





投票は9月11日(日) 午前7時～午後8時

### 衆議院議員総選挙 最高裁判所裁判官国民審査

第44回衆議院議員総選挙と最高裁判所裁判官の国民審査が、9月11日(日)に行われます。投票は小選挙区選出議員選挙、比例代表選出議員選挙、最高裁判所裁判官国民審査の3つです。

#### 投票できる方

- ① 1985(昭和60)年9月12日以前に生まれた方
- ② 2005(平成17)年6月1日までに我孫子市に転入届をし、引き続き居住している方
- ③ 公職選挙法による選挙権と被選挙権の停止を受けていない方

#### 投票所入場整理券を忘れずに

投票所での投票をスムーズに行なうため、投票所入場整理券を各家庭へ郵送します。

1枚のハガキに6人分まで連記されていますので、切り離して本人が持参してください。

紛失などで持参できなくても、選挙人名簿に登録されている投票所であれば投票できますので、受付係に申し出てください。

期日前投票はお早めに

投票日当日に仕事やレジャー、買い物など何らかの都合で投票

## 都市計画審議会 市民委員を募集

### 都市づくりにあなたの意見を

市では、都市計画審議会の市民委員を募集します。

都市計画審議会とは、都市の健全な発展と秩序ある整備を進めるため、土地利用や都市施設の整備、市街地開発事業などの都市計画について調査審議する組織で、学識経験者や市議会議員、

関係行政機関、市民など15人以上で構成されます。

募集人員 男性1人、女性1人  
応募資格 市内在住の20歳以上の方(他の審議会などの委員に委嘱されている方は応募不可)

任期 12月10日から2年間  
審議会の開催 平日の午前または午後を予定

選考方法 選考委員会によるレポート審査  
応募方法 身近なまちづくりの実践や普段の暮らしなどを通して日ごろ感じている都市づくりについての意見・提言などを800字程度にまとめ、別紙(書式は自由)に住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号を明記し、9月14日必着で〒270-1119 2市役所都市計画課(住所省略可)へ郵送または持参

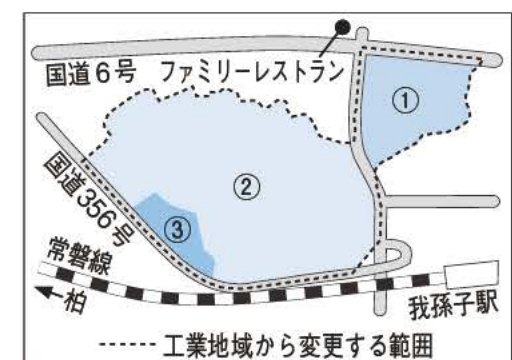
都市計画課・内線552

## 我孫子駅北側の旧日立精機の用途地域と高度地区を変更

我孫子駅北側の旧日立精機の工場群があった区域には、用途地域として工業地域を指定している地区がありますが、シヨック

5月15日の原案説明会などでの意見を踏まえて検討した結果、千葉県が決定する用途地域変更の素案がまとまりましたので、

(午後2時から、市役所庁舎分館大会議室  
公述できる方 市内に住所のある方(法人を含む)  
公述の申し出 県知事あての公述申出書(市役所都市計画課に用意)に必要事項を明記し、意見要旨を800字以内にとり、9月20日消印有効で〒270-1192市役所都市計画課(住所省略可)へ郵送または持参  
※公述の申し出が多数の場合は、抽選となります。公述の申し出がない場合は、公聴会は中止となります。(開催の有無は広報あびこ10月1日号に掲載)  
傍聴 当日直接会場へ(先着順) ※満員の場合は、入場をお断りすることがあります。



- ① 大型ショッピングセンターとマンションが立地する東部地区…商業施設が共存できる近隣商業地域に変更
- ② 主にマンション群が立地する中央部地区…中高層の居住環境の保全のために第一種住居地域に変更、第二種高度地区に指定
- ③ 小型の工場が立地する南西部地区…危険性が大きい工場や環境を悪化させる恐れのある工場の立地を制限する準工業地域に変更

※①～③を建ぺい率60%・容積率200%に変更

縦覧と公聴会を行います。公聴会で公述を希望する方は、事前の申し出が必要です。

縦覧と公聴会を行います。公聴会で公述を希望する方は、事前の申し出が必要です。

## シートベルト 同乗者も必ず着用!

2004年の県内の交通事故死者数は332人で、全国ワースト3位となりました。四輪乗車中の死者117人のうち、6割強の75人がシートベルトを着用していませんでした。県が今年6月に行ったシートベルト着用率調査では、我孫子市内での着用率は90.3%で、シートベルトを着用していない助手席同乗者が多く見受けられました。車に乗るときは、運転手だけでなく同乗者もシートベルトの着用を習慣づけましょう。 我孫子警察署 ☎7182-0110、交通整備課 ☎7185-1369

## 浸透ますや雨水貯留槽などの雨水抑制施設 設置費用を補助

市では、雨水の貯留や地下への浸透など、雨水の流出を抑制する効果のある施設を設置する方に補助金を交付します。 対象 市内に所有する300㎡未満の敷地に建てられた家屋、店舗などに①浸透ます②浸透トレンチ(設置する長さが1m以上)③雨水貯留槽(貯留量150ℓ以上)のいずれかを年度内に設置する方(①②は地形や地質により交付対象外となる区域があります) 補助額 設置に要した額(1000円未満切り捨て)で、1施設につき3万円、2施設以上の場合は5万円を限度 ※申請方法や対象外となる区域など、詳しくは治水課・内線557へ。

## スポーツ選手に 助成金を交付

### 関東大会出場者などを対象に

市では、スポーツ活動で関東大会や全国大会に出場する選手に助成金を交付します。 対象 市内在住・在勤・在学の個人または市内の事業所・学校などに属するクラブその他の団体で、我孫子市、千葉県、国の代表として次の大会に出場する方 ①国民体育大会 ②パライピック大会 ③文部科学省、厚生労働省、(財)日本体育協会加盟団体と傘下団体、(財)日本障害者スポーツ協会と傘下団体、全国高等学校体育連盟と傘下団体が主催または後援する関東大会以上の大会で、市・県などの一定の地域予選を経るもの 助成額 関東大会：1人5000円 全国大会：1人1万円 申請方法 大会終了後に次の書類を体育課へ持参 ①予選大会の要項と大会結果 ②全国大会などの出場推薦書と要項、大会結果、エントリー表または申込書 ③決算書 ④印鑑 ⑤振込先(申請者と異なる場合は健康保険証または住民票) ※申請は、1年度につき1競技1大会となります。 ※2005年度の大会は来年3月31日までに申請してください。 教育委員会体育課 ☎7187-7555

