

2001(平成13)年6月26日制定

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。



市ホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp/>

編集・発行 我孫子市役所総務部秘書広報課 〒270-1192 我孫子市我孫子1858番地 ☎04-7185-1111(代表) 04-7185-0127

40 市制40周年記念事業 我孫子市教育委員会主催

## 雑誌『白樺』創刊百周年の記念行事を開催

### 我孫子の「白樺」を知ろう!

大正時代、雑誌『白樺』同人の中核となった柳宗悦、志賀直哉、武者小路実篤が住み、彼らを取り巻くように多くの文人・画家も集った手賀沼のほとり。『白樺』に彼らは小説や論文を発表、また西洋の絵画・彫刻などを紹介し、日本近代芸術全般にわたる先導的役割を担いました。市教育委員会では、この『白樺』創刊百周年を記念し、いろいろな行事を開催します。文化・芸術の秋を一足先にお楽しみください。

### 志賀直哉邸跡地 青空紙芝居

志賀直哉の書斎を公開します。

日時・場所 ①8月11日(水)、②26日(木)いずれも午前9時30分～10時30分。志賀直哉邸跡地(緑雁明緑地)。(雨天中止)

費用 無料(予約不要)

### ドキュメンタリー映画「兼子」上映会

白樺文学館スタッフによる柳宗悦・兼子の解説もあります。

日時・場所 8月22日(日)午後2時～、アビスタ・ミニホール(無料)

定員 中学生以上、先着60人

申込方法 電話・白樺文学館窓口



申込方法 電話・白樺文学館窓口

電話 04-7184-1110

受付開始 (8月1日(日)午前9時30分から)

申込方法 電話・白樺文学館窓口

### お話と音楽のひととき 柳兼子の思い出を語る

日時 9月5日(日)午後2時

場所 アビスタ・ミニホール

内容 お話：石丸重尚さん(日本民藝館理事、柳兼子の甥)、声楽：柏原美緒さん(柏市在住のソリスト) 費用 500円(白樺文学館入館券付き)

定員 中学生以上、先着60人

申込方法 電話・白樺文学館窓口

### 記念講演

日時 9月11日(土)午後2時

場所 アビスタ・ホール

講師 李尚珍さん(山梨英和大学人間文化学助教) 費用 500円(白樺文学館入館券付き)

定員 中学生以上、先着140人

申込方法 電話・白樺文学館窓口

### 雑誌『白樺』創刊百周年を記念して

### 潜在資源を引き出すまちづくり

我孫子市長 星野順一郎

我孫子は、大正時代を中心に手賀沼とそれを取り巻く風土に惹かれた多くの文化人の住むところとなりました。台地から眺める湖水と対岸の森や林の風情は、百年近くを経た今でも変わることなく、

観る者に安らぎと心地よさを与えてくれます。このような手賀沼周辺の自然が織り成す変化に富んだ風土は、固有の地理的資源であり、「願えば得られる」というものではありません。悠久の年月が培った我孫子ならではのものです。

市内には、その風土を愛した文人たちの旧居、旧宅が多く残っています。白樺派をはじめとする文人たちは、この地で文筆活動を展開し、多くの名作を世に送り出しました。その執筆の成果と活動を展開した旧居は、今では我孫子市の大切な文化遺産となっています。「白樺」創刊百周年を記念し、これらの遺産や何気ない路傍に潜む歴史の資源を我孫子のまちづくりに活用していきます。

### 雑誌『白樺』創刊百周年 記念特別企画展

柳宗悦の民藝思想のきっかけとなった李朝白磁(写真)が9月1日(水)～30日(木)、96年ぶりに日本民藝館から我孫子に里帰りします。

期間 10月3日(日)まで

場所 我孫子市白樺文学館

費用 300円(小・中学生100円)

### 「白樺」から「民藝」へ

0円、高・大学生200円

※団体割引あり。

電話 04-7185-1110

### ▼図書館(アビスタ本館)、白樺文学館、志賀直哉邸跡



### 我孫子市長選挙の投票日が決定

7月23日に行われた選挙管理委員会で、平成23年1月24日任期満了に伴う我孫子市長選挙が、平成23年1月16日(日)告示、1月23日(日)投・開票日と決定しました。

