

21世紀の扉が開いた今、私たちは輝く未来を創りたい。自分を生かし、他人を認め、女も男も共にいきいきとした暮らしができるまち我孫子にするために、ここに「男女共同参画都市」を宣言します。

- 1 私たちは、男女がお互いの人権を尊重する我孫子にします。
- 2 私たちは、社会のあらゆる分野で、男女が平等に参画する我孫子にします。
- 3 私たちは、男女が一人ひとり自立し、責任を分かち合う我孫子にします。

レッツ 体験・体感!

市では、子どもたちに自ら学び、考える力を身に付けてもらおうと、さまざまな体験学習の機会を設けています。ぜひご参加ください。

手賀の丘ふれあい宿泊通学

参加者を募集

手賀の丘ふれあい宿泊通学は、複数の小学校の初めて出会う子ども同士が共同生活をしながら学校に通います。

期間中は、軽スポーツを楽しんだり、野外炊飯などを行い、人と人のふれあいや協力することの大切さを学びます。

事前研修 9月18日(木)午後1時30分から市民会館大会議室で開催。参加者と保護者は必ず参加

宿泊日程 9月27日(木)の放課後から29日(土)の登校まで(期間中、塾や部活動は行いません)

募集対象 我孫子第二小、我孫子第三小、高野山小、湖北台西小の4年生から6年生。男女各24人、計48人(応募者多数の場合は抽選。初参加の方を優先)

※我孫子第四小・並木小・湖北台東小・布佐小学校は11月に募集します。

参加費 2500円

申し込み ハガキに「第2回手賀の丘ふれあい宿泊通学」希望、学校名、児童の住所、



▲野外炊飯に挑戦



▲部屋でくつろぐ子どもたち

氏名、電話番号、性別、保護者の氏名を明記し、9月11日必着で〒270-1166 我孫子1684 教育委員会社会教育課へ
主催 我孫子市教育委員会、手賀の丘少年自然の家
問い合わせ 教育委員会社会教育課 ☎ 7185-1604

小学生と中学生の職場見学・体験

受け入れ事業所を募集

職場見学・職場体験は、子どもたちに働くことの大切さを実感してもらうために、キャリア教育推進協議会(市、商工会、農業青壮年会議、手賀沼漁協など14団体で構成)が実施しています。

◎小学校6年生の職場見学

時期 2学期に予定

内容 小学校6年生が2人から5人のグループで、1・2時間程度の職場見学

◎中学校2年生の職場体験

時期 2・3学期に予定(白山中は夏休み中に実施)

内容 中学校2年生が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)

◆事業所募集◆

対象事業所 公共機関、スーパーマーケット、コンビニエンスストア、商店、農家など
申し込み 電話、ファクス、Eメールのいずれかで、事業所名、担当者名、電話番号、受け入れ可能な日数、人数を明示し、教育委



▲汗だくになってホースを掃除(消防署での湖北台中生徒〈昨年〉)



▲子どもたちと笑顔でふれあう(市内保育園での白山中生徒)

員会指導課 ☎ 7185-1367 FAX 7182-5867
 Eメール shidou@city.abiko.chiba.jp へ
問い合わせ キャリア教育推進協議会事務局(教育委員会指導課) ☎ 7185-1367、生涯学習担当 ☎ 7182-0622

長期農業体験 12家族28人が参加

長期農業体験は、小学校4年生から6年生の参加者とその家族が、約半年、農家の指導のもと、畑で種まきや苗植えから、草取り、収穫までを責任をもって行います。自然の素晴らしさや厳しさ、農業の大変さや喜びなどを学ぶ体験学習です。

すでに6月から実施し、12家族28人が2軒の農家にわかれ参加しています。月2回の活動の他、自主的に水やりや草取り、夏野菜の収穫などに汗を流しています。すでにナスや枝豆、トマト、きゅうり、スイカなどを収穫しました。

10月の収穫祭では、自分たちで収穫した野菜を持ち寄って、料理作りにも挑戦します。

問い合わせ 教育委員会社会教育課 ☎ 7185-1604



▲草取りは野菜作りに大切な作業



▲収穫した大きなナスを手に

9月16日号の広報あびこに掲載します

市議会定例会が開会

9月4日(月) 本会議(議案説明など) (開会)
 9月13日(水)から15日(金) 本会議(一般質問)
 9月19日(火)から22日(金) 常任委員会(議案審議など)
 9月25日(月) 予算審査特別委員会
 9月26日(火) 本会議(採決など) (閉会)

開会時間 午後1時、26日の本会議のみ午後2時
 ※開会時間は、変更になる場合があります。
 また、26日の本会議は、特別委員会の設置などにより、27日に変更になる場合がありますので、傍聴の際はお問い合わせください。
問い合わせ 議会事務局・内線260

総合防災訓練

9月2日(土)

我孫子第一小と根戸小で

日時 9月2日(土)、午前9時30分から11時30分

場所 我孫子南地区…我孫子第一小学校、我孫子北地区…根戸小学校
 ※午前8時と9時に防災行政無線の放送があります。

※午前9時5分ごろから10時ごろにかけて、海上自衛隊のヘリコプターの低空飛行を予定しています(天候不良時は中止)。

問い合わせ 市民安全室・内線217

第83回箱根駅伝予選会応援ツアー

参加者募集

中央学院大学

5年連続出場をめざして

日時・集合場所 10月21日(日)、午前6時我孫子駅南口集合(バスで立川昭和記念公園)、午後3時我孫子駅解散予定

定員 80人(定員になり次第締め切り)

費用 3000円(バス、昼食、入場券代含む)

主催 我孫子市スポーツ振興応援団

申し込み・問い合わせ 申し込み用紙(商工会、市役所市民課総合窓口、市民体育館、各行政サービスセンター・近隣センター、アピスタに用意)に必要事項を明記し、郵送またはファクスで10月10日必着、〒270-1121 中峠1391 FAX 7187-0045 尚今井観光 ☎ 7188-0235 へ



▲今年の箱根駅伝

児童手当の手続きはお済みですか

9月30日までに申請してください

2006年4月1日に児童手当の制度が改正されました。この改正により、支給対象年齢が小学校3年生修了前(9歳)

到達後最初の3月末)までから、小学校修了前までに拡大され、あわせて所得制限限度額も引き上げられました。また、2005年度に所得制限により支給が出来なかった方、小学校4・5・6年生の児童がいる方は申請が必要になります。認定請求または額改定請求は、2006年9月30日までに受け付けたもの限り、特例的に4月(または支給要件に該当する日)にさかのぼって支給されます。ただし、すべての方がさかのぼり支給に該当するわけではありません。

