

夏休みの日記帳



8月5日(水)～6日(木) 晴れ時々くもり 届け！僕たちの平和の願い

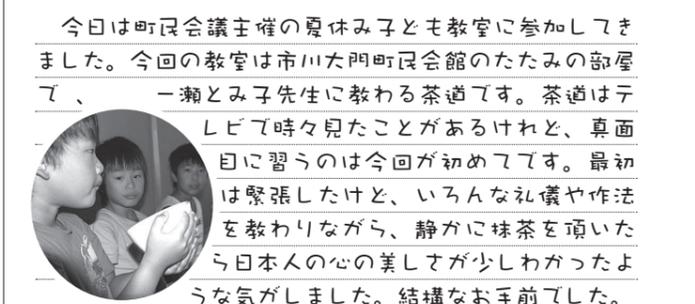
町内の小中学生の代表26人と「被爆の地・広島」を訪れました。この訪問は、僕ら子どもたちが戦争の悲惨さと平和の尊厳を感じ、平和を愛する心を育てるために旧市川大門町のときから続いています。今回で18回目です。蒸し暑い2日間でしたが、平和公園や原爆資料館を見学したり、平和記念式典へ参列しました。やっぱり戦争のない平和な世界が一番だと思いました。他の学校の友だちとも仲良くなれたし、よい経験になりました。

8月7日(金)～8日(木) 晴れ時々くもり つむぎの湯「夏休み納涼会」と体験キャンプ

つむぎの湯の屋外イベント広場で行われた納涼会と、体験キャンプに参加してきました。納涼会では、流しそうめんや抽選会やバーベキューをやりましたが、楽しく美味しく、夏の良い思い出になりました。夕方から次の朝までの体験キャンプでは、キャンプの張り方や食事づくりなどを教わり、お風呂に入ったり、周りを探検したり、花火大会を楽しみました。少し大人になったような気がしました。

8月11日(火) 晴れ 夏休みこども教室で和の心を学びました

今日は町民会議主催の夏休みこども教室に参加してきました。今回の教室は市川大門町民会議のたたみの部屋で、一瀬とみ子先生に教わる茶道です。茶道はテレビで時々見たことがあるけれど、真面に習うのは今回が初めてです。最初は緊張したけど、いろんな礼儀や作法を教わりながら、静かに抹茶を頂いたら日本人の心の美しさが少しわかったような気がしました。結構なお手前でした。



7月30日(木) 晴れ ながよしキッズに行ってきました



ながよしキッズは、六郷地区で入園前の子どもを持つ母親たちが自主的に活動している子育てグループです。今回、ながよしキッズは、地域の団体やボランティアとの連携した活動が認められて、ニッセイ財団が主催する「児童・少年の健全育成助成」を受けることができました。今回の助成金でおもちゃや絵本など、約80点を揃えることができました。これで、グループの活動がさらに充実すると思います。よかったです。



7月28日(火) くもり時々雨 パソコンでTシャツをデザインしたんだよ



教育委員会が主催する「たのしい教室」のパソコン教室で、オリジナルTシャツを作りました。僕のほかに市川小、市川南小、市川東小のお友達が約24人も集まり、それぞれお気に入りのデザインを持ち寄り、世界に一つだけのTシャツを作りました。友だちの渡邊琴葉ちゃんも「とっても可愛く仕上がってますごく嬉しい」と喜んでいました。やっぱりナンバー1よりオンリー1!

平成22年成人式のお知らせ
【日時】平成22年1月10日(日)
【受付】正午 **【開式】**昼12時30分
【会場】歌舞伎文化公園ふるさと会館
 ※詳細、申込書は11月号に掲載します

お便り

回覧、配布物などを配って感じていただくのが、果たして、税金がかかっている皆さんの印刷物を配り、どれだけの効果があるかわかりませんが、印刷物をもっと効率的にして、節約につなげられないものかと思いましたが、主催が違うといえども、たとえば配布ではなく回覧にする、両面印刷にする、あらかじめ予定がわかっているものであれば、もっと事前に印刷しもっと早い段階で回覧で周知するなどの方法がとれるのではないかと思います。おそらく、ほとんどの町民の方が自分に該当しない内容のものは破棄してしまう

