

- 水と緑と土のおいがいっぴいの住みよいあびこにします
- 心と体をきたえ 生き生きと働き伸びゆくあびこにします
- 老人を大切にし 子どもの夢を育て幸せなあびこにします
- ふるさとを愛し 文化を高め豊かなあびこにします
- みんなで話しあい きまりを守り明るいあびこにします

夏の夜空を彩る1万4000発 手賀沼花火大会



日時 8月5日(土)午後7時から8時30分(雨天・荒天の場合は、8月6日(日)・19日(土)に順延)
※車両の通行禁止区域が変更され、歩行者専用道路が設けられます。(下図参照)

※当日の開催の有無は、午前8時からテレホンサービス☎0180-99-3215でお知らせします。
※アピスタは、花火大会開催日の午後3時から臨時休館します。駐車場も利用できません。
☎ 手賀沼花火大会実行委員会☎7182-3131、商工観光課・内線504、アピスタ☎7182-0511

▼歩行者専用道路と車両通行禁止区域



歩行者専用道路 午後6時～9時
車両通行禁止区域 午後6時～9時

☎ 都市計画課・内線578
後5時)して下さい。
Eメールか、直接持参(月曜から金曜日の午前8時30分から午後5時)して下さい。
ku@city.abikochiba.jp
9へファックスか、toshikeika
9へファックスか、toshikeika
ku@city.abikochiba.jp
Eメールか、直接持参(月曜から金曜日の午前8時30分から午後5時)して下さい。



▲公園坂通り(我孫子駅から手賀沼公園へ)

公園坂通りは、市の玄関口である我孫子駅から手賀沼公園までの歩いて約10分の通りです。市では、新しい都市計画道路の整備をきっかけに、自動車を一方通行にすることによって歩道を広げて並木や植樹帯を整備し、我孫子らしい景観を持った魅力的な歩行者優先の通りにしていきたいと考えています。その第一歩の取り組みとして、今年度から公園坂通りの整備構想づくりを始めます。

市では現在、我孫子都市計画道路3・4・14号手賀沼公園・久寺家線(下図参照)の整備を進めています。この都市計画道路が開通すると、公園坂通りを利用する自動車は大幅に減少することが予想されます。そこで八坂神社から南は、自動車を一方通行として車道を狭め、歩道を拡幅・整備する方針です。多くの皆さんが快適に歩くこ

とができ、散歩や買い物などを楽しめる魅力ある公園坂通りにしていきます。

公園坂通りと手賀沼公園・久寺家線



市民スタッフを募集

市では、来年度までに公園坂通りの整備構想を作るため、9月から公園坂通りとその周辺の現状調査と、それをふまえた公園坂通りの整備イメージづくり

を行います。協力していただける市民スタッフを募集します。応募資格・人員 公園坂通り沿いに在住、在勤もしくは土地を所有している方:3人程度 白山、緑に在住もしくは在勤で、公園坂通りを利用する方:3人程度 その他公園坂通りを利用する方:3人程度
任期 9月から報告書の完成(07年3月頃を予定)まで、8回程程度の調査ほか
選考方法 応募者多数の場合はレポート審査
報酬 半日500円
応募方法 任意の書式に、住所氏名、年齢、電話番号を明記し、レポート(応募の動機を800字程度)を添付のうえ、8月16日必着で〒270-1192市役所都市計画課(住所省略可)へ郵送か、FAX7185-4329へファックスか、toshikeika@city.abikochiba.jp
Eメールか、直接持参(月曜から金曜日の午前8時30分から午後5時)して下さい。

我孫子市自治基本条例

2次案のパブリックコメントを実施

市では、(仮称)我孫子市自治基本条例2次案について、市民の皆さんから意見を公募します。お寄せいただいた意見への回答は、個別ではなく類別して、市の考え方を公表します。

2次案は、市のホームページ、行政情報資料室(市役所1階)、各行政サービスセンター、アピスタ、湖北地区公民館、市民プラザでご覧になれます。また、8月5日(土)に発行する「ニュースレター2号」でもお知らせします。

意見提出の期間 8月1日(火)から14日(月)まで
提出方法 郵送、ファックス、Eメールのいずれ

かで、住所、氏名、意見を明記し、8月14日必着で〒270-1192市役所企画調整担当(住所省略可)FAX7183-0066、Eメールkikaku@city.abiko.chiba.jpへ

◎1次案へのパブリックコメントの回答
1次案へのパブリックコメントの回答は、同じく左記の場所でご覧になれます。

◎2次案へのタウンミーティング
8月12日(土)午後1時から、アピスタホールで開催します。

☎ 企画調整担当☎7185-1426(直通)

ガシャモクを育ててみませんか

鳥の博物館では、環境省が絶滅危惧種に指定する水草植物「ガシャモク」を育てていただける方を募集します。



ガシャモクは、かつて手賀沼にもたくさん生息していました。各家庭で育てられたガシャモクは来夏、岡発戸地区の谷津ミュージアムの池に移します。

応募方法 電話で8月16日(土)午前8時30分から鳥の博物館
定員 先着20人(家族で1人とします)
お渡しする日時・場所 8月22日(火)午前10時から11時30分、鳥の博物館2階多目的ホール

※詳細は8月16日号の広報あびこでお知らせします。

☎ 鳥の博物館☎7185-2212

介護が必要な方は184人の増

2005年度の介護保険の利用状況

介護保険制度は、利用者負担の公平性や介護保険と年金の調整の観点から、昨年10月に施設給付の見直しが行われ、居住費と食費が保険給付の対象外となり、自己負担になりました。ただし、低所得の方には、施設利用が困難にならないように、負担の限度額が設けられました。05年度の利用状況などは次のとおりです。

介護が必要な方は3397人

06年3月末の高齢化率(市の人口に占める65歳以上の割合)は18.4%で、前年度より0.9%上昇しました(表1)。介護が必要かどうかを審査する介護認定審査会は86回開催され、2905件の審査判定を行いました(04年度は97回・4204件)。

06年3月末現在、要介護(要支援)者と認定されている方は3397人で、前年と比べて184人の増加となりました。これまでの認定者数の伸びに比べると、落ち着いた状態であるといえます(表2)。

保険給付額は41億8015万円

介護認定者数の増加に伴い、介護サービスを利用する方が増

えました。05年度の保険給付額は41億8015万円で、前年度より5.8%増加しました(表3)。

しかし、認定を受けた方すべてが介護サービスを利用している訳ではありません。認定者数に占める介護サービ

スの利用(受給)者の割合(受給率)は、平均で73.6%となり、前年度より若干増えています(表4)。

介護保険料は大切な財源

介護保険料は、公費とともに介護保険の大切な財源で、介護サービスの費用の支払いに充て

られます。介護が必要になったときに安心してサービスを利用できるように、介護保険料を必ず納めましょう。

05年度の介護保険料の収納率は98.5%で、前年度とほぼ同じでした(表5)。

表1 65歳以上の人口と高齢化率

	市の人口	うち65歳以上	高齢化率
06年3月末	131,639人	24,194人	18.4%
05年3月末	131,592人	22,766人	17.3%
04年3月末	131,370人	21,566人	16.4%
03年3月末	129,530人	20,485人	15.8%