▼児童手当を受給されている方

対象児童	手続き方法	支給について
年齢拡大の児童が小学校4年生のみの方	継続扱いのため手続き不要	4月以降引き続き支給となります
年齢拡大の児童が小学校4年生から6年生か、あるいは5年生、6年生がいる方	額改定請求書を提出	4月(または支給要件に該当する日)にさかのぼって支給されます

▼児童手当を受給されていない方

対象児童	手続き方法	支給について
小学校4年生から6年生の児童のみの方	認定請求書を提出	4月(または支給要件に該当した日)にさかのぼって支給されます
小学校4年生から6年生の他に、小学校3年生以下の児童がいる方	認定請求書を提出	小学校4年生から6年生は4月(または支給要件に該当した日)にさかのぼって支給されます。小学校3年生以下の児童は請求者の所得額によって、4月(または支給要件に該当した日)にさかのぼる場合と、認定請求をした月の翌月分からは請求者の所得額によって、4月(または支給要件に該当した日)にさかのぼる場合があります
小学校4年生から6年生の他に、小学校3年生以下の児童がいる方	認定請求書を提出	請求者の所得額によって、4月(または支給要件に該当した日)にさかのぼる場合があります

※公務員の方は、各職場での請求となります。
※2006年4月2日以降に我孫子市に転入された方は、前住所地での申請も必要になります。

により2年分の審査をします) ※2005年1月2日以降我孫子市に転入された方は、2005年度のもの、2006年1月2日以降我孫子市に転入された方は、2005年度と2006年度のものをご審査をします。④児童と別居している方は、別居監護の申請と児童の住民票(謄本) ※すでに申請済みの方は、再度申請する必要はありません。また、児童手当を受給中の方は、現況届を提出していただきますが、小学校4・5・6年生の児童がいる方は、額改定請求の申請も必要となりますので必ず申請してください。

労働力調査にご協力を

労働力調査は、国の経済政策や雇用対策に役立てるために実施されています。総務省が毎月公表している「完全失業率」は、この調査をもとに発表されています。

調査対象は台田4丁目地区の一部の世帯です。調査員が調査票を持って、ご自宅にお伺いしますので、ご協力をお願いします。 ※調査員は「調査員証」を必ず携行しています。 千葉県統計課 ☎043・223・2220

小中学生にボランティアを受け入れ団体や施設を募集

◆懇談会にもご参加を◆

市では、小中学生が気軽にボランティア体験ができるよう、小中学生のボランティアの受け入れをいただける市民活動団体や施設を募集します。

募集後は、06年10月下旬から3月の間に、小中学生のボランティアの受け入れが可能な市民活動団体や施設の情報をもとめた情報紙「NPO・ボランティア第2号」を作り(10月中旬発行予定)、市内の小中学校、公共施設で掲示・配布します。

また、情報紙の内容は、我孫子市、あびこネットのホームページでもご覧いただけます。



▲近隣センターまつりで中学生がボランティア

日時・場所 10月3日(火)午後2時から4時30分、湖北台近隣センター(参加無料)
内容 市内中学校の先生から実際に生徒が行っている地域活動の話や、学校と地域との連携や子どもが参加するまちづくりについての意見交換
パネリスト 高山利三郎さん(湖北台中学校校長)、青井真吾さん(我孫子中学校教諭)、平田美貴さん(あびこ子どもの文化連絡会代表)
対象 子どもと地域活動やボランティアに興味のある方、先着40人
申し込み・問い合わせ 電話かファクスかEメールで氏名(団体名)、電話番号を明示し、市民活動支援課 ☎7185・1467 FAX 7185・5777 Eメール shiminikatsudou@city.abiko.chiba.jp

市民活動フェアinあびこ2007

参加団体と事務局スタッフを募集

行委員会世話役・事務局)では、「市民活動フェアinあびこ2007」の参加団体と事務局スタッフを募集します。参加希望者と興味をお持ちの団体・個人の方は説明会にご参加ください。
日時・場所 9月24日(日)午前10時、我孫子南近隣センターホール(けやきプラザ9階)
内容 市民活動フェアの概要、実行委員・事務局スタッフの役割



▲多くの方が来場した昨年のフェア

対象 ボランティア・市民活動団体、学校、社会貢献活動を行っている企業など(個人参加も可)
申し込み・問い合わせ 電話、ファクス、Eメールのいずれかで、氏名、団体名(所属している方)、連絡先を明記し、説明会は9月20日までに(当日参加可)、参加団体と事務局スタッフの応募は10月10日までに、市民活動フェアinあびこ2007準備会事務局(市民活動支援課) ☎7185・1467 FAX 7185・5777 Eメール shiminikatsudou@city.abiko.chiba.jp ※第1回実行委員会は、10月15日(日)午前9時30分から我孫子南近隣センターで行います。 ※2006年の様子は、ホームページ http://www.geocities.jp/abikosmkdf/

ジャパンバードフェスティバル2006 出展者を募集

ジャパンバードフェスティバル(以下JBF)の実行委員会では、JBF2006に出展していただける、NGO、NPO、学生、任意団体、企業、商店などを募集します。JBFは、「人と鳥の共存をめざして」をテーマに、毎年11月上旬に、手賀沼公園、手賀沼親水広場などで開催しています。鳥を愛する人たち、自然環境を大切に人たちが一堂に集まり、研究や活動の成果などを発表するイベントです。
開催日 11月3日(祝)、4日(出) (雨天実施)
出展場所 手賀沼公園、手賀沼親水広場
出展内容 鳥または自然環境に関する研究・活動など(出展料は有料)
応募締め切り 9月15日
※出展料、応募方法など詳しくは、JBF実行委員会事務局(市役所企画調整担当)へお問い合わせするかJBFのホームページをご覧ください。 ☎7185-1426、http://www.birdfesta.net



都市再生街区基本調査を実施

国土交通省国土院と都市再生機構が地積整備の推進を図ることを目的に、市内の一部を測量します。作業員は、身分証明書を携帯し、腕章を着用しています。
調査時期 9月から2007年3月
対象地域 市街区域の一部
作業内容 ①街区基準点測量(測量基準点の設置) ②街区点測量(街区の角などを測量)
国土院関東地方測量部測量課 ☎03-5213-2051、都市再生機構千葉地域支社 ☎043-296-7226