可能性が高いと思われる。大切な税金です。どうかご検討いただきたいと思います。(市川大門/Sさん/男性)

組長様におかれては、月2回の配布、回覧についてご協力いただきありがとうございます。各戸配布がとっていただけます。文書、組内回覧文書についてはできるだけ多くの町民に町からの情報を目にしていただき、各種事業へのご理解、イベントへの参加をしていただくよう各担当ごとに努力しています。現在も組長様への負担や印刷経費の削減のため、できるだけ両面印刷をするよう努めています。また、早い段階で周知内容が決定している場合には、広報紙への掲載によるお知らせを行っています。しかしご指摘のとおり、

り、更なる効率化や節約が可能な点もあるのではないかと思っています。チラシの両面印刷については、所属違いなど調整には難しい面もありますが、方法を検討していきたいと考えています。また、各戸配布が回覧文書かの選択においても、コスト意識をもってチラシの作成をするよう周知し、努めてまいります。貴重なご意見、ありがとうございます。(総務課庶務係)

白 宅の軒下に「ヤマネ」が毎晩現れます。珍しいので写真におさめました。(山保/Y.Iさん/60代男性)

ヤマネは国の指定天然記念物で準絶滅危惧種にも指定されています。リスやねずみに似ていますが違う仲間属し、背中の黒い線やかき爪など明らかに特徴があります。ニホンヤマネは日本国にしか生息しない固有種で、生きた化石とも呼ばれているそうです。とってもかわいいですね。(広聴広報係)

8 月1日に75歳以上の高齢者で市川三郷町ゲートボール大会が行われました。その大会では川浦チームが優勝し、9月16日に緑ヶ丘で行われる県大会に町代表として出場します。(三珠/H.Kさん/50代男性)

川浦チームさん、優勝おめでとうござります。写真が送られてきます。

たが写真左から初鹿つゆ子さん、小林はる子さん、森田さつ子さん、八木八重子さん、長田登さんです。県大会でも頑張ってください。でもまだまだ暑いと思いますのでお体には十分気をつけて下さいね。皆さん応援をよろしくお願います。(広聴広報係)



クイズに答えて記念品をゲット!

正解者5名の方に抽選で記念品を差し上げます。(記念品は月によって内容が変わる場合があります。ご了承下さい)

広報いちかわみさきこどもクイズ

《問題》
 ～ヒントは広報紙の中に～
乳がんの早期発見に役立つ乳房のX線検査の名称は?

- ① マンモスウレピー
- ② マンモグラフィ
- ③ マンモマニア

ハガキまたはメールで、クイズの答え、住所、氏名及びペンネーム、年齢、電話番号、広報の感想や町への意見を書き〒409-3601 市川三郷町市川大門1790-3 市川三郷町役場総務課広報係までご応募下さい。
 ims1790@town.ichikawamisato.yamanashi.jp
 (締切)9月15日必着



QRコード
 対応する携帯電話などで読みとると、本町のメールアドレスを表示します

先月号の答え
 「川柳には決まりはないけれど、俳句には必要とされるものとは何でしょう?」は③番の「季語」が正解でした。でも②番の「やりぬく気持ち」も俳句に限らず、何をすることも必要な気持ちですね。次の方が当選いたしました。おめでとうございます!記念品をお贈りします。
 元気なじいちゃん、花火男さん、のっちゃん、渡辺侑哉くん、フラワービーンズさん

※感想、意見、お叱りのお手紙、私信、写メールなど、なんでも送って下さい。できる限り紹介いたします。

子どもに 思い出のこし 母はゆく
 元気なじいちゃん(市川大門)

甘々の娘 三郷の侍生
 長田登(上野)

こんにちは保健師です

【おいしく食べて、高脂血症の予防を!!】

朝晩の風が涼しくなり、秋を感じる季節になりました。秋といえば…、食欲の秋!おいしいものがいっぱいです。でも「私は高脂血症だから、秋の味覚が食べられない。」と思っている人はいませんか?