表2 要介護(支援)認定者数

	要支援	要介護1	要介護2	要介護3
06年3月末	548人	1,209人	481人	429人
05年3月末	559人	1,091人	442人	412人
04年3月末	499人	980人	450人	420人
03年3月末	342人	753人	500人	420人
	要介護4	要介護5	合計	
06年3月末	440人	290人	3,397人	
05年3月末	401人	308人	3,213人	
04年3月末	400人	261人	3,010人	
03年3月末	332人	236人	2,583人	

表3 保険給付額

	保険給付額	対前年度比
05年度	41億8,015万円	+5.8%
04年度	39億5,037万円	+9.4%
03年度	36億1,005万円	+14.8%
02年度	31億4,437万円	+12.8%

表4 サービス利用(受給)者数と受給率

	認定者数	利用(受給)者数	受給率
05年度平均	3,330人	2,452人	73.6%
04年度平均	3,127人	2,255人	72.1%
03年度平均	2,787人	2,013人	72.2%
02年度平均	2,376人	1,741人	73.3%

表5 介護保険料現年度分の収納率

	保険料	収納率
05年度	7億9,661万円	98.5%
04年度	7億5,310万円	98.7%
03年度	7億1,734万円	98.5%
02年度	6億7,365万円	98.5%

万一に備えて 交通災害共済に加入を 8月10日から受け付け

市では、交通事故による被害者を救済するため、千葉県市町村交通災害共済制度に加入しています。

交通災害共済は、皆さんに任意で加入していただき、会費を出し合って被害者を救済する相互扶助の制度です。現在加入している方も8月31日まで共済期間が終了しますので、手続きをお願いします。加入できる方 9月1日現在、市内に住民登録または外国人登録している方とその扶養者

▼出張受付の日程

受付日	場所
8月17日(木)	つくし野行政サービスセンター
8月18日(金)	天王台行政サービスセンター
8月22日(火)	湖北台行政サービスセンター
8月23日(水)	湖北行政サービスセンター
8月24日(木)	布佐行政サービスセンター
8月25日(金)	我孫子行政サービスセンター

共済見舞金 *死亡:150万円 *傷害:2万円から50万円 *身体障害(1級または2級障害):傷害見舞金のほかに50万円 *交通遺児:遺児1人につき10万円

申し込み 年会費を持参し、8月10日(木)から市民安全室(市役所地階)へ

*土・日曜日、祝休日は閉庁。

行政サービスセンターで出張受付を行います

日程 左表参照

受付時間 午前9時から11時30分、午後1時から4時

市民安全室・内線486

手賀沼写真コンクール入選作品決まる

8月18日から31日までアビスタに展示

クリーン手賀沼推進協議会の主催による「第21回手賀沼写真コンクール」の審査会が7月6日に行われ、応募総数335点

の中から、星野英吾さんの作品「雪晴れの朝」(写真)が最優秀賞に選ばれました。入選者の皆さんは次のとおりです。(敬称略)

入選作品をアビスタ1階ストリートに展示します。手賀沼の美しい自然や、手賀沼と人とのふれあいをとらえた、素晴らしい作品をお楽しみください。



▲最優秀賞「雪晴れの朝」星野英吾さん

- *最優秀賞 星野英吾 (湖北台)
 - *優秀賞 根本忠(新木野)、泉輝孝(白井市)、水口美恵子(柏市)
 - *入賞 中山坦小(根戸)、石樽裕子(泉)、三町勲(高野山)、林富美子(高野山)、井部肇武(天王台)、堀井貞彦(青山台)、伊藤勇(柏市)、小林精一(柏市)
- 展示期間 8月18日(金)から31日(木) 午前9時から午後9時(18日は午前9時30分から、31日は午後4時まで)
- 展示場所 アビスタストリート
- お問い合わせ 7185・1484

特別児童扶養手当 所得状況届の提出を忘れずに

「特別児童扶養手当」の受給資格のある方に、所得状況届の届出書を郵送しますので、必要書類を添えて期限内に提出してください。

届け出がないと、8月分以降の手当が受けられなくなります。ご注意ください。

提出期間 8月11日(金)から9月11日(月)午前8時30分から午後5時(土・日曜日は閉庁)

提出先 生活支援課(西別館2階)

*各行政サービスセンターでは届け出できません。

持参 ①所得状況届 ②特別児童扶養手

当証書 ③印鑑 ④その他必要書類

*特別児童扶養手当は、身体・知的または精神に中〜重度の障害を有する20歳未満の児童を養育する父または母、父母にかわって児童を養育している方が受給できます。(所得制限あり)

*障害の程度の目安は、身体障害者手帳1級から3級程度、療育手帳④からBの1程度ですが、手帳を所持していなくても、精神の障害や内部機能障害などが同程度と認められた場合は手当を受給できます。

生活支援課・内線389

乳幼児医療費の助成制度

保健センター ☎7185-1126

受給券を更新します

乳幼児医療費助成受給券は、毎年8月1日に更新されます。新しい受給券は、7月下旬に発送しましたが、届いていない場合は保健センターへご連絡ください。

期限切れとなった受給券は、保健センター、市役所市民課総合窓口、各行政サービスセンターへご返却ください。

申請の手続きはお済みですか

乳幼児が医療を受けるときに、保険診療の範囲内で、医療費や食事療養費の一部を助成します。

受給券と保険証を提示し、通院は受診1回ごと、入院は1日ごとに200円(一部無料)の負担で受診できます。

県外の医療機関で受診した場合などは、償還払い(全額を立て替え後日助成)となります。

対象 0歳から3歳児…入院、通院
4歳から就学前の児童…入院

*4歳から就学前の児童は5日以上継続入院が対象となっていました。8月1日からは入院初日から対象になります。

恒久平和と核兵器廃絶を願って 原爆写真展と折り鶴展・平和祈念式典

戦後61周年となる今年も、戦争や原爆の恐ろしさを後世に伝えるため、原爆写真展と平和祈念の折り鶴展、平和祈念式典を開催します。平和祈念式典終了後には、参加者と原爆被爆者の会会員との懇談会も行います。

原爆写真展 平和祈念の折り鶴展

日時 8月5日(土)から30日(水) 午前9時から午後9時(折り鶴の展示は一部19日(土)まで)
場所 8月5日(土)から17日(木)：アピスタ1階ストリート(17日は午後4時まで)、8月18日(金)から30日(水)：アピスタ2階展示ウィンドウ(28日(月)は休館日)
内容 原爆写真パネルの展示、原爆資料の展示、市民の皆さんから寄贈された折り鶴の展示

被爆61周年平和祈念式典

日時 8月19日(土)午前10時(雨天実施)
場所 手賀沼公園内「平和の記念碑」前
※今年はテントとイスを用意。内容 式典、献花と黙とう
申し込み 不要(当日会場へ)

原爆被爆者の会との懇談会

日時 8月19日(土)午前11時(平和祈念式典終了後)

追悼と平和を祈り 黙とうを

8月15日は「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。また、8月6日は広島に、9日は長崎に原爆が投下された日です。それぞれの日には、戦没者・原爆死没者の追悼と恒久平和を祈り、黙とうをささげましょう。