我孫子都市計画地区計画(緑1丁目地区)の決定

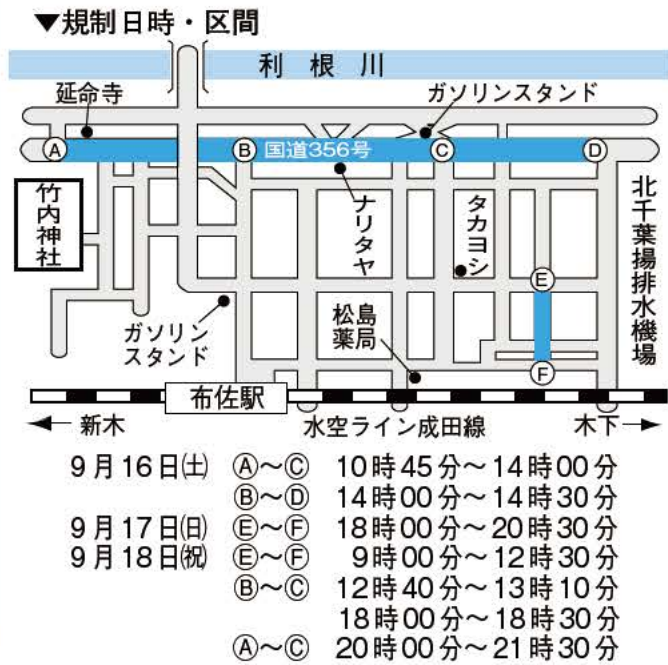
緑1丁目の一部の地域は、手賀沼や斜面林と一体となった良好な景観や、文化的・歴史的遺産を有しています。これらと調和した住環境を保全していくため、地区計画を決定しました。具体的には、建築物等の高さの制限、用途の制限、敷地面積の最低限度、壁面の位置の制限、かきまたはさくの構造の制限を定めています。この区域内に、土地や建物を所有されている方は、まちづくりの趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。関係図書館の縦覧場所・都市計画課・内線574



谷内神社の祭祀に伴う 交通規制にご協力を

布佐・竹内神社の祭祀が9月16日から18日まで行われ、下図のとおり交通規制が行われます。車両通行止めとなる道路は、緊急自動車、路線バスなどの許可車両を除いて、すべて通行禁止となります。

また、竹内神社から布佐駅東側、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。ご迷惑をおかけしますが、現場での指示に従い、安全通行にご協力ください。



市長室 18 世より JOBANアートライン協議会を設立 常磐沿線を芸術でイメージアップ



福嶋市長は7月25日、東京芸術大学で行われたJOBANアートライン協議会設立総会に出席しました。

この協議会は、常磐線沿線のイメージアップと活性化を図るため、アート(芸術)を基調とした沿線情報の発信と交流を目指し設立されたものです。

構成員は、取手・上野間の沿線自治体(我孫子市、取手市、柏市、松戸市、葛飾区、足立区、荒川区、台東区)と東京芸術大学、JR東京支社の10団体。初会合ということもあり、各自自治体の首長から

は、映像を使った各市(区)の芸術文化活動や文化施設の紹介と、挨拶がありました。

福嶋市長は、ジャパンパードフェスティバル、谷津ミュージアム、あびこ子どもまつり、けやきプラザなどを紹介し、「この協議会を通して、沿線自治体のそれぞれ魅力が再発見し、PRしていきたい」と話しました(写真)。

なお、会長には塚本取手市長を選出し、当面、「沿線の芸術文化活動などの情報共有」「JOBANアートライン月間の設定」を柱として活動していくことを決めました。

利根川の浸水想定区域が追加公表されました

○「利根川水系利根川浸水想定区域図」は、利根川の洪水予報区間について、水防法の規定により指定された浸水想定区域と、想定される水深などを示したものです。(下図では水深は未表示)

○浸水想定区域などは、現在の利根川の河道の整備状況、ダムや遊水池などの洪水調整施設の状況などを勘案して、洪水防御に関する計画の基本となる概ね200年に1回程度起こる大雨が降ったことにより、利根川がはらんした場合に想定される浸水の状況をシミュレーションにより求めたものです。

○このシミュレーションでは、支派川のはらん、想定を超える降雨、高潮、内水によるはらんを想定していないため、浸水想定区域に指定されていない区域でも浸水が発生する場合があります。



国土交通省は、おおむね200年に1回程度起こる大雨により、利根川がはらんした場合の浸水区域と水深を示した利根川水系利根川浸水想定区域が追加され、7月6日に公表されました。我孫子市周辺の浸水想定区域の概略は左図(白抜きの円は追加部分)のとおりです。

※水深は表示していません。

※「利根川水系利根川浸水想定区域図」と水深は、市役所治水課でご覧になれます。

※国土交通省利根川上流河川事務所ホームページ: <http://www.tonejo.go.jp/> または 同利根川下流河川事務所 <http://www.ktr.mlit.go.jp/to> nege/に掲載しています。

市役所治水課 内線557、大利根橋から上流: 国土交通省利根川上流河川事務所防災対策課 ☎0480・52・3956、大利根橋から下流: 同利根川下流河川事務所防災対策課 ☎0478・52・6365

犬・猫の不妊手術に一部助成

財千葉県獣医師会と財千葉県動物保護管理協会では、動物愛護週行事の一環として、犬と猫の不妊・去勢手術費用の一部を助成します。

助成額 1匹5000円(1世帯1匹に限る)

助成方法 事業予算内(2005年度は840匹)で利用券を発行(応募者多数の場合は抽選)

申し込み・期 希望の動物病院(県獣医師会会員)と相談のうえ、往復ハガキの往信面の裏に住所・氏名・電話番号、往信・復信両面の裏に

犬・猫の種別、雄・雌の別、犬・猫の名前・年齢・毛色、犬の場合は平成18年度の狂犬病予防注射済票番号を明記し、手術を希望する病院名・獣医師名・住所・電話番号のあるゴム印を押印してもらい、9月20日~26日消印有効で〒260-0001千葉市中央区都町463の3財千葉県獣医師会 ☎043-232-6980へ



スポーツ選手に助成金を交付

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パラリンピック大会 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。

※2006年度の大会は来年3月31日までに申請してください。

期 教育委員会体育課 ☎7187-7555

▼「市民講師メニュー」の新講座

Table with 4 columns: 講座名, 主な内容, 講師, 最少人数. Lists various courses like '戦後の高度経済成長と女性の自立を中心に' and '健康・生きがいづくり'.

「市民講師メニュー」は、市民の皆さんがメニューから講座を選び、日時や会場を決めて受講する学習機会の場で、あびこ楽校のシボルのな事業のひとつです。

市民講師メニューの利用方法

- ①講座の決定 講座メニューから希望の講座を選びます。
②日時の決定 講師と日程を調整しますので、第3希望まで検討してください。
③会場の確保 市内に会場を確保します。個人宅でも大丈夫です。
④申請 あびこ楽校協議会事務局へ申請します。

「市民講師メニュー」は合計68講座になりましたが、ほかの講座と「市役所メニュー」「公共機関メニュー」については、あびこ楽校協議会事務局へお問い合わせください。

利用可能な方 原則として市内に在住・在勤・在学している方で、講座ごとに設定された人数以上のグループまたは個人

講師料 無料(講座により実費負担あり)
利用上の注意 *市民講師は市に登録されたポ

あびこ楽校協議会事務局 (教育委員会生涯学習担当内)
☎7182・0622

「生涯学習出前講座」市民講師メニューに25の新講座を追加

「生涯学習出前講座」は、市民の皆さんがメニューから講座を選び、日時や会場を決めて受講する学習機会の場で、あびこ楽校のシボルのな事業のひとつです。

ランティアの講師で、講座は講師自身が構成・実施します。
*出前講座は1回で完結する講座です。継続的・定期的な指導を受けるものではありません。
※公の秩序を乱すおそれがある場合や政治・宗教・営利目的の催しなどには利用できません。

専門の先生の講義を受けてみませんか

市民大学開放講座

日程・内容 下表参照
場所・時間 ①川村学園女子大学、午後1時30分から3時10分
②アピスタ、午後1時から3時(参加無料)

Table with 3 columns: コース・日程, テーマ, 講師. Lists courses like 'ぼけない為にはどうするか' and '家族と社会福祉の課題'.