高脂血症とは、血液に含まれるコレステロールや中性脂肪が増えすぎてしまう病気で、悪い食生活も原因の一つと言われています。放っておくと血液がドロドロになり、動脈硬化を起こして心臓病や脳卒中などの病気の原因になります。予防、改善のため次のような食事を心がけましょう。

①コレステロールを摂り過ぎない - 卵類やレバーなどはコレステロールを多く含みます。これらの食品は食べすぎに注意しましょう。

②飽和脂肪酸を摂り過ぎない - 飽和脂肪酸はコレステロールの値をあげると言われています。飽和脂肪酸が多いお肉の脂身や、チーズ、バター、即席めん、スナック菓子、チョコレートなどは食べ過ぎないようにしましょう。

③食物繊維を上手にとる - 食物繊維はコレステロールが腸で再吸収されるのを防ぎ、体の外に出す働きをします。ごぼう、大根などの根菜類、きのこ類、イモ類、豆類、果物に多く含まれています。毎日の食卓には昔ながらの煮豆やきんぴら、野菜たっぷりのけんちん汁など食物繊維の多いメニューを加えると良いでしょう。

④青背の魚を食べる - さば、さんま、いわし、マグロ、ブリなどの青背の魚にはコレステロール値を下げるEPA(エイコサペンタエン酸)や、DHA(ドコサヘキサエン酸)が多く含まれています。お肉だけではなく、青背の魚も食べるように心がけましょう。

バランスよく食べることで、楽しく高脂血症の予防や改善ができます。

秋はウォーキングにも良い季節です。おいしく食べた後は体を動かして、脂肪の燃焼にも努めましょう。

(保健師・芦沢)



～ 乳児・幼児健診 ～

■□■乳児健診(4・7・10・13カ月児)

【対象】平成20年8・11月、平成21年2・5月の出生児

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル

【受付時間】午後1時～1時30分

●三珠地区の方 9月1日(火) 三珠健康管理センター

●市川大門地区の方 9月10日(木)市川大門町民会館

●六郷地区の方 上記のどちらかで健診して下さい

■□■1歳6カ月児健診

【持ち物】母子健康手帳、問診表、普段使用の歯ブラシ

【受付時間】午後1時～1時30分

●三珠・市川大門地区の方

9月17日(木)市川大門町民会館

(対象・平成19年11・12月、平成20年1・2月の出生児)

●六郷地区の方 9月16日(水)六郷ふれあいセンター

(対象・平成20年1～3月の出生児)

■□■3歳児健診

【持ち物】母子健康手帳、問診表、普段使用の歯ブラシ、尿スティック

【対象】平成18年5～7月の出生児

【受付時間】午後1時～1時30分

●三珠・市川大門地区の方

9月3日(木)市川大門町民会館

●六郷地区の方 9月16日(水)六郷ふれあいセンター

■□■5歳児健診⇒六郷地区の方対象

【持ち物】母子健康手帳、問診表

【対象】平成16年7～9月の出生児

【受付時間】午後1時～1時30分

【とき・場所】9月16日(水)六郷ふれあいセンター

■対象地区以外の会場で、健診を希望される方は、いきいき健康課子育て支援係までご連絡下さい。

～ 母子健康手帳の発行 ～

【とき・ところ】

■9月1日(火) 三珠健康管理センター1階機能訓練室

■9月16日(水) 六郷ふれあいセンター1階

■9月24日(木) 市川大門町民会館1階保健室

【受付時間】午前10時(時間厳守)

※発行にはおおよそ2時間かかります。

【持ち物】印鑑、保険証

※発行は原則として直接本人に限ります。

※お急ぎの方は子育て支援係までご連絡下さい。

～ 子宮がん検診 ～

【期間】8月1日～12月26日まで

【対象】平成22年3月末日現在で20歳以上の女性

【自己負担金】

■頸部検診 1,500円

■頸体部検診 2,200円(体部検診は医師が必要と認められた方のみ)

【持ち物】すでに送付済みの受診票、保険証

※申込者には受診票、検診指定病院一覧表を送付します。

※検診期間以外に受けた場合は実費になります。

※今から受診を希望される方は健康増進係まで連絡をお願いします。

※クーポン券対象の方は必ずクーポン券を持参して下さい。

★★★今からでも申し込みできます!★★★

～ 予防接種 ～

■□■麻しん、風しん予防接種

【第1期対象者】1歳以上2歳未満の児

【第2期対象者】5歳以上7歳未満の児(年長児)