中国残留孤児帰国者支援 チャリティー 反核・平和コンサート

日時 8月26日(土)午後2時開演
場所 柏市民文化会館小ホール
出演者 陰志強さん(二胡)、田上薫さん(独唱)、砂川隆一さん・池田ハマ子さん(ギターアンサンブル)、合唱団ミール(混声合唱)
入場料 999円(中学生以下は500円)〈全席自由〉
入場券販売・中国残留孤児帰国者支援チャリティー・青木 7141・2727

「めるへん文庫」 作品集第3集を刊行

市主催の児童文学賞「めるへん文庫」の第4回受賞作品32編を収録した作品集第3集を刊行しました(写真)。
この作品集は、市内の小・中学校、高校に配布されるほか、市民図書館で借りることができ、また、教育委員会文化課と市役所行政情報資料室で、500円で販売しています。

第5回めるへん文庫の 作品を募集しています

全国の小・中学生、高校生を対象に夢いっぱいの子供の物語作品を募集しています。締め切りは9月30日です。皆さんの応募をお待ちしています。※応募方法など詳しくは、募集要項(教育委員会文化課、アピスタに用意)をご覧ください。(教育委員会文化課ホームページでもご覧いただけます)
教育委員会文化課 7185・1601



児童文学賞「めるへん文庫」の受賞作品を収録した作品集第3集を刊行しました。

市長室のよ 17 JR東日本に要望書を提出 成田線の増発や 特別快速の我孫子駅停車など

福嶋市長(成田線複線化促進期成会会長)は7月10日、印西市長、栄町長、利根町長、本埜村議長とともに、JR東日本千葉支社と東京支社を訪れ、両支社長に成田線の利便性向上を求める要望書を提出しました。

千葉支社長には、成田線の朝夕の通勤・通学時間帯の増発、最終電車の我孫子発午前0時台の運行、東我孫子駅・湖北駅・新木駅のホーム上屋の整備や湖北駅の改札内のエレベーター整備などを要請しました。東京支社長には、成田線の朝夕の増発と東京駅への乗り入れ、常磐線特別快速の我孫子駅停車、我孫子駅舎の改善(北口通路の拡幅や改札内のエレベーター整備)を要請しました。福嶋市長は「とくに、成田線の我孫子発午後9時以降の増発と特別快速の我孫子駅停車は、次のダイヤ改正で実現して欲しい」と、JR東日本に強く求めました。

小・中学生の職場見学と職場体験 受け入れ事業所などを募集

市では、小学校6年生の半日職場見学と中学校2年生の5日間の職場体験を受け入れていただける事業所などを募集しています。この職場見学・職場体験は、子どもたちの勤労観などを育成するために実施するもので、キャリア教育推進協議会(市、商工会、農業青年会議所、手賀沼漁協など14団体で構成)で実施方法などの検討を進めています。

内容 小学校6年生：1・2時間程度の職場見学、中学校2年生：5日間の職場体験(5日間が無理な場合は、1日から5日間の可能な範囲で)
※実施日程は教育委員会が調整

大切な人権を守るために 人権擁護委員が 1人増えて6人に

7月1日付けで、新たに1人の人権擁護委員が委嘱されました(下表)。

市内の人権擁護委員

氏名	住所
中嶋 康貴(新任)	寿2-22-13
表 てる子(任期中)	白山3-5-27
中野てる子(任期中)	柴崎台3-17-20
蒲田 知子(任期中)	つくし野3-18-206
後藤 周一(任期中)	布佐西町71-15
酒井 正宣(任期中)	湖北台9-12-36

発活動などを行っています。相談は無料で、秘密は固く守られます。虐待や差別など、人権に関する問題でお困りの方は、気軽に相談ください。日時 毎月第4木曜日午前10時から午後3時(11月は第4水曜日)
場所 市役所西別館2階相談室
申し込み・事前電話で生活支援課・内線377へ

8月10日は「道の日」

安全で快適な道づくりにご協力を

道は、私たちの毎日の生活を支える大切なものですが、空気のように身近な存在であるため、重要性がつい見過ごされがちです。

8月10日は「道の日」です。この機会に、私たちの生活に欠かせない道について考えてみませんか。

市では、通学路や交通量の多い箇所を中心に、歩道の段差解消や破損箇所の補修、通行危険箇所の解消など、安全で快適な道づくりを進めています。



▲地権者の協力で拡幅された道路(布佐・新々田地先)

工事の際は、通行者と地権者の皆様のご協力をお願いします。

道路課・内線532

新木小学校図書室の本が増えました 夏休み中も土曜日に開放

子どもたちが図書に親しむ機会を増やすため、新木小学校の図書室を土曜日に開放して1年がたちました。多くの子どもたちが、読書や自由研究などに利用しています(写真)。

読書の楽しみをさらに増やすため、市では約600冊の図書を新たに購入しました。長く読み継がれている絵本や名作だけでなく、アニメや映画の原作本なども加えました。図書室に用意している折り紙などで紙工作を体験できるほか、今後は地域ボランティアによる読み聞かせなども予定しています。図書室は、市内の小・中学生が利用でき



ますが、同伴の保護者の方も入室できます。開放日時 毎週土曜日午前9時から午後4時(年末年始や学校行事日は休室の場合あり)持参 上履き
教育委員会総務課 7185-1110

夢に向かって!

心を合わせ、力を合わせ

GO! GO! 西っ子!

未来に進もう!

T. Saito 6年



朝ドリル

朝の十五分間は、漢字・計算ドリル、百マス計算などに集中して取り組んでいます。

地域の見守り隊の方と

登下校の安全を見守って下さる「見守り隊」の方々は、西っ子みんなの心のオアシスです。

地区遊び

地区児童会の結束を固め、犯罪に巻きこまれぬよう西っ子自身の意識を高めています。

朗読発表会

毎日音読練習を行い、毎月の児童集会では、学年ごとに発表します。

業間体育

体力向上のために毎週水曜日は、業間体育として、リレーや西っ子体験などに元気に取り組んでいます。

子どもページ 高野山小学校

5年 手賀沼そばで田植え体験



交流活動は、楽しいよ!
1年生から6年生が1つのグループとして遊んだり、わんぱく祭でお店を開いたりします。1年生は優しい6年生が大好きです。



2年 ザリガニつり

1年 公園探検

地域で学ぼう

各学年とも地域に積極的に活動の場を広がっています。特に手賀沼については、歩いて10分足らずの場所にあるということで、低・中学年はザリガニつりや公園探検、プラネタリウムなどの施設を活用しています。



3年 町探検

高小の合言葉

なかよく進んで元氣よく

- 活発な部活動
合唱部・吹奏楽部・陸上部と三つの部活動があります。総数で三百名ほどががんばっています。
- いっぱい遊べるわんぱくタイム
- 毎週楽しみなお話の会



4年 北千葉浄水場見学

4年生では、佐原で地域のガイドの方をお願いして伊能忠敬について学習したり、浄水場・終末処理場へ行き号で見学に行ったりしています。

6年 歴史探検(湖北高校)