年齢、電話番号、希望コース(①②で複数可)を明記し、9月15日必着で〒270-1114 若松26の4 我孫子地区公民館 ☎7182・0511へ
※託児(2歳以上就学前)を希望する方は、「託児希望」をお子さんの氏名・年齢を明記。

若者を心臓突然死から守ろう 救急医療フォーラム

小・中学生や高校生などの若年者が、胸部に衝撃を受けたことで発症する「心臓突然死」は心臓震盪と呼ばれ、若い尊い命が失われています。
心臓震盪研究の第一人者の講演と、救急隊員による救命症例の発表を行います。
日時 9月8日(金)午後1時30分から4時
場所 アミュゼ柏(柏駅東口からサンサン通り徒歩8分)

内容 ①パネルディスカッション 近隣5市の救急隊員によるAEDを用いた救命症例の発表
②講演「子どもの突然死・心臓震盪」講師・奥水健治さん(埼玉医科大学総合医療センター救急科助教授、NPO法人「心臓震盪から子供を救う会」代表幹事)
定員 当日先着400人
参加費 無料
申し込み 不要(直接会場へ)
☎ 消防本部警防課 ☎7181-7701

9月9日は「救急の日」

いざという時のために 上級救命講習会

あなたの近くにいる方が、突然意識を失ったらどうしますか。呼吸や心臓が停止し、応急手当を受けずにいると、救命率は低くなります。
消防署では、正しい応急処置が行えるように、自動体外式除細動器(AED)の使い方を含めた上級救命講習会を行います。
日時・場所 9月24日(日)午前9時から午後5時、消防本部
内容 救命手当(心肺蘇生法、大出血時の止血法、自動体外式除細動器

の使い方ほか)、けがや病気の時に役立つ知識・技術の習得(技能適正と認められた方には修了証を交付)
対象・定員 市内在住・在勤・在学で健康な方、先着25人
※昼食は各自でご用意ください。
参加費 無料
申し込み・☎ 直接または電話で9月4日午前9時から消防本部警防課 ☎7181-7701へ(受け付けは土・日曜日、祝日を除く午前9時から午後5時)



おとな「食」クラブ 具がいっぱい！ 栄養いっぱい！ 秋の献立

日時・場所 9月21日(木)午前10時から午後0時30分、アビスタ
内容 おはぎ、ナスのツナ味噌かけ、秋の実りのごま汁、フルーツとカボチャのスクランブル
対象・定員 小・中学生の保護者、30人(応募者多数時は抽選)
参加費 500円
持参 三角きん、エプロン、ふきん、台ふきん
申し込み ハガキまたはファックスで、講座名、住所、氏名、電話番号を明記し(1人1枚で連名可。連名の場合は全員の住所・氏名・電話番号を記入)、9月12日必着で〒270-1114 7若松26の4我孫子地区公民館 FAX 7165-6088へ
※託児(2歳から就学前)を希望する方は、「託児希望」、お子さんの氏名・年齢を明記。
② 我孫子地区公民館 ☎ 7182-0511

日時・場所 10月7日(土)午前9時から午後3時
場所 手賀沼親水広場
※雨天時も実施しますが、天候により一部のイベントは内容変更や中止になる場合があります。
内容
● 基調講演 「カワウの生態と現状」カワウと人の過去・現在・未来を考える」講師：亀田佳代子さん(滋賀県立琵琶湖博物館専門学芸員)：午後1時
● 小学校などの環境学習の事例

日時・場所 9月29日(金)「家庭での性教育のあり方」親から子に伝えること、親の不安・子供の心と体の発達現況」講師：足立千賀子さん(助産師)、②10月6日(金)「中学生の一日」中学生の本音・事例の中から」講師：飯塚千鶴子さん(中学校教諭)、③⑤10月20日(金)・27日(金)、11月10日(金)「思春期の子

日時・場所 9月21日(木)午前10時から午後0時30分、アビスタ
内容 おはぎ、ナスのツナ味噌かけ、秋の実りのごま汁、フルーツとカボチャのスクランブル
対象・定員 小・中学生の保護者、30人(応募者多数時は抽選)
参加費 500円
持参 三角きん、エプロン、ふきん、台ふきん
申し込み ハガキまたはファックスで、講座名、住所、氏名、電話番号を明記し(1人1枚で連名可。連名の場合は全員の住所・氏名・電話番号を記入)、9月12日必着で〒270-1114 7若松26の4我孫子地区公民館 FAX 7165-6088へ
※託児(2歳から就学前)を希望する方は、「託児希望」、お子さんの氏名・年齢を明記。
② 我孫子地区公民館 ☎ 7182-0511

日時・場所 9月29日(金)「家庭での性教育のあり方」親から子に伝えること、親の不安・子供の心と体の発達現況」講師：足立千賀子さん(助産師)、②10月6日(金)「中学生の一日」中学生の本音・事例の中から」講師：飯塚千鶴子さん(中学校教諭)、③⑤10月20日(金)・27日(金)、11月10日(金)「思春期の子

日時・場所 9月29日(金)「家庭での性教育のあり方」親から子に伝えること、親の不安・子供の心と体の発達現況」講師：足立千賀子さん(助産師)、②10月6日(金)「中学生の一日」中学生の本音・事例の中から」講師：飯塚千鶴子さん(中学校教諭)、③⑤10月20日(金)・27日(金)、11月10日(金)「思春期の子

第10回手賀沼流域フォーラム 10月7日手賀沼親水広場で きつと逢える私たちの夢見る手賀沼

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毎年開催しています。美しい手賀沼を取り戻すために何が出来るか、一緒に考えてみませんか。

日時・場所 10月7日(土)午前9時から午後3時
場所 手賀沼親水広場
※雨天時も実施しますが、天候により一部のイベントは内容変更や中止になる場合があります。

内容
● 基調講演 「カワウの生態と現状」カワウと人の過去・現在・未来を考える」講師：亀田佳代子さん(滋賀県立琵琶湖博物館専門学芸員)：午後1時
● 小学校などの環境学習の事例