【第3期対象者】中学1年

【第4期対象者】高校3年生の年齢相当の方

■□■二種混合(ジフテリア破傷風混合ワクチン)

【対象者】平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれの児童(小学校6年生)

【接種期間】平成22年3月31日まで

※接種を希望される方は、早めに接種しましょう。※現在13歳未満の中学1年生で、昨年接種できなかった児は公費で接種することができます。子育て支援係までご連絡下さい。

■□■三種混合(ジフテリア百日せき破傷風混合ワクチン)

三種混合1期初回(3回)の接種間隔が、3週間～8週間の間隔をはずれてしまった場合には、定期接種となりません。その場合は任意接種となり、予防接種健康被害救済制度の対象外で、自己負担となります。ご注意ください。

～ 母親学級 ～

■1回目 10月2日(金) 午後1時30分～

【場所】市川大門町民会館1階和室

【内容】母乳について、出産前後の心構えと具体的な方法

【持ち物】母子健康手帳

住民健康診断のお知らせ

【受付時間】午前8時～10時30分

【持ち物】『健康診断のご案内』封筒一式、保険証他 ※封筒に書かれている持ち物チェックリストをご覧ください。

※結核検診(65歳以上)も上記の日程で同時に開催します。[結核検診受診票をお持ち下さい] ※乳がん検診クーポン券対象の方は必ず持参して下さい。

■三珠地区・住民健康診断日程

【場所】三珠健康管理センター

9/5(土)上ノ原・道林・大塚桃林橋・下河原

9/6(日)町屋

9/7(月)上野桃林橋・矢作・下九一色地区

9/8(火)上野・川浦・樋田

9/9(水)北区・南区

■市川地区・町国保以外の方の健診日程

【日時】9月10日(木)午前8時～10時30分

【場所】三珠健康管理センター

★健診当日は「保険証」を必ずお持ち下さい。

★町国保以外の医療保険の扶養家族で、特定健診を受けられる方は「特定健康診査受診券」を必ずお持ち下さい。

★町国保以外の医療保険に加入している方(本人)は特定健診は受けられません。がん検診のみ受けることができます。

★★★今からでも申し込みできます!★★★

～ いきいきはつらつ貯筋教室 ～

【対象者】おおむね40歳以上で健康づくりの運動をしてみたい方(若い方・男性の方大歓迎です!) ※介護保険サービス利用者、ミニデイサービスを利用されていない方が対象です。ご了承下さい。

【場所・日程】時間:午後1時30分～3時

■いきいきコース[初級・中級]

市川大門町民会館 9月2日(水)・9月16日(木)

大同地区公民館 9月4日(金)・9月18日(金)

六郷ふれあいセンター 9月3日(木)・9月17日(木)

■はつらつコース[上級]

三珠総合福祉センター 9月1日(火)・9月15日(火)

【持ち物】上履き・フェイスタオル・飲み物

【自己負担金】1回200円

【問い合わせ・申し込み】「いきいき健康課健康増進係」まで電話にて ☎ 0556-32-2114

9月イベントカレンダー

カレンダーの見方

休 → 休館日
 P5 → 本誌5ページに詳細記事あり
 ②P5 → 本誌2月号5ページに詳細記事あり

日	月	火
納期 9月30日 ●国民健康保険税(第3期) 町税務課055-272-1104 ●介護保険料(第3期) 福祉支援課055-272-1106 ●学校給食費(第6期) 学校給食センター055-272-0041 <small>※講座振替の方は、口座の残高確認と記帳による口座収納済確認をお願いします。 ※今年度から口座収納済通知書の発送は廃止しています。</small>		1 六郷 可燃 母子手帳発行(三珠)P17 乳児健診(三珠)P17 貯筋教室(三珠)P16
6 町防災訓練P20 ポンプ操法県大会⑧P19 三珠地区住民健診P16 ㈱ニード	7 市川 可燃 六郷 びん 三珠地区住民健診P16 ㈱ 図書館・歌舞伎・碑林	8 六郷 可燃 三珠地区住民健診P16
13 六郷 持込可 ㈱ニード	14 市川 可燃 三珠 ㈱ 図書館・歌舞伎・碑林	15 六郷 可燃 貯筋教室(三珠)P16 ふれあい室(三珠)P20 ねんきん相談P19
20 ㈱ニード	21 市川 可燃 三珠 敬老の日 ㈱ 図書館	22 六郷 可燃 国民の休日 ㈱ 図書館
27 気軽に講演P18 ㈱ニード	28 市川 可燃 三珠 六郷 べつ ㈱ 図書館・歌舞伎・碑林	29 六郷 可燃 ㈱ 図書館
4 10月 ㈱ニード	『宝くじ文化公演』 東儀秀樹 全国ツアー 2009 feat.古澤巖 チケット好評発売中 9月26日(土) 〔前売り券〕(全席指定)お1人様3枚まで2,000円(当日券2,500円) 歌舞伎文化公園ふるさと会館 《開場》18:00 《開演》18:30 <small>※宝くじの助成により、特別料金になっています。 ※前売りで完売した場合、当日券はありません。</small> 【販売場所・問い合わせ】歌舞伎文化公園管理事務所 ☎055-272-5500	

