクルマークの表示された小型充電式電池は、市役所や電器店、スーパーなどにある「小型充電式電池リサイクルBOX」へお入れください。

問 ☎ 712-6317 生活環境整備課



声の広報・点字広報を発行しています

問 ☎ 712-8632 広報広聴課

広報いちかわを抜粋して音訳したCDや点字版を発行しています。視覚障がいがあり障害者手帳を持つ希望者に郵送しますのでご連絡してください(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)。

募集 点訳・音訳ボランティア

人 広報いちかわや書籍などの①点訳②音訳に関心があり、①は水曜日に②は第1日曜日または第3水曜日に活動できる方(未経験者可)

詳しくは右記2次元コードを確認してください。

申 ☎ 080-6884-7755 市川点訳音訳友の会(佐々木)



新型コロナウイルスの感染防止のため、記載された催しなどが中止または延期となる場合があります。開催状況については各主催者にお問い合わせください。

イチカワ アート シティ
ICHIKAWA ART CITY
オンラインミュージアム
がオープンします



市民のみなさんに自宅にいながらアートを楽しんでもらうことを目的とした、オンラインミュージアム(上記2次元コード参照)を開設します。同ミュージアム Webサイトでは、8月に決定した文化芸術活動緊急支援給付金交付対象者が制作した映像作品を視聴することができます。

今後は、作品展示の他、オンラインでのワークショップの開催や、さまざまな情報発信の場としてコンテンツを拡充していきますのでご覧ください。

☎300-8020文化芸術課



▲Webサイトイメージ

ヘルスメイトのおとなの食育講習会

今こそ、免疫力アップ

— 腸から始める健康生活 —

今回は調理デモをします

免疫力を高め、毎日をいきいきと過ごすために、今こそ腸活をはじめませんか。「腸」を活性化させると、心も体も元気になります。善玉菌を上手に増やし、腸内環境を整える食事のポイントについて、講話と簡単調理を紹介します。(調理実習と試食はありません)。



日時	会場	定員
10月13日(火)	保健センター	申込順 12人
10月29日(木)	南行徳保健センター	申込順 9人
10月30日(金)	南行徳保健センター	

※13日午後、30日午後は両会場とも手話通訳あり。

☎377-4511保健センター。手話通訳を希望する方は開催日の2週間前までに申し込み事項(4面上段参照)、FAX番号、希望日と手話通訳または要約筆記必要と書き、FAX316-1568同センター。各会場申込順4人まで

広報いちかわ
LINE配信始めました

広報いちかわを LINEで発行日にお知らせします。

利用方法 = 市公式LINEアカウント(下記2次元コード参照)を友だち追加。次に、受信設定で市政情報を登録した方に配信します。

☎712-8632広報広聴課

- 市川市の LINE 公式アカウント (@ichikawa-city) を友だち追加
- トーク画面から 受信設定を選択
- お知らせを 選択
- 市政情報を 選択し、登録
- 市からの情報を LINEで入手

広告

こんなお困りごとは!!

- 草取り
- 植木の手入れ
- 屋内外の清掃
- 事務・パソコン入力等
- 毛筆の宛名書き などなど

公益社団法人
市川市シルバー人材センター
 へご相談ください

市川市平田 1-20-17
 ☎047-326-7000

不登校を経験した人たちのための高校です

面接試験だけです
 卒業したいという意欲を見ます

たちばな
橘 学院高等部

入学についてご相談したい方はご連絡ください
 電話:047-324-2889

〒272-0021 市川市八幡 3-3-2 J 403
 グランドターミナルタワー本八幡
 JR本八幡駅・京成八幡駅・都営本八幡駅
 徒歩1分

難解な雨漏りをスッキリ解決
雨漏り検査!

修繕費の無駄はカット
 特殊検査液で漏水原因をピンポイント解明
 現場の状況で特殊検査液不使用の場合有り
 壁、天井のしみを見つけたらまず、ご一報下さい!!

Tel 03-5876-5801

見積り無料 信頼と実績の株式会社サーベイ
 検査・修繕 〒125-0054 東京都葛飾区高砂 8-21-1

個室会席 ちよと贅沢

「広報いちかわを見た!」と伝えると
 一ロビール又はソフトドリンク一杯サービス!

日本有数の漁獲量を誇る千葉県大原産の伊勢海老。プリプリの身は刺し身でよし、焼いてよし、茹でてよし。海の王様を存分に堪能ください。

神田ツ子自慢のお料理をご家庭でもお楽しみいただけます。大切なお客様のおもてなしやお1人様でもちよと贅沢な気分を味わってみませんか。詳細はお電話にてお問い合わせ下さい。

市川駅北口 市川市市川 1-2-12 KMビル2F
 徒歩1分 ☎047-325-1258