可)、先着20人(小学校3年生以下は保護者同伴)
※雨天時はスライドショーと工作に変更になります。
● 釣りマナー教室(要申し込み)：午前9時30分(小学生、先着20人(3年生以下は保護者同伴))
※雨天時は中止になります。
● 手賀沼船上見学会(要申し込み)：①午前10時、②午後1時30分(各回先着40人)
※強風時は中止になります。
● 金魚すくい：午前10時30分～午後2時(なくなり次第終了)
● 手賀沼クイズ&スタンプラリー：午前10時30分から午後2時
● 環境おもしろ実験・工作と展

示：午前9時30分から午後2時
● 市内農産物(新米・野菜・加工品)の販売：午前10時
● フラダンスの発表(ハウオリ・フラ・ハラウ)：午前10時40分
※手賀沼野外観察会、釣りマナー教室、手賀沼船上見学会は申し込みが必要です。申し込みは電話で9月4日午前8時30分から手賀沼課・内線568へ
※イベント参加者に記念品を差し上げます(数量限定)。
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、(財)山階鳥類研究所、我孫子市、柏市、手賀沼水環境保全協議会)
② 手賀沼流域フォーラム実行委員会事務局(市役所手賀沼課内)・内線568

楽しく遊ぼう!
日時 9月9日(土)午前9時30分から11時30分
場所 アビスタ工芸工作室
内容 こま、折り紙、囲碁、将棋など昔の遊び
対象 どなたでも参加可
参加費 無料
申し込み 不要(入退場自由)
協力 長寿大学生、長寿大学卒業生ほか

9月9日はアビスタへ
**公民館で
楽しく遊ぼう!**
② 我孫子地区公民館 ☎ 7182-0511

元気に体を動かそう!
日時 9月9日(土)午前9時30分から11時30分
場所 アビスタホール
内容 ストレッチ、軽運動
対象 どなたでも参加可
参加費 無料
申し込み 不要(入退場自由)
持参 上履き、タオル
協力 我孫子市体育指導委員連絡協議会

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	墨絵…大和水墨画同好会	1日(金)～30日(土)
布佐分館	デコパージュ…戸辺幸子	

アビスタストリート

催し名・問い合わせ	日時
② オープン講演会「竹内浩三 楽書き詩集」原画展 生涯学習担当 ☎ 7182-0622	1日(金)～15日(金) (15日は15時まで)
③ オープン講演会「戦争の足あと」展示 生涯学習担当 ☎ 7182-0622	16日(土)～30日(土) (30日は15時まで)

市民プラザ

催し名・問い合わせ	日時
第5回 山田きんしんと仲間たち 山田 ☎ 7184-1230	1日(金)～6日(水) 10:00～18:00 (1日は13時から6日は17時まで)
第29回我孫子市書道連盟展 山田 ☎ 7182-4405	9日(土)～13日(水) 10:00～17:00 (13日は16時まで)
木下誠一絵画展「山の讃歌」 木下 ☎ 7182-3721	16日(土)～20日(水) 10:00～18:00
油彩画展 グループQとはまゆう 中川 ☎ 7184-1747	22日(金)～27日(水) 10:00～17:00 (22日は13時から)
第13回玄翠会書展 足立 ☎ 7184-9638	30日(土)～10月4日(水) 10:00～18:00 (10月4日は17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	ふれあいボックス展 溝部 ☎ 7174-3375	5日(火)～10日(日)
第1ギャラリー	真香書写会展 大田 ☎ 7185-1159	20日(水)～24日(日)
第1ギャラリー 第2ギャラリー	④ 高齢社会への対応を探るパネル展「ある日、突然妻(夫)が倒れたら…」 「お元気なら、一緒に」 遠藤 ☎ 090-5535-0431	10月1日(日)

※けやきプラザの機械式駐車場は、定期点検のため、9月25日(月)9時から17時まで利用できません。

けやきプラザ県民講座

講座名・講師・定員(先着順)	日時
「福祉機器と住宅の改修講座」(全4回) 講師 伊藤宏さん(住宅改修相談員) 定員 15人	9月5日(火)・12日(火)・20日(水)・26日(火) 10時～12時
「呼吸と姿勢」基礎講座(全3回) 講師 安西暎子さん(日本体操学会) 対象・定員 一般・介護専門職、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(リハビリ体操)」(全10回) 講師 安西暎子さん(日本体操学会) 対象・定員 高齢者・障害のある方、10人	9月7日(木)から毎週木曜日 14時～15時30分
「シニア地域ビジネス起業講座」(全2回) 講師 関本征四郎さん(中小企業診断士) 定員 20人	9月23日(祝)・30日(土) 13時～16時
「介護入門・中級～認知症の理解」 講師 町野美和さん(社長寿社会文化協会) 定員 50人	9月26日(火) 10時～12時
「高齢者虐待防止・介護技術向上講習」 講師 鎌田ケイ子さん(全国高齢者ケア協会理事長) 対象・定員 介護施設職員・50人	10月3日(火) 9時30分～17時30分
「介護予防トレーニング(口腔(こうくう)ケア)」 講師 山崎博嗣さん(山崎歯科医院院長、東京歯科大学助教授) 定員 30人	10月4日(水) 9時30分～12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・② 電話またはファクスで氏名、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

第31回即売バザー

日9月16日(土)10時~14時ごろ
(物品が売り切れ次第閉店) 所
市民会館 内市の福祉推進を目的としたバザー。今年度は、移送サービスで使用する福祉車両の整備(買い替え)をします
第31回即売バザー実行委員会事務局・社会福祉協議会 ☎7184・1539

第18回習作会

日9月4日(月)12時~17時、5日(火)10時~17時、6日(水)10時~16時
所市民プラザ 内シルバー人材センター主催の各教室の生徒と講師の作品展示会 費無料
園(社)我孫子市シルバー人材センター ☎7188・2200

参加してみませんか

結婚50周年記念祝賀会

日11月8日(水)(時間は後日ご連絡します) 所湖北地区公民館
内記念撮影、式典ほか 対市内在住で昭和31年9月1日から32年8月31日までに結婚されたご夫婦、またはこの期間以前に結婚されたご夫婦で、昨年までの祝賀会に参加していない方 申
・園ハガキに住所、ご夫婦の氏名、結婚年月日、電話番号を明記し、9月25日必着で〒270-1192市役所介護支援課(住所省略可)・内線412