電話 選挙管理委員会・内線345

### エベレスト登頂の倉岡さん、市長室を訪問

エベレストに登頂した市内在住の海外高所登山ガイド・倉岡裕之さん(白山在住・我孫子中学校卒業)が7月8日、市長室を訪問し、登頂までのエピソードなどを交えながら、星野市長と歓談しました(写真・左)。

なお、エベレスト山頂でかかげた「あびこ 祝市制40周年」の旗は、市に寄贈されることになり、8月21日(土)の倉岡さんの講演会の日に贈呈式が行われます。

電話 秘書広報課・内線206



### 復活! 40 手賀沼花火大会

8月7日(土)午後7時

手賀沼花火に募金のご協力、ありがとうございました。募金額は17万8千2百22円になりました。(7月26日現在)

なお、当日には交通規制を次のとおり行いますので、公共交通機関のご利用をお願いします。

花火日時 8月7日(土)午後7時～8時30分(荒天の場合は、8月8日(日)または21日(土))

規制時間・場所 歩行者専用道路・車両通行禁止区域が設けられます(下図参照)

【当日の注意点】

- ▼規制前の道路などの場所取りは、危険ですのでやめてください。
- ▼アビスタは、午後3時から臨時休館します。駐車場も利用できません。
- ▼あびこバスは、台田川船戸間で午後5時から運休します。
- ▼手賀沼公園の駐車場は利用できません。

※開催の有無は当日の午前8時からテレホンサービス ☎0180-99-3215 でお知らせします。

電話 手賀沼花火大会実行委員会

### ▼歩行者専用道路と車両通行禁止区域



※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

# 被爆65周年 平和記念事業

## 恒久平和と核兵器廃絶を願って

**平和祈念式典**

日時 8月14日(土)午前9時30分  
(午前9時から受け付け)

会場 手賀沼公園内「平和の記念碑」前(雨天実施)

内容 ▼祈念式典、▼参加者全員による献花と黙とう

※暑さ対策に、テントとイスを用意します。

※ノーネクタイでご参加ください。

参加費 無料

申し込み 不要

終戦から65年。戦争を知らず、広島と長崎に原爆投下されたこと  
も知らない世代が増えています。戦争や被爆の記憶が薄れつつある  
今日、唯一の原爆被爆国民として戦争や原爆の恐ろしさを忘れず、  
永く後世に伝えていくことが大切です。市と我孫子市原爆被爆者の  
会では、恒久平和と核兵器廃絶を願う平和祈念式典など、次の催  
しを行います。

### 平和祈念式典

日時 8月14日(土)午前9時30分  
(午前9時から受け付け)

会場 手賀沼公園内「平和の記念碑」前(雨天実施)

内容 ▼祈念式典、▼参加者全員による献花と黙とう

※暑さ対策に、テントとイスを用意します。

※ノーネクタイでご参加ください。

参加費 無料

申し込み 不要

### 我孫子から発信

#### 平和への祈り 戦争資料展

戦争中のできごとや戦時中に国民がどのような生活をしてきたか、当時の生活を知っていただくため、戦争の記録や軍服、ゲートル、赤紙(召集令状)などを展示します。

※来場先着300人に、市民の方から提供していただいた昔懐かしい遊び道具「お手玉」(3個セット)を差し上げます。

日時 8月3日(火)～16日(月)午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで)

場所 アビスタ(第2学習室、2階オープンスペース西側、第3・第4学習室前)

主催 我孫子市

#### 戦時中と現代風のすいとんを 食べ比べてみませんか

戦中・戦後の厳しい生活の中で、国民はどのようなものを食べ、日々を暮らしていたのでしょうか。当時の暮らしの一端を体験してみませんか。



日時 8月14日(土)正午ごろ～、アビスタ1階工芸工作室 参加費 無料

※先着各100食(なくなり次第終了)。

企画課 ☎7185-1426

#### 黙とうをささげましょう

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。

福祉相談課・内線641

### 委員を募集

**下水道事業審議会**

市では、沼や河川の水質汚濁の防止、衛生的な生活環境の向上に大きな役割を果たしている下水道の経営や整備計画について審議していただくために、公共下水道事業審議会の委員を募集します。