市川三郷町立病院 ☎055-272-3000

【受付時間・診療科目】

(土曜・日曜日・祝日の受付はありません)

■午前診療科目(受付AM 8:00～11:30)

- 内科 ⇨ 月～金
- 循環器内科 ⇨ 月・水・金
- 外科 ⇨ 月～金
- 泌尿器科 ⇨ 月～金
- 眼科 ⇨ 月・火・金
- 皮膚科 ⇨ 月・*水・金

※水曜日は不定期です(要確認)
 耳鼻咽喉科 ⇨ 火・木・金

■午後診療科目(受付PM3:00まで)

- 呼吸器特診 ⇨ 水曜日
- 心臓血管特診 ⇨ 金曜日〔毎月2回〕
- 脳神経外科 ⇨ 火

■予約制診療科目

- 整形外科(終日) ⇨ 月・火・木・金
- 婦人科(午後のみ) ⇨ 火・金

※予定が変更になる場合があります。

詳しくは町立病院へお問合せ下さい。

※予約(変更・取り消し等)の問い合わせは、専用ダイヤル ☎055-272-5311

〔受付時間〕

午後1時～4時(土・日、祝日を除く)

町営国民健康保険診療所 ☎055-272-7111

【診療時間】

午前9時～正午・午後2時～5時

●内科

※9/11(金)の午後の内科は都合により休診します。

- 月・火・木・金曜日(終日)
- 水・土曜日(午前のみ)

●整形外科

○毎週金曜日(午後のみ)

●泌尿器科・皮膚科

- 火・木曜日(終日)
- 土曜日(午前のみ)

子どもの急病や心配ごとの相談は…

■小児救急電話相談 ☎# 8000

ダイヤル回線からは ☎055-226-3369 へ

※受診した方が良いか相談・助言など

■急病時、時間外での小児医の受診

小児初期救急医療センター

☎055-226-3399

※まずは電話相談をしてから受診して下さい。

介護老人保健施設ケアセンターいちかわ

■通所リハビリテーション

(月～金 祝祭日を除く)
 午前9時～午後4時

【問い合わせ】 ☎055-272-5121

- 心配ごと相談 ↓ 時間13時30分～16時
- ▽三珠地区16日(水)三珠総合福祉センター相談室 ㈱町社協三珠支所 ☎055(272)2881
- ▽市川地区10日(木)町福祉保健総合サービスセンター相談室 ㈱町社協市川支所 ☎055(272)4179
- ▽六郷地区10日(木)六郷町民会館 ㈱町社協六郷支所 ☎0556(32)3847
- 行政相談
- ▽三珠・市川地区10日(木)14時～16時(場所・問) 町役場本庁舎2階総務課庶務係 ☎055(272)1102
- ▽六郷地区10日(木)14時～16時 六郷町民会館2階小会議室(場所・問) 役場六郷支所庶務係 ☎0556(32)2111
- 健康なんでも相談 ↓ 24日(木)13時30分～15時・三珠健康管理センター1階診察室・市川大門町民会館1階保健室・六郷ふれあいセンター
- ねんきん定期便相談(毎月第3火曜日)〔日時・場所〕9月15日(火)町役場本庁舎1階大会議室(問い合わせ) 町民課国保老健係 ☎055(272)1105