6年 歴史探検(将門神社)



地域を学ぼう

我孫子市にも貴重な文化財や、学ぶべき歴史・文化がたくさんあります。6年生では、歴史学習の初めに市の歴史を事前に調べ、実地に学習しています。



▲昨年の会場風景

第9回我孫子野外美術展

市民オーナー、サポートボランティア、一般制作者を募集

我孫子野外美術展が今年もまた布佐の森を舞台に開催されます。実行委員会では、市民オーナー、サポートボランティア、一般制作者を募集しています。

●市民オーナー 野外美術展を資金的に支えてくれる方
 内容 一口2000円(オープニング招待、終了後に作品カタログ贈呈ほか)(随時受け付け)
 ●サポートボランティア ボランティアで野外美術展を支えてくれる方
 期間 10月23日(月)から11月30日(木)(都合の良い時だけでも可)
 内容 広報・会場設営などの準備活動、受付、会場案内、食事

公開制作期間 10月29日(日)から11月3日(祝)
 展示期間 11月4日(土)から19日(日)
 場所 布佐市民の森、相島の森相島芸術文化村
 ●一般制作者 自然の中で、作品づくりに挑戦したい方
 申し込み締切 8月26日(土)
 内容 自然をテーマとした、森の自然を壊さない作品づくり(素材は自由)
 ※8月26日(土)に、会場下見会(午後1時、相島芸術文化村集合)、懇親会(午後4時相島芸術文化村、会費1000円)を行います。
 申し込み 電話、ファクス、Eメールのいずれかで野外美術展実行委員会事務局
 FAX 7189・3685 Eメール ace103@hotmail.com

夏休み映画特集 入場無料

視聴覚ライブラリー 夏休みアニメ映画会

終戦から61年。子どもたちにも、その悲惨さを知ってもらうため、「火垂るの墓」を上映します。
 日時・場所 8月11日(金)午後3時30分から5時、アピスタ
 対象・定員 市内小中学生、先着120人
 内容 「火垂るの墓」脚本・監督…高畑勲、日本の敗戦をはさんだ約3カ月間に、14歳と4歳の兄妹がどう生きたか、を描いた作品。
 ※駐車場には限りがありますので、他の交通機関をご利用ください。
 主催 我孫子市教育委員会
 問 教育委員会社会教育課 ☎7185-1602

第1回社会教育フィルム子ども向け 16mm映画会「湖北ミニシアター」

楽しいアニメーション3本を上映します。来場者に夏の風物「水ヨーヨー」をプレゼント! 終演後、希望者には16mm映写機がある調光室見学もあります。
 日時・場所 8月5日(土)午前10時から11時45分、湖北地区公民館
 対象・定員 市内在住の3歳から12歳くらいの方、先着250人
 内容 「ミッキー・マウスとブルート」(10分)「はれ、ときどきぶた」(38分)「トイレの花子さん」(30分)
 ※駐車場には限りがありますので、他の交通機関をご利用ください。
 主催・問 湖北地区公民館指定管理者(株)我孫子市都市建設公社 ☎7188-4433

東葛ゆかりの映画ポスター展

我孫子市ほか東葛地域にゆかりのある映画ポスターの展示を行います。懐かしいあの映画の俳優や監督の我孫子との意外な接点を発見できます。
 日時・場所 8月15日(火)~20日(日)午前9時から午後6時(15日は正午から、20日は午後5時まで)、けやきプラザ 第2ギャラリー
 主催 あびこ映画倶楽部、我孫子市教育委員会
 問 教育委員会文化課 ☎7185-1583

広報あびこの記事に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。
 ◎7月1日号5面「市民文化祭参加者募集」の記事中、写真展の会場…「市民会館」を「市民プラザ」に、洋舞の日程…「11月22日」を「10月22日」に、手工芸の日程…「11月27日から29日」を「10月27日から29日」に訂正します。
 ◎7月16日号5面「けやきプラザ・我孫子南近隣センター開館記念イベント」の記事中、我孫子南近隣センター展示の部…「手画沼トラスト」を「手賀沼トラスト」に訂正します。

夏休みは乗馬にチャレンジ (年間を通して実施)

仲馬倶楽部(江蔵地1027の6)で、ご家族揃ってチャレンジしてみませんか。(大人の方も体験できます)
 ◎お馬となかよしコース
 日時 8月20日(日)午後4時から5時30分、9月から11月は午後3時から4時30分(雨天中止)
 ※年間を通して毎月第3日曜日。
 内容 引き馬
 対象 3歳以上
 参加費 3歳から小学6年生300円、中学生以上500円
 申し込み 不要(当日会場へ)
 ◎乗馬体験教室
 日時 8月6日(日)①午後2時、②午後2時30分、③午後3時
 (雨天時の場合は第2日曜日)
 ※年間を通して毎月第1日曜日。
 内容 装具付け、乗馬、ブラッシング、馬房の清掃など
 対象・定員 小学4年生以上、各回先着3人
 参加費 2600円(保険料、ヘルメットなどの使用料含む)
 申し込み ハガキ、ファクス、Eメールのいずれかで住所、氏名、学年、年齢、電話番号を明記し、〒270-1166 我孫子1684 FAX 7182・5867 Eメール syakaikyouiku@city.abiko.chiba.jp
 主催 NPO法人我孫子乗馬会
 我孫子市教育委員会
 問 教育委員会社会教育課 ☎7185・1604

今月のギャラリー

図書館

場所	作品・作者	展示期間
湖北台分館	和紙フォトアート「Cats」 …反保裕子	1日(火)~31日(木)
布佐分館	水彩・パステル画…田所道正	

市民プラザ

催し名・問い合わせ	日時
写心クラブ「らく」第3回写真展 三好 ☎7183-9850	7月28日(金)~2日(木) 10:00~19:00 (2日は17時まで)
第43回我孫子墨絵同好会展 戸川 ☎7183-2402	5日(土)~8日(火) 10:00~17:00 (8日は16時まで)
新鮮写真の盛りあわせフォトサークル「和」 海老原 ☎090-5788-2181	11日(金)~16日(木) 10:00~18:00 (11日は13時から)
蘆刈会書道展 伊藤 ☎7183-9841	18日(金)~23日(木) 10:00~18:00 (18日は12時から23日は16時まで)
第4回岡発戸・都部の谷津展 手賀沼課 ☎7185-1484	26日(土)~29日(火) 10:00~19:00

アピスタストリート

催し名・問い合わせ	日時
原爆写真・折り鶴展 生活支援課 ☎7185-1856	5日(土)~17日(木) (5日は9時から、17日は16時まで)
第21回手賀沼写真コンクール入選作品展 手賀沼課 ☎7185-1484	18日(金)~31日(木) (18日は9時30分から、31日は16時まで)

けやきプラザ

場所	催し名・問い合わせ	展示期間
第1ギャラリー 第2ギャラリー	けやきプラザオープン記念・地場アート展 ふれあいプラザ ☎7165-2883	1日(火)~6日(日)
第1ギャラリー 第2ギャラリー	クレマチスアート展 毛利 ☎7188-0548	8日(火)~13日(日)
第1ギャラリー	宇野隆精密画展-鳥、魚とそのなかまたち ポスト工房 UNO ☎7188-9591	15日(火)~20日(日)
第2ギャラリー	東葛ゆかりの映画ポスター展 文化課 ☎7185-1583	15日(火)~20日(日)
第1ギャラリー	あびこ手づくり散歩市展 商工観光課 ☎7185-1475	22日(火)~27日(日)