密秋の剪定教室

日・所講義(湖北地区公民館) ①②共通10月7日(土)9時30分~11時30分 実技(湖北中央公園) ③10月22日(日)9時30分~11時30分 ④13時30分~15時30分(雨天の場合は翌週へ順延)
内講義:病害虫に関する講義 実技:生け垣、花木類などの剪定実技 対各コース20人(応募者多数の場合は抽選) 講師 樹木医 費1000円 申・園往復ハガキ(1人1枚)に「剪定教室」、希望コース(①か②)を第2希望まで、住所、氏名、性別、年齢、電話番号、返信用あて名(様としてください)を明記し、9月8日必着で〒270-1192市役所公園緑地課緑化推進担当(住所省略可)・内線545

映画「ダブルシフト、パパの子育て奮闘記」とお話

日10月9日(祝)13時30分~16時
所やきプラザ 内「スウェーデンのカップルの働き方と子育て」、講師:永井暁子さん(東京大学社会科学研究所助教授) 対先着500人(託児は要予約) 費500円(当日600円)
チケット販売所やきプラザ内福祉ショップ「ぼぼら」ほか

市民大会硬式テニス(シングル)

日9月24日(日)8時30分集合(雨天予備日10月22日(日)) 所・種市民体育館テニスコート...シナグルス男子A・Bクラス 湖北台中央公園テニスコート...シナ

園あびこペアテの会・鈴木 ☎184・7396

簿記講座

日10月5日~07年2月8日の毎週木曜日(全15回) 所中央学院大学(全15回) 所中央学院大学(簿記の初歩)3級検定試験合格程度 対市内の中小企業の経営者と従業員、先着20人 費2500円(テキスト代) 主我孫子市商工会、我孫子市 申・園電話で商工観光課・内線504

全経簿記3級講座

日10月5日~07年2月8日の毎週木曜日(全15回) 所中央学院大学アクティブセンター 講師阿部和子さんほか(同センター講師) 対20人(応募者多数の場合は抽選) 費2万1000円(子育て応援講座のため、託児料が半額になります) 1回300円) 申・園ハガキかアクセスに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、9月25日必着で〒270-1196久寺家4-270-1196久寺家4-51中央学院大学アクティブセンター FAX7183・6506 ☎7183・6529

密ふれあい陶芸講座

日10月14日~07年2月10日の第2・4土曜日10時~15時(全8回) 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(8回分、教材費含む) 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25日必着で〒270-11108布佐平和台6の7の2富岡正弘 ☎7189・0626

マイホームをかう前に聞いて安心講習会

日9月10日(日)13時30分~17時
所柏市民文化会館(柏下107) 433

地域防犯講座

日9月11日(月)13時~15時
所市民プラザ 内犯罪に強い街を作るための自主防犯活動について ほか 対先着30人 費無料 申・園電話で市民プラザ ☎7183・2111

内マイホームの購入を考えている方に、事前の心構え、契約時の留意事項、トラブル事例などについてわかりやすく解説、講師:明海大学不動産学部教授、業界団体の専門家 対当日先着300人 費無料 主千葉県不動産ラブラブル予防研究会 園県建設・不動産業課 ☎043・223・3285

ぼしゅう

みどり園の臨時職員

雇用期間10月1日~07年3月31日(更新あり) 勤務日時土・日曜日、祝・祭日を含む3交代制勤務①7時~12時②11時45分~20時15分③16時30分~9時30分、勤務割による週休2日 勤務場所みどり園(知的障害者更生施設) 賃金時給980円(1000円(当組合資格基準による)、夜勤は25%増し、交通費別途支給 勤務内容知的障害者の食事の介助など、生活全般の支援 申・園履歴書を〒270-1121中峠2310みどり園 ☎7187・0511へ郵送(書類選考の上、折り返し面接日時を連絡します)

第83回史跡文学散歩 水戸街道 松戸宿を歩く

日9月24日(日)9時30分松戸駅中央改札口集合(小雨実施) 12時30分解散 内経世塚↓戸定邸↓松戸神社↓本陣跡↓関所跡↓納屋河原 費500円(資料代含む)、我孫子の文化を守る会 会員は無料 申・園電話で財前 ☎7188・3488

第21回柏市美術展作品

募集作品平面絵画(洋画、日本画、水彩画、版画など) 応募期限10月13日 規格20~50号(F、P、M、S) 対柏市近郊に在住・在勤・在学で16歳以上の方 費1500円(1人2点まで) 審査員塩田純一さん(東京都庭園美術館副館長) 賞柏市美術展大賞(10万円)ほか 美術展11月15日(水)20日(月)10時~20時(15日は13時~、20日は18時まで)、柏市民ギャラリー ※申し込み方法など詳しくは、栗俣 ☎7167・6153へ。

新築クラブ(ペタンク)会員

日毎週金曜日9時30分~11時30分(雨天中止) 所新木石戸公園(新木野青年館前) 対初心者歓迎 費年1000円 持タオル、飲み物 申・園電話で平野 ☎7188・2650

韓国家庭料理を学ぼう!!

日9月16日(土)10時~14時 所湖北地区公民館 内韓国の代表的な家庭料理(ビビンバほか)、講師:金南淑さん 対16人(応募者多数の場合は抽選) 費800円(材料費込み) 持エプロン、三角巾、ふきん 申・園ハガキかアクセスかEメールに講座名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、9月9日必着で〒270-1122中里81の3湖北地区公民館 ☎7188・7720Eメール kondo.kuk@chibaemail.ne.jp、または直接窓口 ☎7188・433

第2回アジアの家庭料理教室

日9月16日(土)10時~14時 所湖北地区公民館 内韓国の代表的な家庭料理(ビビンバほか)、講師:金南淑さん 対16人(応募者多数の場合は抽選) 費800円(材料費込み) 持エプロン、三角巾、ふきん 申・園ハガキかアクセスかEメールに講座名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、9月9日必着で〒270-1122中里81の3湖北地区公民館 ☎7188・7720Eメール kondo.kuk@chibaemail.ne.jp、または直接窓口 ☎7188・433

9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) 5日(火)、7日(木)、12日(火)、14日(木)、19日(火)、26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(金)8時30分から) ☎7185-1714
- ▶人権相談 28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) 15日(金)10時~15時 収税課(予約は9月11日(日)8時30分から) ☎7185-1349
- ▶行政相談 28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(予約優先) 8日(金) 市民相談室(本庁2階) 住宅課・内529
- ▶住宅相談(予約制) 8日(金) 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 1日(金)10時~11時30分 つつじ荘 ☎7188-0123 8日(金)10時~11時30分 西部福祉センター ☎7185-5818 20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 20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 5日・12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) 11日(月)10時~15時 市民安全室・内486
- ▶結婚相談 3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) 6日(水)・西武福祉センター 11日(月)・保健センター 25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) 6日(水)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) 14日(木)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

は「あびこ楽校」の事業です。 市役所の代表電話番号 ☎7185-1111 市のホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp>