水	木	金	土
2 市川 可燃 三珠 びん 六郷 びん 貯筋教室(市川)P16 母親学級P16 ㈱つむぎ	3 3歳児健診(三・市)P17 貯筋教室(六郷)P16	4 市川 可燃 三珠 六郷 可燃 貯筋教室(大同)P16	5 三珠地区住民健診P16
9 六郷 プラ 三珠地区住民健診P16 ㈱つむぎ	10 行政相談(三・市・六)P19 心配ごと相談(市・六)P19 乳児健診(市川)P17 市川国保外住民健診P16	11 市川 可燃 三珠 六郷 可燃 三珠地区住民健診P16	12
16 市川 可燃 三珠 びん 六郷 びん 心配ごと相談(三珠)P19 母子手帳発行(六郷)P17 幼児健診(六郷)P17 貯筋教室(市川)P16 ふれあい室(本庁舎)P20 ㈱つむぎ	17 六郷 古紙 貯筋教室(六郷)P16 1歳6カ月児健診(三・市)P17 ふれあい室(六郷)P20 親子リズム教室P18	18 市川 可燃 三珠 六郷 可燃 貯筋教室(大同)P16	19
23 六郷 プラ 秋分の日 ㈱図書館	24 母子手帳発行(市川)P17 健康なんでも相談P19 ㈱歌舞伎・碑林・つむぎ	25 市川 可燃 三珠 六郷 可燃 ㈱図書館(本館)・つむぎ	26 東儀秀樹コンサートP19
30 国保税第3期納期 介護保険料第3期納期 学校給食費第6期納期 ㈱図書館(本館)・つむぎ	1 10月 チャイルドセンター子ども館「友優」 ■親子リズム教室■ 【日時】9月17日(木) 午前10時30分～11時30分 【場所】市川大門町民会館2階講堂 《入場無料》 【講師】鶴田香予子先生 【問い合わせ】チャイルドセンター友優 ☎055-272-5226	2 10月 市川 可燃 三珠 六郷 可燃 気軽に行講座 山梨の民話 ～甲州弁で語る民話～ 講師・藤巻愛子先生 【日時】9月27日(日) 午後7時30分～9時 【場所】六郷宮原 竹林コンサート会場 園教育委員会 ☎055-272-6094 場所注意!	3 10月

- 巡回児童相談所 ↓ 町いきいき健康課子育て支援係 ☎0556(32)2114
- 教育相談 ↓ 町教育委員会 ☎055(272)6093
- 今月の各種相談

※ごみ収集予定の見方

三珠・市川地区 ミックス紙 ⇨ 紙
 可燃ごみ ⇨ 可燃 ガラス類不燃ごみ ⇨ ガラス
 鉄類不燃ごみ ⇨ 鉄 粗大ごみ ⇨ 粗大

六郷地区 ミックス紙 ⇨ びん 古紙類 ⇨ 古紙
 プラスチック製容器包装 ⇨ プラ ペン類 ⇨ ペン
 ペットボトル ⇨ ペット セトモノ・ガラス類 ⇨ セガ
 金物類 ⇨ 金物 可燃ごみ ⇨ 可燃

※河頭地区の可燃ゴミの収集は金曜日のみです
 ※祝日でもカレンダーどおりに収集します。
 ※詳しくは各世帯に配布されたゴミ収集予定表、およびゴミ便利帳をご覧ください。

直通電話番号一覧

- 【本庁舎】代表 ☎055-272-1101
- 企画課 ☎055-272-1103 総務課 ☎055-272-1102
- 財政課 ☎055-272-6091 町民課 ☎055-272-1105
- 税務課 ☎055-272-1104 福祉支援課 ☎055-272-1106
- 生活環境課 ☎055-272-6092 建設課 ☎055-272-6090
- 出納室 ☎055-272-1107 議会事務局 ☎055-272-1108
- 教育総務課 ☎055-272-6093 生涯学習課 ☎055-272-6094
- 【三珠庁舎】三珠支所 ☎055-240-4153 産業振興課 ☎055-240-4157
- 【六郷庁舎】六郷支所 ☎0556-32-2111 いきいき健康課 ☎0556-32-2114
- 【市川保育所内】保育課保育係 ☎055-240-4160
- 【大同出張所】 ☎055-272-1504