けやきプラザ県民講座

講座名・講師・定員(先着順)	日程
「回想法講習」(全6回) 対象・介護専門職、講師・岡部利恵子さん(介護福祉士) 定員20人	8月24日(木)から毎週木曜日、18時~21時
「手賀沼のほとりに住んだ女性たち」講師・越岡禮子さん(我孫子市の文化を守る会副会長) 定員50人	8月29日(火) 14時~15時30分
「安心まちづくりリーダー養成講座(介護入門)」講師・岡部利恵子さん(介護福祉士) 定員50人	8月31日(木) 13時~16時
「福祉機器と住宅の改修講座」(全4回) 講師・伊藤宏さん(ふれあいプラザ住宅改修相談員) 定員15人	9月5日(火)・12日(火)・20日(火)・26日(火) 10時~12時
「呼吸と姿勢」基礎講座(全3回) 対象・介護専門職、講師・安西暎子さん(日本体操学会一般体操指導者) 定員10人	9月6日(水)・13日(水)・20日(水) 18時~19時30分
「ムーブ・ユア・ボディ(エンジョイ・リハビリ)」(全10回) 講師・安西暎子さん(日本体操学会一般体操指導者) 定員10人	9月7日(木)から毎週木曜日 14時~15時30分
「脳の健康教室」(全6カ月) 講師・くもん学習療養センター、定員30人(8月30日(水)説明会)	9月13日(木)から毎週水曜日、13時~16時

場所 けやきプラザ内ふれあいプラザ(本町3の1の2)
 参加費 無料(材料費など実費が必要な場合あり)
 主催 千葉県福祉ふれあいプラザ
 申・問 電話かファクスで氏名、住所、電話番号を明示し、けやきプラザ内福祉ふれあいプラザ ☎7165-2881 FAX 7165-2882へ(先着順)

情報ひろば



タイトルが色付きのものは、市や官公庁主催・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

けやきプラザオープニング記念 ファミリーコンサート

日8月20日(日)14時15分開場、15時開演 所けやきプラザ 対当日先着550人(未就学のお子さんも入場可) 曲目アイネ・クライネ・ナハトムジークから第1楽章、交響曲第40番、第1楽章(モーツァルト)、トランペット吹きの休日、シンコペイテッド クロック(アンダーソン)、ハンガリー舞曲第5番(ブラームス)、ワルツ「金と銀」(レハール) 出富平恭平さん(指揮)、我孫子市民フィルハーモニー管弦楽団 費無料(全席自由) 田橋本☎7184・5698

警察ふれあいフェスタ2006 子どもたちの安全をめざして

日8月19日(土)・20日(日)10時~20時(20日は18時まで) 所さくら野球場6階特設会場ほか 内制服を着て記念撮影、人形劇、ポリスアート展、パトカー・白バイ乗車体験、110番教室、クイズ大会、警察犬訓練、鑑識体験、親子ふれあいネット安全教室、暴漢の制圧とおまわりさんQ&A、シーボック売店ほか 費無料 田千葉警察本部広報課 ☎043・227・9131 ホームページhttp://www.police.pref.chiba.jp/

我孫子手づくり散歩市 プレイベント

日8月22日(火)~27日(日)9時30分~21時30分 所けやきプラザ 内今年の10月に開催される第7回手づくり散歩市のプレイベント、制作者、作家、場の提供者の紹介・交流など 費無料 田千葉警察本部広報課 ☎043・227・9131

季節の味覚 観光農園

新鮮な季節の味覚を市内でお楽しみ下さい。
◎なし(8月中旬~9月上旬) 阿曾農園☎7188・1459
◎くり・ハウスどう(9月上旬~10月上旬) 田村農園☎7188・2308 ◎さつまいも(9月下旬~11月中旬) 日暮農園☎7182・4048

第29回書道連盟展同時開催 小学生の毛筆書写体験

日9月9日(土)・10日(日)10時~13時、14時~17時(1日2回) 所市民プラザ 対小学生(書道に興味がある1・2年生、上手に文字が書けずに困っている3

みんなの夏まつり

※気候により、収穫時期が変わりますので、詳しくは各農園へ。
日8月6日(日)13時~ 所久寿家近隣センター 内流しソーメン、立体映像体験、ビンゴゲーム、盆踊り、河童太鼓など 田久寿家近隣センター☎7179・1166

根戸地区まちづくり ふるさと祭り

日8月19日(土)15時~模範店19時~20時30分 所模範店、19時~20時30分 所模範店、19時~20時30分 対当日先着100人 費無料 田我孫子市民がつくる図書館の会・馬渡☎7189・5025

第5回天王台ふれあい夏祭り

日8月19日(土)14時~20時30分(雨天順延8月20日) 所天王台駅北口(旭土地不動産) ビックA手前) 内楽しいイベントが盛りだくさん! 主・天王台ふれあい夏祭り実行委員会・塚本☎7182・2286

参加してみませんか

生活文化を知る 子ども教室
日8月30日(水)、10月14日(土)、11月11日(日)、12月9日(土)9時30分~11時50分、07年1月13日(土)、2月10日(土)11時~13時50分(全6日) 所アピスタ(10月14日は市民会館) 内節句、食文化、風呂敷などの生活文化を知る 対小学生、18人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円(6日分、材料費など) 申・田ハガキ、ファクス、Eメールに住所、氏名、学年、電話番号 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 田・問い合わせ

アルゼンチンタンゴ演奏会

日8月20日(日)17時~19時 所アピスタ 内エル・ヴィエント楽団による生演奏 費全席自由1000円(前売り900円) チケット販売所東京事務所、ミリオン楽器 申・田森下☎7188・7260

参加してみませんか

生活文化を知る 子ども教室
日8月30日(水)、10月14日(土)、11月11日(日)、12月9日(土)9時30分~11時50分、07年1月13日(土)、2月10日(土)11時~13時50分(全6日) 所アピスタ(10月14日は市民会館) 内節句、食文化、風呂敷などの生活文化を知る 対小学生、18人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円(6日分、材料費など) 申・田ハガキ、ファクス、Eメールに住所、氏名、学年、電話番号 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 田・問い合わせ

参加してみませんか

生活文化を知る 子ども教室
日8月30日(水)、10月14日(土)、11月11日(日)、12月9日(土)9時30分~11時50分、07年1月13日(土)、2月10日(土)11時~13時50分(全6日) 所アピスタ(10月14日は市民会館) 内節句、食文化、風呂敷などの生活文化を知る 対小学生、18人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円(6日分、材料費など) 申・田ハガキ、ファクス、Eメールに住所、氏名、学年、電話番号 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 田・問い合わせ