## 我孫子市が景観行政団体に

今年6月に全面施行された景観法に基づき、我孫子市は8月29日に景観行政団体になりました。市ではこれまで、94年に景観形成の目標や方針などをまとめた「景観形成基本計画」を策定し、99年には建築行為や開発行為、屋外広告物などに届出制度を設けた「景観条例」を制定して、良好な景観形成への誘導を進めてきました。景観行政団体は、「景観計画」を定めることにより、よりきめ細やかな規制や誘導方針に取り組むことができます。今後は、市民の皆さんの意見を伺いながら「景観計画」を策定し、景観に配慮したまちづくりを進めていきます。 都市計画課・内線578 ※景観法については国土交通省「景観ポータルサイト」http://www.mlit.go.jp/keikan/keikan\_portal.htmlを参照。



戦後60周年記念平和事業

平和を語ろう

第1部では、8月6日の広島市の平和記念式典に出席した中学生が、原爆投下の地で学んだこと、感じたことを発表します。



被爆体験談を聞く中学生

東京大空襲体験者、原爆被爆体験者9人に、それぞれの考えや思いをお聞きします。

モンゴルの風・あびこの風

絵画展 ビデオ鑑賞会



絵画展

日時 9月1日(木)から30日(金) 前8時30分から午後9時(9月26日(月)は休館)

場所 アビスタ(ストリート) 内容 モンゴルをモチーフにした絵画の展示

ビデオ鑑賞会

日時 9月24日(土)午後1時から3時

場所 アビスタ(ホール) 内容 モンゴルを紹介するビデオ作品「らくだの涙」(約40分)、「碧い空」(約25分)を交互に上映

日本の伝統文化を知ろう!

いけばなこども教室

日本の伝統文化のひとつ「いけばな」を学んでみませんか。



日時 10月1日・29日、11月6日・19日、12月3日・24日、1月21日・28日、2月18日、3月18日・19日(11月6日・3月19日のみ日曜日で他はすべて土曜日)

市長室 6 信よりの

自然の中で子どもたちと

青少年キャンプに今年も参加



8月5日から7日の3日間、福島の猪苗代町で行われた「我孫子市青少年キャンプ」

に、福嶋市長が参加しました。青少年キャンプは、毎年夏休みに青少年相談員連絡協議会と教育委員会の共催で行われます。

竹内神社の祭礼に伴う 交通規制にご協力を

9月17日(土)~19日(祝)

布佐・竹内神社の祭礼が9月17日から19日まで行われ、下図のとおり交通規制が行われます。

▼規制日時・区間

Map showing traffic regulations for the festival. The map includes landmarks like 利根川, ガソリンスタンド, 延命寺, 竹内神社, and 布佐駅. A table below the map lists the regulated time intervals for each day from 9/17 to 9/19.

側、北千葉揚排水機場までの区域の道路も、神輿や山車通過の際は片側通行になります。

犬・猫の不妊手術に助成

助成額 1頭あたり5000円(1世帯1頭に限り) 助成方法 予算の範囲内(2003年度実績は805頭)で利用券を発行(応募者多数の場合は抽選)

第2回総合寄贈絵画展 おわびと訂正 広報8月16日号3面に掲載した「第2回総合寄贈絵画展」は、おわびして訂正します。

ニュースポーツで健康・体づくり挑戦

健康スポーツ講習会

日時・場所・内容 下表参照 参加費 無料 持参 上履き、タオル、飲み物

Table with 3 columns: 学校名 (School Name), 日時 (Date/Time), and 種目 (Activities). It lists activities for various schools like 我孫子第三小学校 and 湖北台西小学校.



# ボランティア・NPO・コミュニティビジネスを体験しよう

## シニア世代の皆さんから地域活動インターンを募集

### 受け入れ団体は 48 団体

市では、2005年度から地域活動インターンシッププログラムを始めます。

このプログラムは、定年を迎えるシニア世代の皆さんに、インターン（体験者）として、関心のあるボランティアやNPOの活動、コミュニティビジネスなどを一定期間体験してもらおうというものです。

その活動の楽しさや我孫子という地域の様子を知ってもらい、インターン終了後は自分があった活動で、豊かな経験や能力を生かして活躍していただければ幸いです。

**受け入れ団体は48団体**

7月から受け入れ団体を募集したところ、48団体（下表参照）

日時・場所 9月18日(日)午前10時から正午、市民会館大会議室

内容 参加にあたってのオリエンテーション、受け入れ団体からの体験内容の説明ほか

※申し込みがまだの方、検討中の方の参加も可能です。

市民活動支援課 ☎ 7185・1467

**インターン希望者への説明会**

希望団体と調整を行い、結果をお知らせします。できるだけ「インターン希望者説明会」(左記)に参加してください。

申し込み 11月30日まで随時受け付け。電話、ファクス、Eメールのいずれかで氏名、連絡先を明示して、市民活動支援課 ☎ 7185・1467 FAX 7185・5777 Eメール shiraha.katsudou@city.abiko.chiba.jp

から応募がありました。今回は、インターン（体験者）希望者を募集します。

シニアの皆さん、地域活動を知るきっかけに、ぜひご参加ください。

**インターンシップ実施期間**  
9月中旬から12月中旬  
※06年2月には、報告会を予定しています。

**参加費** 無料（ただし体験内容によっては、実費がかかる場合があります）



▲大勢の市民が参加したシニア世代歓迎の集い (7月17日)