任期 11月1日～平成24年10月31日までの2年間

対象・定員 3カ月以上市内在住の20歳以上の方(8月1日現在)で、他の審議会などの委員に委嘱されていない方、1人

審議会の開催 平成22年度は、2回を予定

選考方法 選考委員会による論文審査

申込方法 郵送・持参。「公共下水道について」の論文(800字程度)、別紙に住居、氏名、年齢、性別、電話番号を明記

締切日 8月20日(金)必着

☎ ☎270-1119 市役所下水道課(住所省略可)・内線539

### 環境・産業・都市基盤分野の66事業を 外部の視点で評価

「事業仕分け」とは、市で行っている事業について、市民や外部の評価者を交えて公開の場で議論し、最終的に事業の廃止や見直しにつなげていくものです。

市では、平成20年度から外部の有識者や市民で構成された行政改革推進委員会を実施しています。今年度も次の日程で開催します。自由に傍聴できますので、お気軽にお越しください。

日時 8月21日(土)・28日(土)・29日(日)、いずれも午前9時30分～午後5時(予定)

会場 市議会第1委員会室(議会議棟)ほか

対象事業 環境・産業・都市基盤分野の事業から66事業を選定。対象事業の一覧は、市ホームページや市役所行政情報資料室で閲覧できます。

☎ 総務課・内線282

### 平成22年度 「事業仕分け」を行います

### 市有地の売り払い(その2) 売却します

市では、次の市有地(市街化区域)6区画を売却します。

場所 本町2丁目4番3・4(2筆 139.00㎡)、新木野1丁目19番3番4(346.00㎡)、南新木3丁目15番25(216.21㎡)、布佐1丁目13番1(180.44㎡)、布佐1丁目13番19(164.02㎡)、布佐1丁目13番20(179.83㎡)

決定方法 一般競争入札

申込期間 8月10日(火)～9月30日(木)(入札書必着) ※入札方法など詳しくは、市ホームページ「市有地の売り払い(その2)」をご覧ください。

☎ 管財課 ☎7185-1289

### 学校施設の耐震化

#### 校舎と体育館の耐震化を 優先して進めています

学校施設は、児童・生徒が一日の大半を過ごす場所であり、災害時に地域住民の避難場所となるため、安全性の確保は大変重要です。

教育委員会では、平成10年度に校舎の耐震診断を実施し、平成13年度から順次耐震化工事を実施してきました。校舎の工事は、当初の耐震化計画を2年前倒しして、平成23年度末までに完了する予定です。

今年度は、我孫子第四小学校、並木小学校、久寺家中学校の耐震化工事を実施します。

平成23年度に高野山小学校、湖北小学校、湖北中学校、布佐中学校の耐震化工事を実施します。

また体育館は、平成21年度に5棟の耐震診断を実施し、その診断結果から、体育館耐震化工事も前倒しして、今年度から耐震化工事を進めていきます。

今年度は、湖北台西小学校、湖北台東小学校、湖北台中学校の体育館耐震化工事を実施します。

なお、学校施設の耐震診断結果は、市ホームページに掲載しています。

☎ 教育委員会総務課 ☎7185-1110

### 市職員を募集

平成23年度 新規採用

職種・採用予定数 ▼一般行政職事務職(上級)：15人、▼同(初級)：2人、▼一般行政職技術職(電気)：1人、▼福祉総合職(社会福祉士)：3人、▼保健師：2人、▼保育士：2人、▼消防士：2人

試験日・会場 9月19日(日)、中央学院大学

受付期間 8月2日(月)～13日(金)午前9時～午後4時(土・日曜日を除く)

申込方法 自筆の試験申込書(総務課、各行政サービスセンターに用意)に写真を貼付し、総務課へ持参

※簡易書留での郵送も可。380円切手を貼付し、あて先を明記した返信用封筒(長形3号)を同封してください。8月13日(金)消印有効。

受験資格など 詳しくは総務課(市ホームページにも掲載)

☎ ☎270-1119 市役所総務課(住所省略可)・内線232

### 人権擁護委員が 改選されました

7月1日付けで、人権擁護委員の異動がありました。

人権擁護委員は、市民の中から市長が推薦し、法務大臣が委嘱する民間のボランティアで、人権相談や人権尊重のための啓発活動などを行っています。現在の市の人権擁護委員は次のとおりです。(敬称略)