参加してみませんか

生活文化を知る 子ども教室
日8月30日(水)、10月14日(土)、11月11日(日)、12月9日(土)9時30分~11時50分、07年1月13日(土)、2月10日(土)11時~13時50分(全6日) 所アピスタ(10月14日は市民会館) 内節句、食文化、風呂敷などの生活文化を知る 対小学生、18人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円(6日分、材料費など) 申・田ハガキ、ファクス、Eメールに住所、氏名、学年、電話番号 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 田・問い合わせ

参加してみませんか

生活文化を知る 子ども教室
日8月30日(水)、10月14日(土)、11月11日(日)、12月9日(土)9時30分~11時50分、07年1月13日(土)、2月10日(土)11時~13時50分(全6日) 所アピスタ(10月14日は市民会館) 内節句、食文化、風呂敷などの生活文化を知る 対小学生、18人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円(6日分、材料費など) 申・田ハガキ、ファクス、Eメールに住所、氏名、学年、電話番号 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 田・問い合わせ

参加してみませんか

生活文化を知る 子ども教室
日8月30日(水)、10月14日(土)、11月11日(日)、12月9日(土)9時30分~11時50分、07年1月13日(土)、2月10日(土)11時~13時50分(全6日) 所アピスタ(10月14日は市民会館) 内節句、食文化、風呂敷などの生活文化を知る 対小学生、18人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円(6日分、材料費など) 申・田ハガキ、ファクス、Eメールに住所、氏名、学年、電話番号 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 田・問い合わせ

楽しい夏休み学習会 石けん工場バス見学会

日8月24日(木)8時45分市民会館駐車場集合(時間厳守) 内ミヨシ石鹸工場見学(東京都墨田区) 対先着25人 費無料 持昼食、飲み物 申・田電話で商工観光課☎7185・1469

白樺文学館第4回企画展「バーナード・リーチ」展記念講演会

日8月11日(金)18時30分 所アピスタ 内「濱田庄司とB・リーチ」、柳宗悦のはじめた民芸運動とB・リーチとともに英国に渡った祖父濱田庄司の思い出などについて語る、講師:濱田琢司さん(学術博士、濱田庄司の孫) 対先着45人 費500円、中学生以下200円(企画展入館券つき) 申・田電話かEメールで白樺文学館☎7169・8468 EメールE@bwhg@abiko.ne.jp

防衛大学校生徒

試験日9月17日(日) 試験会場我孫子中学校 受付期間7月31日~8月11日9時~16時(土・日曜日は除く) 申・田自筆の試験申込書(総務課、各消防署、各行政サービスセンターに用意)に写真を貼付し、総務課・内線232へ持参(8月11日消印有効で7011192市役所総務課(住所省略可)へ郵送も可)

「あびこ子どもまつり」スタッフ

10月22日(日)にアピスタと手賀沼公園多目的広場で開かれる第12回あびこ子どもまつりのジュニアスタッフと、子どもたちの活動を応援してくれる大人のボランティアを募集します。
◎実行委員会・大人:日・所8月29日(火)19時、教育委員会大会議室 ジュニアスタッフ:日・所8月21日(月)9時~13時、市役所分館大会議室
申・田電話で子どもまつり実行委員会・梅谷☎080・5515・0261

市職員

8月1日は、農地実態調査の調査票の提出を忘れずに
職種・採用予定数一般行政職事務職:4人、一般行政職技術職土木:2人、一般行政職技術職建築(1級建築士):1人、福祉総合職(社会福祉士):1人、消防士(救急救命士を含む):2人
試験日9月17日(日) 試験会場我孫子中学校 受付期間7月31日~8月11日9時~16時(土・日曜日は除く) 申・田自筆の試験申込書(総務課、各消防署、各行政サービスセンターに用意)に写真を貼付し、総務課・内線232へ持参(8月11日消印有効で7011192市役所総務課(住所省略可)へ郵送も可)

ぼしゅう

8月12日(土)14時~15時30分 所湖北地区公民館 内食の美学、講師:石戸孝行さん 費無料 田藤掛☎7188・2576

参加してみませんか

生活文化を知る 子ども教室
日8月30日(水)、10月14日(土)、11月11日(日)、12月9日(土)9時30分~11時50分、07年1月13日(土)、2月10日(土)11時~13時50分(全6日) 所アピスタ(10月14日は市民会館) 内節句、食文化、風呂敷などの生活文化を知る 対小学生、18人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円(6日分、材料費など) 申・田ハガキ、ファクス、Eメールに住所、氏名、学年、電話番号 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 田・問い合わせ

参加してみませんか

生活文化を知る 子ども教室
日8月30日(水)、10月14日(土)、11月11日(日)、12月9日(土)9時30分~11時50分、07年1月13日(土)、2月10日(土)11時~13時50分(全6日) 所アピスタ(10月14日は市民会館) 内節句、食文化、風呂敷などの生活文化を知る 対小学生、18人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円(6日分、材料費など) 申・田ハガキ、ファクス、Eメールに住所、氏名、学年、電話番号 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 田・問い合わせ

参加してみませんか

生活文化を知る 子ども教室
日8月30日(水)、10月14日(土)、11月11日(日)、12月9日(土)9時30分~11時50分、07年1月13日(土)、2月10日(土)11時~13時50分(全6日) 所アピスタ(10月14日は市民会館) 内節句、食文化、風呂敷などの生活文化を知る 対小学生、18人(応募者多数の場合は抽選) 費5000円(6日分、材料費など) 申・田ハガキ、ファクス、Eメールに住所、氏名、学年、電話番号 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 田・問い合わせ

8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) 3日(休)、8日(休)、10日(休)、15日(休)、17日(休)、22日(休)、29日(休) 9時30分~15時30分 市民相談室(本庁2階) 秘書課(予約は8月1日(火)8時30分から) ☎7185-1714
▶人権相談 24日(休)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) 18日(金)10時~15時 収税課(予約は8月14日(月)8時30分から) ☎7185-1349
▶行政相談 24日(休)10時~12時 市民相談室(本庁2階) 秘書課☎7185-1714
▶不動産相談(予約優先) 8月はお休みです。 市民相談室(本庁2階) 住宅課・内529
▶住宅相談(予約制) 8月はお休みです。 市役所B会議室 住宅課・内529
▶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 4日(金)10時~11時30分 つつじ荘☎7188-0123
11日(金)10時~11時30分 西部福祉センター☎7185-5818
9日(水)9時15分~10時受付 アピスタ 保健センター☎7185-1126
▶育児相談 9日(水)9時15分~10時受付 保健センター 保健センター☎7185-1126
▶4カ月児相談 1日・8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☎7185-1821
▶交通事故相談(予約制) 14日(月)10時~15時 市民安全室・内486
▶結婚相談 6日・20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449
▶DV相談 土・日、祝日を除く平日 10時~17時 男女共同参画担当・内293
▶心配ごと相談(9時~15時) 2日(休)・西武福祉センター 14日(月)・保健センター 21日(月)・社会福祉協議会 28日(月)・布佐市民センター 社会福祉協議会☎7184-1539
▶心の相談(予約制) 2日(休)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) 10日(日)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~土曜日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~土曜日9時~17時 市民会館2階 無料職業紹介所・内450