▼地域活動インターンシッププログラム受け入れ団体一覧 (2005年8月12日現在)。内容は各団体からいただいた情報をもとに作成しています。

No	団体名	活動内容	体験内容
1	我孫子脳卒中友の会	脳卒中による後遺症者の親ばくと励ましあいにより、体力の向上を促進し、本人と家族の生活と権利を守る	会報や各種資料の発行作業、リハビリ研修旅行(11月)に参加する(2005.9.30締め切り)
2	我孫子市手をつなぐ育成会	知的障害児者が住み慣れた家庭・地域で安心して暮らせるようにする	福祉作業所「みずき」の草取りと畑仕事、喫茶「ぷらっと」(アビスタ内)の会計事務の補助を行う
3	おたまじゃくしの会	障害児・者のプール活動のお手伝い。障害児・者と家族とボランティアが水を通して親交を深める	障害児・者のプールサイドまでの移動やプールの中でのサポートを行う
4	お話しボランティア「ひまわり」	外出が困難な高齢者の方々をお訪ねし、思い出話を聞いたりお話を相手をする	高齢者のお宅への訪問や定例会に参加する
5	手話サークルつくし野	聞こえない人の抱えている問題を共に考え、手話を学びながら交流を深める	手話の学習と聞こえない人との交流を行う
6	特定非営利活動法人在宅福祉サービスまどか	高齢者や心身に障害をお持ちの方、病気の方などの生活を少しでも快適にするための家事介護などを行う	地域へのお便り作成、高齢者との交流、草むしり・生け垣の手入れ、NPOの設立と運営に関する書類作成などを行う
7	特定非営利活動法人デイヘルプ	高齢者、障害者のための簡易な住宅改修、高齢者のパソコン教室、軽度生活援助、シニアピアカウンセリングなどを行う	バリアフリーの理論と必要性と方法、高齢者のカウンセリング技法、NPOと市民活動についての現場実習を行う(2005.9.30締め切り)
8	並木小「ふれあいサロン」	高齢者や身体の不自由で家に閉じこもりがちの方々に地域社会に参加してもらうため、高齢者の交流の場の提供や福祉情報の交換を行う	高齢者との対話、接待、会場準備などを行う
9	グループホーム「あさきのお家」	グループホームの運営を行う	お年寄りと一緒に歌を歌ったり、卓上ゲーム、折り紙などをする
10	社会福祉法人エスポワールわが家	認知症(痴ほう)専門施設として、少人数のデイサービスとグループホームの運営を行う	利用者に演芸を披露したり、利用者との話し相手、菜園・庭木・花壇の手入れ、調理の手伝いなどを行う
11	デイサービス・宅老所れもん	デイサービス・宅老所の運営を行う	おしゃべり、散歩、ドライブ、花札やマージャンなど、利用者とのコミュニケーション
12	デイホーム四季の家	デイサービス(認知症対応型)の運営を行う	お年寄りの体験談を聞いたり、一緒にお散歩をしたり、歌を歌ったりする
13	特定非営利活動法人虹の会	地域で長く住み続けられることを応援するためNPO法人格を取得し、宅老所「虹の家」を活動拠点にデイサービスを行う	高齢の方のおしゃべり、お出かけ、朝夕の送迎、趣味活動の披露などを行う
14	一粒の麦	ひきこもりがち高齢者のための食と語らいの場所としてのミニデイサービス、市民の活動のための場所を提供する	利用者の話し相手と調理、送迎などを行う
15	我孫子市心身障害者福祉作業所みずき	知的障害を持つ方々に仕事を覚えてもらい、作業で作った製品を販売する	作業支援(園芸、受注など)、販売手伝い(製品を持って市内各所に販売に行く)などを行う
16	かっぱの家	障害を持つ者もいきいきと生活できる場を作るため、食堂、たい肥の製造、販売、手工芸品作りを行う	障がい者と一緒に作業に取り組んでもらう
17	けやき社会センター	主に知的障害者に働く場を提供し、その自立を図る	パン作り、しいたけ作り、クリーンセンターでのビン選別作業、公園清掃などを行う
18	小規模福祉作業所みんなの広場「風」	ハンディをもつ方がさまざまな経験を積み重ねることで、地域の中でも支援を受けながら生活できるようにする	公園清掃、チラシ配布、ポカシ作り、讃岐うどん作り、店番などを行う
19	医療法人社団創造会グループホームヴィスタリオ	グループホームの運営を行う	認知症のある高齢者と共に、食事作り、洗濯物干し、散歩、買物、レクリエーションなどを行う
20	医療法人社団創造会デイサービス柴崎	デイサービスの運営を行う	高齢者との趣味活動、太鼓を用いたメンタルヘルスケアなどを行う
21	社会福祉法人アコモード特別養護老人ホームアコモード	介護老人福祉施設・デイサービスセンターの運営を行う	施設利用者との余暇活動やお話相手、軽作業などを行う
22	平和ヘルスケア株式会社(平和の里あびこ)	介護事業を行う(有料老人ホームの運営)	有料老人ホームでの老人介護補助業務(食事介助・見守り・お話し相手など)を行う
23	我孫子市鳥の博物館友の会	鳥の博物館活動に協力し、楽しく鳥や自然を学び、「人と鳥の共存」への理解を深めるとともに会員相互の親ばくを図る	鳥博探鳥会(てがたん)、同好会(鳥風同好会、デジカメ同好会、鳥の絵教室)の定例会・イベントなどに参加する
24	我孫子の景観を育てる会	水辺、里山、まちなみの景観を維持し、育てる事に対して市民の関心を高める	あびこの景観を歌唱で表現するコンサート(「サウンドスケープインアビコ」)の運営、庭園公開運営サポート、定例会へ参加する
25	我孫子野鳥を守る会	自然の中の野鳥を楽しみ、野鳥を愛する心を育てると共に、野鳥を通して自然保護に努め、人と鳥が共存する環境づくりを行う	鳥を通して我孫子の自然や手賀沼の環境、また遠出することによって他地域と我孫子の環境の違いなどを理解する
26	特定非営利活動法人生きがい学園	地域市民に自然農法研修と体験農業及び自然ふれあい事業をもって人生の生きがいを実現する	いちごの定植・葉かき・収穫・管理などを行う
27	花かご会	我孫子駅南口ロータリー内の花壇の維持管理を行う	花の植栽、草取り、耕作などを行う
28	花と緑の会	養護施設や福祉施設などの環境整備、施設運営の円滑化のため、花壇作り、育苗作業などを行う	花の育苗作業などを行う
29	布佐花の会	布佐駅前花壇の手入れを行う	花植え、草取りなどを行う
30	古利根公園みどりのボランティア	古利根公園における森づくり作業を通し、自然に対する理解と愛着を深める	園路整備、ササ刈りや竹の間伐、植樹、清掃など公園の維持管理作業、竹炭づくりや自然観察会などを行う
31	あびこ映画倶楽部	映画を通じたまちづくり(フィルムコミッションの立上げ、東葛5市での映画祭の定着)を行う	東葛映画祭(10月14・15・16日に開催)の準備活動と本番運営を行う(2005.9.10締め切り)
32	あびこガイドクラブ	我孫子市内・近隣市町村の名所・旧跡・文化遺産などを研修し、要望に応じて個人から団体までガイドする	ガイドクラブ会員と同じ研修を受ける(500円/1回)
33	我孫子市史研究センター合同部会	我孫子市史研究センターの活動グループの一つで、市内を歩いて地域の歴史を知る	日常的には行くことの少ない場所を訪ね、先人の遺した石造文化財や地域の移り変わりなどを調べる