▼椎名智子(新任) ▼蒲田知子(再任)

▼星川アイ子(再任) ▼後藤周一(任期中)

▼酒井正宣(任期中) ▼中嶋康貴(任期中)

▼寺山竜介(任期中)

◎毎月1回、人権相談を受け付けています

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、気軽にご相談ください。

日時・場所 毎月第4木曜日午前10時～午後3時(12月は第1月曜日)、市役所西別館2階相談室

☎ ☎福祉相談課・内線393(事前に電話予約)

児童扶養手当

現況届を忘れずに!!

「児童扶養手当」の認定を受けている方は、毎年8月に現況届を提出することになってい...

提出してください。

届け出がないと、8月分以降の手当を受給できません。また、2年間届け出がないと、手当を受ける権利がなくなります。ご注意ください。

受付期間 8月2日(月)～31日(火) 午前8時30分～午後5時(土・日曜日を除く)

受付場所 子ども支援課(市役所西別館2階) ※各行政サービスセンター、郵送での受け付けはできません。

認定事項に変更があった場合は、すぐに届け出を!!

「婚姻などで受給資格がなくなった」「住所が変わった」など、認定事項に変更があった場合は、速やかに届け出をしてください。

加入しませんか?

交通災害共済 8月2日(月)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。

日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日に市内に住居登録または外国人登録している方とその扶養者

Table with 2 columns: Date and Location. Dates range from 4th to 11th of the month. Locations include various administrative service centers.

あなたの家の塀は大丈夫ですか?

調査・改善にご協力を

過去の大地震のときに、宅地のコンクリートブロック塀や大谷石塀などが倒壊して、道路をふさいだり、通行者が被害にあつた事例が報道されています。



鉄筋や控壁(支え)がなく歩道へ倒壊した塀

大丈夫ですか? 日ごろからの備え

震災時の塀の倒壊を防ぐためには、所有者の自己管理が基本です。危険な塀の改善をお願いします。

市制40周年記念 市民ゴルフ大会



7月5日、市制40周年記念我孫子市民ゴルフ大会に125人が参加しました。

市長室だより

市長 星野順一郎

功プロと海老原清治プロをお招きして、盛大に行われました。(写真) 青木プロからは、「何をすることも集中し努力することによって成功する」という言葉がありました。

表彰式に出席

今後、お二人の活躍をお祈りす

安全な徒歩帰宅のために

- 自宅から離れた場所にいるときに、大規模な地震などにより公共交通機関が止ってしまうと、帰宅が困難になる恐れがあります。もしも外出中に地震などが発生したら、◎身の安全を確保しましょう。

一部を助成しています

市では、「災害に強いまちづくり」を実現するため、昭和56年5月31日以前に建築または着工された木造住宅の耐震診断および耐震改修工事の費用、ならびに分譲マンションの耐震診断の費用について、一部を助成しています。

# 骨粗しょう症検診

申し込みは8月24日(火)までに

骨粗しょう症は、骨の密度が減少して骨が折れやすくなる病気です。女性の場合は、女性ホルモンの分泌量が少なくなると骨粗しょう症になりやすくなります。

日時 9月27日(月)・29日(水)の午前・午後 ※受診日時は9月中旬に申込者に通知します。

場所 保健センター 検査方法 腕の骨のX線測定

対象・定員 市内在住の女性で平成22年度中に20歳～70歳のうち、5歳刻みの年齢に達する女性(下表参照)、250人

費用 500円(高齢受給者証をお持ちの方、世帯全員が市・県民税非課税の方、生活保護世帯の方は無料)

※世帯全員が市・県民税非課税の方は、9月17日(金)までに健康づくり支援課(保健センター)にご連絡ください。

申込方法 ハガキ・封書(1人1通・連名不可)。住所、氏名、生年月日、電話番号、「骨粗しょう症検診希望」と明記 ※電話・Faxでの申し込みは不可。

締切日 8月24日(火)必着

申・問 〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

### ▼対象者の生年月日一覧

20歳	H2年4月1日～H3年3月31日	50歳	S35年4月1日～S36年3月31日
25歳	S60年4月1日～S61年3月31日	55歳	S30年4月1日～S31年3月31日
30歳	S55年4月1日～S56年3月31日	60歳	S25年4月1日～S26年3月31日
35歳	S50年4月1日～S51年3月31日	65歳	S20年4月1日～S21年3月31日
40歳	S45年4月1日～S46年3月31日	70歳	S15年4月1日～S16年3月31日
45歳	S40年4月1日～S41年3月31日		