千葉県警察による 災害警備訓練の実施

千葉県警では、ヘリコプターを使用した災害警備訓練を行います。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

個人事業税の納期内納付のお知らせ

個人事業税第1期分の納期限は8月31日です。納付書は8月中旬に発送します。

成年後見制度個別相談会

判断能力が不十分のために、お金の管理ができない・悪質な商法の被害にあつてしまう方の財産を守り、生活を支援する成年後見制度の利用について、弁護士、司法書士、社会福祉士がペアとなって法律と福祉の両面から個別に相談に応じます。

耐震相談・診断を受けましょう

日9月28日(木)、10月15日(日)、11月17日(金)、12月17日(日) 07年1月26日(金) 所市役所分館大会議室 内1981年5月以前に建築された木造住宅(在来軸組構法・2×4工法)を対象に、建築士が会場にて相談・診断を行います 対1日あたり16組

地上アナログテレビ放送終了のお知らせ

現行の地上アナログテレビ放送は、地上デジタル放送への移行に伴い、2011年7月24日までに終了いたします。

8月は電気使用安全週間

便利で安全な電気は、生活や産業になくてはならないエネルギーです。しかし、使い方を間違えると、思わぬ事故につながることもあります。

移動暴力相談所

暴力団のいやがらせや不当な要求などでお困りの方は、気軽にご利用ください。

子どもイベント体験会

2日(水)15時30分~17時30分。アピスタ。体操服(巾着袋)を楽しくべイント。自由な絵でもOK。30人。1300円(材料費込み)。電話で滝本☎7183・56642

地域と手賀沼の講演会

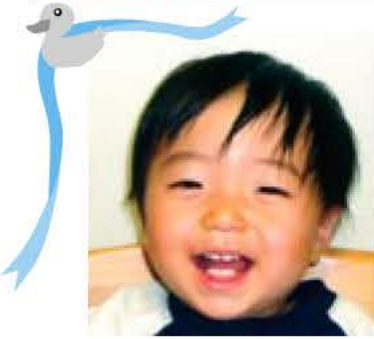
5日(土)10時~12時。手賀沼フィッシングセンター。「手賀沼の健康体操自強術」毎週(火)10時~11時30分、毎週(金)10時~11時30分、月4回。我孫子泉集会所。☎25000円。(社)自強術普及会・井戸☎7183・1939

暑い夏を元気に乗り切るための健康体操自強術

毎週(火)10時~11時30分、毎週(金)10時~11時30分、月4回。我孫子泉集会所。☎25000円。(社)自強術普及会・井戸☎7183・1939

社交ダンススクール「プロシード」

毎週(木)18時~21時。アピスタほか。プロ講師が指導。初・中級向き。入1000円。☎35000円。納見☎7132・0742



すずやかちゃん (若松・1歳2カ月) 果物大好き!両手をあげてちよっぴのポーズ。口いっぱいにはおぼって大満足だね。



すずやかちゃん (若松・1歳3カ月) 遠藤 暁里ちゃん 待望のかわいいかわいい女の子です。いつもニコニコ元気な笑顔をふりまいています。

今月のふれあい工房

Table with 4 columns: 教室名・定員, 日時, 参加費, 持参・備考. Includes '牛乳パックで和紙作り・5人' and '23日(水)10時~12時'.

申し込み・ふれあい工房 ☎7186-5500 (休館日(月曜日)を除く)

柏健康福祉センター(保健所) ☎7167-1255 (色文字は予約制)

Table listing various services like '未熟児等発達相談', '療育相談', '心の健康相談', etc., with dates and times.

柏児童相談所 ☎7131-7175 来所相談...月~金曜日9時~17時 (事前に電話確認) 電話相談...☎7134-4152 (月~金曜日9時30分~16時)

県民無料法律相談(民事) 11日(金)13時~16時(予約は7日(月)9時から) 東葛飾県民センター ☎047-365-3008

市民伝言板

このコーナーに掲載を希望する方は、広報掲載依頼書(市役所広報室に用意または我孫子市のホームページからダウンロード)に必要事項を記入のうえ、掲載希望日の1カ月前までに広報室へ提出してください。

公共施設利用の活動は、優先的に場所が確保されているものではありません。

講演・催し

- List of events including '子どもイベント体験会', '夏休み書道錬成会', 'オーバー・ナイト・ハイク', '楽しい「ハガキ絵」講習会', '第13回柏水彩画展', '俳句「げやき会」'.

会員・仲間募集

14時。県立白井高校。両日参加可能な小学生以上の親子、先着30人。1人500円(2日分)。NPO法人しろい環境塾・上西 ☎047-491-0660

健康と福祉

骨粗しょう症検診

骨粗しょう症検診は、寝たきりを予防し、健康づくりを啓発するため、今年度から検診対象者を拡大しました。

日時 9月26日(火)・27日(水)午前9時30分から午後3時(受診日時は後日通知します)

場所 保健センター

検査方法 腕の骨のX線測定

対象 今年度中(06年4月1日から07年3月31日)に20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳になる市内在住の女性の方

定員 250人

費用 500円(①世帯全員が市県民税非課税の世帯の方②生活保護世帯の方③高齢者受給者証をお持ちの方は無料です)

※①の方は、9月15日までに保健センターへご連絡ください。

申し込み・問い合わせ 保健センター(ハガキに住所、氏名、生年月日、電話番号を明記し、8月15日必着で〒270-1132 湖北台1の12の16保健センター ☎7185・1126)

お休み処のボランティアスタッフを募集

高齢者の方が買い物や送迎などに気軽に立ち寄れる「お休み処」で、ボランティアをしてみませんか。

日時 月に数回(1回も可)で1日3時間程度

場所 湖北駅南口駅前商店街

内容 立ち寄った方へのお茶の提供や話し相手、各種講座・ミニイベントの受け付けなど

定員 20人

申し込み・問い合わせ 電話で湖北台地区社会福祉協議会 ☎7188・1410

やさしい介護体験教室

日時 9月2日・30日、10月28日、11月25日、07年1月27日、2月24日のいずれも土曜日午後1時30分から3時30分(9月30日は午後4時まで)

場所 我孫子北地区社会福祉協議会(つくし野3の2)、特別養護老人ホーム和楽園

内容 介護予防、基本の介護、介護保険についての講義、施設見学、調理実習(高齢者に食事) 講師:「和楽園」職員

定員 先着16人

参加費 無料(ただし調理実習の食材費350円程度は実費)

申し込み・問い合わせ 電話かファクスで「やさしい介護体験教室」希望、住所、氏名を明示し、我孫子北地区社会福祉協議会 ☎7165・3434(電話は月・水・金曜日午前9時から正午、午後1時から4時)

みどり園の臨時職員を募集

雇用期間 8月14日から9月30日(更新あり)

勤務日時 土・日曜日、祝日を介

内容 介護予防、基本の介護、介護保険についての講義、施設見学、調理実習(高齢者に食事) 講師:「和楽園」職員

定員 先着16人

参加費 無料(ただし調理実習の食材費350円程度は実費)

申し込み・問い合わせ 電話かファクスで「やさしい介護体験教室」希望、住所、氏名を明示し、我孫子北地区社会福祉協議会 ☎7165・3434(電話は月・水・金曜日午前9時から正午、午後1時から4時)