No	団体名	活動内容	体験内容
34	我孫子の文化を守る会	我孫子の自然と文化遺産を守り、新しい文化の発展に資する	市内・市外(県内、近県、東京)へ出かけ、史跡・文化財・景観などを見学する
35	江戸芸かっぱれ会	江戸芸かっぱれ踊りを修得し地域のイベントなどで披露する	踊りを修得後、福祉施設・地域イベントなどで披露する
36	湖北座会	地域の歴史と現状を学び将来に結びつける。赤米の作付、鎌倉道の清掃などを行う	すべての行事(日程及び講座内容は会報を参照)に参加する
37	我孫子市歩こう会	原則として月1回10km程度を楽しく歩き、会員の健康維持と親ばくを図る	横浜港町散策(9月11日)、つくば市内散策(10月9日)などに参加する
38	特定非営利活動法人 アルパトロス・ヨット・クラブ	ヨットのセーリングを中心としたスポーツの振興やセーリング技術の向上、ヨットマンシップの習得、生涯教育の支援などを行う	手賀沼を中心に、ヨット帆走の技術向上やアクセスディンギング・ヨット体験会に参加し、種々の介助活動などを行う
39	特定非営利活動法人 あびこ・インターネット・博物館	地域の歴史、自然環境等を映像に記録、作品化、上映会を開催する。「湖畔の学校」ではホテルの観察体験学習を行う	ビデオ作品の制作実習を体験するワークショップ(「簡単・ビデオの作り方」)に参加する(2005.9.5締め切り)
40	特定非営利活動法人 あびこ・シニア・ライフ・ネット	地域シニアがお互いに助け合い健康で安心・安全で暮らせる街づくりを行う	パソコン集中講座・小学校PC事業サポート、便利屋活動、防犯・防災活動(機器の取り付け)などを行う
41	東葛インターネット普及会	シニア層を対象に、我孫子市ほか東葛各地でパソコンの基礎、インターネット、メールなどの啓もう普及活動を行う	定期講習会でのメイン講師を補佐するサポーター、内部研修会などに参加する
42	我孫子・男の井戸端サロン	定年男性の生きがいづくり。定年男性の「地域での第一歩」を支援する	「健康仲間クラブ」の企画から「気力充実!健康体操・自強(じきょう)術」の体験学習などを行う(2005.10.31締め切り)
43	特定非営利活動法人 ふれあい塾あびこ	シニア世代向けの生涯学習の場「ふれあい塾あびこ」の企画、運営を行う。幼稚園児やそのお母さんと世代間交流も行う	各種講座(歴史、文学、我孫子のこと、健康など)の企画、運営や塾生および運営メンバーとの交流を行う
44	特定非営利活動法人 S I S U あびこ	経済活動の活性化を図るため、中小・ベンチャー企業の創業、経営革新、技術革新を支援する	セミナー、講演会の開催、経営相談、法人(企業・NPO)設立の請負などを行う
45	特定非営利活動法人 あびこ子ども劇場	年齢別に体験事業・鑑賞事業・地域交流事業・青年部活動を定期的に実施する	子どもたちとの交流、子どもを中心としたまちおこしのイベント(11月6日「忍者・まちを遊ぶ〜湖北台の巻II〜」)に参加する
46	特定非営利活動法人 元気塾	主に中高年の方々の蓄積された知識や技術をさまざまな活動で発揮していただくきっかけ作りのための講演会を行う	講演会の会場設営、受付、後片づけ、懇親会への参加、参加者同士の交流などを行う(2005.9.21締め切り)
47	なかざと21	高齢者と子どもとのふれあいと交流を図り、子どもの豊かな心を育てる、また、地域福祉の向上や環境浄化などを行う	高齢者・子どもとの共同作業による秋の花壇作りとクリーン作戦(11月26日)、収穫祭(いも煮会)などに参加する(2005.9.15締め切り)
48	ふれあい弁当の会	市内の一人暮らしの高齢者の方に、おたのしみ昼食弁当を調理・配達する	昼食弁当を調理・配達する

※この表は紙面の都合上、一部の情報しか掲載していません。各団体などの詳細な情報を掲載した冊子は、市民活動支援課、ボランティア・市民活動サポートセンター、各近隣センターで配布しています。また、希望者には郵送しますので市民活動支援課までご連絡ください。

手賀沼ピオトープ(手づくりゾーン)でのカエルの観察会です。どんなカエルがいるのか、見つけて、手にとりてさわってみませんか。(参加無料)

日時・集合場所 9月11日(日)午前9時五本松公園駐車場集合、正午解散予定(雨天中止)

対象・定員 先着50人程度(小学生以下は保護者同伴)

持参 飲み物、タオル、着替え、使い古した靴下2足(田んぼに

## 田んぼでカエルをみつけよう

環境レンジャーネイチャーイン



入るときに使用) ※服装は、長袖シャツ、長ズボン、長靴、帽子を着用してください。

※捕獲用の網やバケツは主催者側で用意します。

主催 我孫子市環境レンジャー、我孫子市

申し込み・電話で手賀沼課・内線568へ

※当日の開催の有無は、テレホンサービス☎0180・99・3173でお知らせします。

手賀沼流域フォーラムは、手賀沼の浄化や流域のまちづくりを目的に開催しています。

美しい手賀沼を取り戻すために共に考え、行動するきっかけに、ぜひご参加ください。

日時 10月1日(土)午前9時から午後4時

場所 手賀沼親水広場(雨天実施(一部イベントを除く))

内容 ◎基調講演「手賀沼の形と戦前までの干拓」講師・相原正義さん(中央学院大学非常勤講師)：午後1時 ◎市民団体などのパネル・ポスター展示：午前9時 ◎小・中学校など

の環境学習の事例発表 我孫子中学校(米田洋斗さん)、高田小学校(柏市)、美しい手賀沼を愛する市民の連合会：午前10時30分 ◎釣りマナー教室(小学生先着20人、小学3年生以下は保護者同伴・要申込(雨天中止))：午前9時30分 ◎手賀沼クイズラリー：午前11時