## 平成22年度

# 子宮がん検診委託医療機関に

## ついでのお知らせ

ふさ婦人科クリニック(布佐2195)の開院に伴い、市の子宮がん検診委託医療機関は下表のとおりとなります。

市の子宮がん検診の実施期間は1月末までですが、例年終了間際の駆け込み受診が多く、予約が取れないことがあります。早めにご予約のうえ、受診してください。なお、検診には受診券が必要です。受診券をお持ちでない方は、受診する7日前までに健康づくり支援課へご連絡ください。

問 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

### ▼委託医療機関一覧(8月1日現在)

医療機関名	住所・電話番号	診療日(すべて要予約)
我孫子東邦病院	我孫子1851の1 ☎7182-8166	木曜日午後・金曜日午前 ※8月からは金曜日午後が追加。
我孫子聖仁会病院	柴崎1300 ☎7181-2265	水・木・土曜日 ※第5土曜日を除く。
平和台病院	布佐834の28 ☎7189-1111	木曜日午前・土曜日午前 ※9月からは第2土曜日午後が追加。
取手協同病院	茨城県取手市本郷2の1の1 ☎0297-74-5551	月～金曜日午前8時30分～10時30分 ※予約受付は月～金曜日午後3時～4時。

※取手協同病院は、予約制ですが、外来での受診となるため、待ち時間は一般診療の方と同じになります。

# 第25回手賀沼写真コンクールの 入選作品決定

8月2日(月)～16日(月)まであびこ市民プラザに展示します

クリーン手賀沼推進協議会が主催する「手賀沼写真コンクール」の審査会が7月7日に行われ、応募総数351点の中から14点の入選作品が選ばれました。

入選作と入選者の皆さんは、次のとおりです。

最優秀賞 ▶「静寂」萩原茂さん(湖北台)

優秀賞 ▶「厳冬の朝」大野陽子さん(天王台) ▶「朝やけに舞う」根本忠さん(新木野) ▶「暁に漕ぎ出す」佐藤栄一さん(流山市)

入賞 ▶「沼の朝焼け」西出琢さん(本町) ▶「手賀川朝色」鈴木誠さん(布佐) ▶「雪の朝」栗城静夫さん(寿) ▶「茜雲」小濱政夫さん(柏市) ▶「なごり」山口喜久雄さん(柏市) ▶「台風一過」上島泰則さん(柏市) ▶「昼下がりの蓮田」秋葉清さん(寿) ▶「さわやか遊歩道」山崎雅信さん(久寺家) ▶「秋の装い」中山坦小さん(根戸) ▶「水辺の少女」田中誠人さん(松戸市)

入選作品は、8月2日(月)午前11時～16日(月)午後4時まで、あびこ市民プラザに展示します(初日・最終日以外は、午前10時～午後9時) 問 手賀沼課・内線467

## 寄付の受付場所

西部福祉センター	根戸917の1 ☎7185-5818(月曜日定休。火曜日休みの場合あり)
我孫子北地区社協	我孫子ビレッジ・ショッピングセンター2階 ☎7165-3434(火・木・土・日曜日、祝日休み)
ボランティア・市民活動相談窓口	けやきプラザ10階 ☎7185-5233(日曜日、第2・第4月曜日休み)
我孫子南地区社協	寿市民センター内 ☎7185-5117(火・木・土・日曜日、祝日休み)
我孫子市社協	市役所隣 ☎7184-1539(土・日曜日、祝日休み)
天王台地区社協	近隣センターこもれび内 ☎7183-9009(火・木・土・日曜日、祝日休み)
湖北台地区社協	湖北台市民センター内 ☎7188-1410(火・木・土・日曜日、祝日休み)
湖北地区社協	湖北行政サービスセンター2階 ☎7187-2551(火・木・土・日曜日、祝日休み)
布佐地区社協	近隣センターふさの風内 ☎7189-2119(火・木・土・日曜日、祝日休み。水曜日休みの場合あり)