「心の輪を広げる体験作文」を募集

障害のある方とない方が、学校や社会生活の中で、心のふれあいを通じて学んだことや感じたこと、社会に訴えたいことなどの作文を募集します。

テーマ 出会い、ふれあい、心の輪～障害のある人となない人との心のふれあい体験を広げよう～(題名は自由)

対象 小学生以上(盲学校、聾学校、養護学校の小学部、中学部、高等部の児童生徒を含む)

応募規定 *小学生、中学生、高校生・一般市民の3部門(作品は未発表のもの1編) *400字詰め原稿用紙(B4判縦書き)を使い、小・中学生は2枚から4枚程度、高校生・一般市民は4枚から6枚程度(作品は返却不可)

表彰 部門ごとに、最優秀作品(1編)に内閣総理大臣賞と後援団体から5万円相当の副賞、優秀作品(3編)に内閣府特命担当大臣賞、佳作作品(5編)に記念品を贈呈

※最優秀作品受賞者は、12月6日(木)の「障害者週間の集い」で表彰。

応募方法 題名、住所、氏名、年齢、生年月日、性別、職業・学校名(学年)、電話、ファクス番号、障害の有無・程度を明記した用紙を応募作品に添付し、9月6日必着で〒260-8667 県庁障害福祉課(住所省略可)へ郵送

問い合わせ 県庁障害福祉課 ☎043-223-2935 FAX 043-222-4133

高齢者文化祭の参加者を募集

日時・場所・内容 下表参照

対象 市内在住の60歳以上の方、老人クラブの会員

申し込み ハガキに住所、氏名、性別、年齢、参加部門、種別、題目、電話番号、囲碁・将棋大会は段・級位を明記し、8月15日必着で〒270-1192 市役所介護支援課(住所省略可)へ

※老人クラブ会員は各会長へ申し込み。

問い合わせ 介護支援課・内線412

部門	日時・場所	内容
作品展	9月6日(水)・7日(木) 9時～21時(7日は16時まで) アビスタ	絵画(10号以内)、書道、写真、手工芸(ちぎり絵など10号以内)、短歌・俳句(表装したもの)ほか
囲碁・将棋大会	9月9日(土)9時30分～ 老人福祉センターつつじ荘	-
演芸大会	9月23日(祝)9時30分～ 市民会館	舞踊、合唱、民謡、その他の演芸(合唱は3人以上)。発表時間は1組おむね4分以内

健康メモ

270

転倒に注意

着膨れで体が重い時季とは異なり、薄着になるこの季節ですが、意外なことに転倒による怪我が増えます。暑さで集中力が低下すること以外に、自ずと発汗が多くなるため脱水傾向となり熱中症を起したり、動脈硬化の増える年代では一過性の脳虚血(貧血)発作を起しやすくなることなどがその主な原因です。暑い日中は屋外での仕事・運動をなるべく避けるほかに、喉の渇きを覚えてからではなく、こまめに水分を補給する習慣を作ることが大切です。

加齢とともにちよつとした段差でつまづき易くなり「年で足腰の筋力が衰えた」と嘆かれる方が多いのですが、体調を壊し長期間寝込んだ方や、筋肉の病気が神経麻痺のある方以外に少力の段差を越えられないほど筋力が落ちることは無く、足の運動・感覚機能が衰え鈍くなっているために床の凹凸にうまく対応できず、後で考えれば何でもないとところでつまづき転倒してしまうのです。

このため転倒予防には普段から足のトレーニングを心掛けることが大切です。足でじゃんけんをする、床に置いたタオルを

足をつかむ運動や、素足で草履・下駄など鼻緒のある履物を履いて足の裏・指の感覚を磨き、しっかりと歩く習慣をつけることが転倒防止になります。

つまづかないように足元をよく見て歩こうという気持ちからでしょうが、俯き加減で歩かれる方がいらつしやいます。重心が前に片寄り余計に転倒しやすくなつてしまっています。

ちなみに目を開けて片足立ち出来る時間が30秒以内の方では60秒以上の方と比較して転倒回数が三倍になるという報告もあります。寒い時季に素足でトレーニングを始めるのは大変ですが、素足で過ごす時間が多いこの時季からお始め下さい。

問い合わせ 我孫子市医師会 ☎7188・5525

◎心の健康に関する教室

福祉総合相談室・内線421

名称	日時	場所
心の健康クラブ	21日(月)14:00～16:00	保健センター
アルコール教室	4日(金)13:30～15:00	保健センター

◎健康づくりうんどう教室

保健センター ☎7185-1126

日時	場所
9日(水)10:00～11:00	布佐南公園(雨天中止)
22日(火)9:30～10:30	湖北台中央公園(雨天時は保健センター)
18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
あいわせママパパ学級	4・11・18日(金)	妊娠20週以降の方(3回目は夫婦、家族)
1歳6カ月児健康診査	24日(木)	平成17年1月1日～1月20日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	31日(木)	平成15年12月生まれ
3歳児健康診査	3日(木)・10日(木)	平成15年1月1日～2月10日生まれ
離乳食教室(4～6カ月児)	25日(金)	乳児のいる母親(先着30人、要予約)
後期離乳食教室(8～10カ月児)	31日(木)	乳児のいる母親(先着20人、要予約)
健康いきいき教室	7日(月)・28日(月)	体を動かしたい方(13:00～13:30受付)

子育てサロン「わ」親子であそぼう

日時・場所 8月18日(金)午前10時30分から正午、市民プラザ

内容 各種おもちゃ・イベントを用意。柴田茂子さん(元ファミリーサポートセンター長)による育児相談

対象 おおむね1歳から3歳の子どもさんと保護者

参加費 無料

申し込み・問い合わせ 電話かファクス

ひとり親家庭の親子デイキャンプ

日時・場所 8月27日(日)午前10時から午後5時

場所 五本松公園周辺

内容 クラフト作り、自然の中で遊ぶ

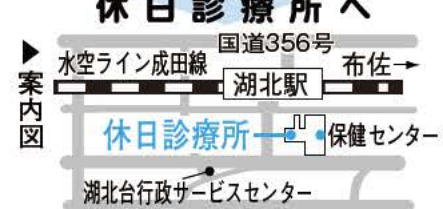
対象・定員 ひとり親家庭の親子30人(9歳以下のお子さんは保護者同伴)

※申し込み多数の場合は抽選

参加費 1人300円

申し込み・問い合わせ 往復ハガキに「親子デイキャンプ」希望、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、8月15日必着で〒270-1192 市役所保育課(住所省略可)・内線449へ

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

問い合わせ 休日診療所 ☎7187-7020

休日・夜間に病気になるたら ☎7184-0119 (消防署)へ

(救急車の要請は☎119へ)

休日・夜間救急病院

アピコ外科整形外科病院	我孫子4 22 22
我孫子聖仁会病院	湖北台4 6 1
我孫子つくし野病院	つくし野131 1
我孫子東邦病院	我孫子1851 1
平和台病院	布佐834 28

小児救急病院

取手協同病院 取手市本郷2 1 1

※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。