◎手賀沼船上見学会(先着70人申込(強風時中止))：午前11時50分 ◎金魚すくい：午後1時30分

※釣りマナー教室と手賀沼船上見学会は申し込みが必要です。往復はがきに参加希望行名、☎7163・4422

## きつと逢える私たちの夢見る手賀沼

### 第9回手賀沼流域フォーラム

参加者全員の住所、氏名、年齢、電話番号と返信面のあて先を明記し、9月9日必着で〒277-8505 柏市役所環境保全課へ(応募者多数の場合は抽選)。

※イベント参加者には記念品があります(数に限りがあります)。

参加費 無料

主催 手賀沼流域フォーラム実行委員会(美しい手賀沼を愛する市民の連合会、助山階鳥類研究所、柏市、我孫子市、手賀沼浄化事業連絡会議)

☎ 7163・4422

通常のミッフィータイムは、第2・4木曜日の午前中にアピスタで開催しています。

土曜版では、親子での参加はもちろん、赤ちゃんへの読み聞かせに興味をお持ちの方も参加できます。

日時・場所 9月24日(土)午前10時から10時30分、市民図書館布佐分館

内容 赤ちゃん向け絵本の読み聞かせ、手遊び

対象・定員 2歳以下のお子さん(兄弟も一緒に参加できます)と保護者または赤ちゃんへの読み聞かせに興味のある方、15組(応募者多数の場合は、回数を増やします)

申し込み・電話で市民図書館布佐分館☎7189・1311へ

## アピスタストリート

催し名・問い合わせ	日時
「モンゴルの風・あびこの風」絵画展 あびこ楽校協議会☎7182-0622	1日(木)～30日(金)8:30～21:00 (30日は15時まで) 26日は休館

## 市民プラザギャラリー

催し名・問い合わせ	日時
第51回大根美術協会展 日暮☎7182-4048	2日(金)～7日(水)10:00～18:00 (2日は13時から、7日は17時まで)
第28回我孫子市書道連盟展 早乙女☎7182-4874	10日(土)～14日(水)10:00～17:00 (14日は16時まで)
第2回総合寄贈絵画展 文化課☎7185-1601	17日(土)～21日(水)10:00～17:00 (21日は15時まで)
第2回かやぶきの里を描く 柳澤金治油彩画展 柳澤☎7188-8844	23日(祝)～28日(水)10:30～18:00 (23日は13時から、28日は15時30分まで)
遊画会展 金木☎7131-8454	30日(金)～10月5日(水)10:00～18:00 (30日は13時から、10月5日は17時まで)

## 図書館だより

場所	日時	内容
市民図書館	8日・22日(木)	10:40～11:00 絵本の読み聞かせほか
湖北台分館	1日・15日(木)	16:00～16:30 絵本の読み聞かせほか
布佐分館	9日(金)	
湖北台分館	8日・22日(木)	16:00～16:30 絵本の読み聞かせほか

場所	作品・作者	展示期間
湖北台分館	秋の折り紙色紙5点…高垣多与子	9月14日(水)
布佐分館	水彩画5点「その角をまがると…」、「変奏譜」ほか…山本雅子	10月10日(祝)

市民図書館 ☎7184-1110  
湖北台分館 ☎7187-3055  
布佐分館 ☎7189-1311  
移動図書館 ☎7187-0909

## 移動図書館そよかぜ号

曜日	日	場所	時間
水	7	中峠亀田谷公園	13:20～13:50
	21	浅野谷3号公園	14:10～14:40
		柴崎台北公園	15:00～16:00
木	8	森の公園	13:20～13:50
		新木北公園	14:10～14:40
	22	天王台東公園	15:00～16:00
金	9	根戸近隣センター	13:20～13:50
		久寺家あけぼの公園	14:15～14:45
水	14	つくし野4号公園東側入口	15:00～16:00
		ケンタッキー・フライドチキン駐車場	14:00～14:40
	28	台田池尻公園	15:00～16:00
木	15	シティアソンのオープンカフェ隣	14:00～15:00
		白山中学校裏門入口	15:20～16:00
金	16	東屋敷公園	14:00～14:40
		つくし野4号公園東側入口	15:00～16:00



# 情報みるば



タイトルが色付きのものは、市や官庁主催・共催のものです。黒は市の後援、補助団体の記事です。各項目は、欄外のように省略しています。

## でかけてみませんか

### 市内小・中学校科学作品展

日9月10日(土)9時～16時・11日(日)9時～12時 所市民会館 費無料 園教育委員会指導課 ☎7185・1367

### 男声合唱団「シャウティンク・フォックス」第8回定期演奏会

日10月2日(日)14時開演 所市民会館 出シャウティンク・フォックス、ヴィヴァ・マンドロリーノ 費8000円(全席自由) 園我孫子合唱連盟・市川 ☎7188・3862

### 茶道連盟茶会

日9月11日(日)10時～15時 所アピスタ 席主岡田宗由さん(表千家)、玉井宗美さん(裏千家) 費2席で1000円 園亀山 ☎7183・0608

### 徳永二男 ヴァイオリン・リサイタル

日9月30日(金)19時開演 所アピスタ 内バイオリン・ソナタ第4番(ヘンデル)、モスクワの思い出(ヴィエニャフスキ)、メロディ(グルック)ほか 出徳永二男さん(バイオリン)、林絵里さん(ピアノ) チケット4000円、学生3000円(当日券は500円増し) チケット販売所高島屋友の会 ☎7147・6255、チケットぴあ 園アートプロデュース

### 衣川 ☎7145・6891

### 女声合唱団「ブリーズ」演奏会

日9月25日(日)14時開演 所印西市文化ホール 内三善晃作品集・街路灯より「マルメロ」、中山晋平10のメロデーより「カチューシャの唄」、ふるさとの四季 出国土潤一さん(指揮)、高木三保さん(ピアノ) 費8000円(全席自由) 園倉田 ☎7189・1787

### 第54回昭和の演歌 歌と踊り夏の大会

日9月18日(日)11時開演 所市民会館 内懐メロから最近の話題曲まで歌と踊りと特別企画 出歌：つぼんの心を歌う会、歌謡連合会からの招待者5名、我孫子シニアアンサンブル、踊り：栄寿会、寿恵世志会、あけぼの会、細川会 費無料 園阿部 ☎90・8081・7827