鳥をテーマとした作品

行委員会(我孫子市商工会内)
7182・3131 FAX7182・1900

おしらせ

06年度8月1日現在の小作地所有状況調査書の縦覧
縦覧期間9月1日(土)8時30分~17時(12時~13時、土・日曜日、祭日を除く)
縦覧場所 農業委員会事務局(市役所分館1階)
農委事務局内 縦覧係 内線362

アビスタの情報コーナーが21時まで利用可能に

9月1日からアビスタ2階情報コーナーが21時まで利用できるようにしました。
情報コーナーでは、3台のインターネット用パソコンのほか、各種生涯学習情報を提供しています。無線LANも使用できますが、使用の際はご自分で設定していただき、身分証明書の提示が必要になります。
園教育委員会生涯学習担当 ☎7182・0622

第5回天王台地区市民まつり

フリーマーケット出店者
日10月14日(土)10時~15時(雨天時15日(日))
所天王台西公園内
募集区画先着60区画 費1区画2000円
申・園電話かファクスで天王台地区市民まつり実行委員会へ

すずのやのちゃん

やました 陽ちゃん
(寿・1歳3カ月)
毎日元気に走りまわり、スイミングと体操教室も楽しく通っています◎



やばた 美夢ちゃん
(我孫子・1歳3カ月)
活発すぎて目が離せないけど、今まで以上に元気に育つてね。パパ・ママより

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。
掲載する内容はイベント名・日時・場所・内容・費用・問い合わせ先などです。詳しい内容の確認は、当事者間で行うようお願いいたします。
園 広報室 ☎7185-1269

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

▼パソコン講座のためのテキストをつくらう! 9月22日(金)15時15分~17時30分。アビスタ。テキスト作成の研修、講師:近藤隆昌さん。7人。1000円。PC持参。パソコン楽しみ隊・後藤 ☎7185・1228
▼アビットパソコン無料体験
9月8日(金)10時~16時。アビット天王台教室。パソコンでできることいろいろ体験してみませんか? 詳細は、アビット ☎7186・2030 http://abihin.yfp.biz。
▼第4回琴友会大正琴発表会
9月9日(土)12時開演。湖北地区保育園 ☎7187・5005

会員・仲間募集

▼友愛バザー 9月21日(木)10時30分~12時。天王台北近セ。会員手作りのフェルトを使ったおまごセット・布絵本、安心素材のパン・クッキー・ケーキなど盛り沢山! 全国友の会我孫子・田中 ☎7183・3074
▼第3回地球時代と税を考える会講演会 9月23日(祝)13時開演。アビスタ。「選択の時代の税制」、講師:吉川弘人さん(元大学教授)。先着20人。無料。事務局 ☎7183・0494
▼遺言書作成セミナー 9月23日(祝)10時~12時。我孫子南近セ(けやきプラザ内)。先着36人。500円(資料代)。電話で予約申し込み。NPO法人老いじたくあんしんねつと我孫子研究会 ☎7183・2800
▼無料出張セミナー 集合住宅管理組合の役員皆さまが抱える諸問題(耐震、大規模修繕、設備、地上波デジタルへの対応、管理規約ほか)について。NPO法人集合住宅管理支援センター ☎047・420・4570
▼親子でパッタ調査 9月23日(祝)10時~12時。白井市谷田。先着30人(小学3年以下は保護者同伴)。1人300円。飲み物、弁当、シート、タオル持参。NPO法人しろい環境塾・上西 ☎047・491・0660
▼子供英語サークル 毎週(水)15時25分~16時50分。アビスタ。幼稚園・小学生各45分。英語の基礎を英語の歌、絵本、ABCカード、リズム体操で楽しく学ぶ。 ☎37000円。スマイリーキッズ ☎7183・9687
▼英会話サークル「AESS」 毎週(土)10時~12時。市民プラザ。身近な話題を選び、英語で話す会です。入1000円。川路 Eメール al119yk@icohome.ne.jp
▼英会話サークル「チューリッブ」 毎週(水)10時~12時。市民会館ほか。中学校程度の英語で楽しく英会話を勉強。先着10人。 ☎2500円。見学歓迎。和気 ☎7149・0089
▼中国語会話サークル 毎週(火)10時~12時。アビスタほか。(金)10時~12時。アビスタほか。初級~中級、先着10人。入1000円。 ☎6000円(光熱費込み)。筆記用具、ノート持参。電話で原 ☎7186・0629
▼中国語勉強会 毎週(月)9時30分~11時30分。湖北台北近セ。初級NHKラジオ入門講座レベル。先着5人。 ☎20000円(テキスト代別途)。初心者大歓迎。福岡 ☎7149・2820
▼女声コーラス「アガパンサス(愛の花)」 毎月第1・3(火)13時30分~15時。布佐南近セ。肩のこらない楽しいコーラスで健康に。指導:花田淑子さん。入500円。 ☎15000円。久保木 ☎7184・0178
▼社交ダンス 毎週(日)15時~17時。毎週(火)13時~15時。市商工会館。最初の1カ月無料。 ☎2000円。初めての方、親切に教えます。ハッピー・フレンズ・須藤 ☎7184・2804
▼全国民謡を踊る会 月4回(日)10時~12時。近セこもればほか。日本全国北から南までの民謡を楽しく勉強します。民謡で踊り

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 classes like 牛乳パックで和紙作り, 木工教室, etc.

申し込み・園ふれあい工房 ☎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 with 2 columns: 相談種別, 日時. Includes 未熟児等発達相談, 療育相談, etc.

県福祉ふれあいプラザ ☎7165-2886 (予約制)

Table with 2 columns: 相談種別, 日時. Includes こころの相談, 住宅改修相談, etc.

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)

8日(金)13時~16時(予約は4日(月)9時から)
東葛飾県民センター ☎047-365-3008

健康麻雀会 毎週(木) (祝の場合)は翌日) 13時~16時。賭けない呑まない吸わない、頭と指の体操、親切指導。60歳以上の初心者中心。年1000円、日600円。青雀会・高田 ☎7182・3047

健康と福祉

健康フェアのサポーターを募集

06年度の健康フェアでは「自分の体を愛そうよ」をテーマに健康づくりの催しを行います。健康フェアの運営をサポートしていただける方を募集します。

福祉フェスティバル 舞台出演者を募集

日時 11月18日(土)、11月19日(日) いずれも午前・午後 場所 けやきプラザ、手賀沼公園、アビスタ

内容 「健康フェア2006」の会場案内や交通案内、手賀沼ふれあいウォーク参加者の誘導 ※無報酬ですが昼食は支給。 説明会日時・場所 9月30日(土) 10時から、保健センター 募集人数 20人程度

第21回高齢社会への対応を探る 動かないと動けなくなる ～活発シニアライフのすすめ～

「年だから」「ちょっと具合が悪いから」と、家にこもったり、家事を手抜きしたりなどの不活発な生活は、頭や体の動きを低下させ、老化や介護を呼び寄せます。そこで今回は、活発な日常生活が大切なことを再認識しようというテーマで、講演会や展示、介護予防トレーニングセンター見学などを行います。ぜひお誘い合わせのうえお出かけ下さい。