「鳥と親しむまち我孫子基金」(環境)と社協(福祉)に

### 使用済みインクカートリッジ

「NPO法人日本入れ歯リサイクル協会」へ送り、資源として換金されます。4割がユニセ

### 不要な入れ歯

毒や入れ歯洗浄剤(除菌作用のあるもの)で消毒してください。汚れを落としてから、熱湯消

毒や入れ歯洗浄剤(除菌作用のあるもの)で消毒してください。汚れを落としてから、熱湯消

### 書き損じハガキを募集しています

### ●あしがたのいぬいもつた●

我孫子市国際交流協会(AIR A)では、ユネスコ活動に協力するために、書き損じハガキを募集しています。書き損じ50円のハガキは45円の募金になり、そのハガキ1枚がアフガニスタンではノート1冊とボールペン2本に、インドでは給食4回分になります。

私達にもできるユネスコ活動への小さな協力です。回収箱はあびこ市民プラザ受付とAIR A事務局に設置してありますので、ご協力をお願いします。書き損じハガキのあて名や住所はマジックなどで塗りつぶしてください。 問 AIR A ☎7183-1231

今年2月15日、市内行政サービスセンターなどに回収箱を設置し、「書き損じハガキユネスコ募金キャンペーン」を行いました。期間中に583枚の書き損じハガキが市民の皆さんから寄せられ、2万5037円分の切手と交換し、(株)日本ユネスコ協会連盟に送りました。ご協力ありがとうございました。

# 集めて！寄付して！社会貢献！

## 自宅でもできる収集ボランティア

社会福祉協議会(社協)では、次の品物を集めています。自宅でもできる収集ボランティアです。ご協力をお願いします。

寄付されます。インクが乾かないよう、付属のキャップがなければつけてご寄付ください。

フ(発展途上国の子どもたち)、4割が社協(福祉)に寄付されます。

歯が直接見えない形でご持参ください。

### 使用済み磁気カード

集めているカードは、クオカード、電車カード(メトロカード、イオカード、パスネット)、テレホンカード、ハイウェイカード、ふみカードです。

※回数券、テレビカード、パチンコカード、ゴルフカード、ガソリンカード、図書カードは収集していません。また、折れ曲がったり、線や傷、書き込み、セロハンテープがついているものは不可。

古切手(外国のものも含む) できれば切手のまわりを約5ミリ残してカット、また外国の切手の場合は、国内のものとしてご持参ください。 問 我孫子市社会福祉協議会 ☎7184-1539



多くの人が公園・緑地に愛着や親しみをもって利用できることを願って、「かたらいベンチ」の寄付を募集します。設置場所 手賀沼遊歩道、高野山桃山公園、天王台西公園、柴崎台中央公園、五本松公園、湖北台中央公園、湖北台4号公園、中峠亀田谷公園、気象台記念公園、布佐南公園、宮ノ森公園

応募資格 市内外在住は問わず、応募できます

規格 幅120cm×奥行き73cm×高さ75cm。横15cm×縦5.5cmの背もたれのプレートに、寄付者名と簡単なメッセージ(商品名などは除く)が表示可能

価格 1基10万円(税込み・所得税法の寄付金控除の対象となります)

応募先・問 〒270-1119 2市役所公園緑地課(住所省略可)・内線544

※平成19年3月から22年3月までに37基の設置が完了しました。大切にご利用ください。

寄付を募集

応募方法 郵送・持参。寄付申出書(公園緑地課で配布、または市ホームページからダウンロード可)に住所、氏名(団体名)、設置希望場所を明記



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。

講演・催し

- ◆犬猫飼主探しの会 8月1日・29日...
◆犬猫飼主探しの会 8月8日・22日...
◆ボディポテンシャル体験会 8月9日...
◆新女声合唱団Coro Tutti公開レッスン...
◆天王台地区市民まつり...

「市民伝言板」は、次のとおり略しています。近セ=近隣センター、市セ=市民センター...

- リマ、SL車、ピング、第二小・我孫子中吹奏楽部...
◆天王台地区盆踊り大会 8月28日...
◆オーバーナイトハイク 8月28日...
◆第19回ダンシングナミダンスパーティー...