## 参加してみませんか

### 楽しく働く体験教室

日①10月1日(土)・2日(日)②9日(日)・10日(月) (9月25日(日)9時～12時合同説明会を予定) 市内内の農家に泊まって、働く喜び、楽しさを体験する。対市内在住の小学校5・6年生、18人 (初めて参加される方優先で、応募者多数の場合は抽選) 費無料(ただし、昼食は2日間とも各自で用意) 申・園ハガキ

### 後期思春期講座「思春期の子どもと親が楽になるために」

日9月21日(水)・10月5日(水)9時30分～11時30分 所アピスタ 内①思春期の子どもが発信するところからだのSOS! ②思春期の子どもとの付き合い方のヒントをつかもう! ③親も楽になろう! 講師：石井いずみさん(臨床心理士) 対10代の子どもの持つ保護者、関心のある方、30人(応募者多数の場合は抽選) 費無料 申・園ハガキ ☎7182・0511

### ふれあい陶芸講座

日9月24日(土)・06年1月28日(土)の第2・4(土) (全8回) いずれも9時～15時 所湖北地区公民館 対20人(応募者多数の場合は抽選) 費7000円(全8回分) 申・園往復ハガキに「ふれあい陶芸講座」、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、9月7日消印有効で〒270-1165並木7の8の14小林達郎 ☎7149・0574

### 子ども「食」クラブ

日9月24日(土)10時～12時30分 所湖北地区公民館 内冷やしそらめん、ペイクドチーズケーキ、フルーツ白玉 対小・中学生、25人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円 持三角巾、エプロン、うわばき、ふきん、台ふきん、お茶(水筒に入れて) 申・園ハガキ ☎7185・1600

### 秋の剪定教室

日9月24日(土)10時～12時30分 所湖北地区公民館 内冷やしそらめん、ペイクドチーズケーキ、フルーツ白玉 対小・中学生、25人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円 持三角巾、エプロン、うわばき、ふきん、台ふきん、お茶(水筒に入れて) 申・園ハガキ ☎7185・1600

### 上級救命講習会

日9月25日(日)9時～17時 所消防本部 内救命手当(心肺蘇生法、大出血時の止血法、自動体外除細動器(AED)の使用) 対消防本部、各消防署・分署に用いる必要事項を明記し、市内在住・在勤の方は9月12日(月)の間に消防本部予防課 ☎7181・7702へ持参

### アピコスイングジュニア

日9月24日(土)10時～12時30分 所湖北地区公民館 内冷やしそらめん、ペイクドチーズケーキ、フルーツ白玉 対小・中学生、25人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円 持三角巾、エプロン、うわばき、ふきん、台ふきん、お茶(水筒に入れて) 申・園ハガキ ☎7185・1600

### 硬式テニス市民大会

日9月25日(日) (雨天の場合10月23日(日)) 8時30分集合 所①市民体育館②④湖北中央公園 種シングルス①男子A・Bクラス②男子45歳以上③男子60歳以上④女子A・Bクラス 対市内在住・在勤・在学・在テニスクラブ 費1000円 申・園ハガキ ☎7185・1600

### エネルギー講座

日①9月17日(土)②10月22日(土)③11月5日(土)④11月19日(土)⑤12月3日(土) (全5回) いずれも13時30分～16時30分 所県立柏中央高等学校 内エネルギーについての学習と簡単な実験(①家庭環境ISOと環境家計簿②ペトボトル風車とタイオード製作③燃料電池の実験④火起こし体験⑤ジュール熱でパンを焼く) 対先着40人 費5000円 申・園ハガキ ☎7185・1600

### 甲種防火管理資格 付与講習会

日10月20日(木)・21日(金)8時50分～16時45分 所消防本部 対両日参加できる方、先着70人 費4000円 申・園申込書(消防本部、各消防署・分署に用意)に必要事項を明記し、市内在住・在勤の方は9月12日(月)の間に消防本部予防課 ☎7181・7702へ持参

### 上級救命講習会

日9月25日(日)9時～17時 所消防本部 内救命手当(心肺蘇生法、大出血時の止血法、自動体外除細動器(AED)の使用) 対消防本部、各消防署・分署に用いる必要事項を明記し、市内在住・在勤の方は9月12日(月)の間に消防本部予防課 ☎7181・7702へ持参

### アピコスイングジュニア

日9月24日(土)10時～12時30分 所湖北地区公民館 内冷やしそらめん、ペイクドチーズケーキ、フルーツ白玉 対小・中学生、25人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円 持三角巾、エプロン、うわばき、ふきん、台ふきん、お茶(水筒に入れて) 申・園ハガキ ☎7185・1600

### 硬式テニス市民大会

日9月25日(日) (雨天の場合10月23日(日)) 8時30分集合 所①市民体育館②④湖北中央公園 種シングルス①男子A・Bクラス②男子45歳以上③男子60歳以上④女子A・Bクラス 対市内在住・在勤・在学・在テニスクラブ 費1000円 申・園ハガキ ☎7185・1600

### エネルギー講座

日①9月17日(土)②10月22日(土)③11月5日(土)④11月19日(土)⑤12月3日(土) (全5回) いずれも13時30分～16時30分 所県立柏中央高等学校 内エネルギーについての学習と簡単な実験(①家庭環境ISOと環境家計簿②ペトボトル風車とタイオード製作③燃料電池の実験④火起こし体験⑤ジュール熱でパンを焼く) 対先着40人 費5000円 申・園ハガキ ☎7185・1600

### 甲種防火管理資格 付与講習会

日10月20日(木)・21日(金)8時50分～16時45分 所消防本部 対両日参加できる方、先着70人 費4000円 申・園申込書(消防本部、各消防署・分署に用意)に必要事項を明記し、市内在住・在勤の方は9月12日(月)の間に消防本部予防課 ☎7181・7702へ持参

### 上級救命講習会

日9月25日(日)9時～17時 所消防本部 内救命手当(心肺蘇生法、大出血時の止血法、自動体外除細動器(AED)の使用) 対消防本部、各消防署・分署に用いる必要事項を明記し、市内在住・在勤の方は9月12日(月)の間に消防本部予防課 ☎7181・7702へ持参

### アピコスイングジュニア

日9月24日(土)10時～12時30分 所湖北地区公民館 内冷やしそらめん、ペイクドチーズケーキ、フルーツ白玉 対小・中学生、25人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円 持三角巾、エプロン、うわばき、ふきん、台ふきん、お茶(水筒に入れて) 申・園ハガキ ☎7185・1600