日時 10月1日(日)第1部…午後1時30分から3時(午後1時開場)、第2部…午後3時から3時30分、展示・開放は午後1時から5時
場所 けやきプラザ(JR我孫子駅南口) (入場無料)
内容 ◎第1部 講演「生活不活発病とその予防」(ふれあいホール) 講師…大川弥生さん(国立長寿医療センター研究所生活機能賦活研究部部長)
◎第2部 「市内のお元気シニアのご紹介」(ふれあいホール)
◎展示1「ある日、突然妻(夫)が倒れたら…」(第1ギャラリー)
◎展示2「お元気なら、一緒に」(第1、第2ギャラリー)
◎借り切り開放 介護予防トレーニングセンター
定員 ふれあいホールのみ当日先着551人
主催 我孫子市、高齢社会への対応を探る会
※駐車場は、有料で数に限りがありますので他の交通機関をご利用下さい。
問合せ 高齢社会への対応を探る会 遠藤 ☎090-5535-0431

時から午後4時30分、市役所B会議室(参加無料)

内容 運転ボランティア(体の不自由な方や高齢者の通院などの手伝い)を養成するための車イス・福祉車両の操作方法、安全運転講習ほか

対象・定員 運転歴10年以上で過去2年間運転免許停止処分を受けていない方、先着15人

申請 電話で我孫子市福祉福祉協議会 ☎7185・5303 (平日の午前9時から午後3時30分)へ

パーキンソン病交流会 博物館見学

日時・場所 9月29日(金)午前10時、身体障害者福祉センター集合(バスで国立歴史民族博物館(佐倉市)へ)、午後3時に同センター解散予定
対象・定員 市内在住のパーキンソン病の方とその家族、先着

20人 参加費 420円(入館料)

※身体障害者手帳をお持ちの方と介助者は無料。

申請 電話かファクスで身体障害者福祉センター ☎7188・0141 FAX7188・0242へ

身体障害者のためのパソコン講座

日時 10月5日、12日、19日、26日、11月2日、9日、16日 いずれも木曜日午後1時から3時 場所 身体障害者福祉センター

内容 ウィンドウズの基本操作、インターネットと電子メール 対象・定員 身体障害者手帳をお持ちの方、先着5人(初心者優先) ※参加費無料

・0141 FAX7188・0242へ

千葉県視覚障害者生活向上支援事業

視覚障害者総合支援センターでは、県視覚障害者福祉協会研修室(視覚障害者総合支援センター)ちば6階)で相談室と点字教室、視覚障害者のためのパソコン教室を開催しています。

●視覚障害者更正支援相談室 日時 毎週水曜日午前10時から午後4時(祝日は休み)

●点字教室 日時 第1・第3水曜日午前10時から正午、午後1時から3時

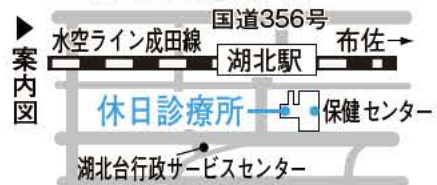
●視覚障害者向けパソコン教室 解説などを個別に対応

心のボランティア講座

心の病気を持っている方への理解者や支援者を増やすための講座です。

日程・内容 9月28日(木)…「精神障害とは」講師：小池健さん(医師)、10月5日(木)…「精神保健福祉士の話」、「ボランティア活動の実際」トウハート(心のボランティア連絡会)、12日(木)…「障害を持つ方、家族の話」、19日(木)…「地域で暮らす精神障害者支援」講師：寺田多美江さん(たんぼぼセンター施設長)・佐々木恵子さん(臨床心理士)、24日(木)…「作業所見学」、11月2日(木)…「グループワーク」講座のまとめ
時間 午後1時30分から4時
場所 市民会館(10月24日は保健センター集合) (参加無料)
対象・定員 市内在住で心に病気を持っている方への理解のある方先着30人 ※興味のある講座だけでも受講可。
申し込み・問い合わせ 八ガキに講座名、住所、氏名、電話番号を明記し、〒270-1192市役所福祉総合相談室(住所省略可)内線421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
問合せ 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
アビコ整形外科病院 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131
我孫子東邦病院 我孫子1851
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421

名称	日時	場所
心の健康クラブ	11日(月)14:30~16:00	保健センター
アルコール教室	1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
13日(木)10:00~11:00	布佐南公園(雨天中止)
19日(火)9:30~10:30	湖北台中央公園(雨天時は保健センター)
15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
あわせママパパ学級	1・8・15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	14日(木)21日(木)	平成17年1月21日~2月28日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	28日(木)	平成16年1月生まれ
3歳児健康診査	7日(木)	平成15年2月11日~2月28日生まれ
離乳食教室(4~6カ月児)	29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)	28日(木)	乳児のいる母親(先着20人、要予約)
健康いきいき教室	4日(月)25日(月)	体を動かしたい方(13:00~13:30受付)

日時 7月第1週から07年2月末、毎週金曜日午前10時から正午、午後1時から3時
内容 文書作成、表計算「エクセル」、電子メール、インターネットほか(受講料無料)
対象・定員 千葉県在住の視覚障害者(初心者から上級者) 毎週2名(先着順)
※同研修室まで来られない方には訪問教室を設けますが、その際の講師の交通費は利用者負担
申請 相談室と点字教室はあらかじめ、視覚障害者向けパソコン教室は受講日1週間前までに電話で、視覚障害者総合支援センター(ちば6階)の9の3 ☎043・421・5199ホームページ <http://www.odnane.jp/riskkyo>

健康メモ 271

うつ病

「うつ」は、最近「心の風邪」とよばれ身近な病気と思われています。この不安な時代に日本人の五人に一人は、うつ病を一生のうち一度は経験するといわれています。現在は、誰もが複数のストレスを持つ時代です。うつ病の素因を持った人がストレスにさらされた結果、うつ病になる傾向が高くなります。

うつ病の初期症状として、精神症状では、物事をやるのがおっくうで早くできない、集中力が落ちて仕事を能率よく出来ない、人に会いたくない、悲観的に物事に執着して考えるなどです。また身体症状としては、眠れない、頭が重い、食欲がない、肩こり、動悸・息苦しい、手足のしびれ感、発汗、性欲低下・月経不順などがあります。

このため内科開業医を訪れ、これらの身体症状に対しての検査を希望される方が増えてきました。そしてこの検査で異常がないと、そのまま生活を続けてしまうことが多いようです。

今、うつ病は薬により軽快します。早期の内に専門医に受診をお勧めします。

問合せ 我孫子市医師会 ☎7188・5525