### 硬式テニス市民大会

日9月25日(日) (雨天の場合10月23日(日)) 8時30分集合 所①市民体育館②④湖北中央公園 種シングルス①男子A・Bクラス②男子45歳以上③男子60歳以上④女子A・Bクラス 対市内在住・在勤・在学・在テニスクラブ 費1000円 申・園ハガキ ☎7185・1600

### エネルギー講座

日①9月17日(土)②10月22日(土)③11月5日(土)④11月19日(土)⑤12月3日(土) (全5回) いずれも13時30分～16時30分 所県立柏中央高等学校 内エネルギーについての学習と簡単な実験(①家庭環境ISOと環境家計簿②ペトボトル風車とタイオード製作③燃料電池の実験④火起こし体験⑤ジュール熱でパンを焼く) 対先着40人 費5000円 申・園ハガキ ☎7185・1600

### 甲種防火管理資格 付与講習会

日10月20日(木)・21日(金)8時50分～16時45分 所消防本部 対両日参加できる方、先着70人 費4000円 申・園申込書(消防本部、各消防署・分署に用意)に必要事項を明記し、市内在住・在勤の方は9月12日(月)の間に消防本部予防課 ☎7181・7702へ持参

### 上級救命講習会

日9月25日(日)9時～17時 所消防本部 内救命手当(心肺蘇生法、大出血時の止血法、自動体外除細動器(AED)の使用) 対消防本部、各消防署・分署に用いる必要事項を明記し、市内在住・在勤の方は9月12日(月)の間に消防本部予防課 ☎7181・7702へ持参

## 今月の市民相談

※相談名が色付きのものは予約制です。

- 法律相談(予約制) 6日(火)、8日(木)、13日(火)、15日(木)、20日(火)、27日(火) 9時30分～15時30分 市民相談室(本庁2階) 秘書課(予約は9月1日休) ☎7185-1714
- 人権相談 22日(木)10時～15時 面談室(西別館2階) 生活支援課・内377

税務相談(予約制) 16日(金)10時～15時 収税課(予約は9月12日(月)8時30分から) ☎7185-1349

行政相談 22日(木)10時～12時 市民相談室(本庁2階) 秘書課 ☎7185-1714

不動産相談(予約可) 9日(金) 市民相談室(本庁2階) 住宅課 ☎7185-1541

住宅相談(増改築等) 9日(金) 市役所B会議室 住宅課 ☎7185-1541

消費生活相談 土・日、祝日を除く平日 10時～15時 消費生活センター ☎7185-0999

福祉総合相談 土・日、祝日を除く平日 8時30分～17時 西別館2階 福祉総合相談室・内393

健康相談 2日(金)10時～11時30分 つし荘 ☎7188-0123

健康相談 9日(金)10時～11時30分 西部福祉センター ☎7185-5818

育児相談 21日(水)9時15分～10時受付 アピスタ 保健センター ☎7185-1126

4カ月児相談 6日・13日(火) 9時～9時50分受付 保健センター ☎7185-1126

家庭児童相談 土・日、祝日を除く平日 10時～16時、西別館2階 子ども課・内352

交通事故相談 12日(月)10時～15時 交通整備課・内330

結婚相談 4日・18日(日)10時～14時 社会福祉協議会 ☎7184-1539

青少年悩み相談(面接は予約制) 土・日、祝日を除く平日 9時～16時30分 少年センター ☎7184-1900

母子・婦人相談(ひとり親) 土・日、祝日を除く平日 9時～16時、西別館2階 保育課・内447

DV相談 土・日、祝日を除く平日 10時～16時 男女共同参画担当・内293

心配ごと相談 5日(月)…社会福祉協議会 12日(月)…保健センター 26日(月)…布佐市民センター いずれも9時～15時 社会福祉協議会 ☎7184-1539

心の相談(予約制) 1日(内)13時30分～15時30分 西別館2階 福祉総合相談室・内線393

認知症に関する医療相談(予約制) 15日(内)13時30分～15時45分 西別館3階 介護支援課 ☎7185-1112

高齢者職業相談 毎週火～金曜日9時～17時 市民会館2階 高齢者職業相談室・内312

無料職業紹介所(相談は予約可) ひとり親・障害者・若者の就職を応援 毎週火～金曜日9時～17時 市民会館2階 無料職業紹介所・内450







# 健康と福祉

## 麻しん・風しんの 予防接種が変わります

予防接種法施行令の一部改正により、2006年4月から麻しん風しん混合ワクチンを2回接種することになります。

また、対象年齢は生後12カ月～24カ月未満と5歳以上7歳未満に変わります。

1歳を過ぎて、まだ受けていない方は、早めに受けましょう。

保健センター ☎7185・1126

## 結婚50周年記念 祝賀会のご案内

市では、結婚50周年を迎えられたご夫婦をお祝いし、祝賀会を開催します。

日時 11月9日(水) (開催時間は後日通知)

場所 湖北地区公民館

内容 記念写真撮影、式典ほか

対象 市内在住で昭和30年9月1日から31年8月31日までに結婚したご夫婦

申し込み・参加費 直接会場へ来所または電話で柏市社会福祉協議会かしわ広域後援センター ☎7165・1144へ

## 成年後見制度・ 遺言無料相談会

ひとり暮らしの老後や知的障害のある子どもの将来に心配のある方を対象に、司法書士と心配ごと相談員による個別相談を行います。(秘密厳守)

日時・場所 9月10日(土)午前8時30分から午後2時、柏市社会福祉協議会(柏市役所隣)

申し込み・参加費 直接会場へ来所または電話で柏市社会福祉協議会かしわ広域後援センター ☎7165・1144へ

## 産休代替保健師を募集

対象・定員 乳幼児健診・妊婦などの相談業務経験のある保健師、1人

勤務場所 保健センター

勤務時間 12月5日から1年間勤務時間 平日午前8時30分から午後5時

賃金 時給1360円(通勤手当、社会保険、有給休暇あり)

※申し込み方法など詳しくは、保健センター ☎7185・1126へ。

## 認知症の方の家族の集い

日時 9月22日(水)午後1時30分から3時30分

場所 保健センター

対象 認知症(痴ほう)の方を介護している家族

参加費 110円(お茶代)

申し込み・参加費 電話 ☎7185・1126

## 第4回オストメイト 社会適応訓練講習会

講座です。(参加無料)

日時・場所 9月29日(木)、10月6日(木)・13日(木)・20日(木)、27日(木)、11月1日(火)、午後1時30分から4時(福祉作業所での実習別途実施)、市民会館

内容 「尿路変更手術の適応について」「日常生活のアドバイス・トラブルの対処法」

対象 県内のオストメイトとその家族、医療関係者

参加費 無料

申し込み・参加費 不要(直接会場へ)

申し込み・参加費 ハガキに住所、氏名、生年月日、電話番号、講座名を明記し、〒270-1119 2市役所福祉総合相談室(住所省略可)内線421へ

## しなやか健康クラブ 会員を募集

日時 9月12日(月)午前10時45分から正午(以降毎月第2月曜日)

場所 一粒の麦(都都83の1)

内容 心も身体もしなやかにやさしくて分りやすい体操

講師 龍岡容子さん

対象・定員 60歳以上の方、先着10人

申し込み・参加費 電話で一粒の麦・木田 ☎7107・3730

## 第5回心のボランティア講座

心の病気を抱えている方への理解者や支援者を増やすための講座です。

申し込み・参加費 電話 ☎7185・1126

## 生活習慣病予防と健康づくりのために 健康教室

日時・内容 下表参照

定員 各教室先着50人(各教室とも、なるべく3回続けてご参加ください)

持参・服装 健康手帳、筆記用具、運動できる服装で

申し込み・参加費 電話で保健センター ☎7185-1126へ

月日(曜日)	会場
10月3日 月	市民会館
4日 火	布佐市民センター
5日 水	保健センター
6日 木	我孫子第四小学校
7日 金	並木小学校(並木門)
11日 火	布佐市民センター
12日 水	保健センター
13日 木	湖北地区公民館
14日 金	根戸小学校(西門)
17日 月	市民会館
18日 火	布佐南小学校
19日 水	天王台北近隣センター
20日 木	根戸近隣センター
21日 金	保健センター
24日 月	市民会館

## 2005年度結核・肺がん検診

胸部エックス線検査による結核・肺がん検診を実施します。職場などで受診されていない方は、この機会にお受けください。

受診日・会場 表参照

受付時間 午前9時30分から11時30分、午後1時から3時

検診名・対象・費用 ①結核・肺がん検診…65歳以上の市内在住の方(無料) ②肺がん検診…40歳から64歳の市内在住の方(自己負担200円)

受診券郵送対象者 40歳以上で過去3年間に受診された方、今年度中に40歳になる方、今年度中に65歳になる方、8月31日までの1年以内に転入された40歳以上の方

※いずれも市県民税が給料から天引きされていない方

受診券の申し込み 受診券郵送対象者以外の方で受診を希望する方は、受診希望日の7日前までに電話で保健センターへご連絡ください。(受診券を送付します)

保健センター ☎7185-1126

## 生活習慣病予防と健康づくりのために

教室名	日程・内容	時間・場所
①生活習慣病教室 高血圧・動脈硬化～ 血圧・コレステロールが気になる方	9月12日(月)…本保秀三さん(天龍堂クリニック医師)の講話	13:00～15:30
	9月16日(金)…健康体操、講話(歯の健康、運動と休養)	(受け付けは12:45～)
	9月21日(水)…講話(栄養)、試食	
②生活習慣病教室 糖尿病～血糖値が 気になる方	9月22日(木)…依田安弘さん(天王台依田内科クリニック医師)の講話	13:30～15:30
	9月27日(火)…講話(栄養)、試食、健康体操	(受け付けは13:15～)
	9月30日(金)…講話(歯の健康、休養)	

## 日曜・祝日に病気・歯痛になったら 休日診療所へ



診療科目 内科・小児科・歯科

受付時間 9:00～11:30、13:00～16:30

※歯科は午前中のみ

持参 健康保険証、診療費

休日診療所 ☎7187-7020

## 休日・夜間に病気になったら 7184-0119(消防署)へ (救急車の要請は☎119へ)

休日・夜間救急病院	住所
アピコ外科整形外科病院	我孫子264
我孫子聖仁会病院	湖北台461
我孫子つくし野病院	つくし野1311
我孫子東邦病院	我孫子18511
平和台病院	布佐83428

## 小児救急病院

取手協同病院 取手市本郷211

※休日や深夜等の診察料は、時間外加算のため割高になります。

## 心の健康に関する教室 福祉総合相談室・内線385・421

名称	日時	場所
心の健康クラブ	12日(月) 14:00～16:00	保健センター
アルコール教室	2日・16日(金) 13:30～15:00	

## 健康づくりうんどう教室 保健センター ☎7185-1126

日時	場所
14日(水)10:00～11:00	布佐南公園(雨天中止)
20日(火)9:30～10:30	湖北台中央公園(雨天時は保健センター)
16日(金)9:30～10:30	天王台西公園(雨天中止)

## 各種健診と健康教室 保健センター ☎7185-1126

項目	期日	対象
あわせ学級(マタニティクラス)	2日・9日・16日(金)	妊娠20～27週の方(3回目は両親、家族)
小児マヒ生ワクチン(ポリオ)投与	6日(火)…平成17年1月生まれの方 13日(火)…4月12日に一回目を投与した方 20日(火)…平成17年2月生まれの方	
1歳6カ月児健康診査	1日・8日(木)	平成16年2月生まれ
2歳8カ月児歯科健診	15日(木)	平成15年1月生まれ
3歳児健康診査	1日・8日(木)	平成14年2月生まれ
離乳食教室(要予約)	30日(金)	乳児のいる母親(先着30人)
健康いきいき教室	5日・26日(月)	体を動かしたい方(13:00～13:30受付)

## 健康メモ 260

# 初老期のうつ病

最近、40歳代、50歳代の働き盛りの人を襲う初老期うつ病が増えています。年齢的にも、社会的、家庭的にもいろいろ問題がおこる年代なのかも知れませんが、憂うつで気分がすぐれない抑うつ状態や、ちよつとしたことにも腹をたてイライラする焦燥感、それに集中力が無くなるといった三つの症状が基本的なものです。これらが朝に強くおこるのも特徴です。そのほか睡眠障害も必発症状です。これには①寝つきが悪い ②眠っているのに眠った気がしない ③眠ったと思ったらすぐ目覚めてしまう、悶々として朝を迎えるという三つのパターンがあります。中高年のうつ病には③のパターンが多いようです。時には、頭痛感、めまい、手足のシビレといった自律神経失調症状が伴うことがあります。これらの状態に逆効果となります。

家族の方も、かならず治ることを信じて十分な休養と安静の場を作ってあげることこそ大切であります。叱咤激励は、ときには逆効果となります。

我孫子市医師会 ☎7188・5525