会員・仲間募集

- ◆健康麻雀教室(初心者対象新スタート)
◆ドルチェマンドリーノ 毎週水曜日...
◆将棋クラブ 毎週水・金曜日...

次に掲げる内容のものは掲載できません。●政治的、宗教的、営利的なもの、●広く一般市民を対象にしないもの...

広報掲載依頼書(市役所秘書広報課に用意、市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、掲載希望日の1カ月前の前日までに広報担当へ提出してください。

募集 第13回 我孫子国際野外美術展

ここちよい自然の中で、自分を表現してみませんか。現在、市民オーナー、サポーター、一般作品制作者を募集しています。

- 募集内容
①市民オーナー...
②サポーター...
③一般作品制作者...
制作・展示日時 10月16日(土)~11月14日(日)
場所 布佐市民の森、相島の森、宮ノ森公園、布佐のまち周辺

楽 8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

●● 本人が電話。※1家族1教室。先着順。ふれあい工房☎7186-5500へ(月曜日を除く、9時~17時) ※定員になり次第締め切り。

◆夏休み ふれあい工房体験フェスタ◆

約10種類の手作り体験コーナーでリサイクルを実感しましょう。詳しくはふれあい工房まで。※開催時間中は一般の作業はできません。

中央学院大学図書館が利用できます(高校生限定)

日時 8月2日(月)~6日(金)・8日(日)・9日(月)・17日(火)~20日(金)・22日(日)~27日(金)・30日(月)・31日(火)9時~17時(8日・22日は10時から)
利用方法 直接来館し、生徒手帳を提示
利用範囲 自習のための席の利用・資料の閲覧

8月のギャラリー・けやきプラザ県民講座

Table with 3 columns: 催し名・問い合わせ, 日時, 会場

Table with 3 columns: 場所, 催し名・問い合わせ, 展示期間

Table with 3 columns: 催し名・問い合わせ, 日時, 会場

Table with 3 columns: 講座名・講師・対象・定員, 日時・場所

Table with 3 columns: 講座名・講師・対象・定員, 日時・場所

Table with 4 columns: 場所, 作品・作者, 展示期間

# 情報ひろば

日…日時 所…場所 内…内容  
対…対象 定員 費…費用 持…持参

申…申し込み (記載のないものは申し込み不要)  
図…問い合わせ

23年1月29日(土)、2月26日(土)、3月19日(土)・20日(日)10時～11時30分 所アピスタ(11月のみあびこ市民プラザ) 対小学生30人(応募者多数時は抽選) 費1万円(花代ほか) 持雑巾、筆記用具 申込方法ハガキ・Fax。住所、氏名、電話番号、学校名、学年を明記 締切日8月14日(土)必着 申・図〒270-1111古戸250の9我孫子華道連盟・柴田香蒲☎7188-7092

◆市民活動団体のための「会計・税務基礎講座」～何が変わる?NPO法人の会計基準～  
日8月21日(土)13時30分～18時 所けやきプラザ7階介護実習室 内①NPO法人の会計基準の解説、②平成23年度税制改正等の動向、③会計・税務個別相談(先着3～4団体、16時30分～18時)。講師…脇坂誠也さん(税理士、NPO法人会計基準策定委員会副委員長) 対先着30人 費市内の団体2000円、市外の団体3000円、ACNW会員1000円 申込方法電話・Fax・Eメール。氏名、団体名、連絡先を明示 申・図我孫子市市民活動サポート委員会☎7185-6300 図c-support-c@kind.ocn.ne.jp

◆「健康宣言教室」(第2期)「探そう私の健康づくり 自分にチャレンジ!」  
日8月25日(水)、9月1日(水)・8日(水)・15日(水)(全4日)9時30分～11時30分(9時15分受け付け) 所保健センター 内ウオーキング指導、リズム・ステップ体操、筋力トレーニング、歯みがき実習、食事の話と試食、健康の話ほか 対市内在住の40歳～69歳の方、先着30人(全日参加できる方優先) ※第1期(平成22年5月～6月)を受講された方は、ご遠慮ください。 費100円 持運動しやすい服装、室内用運動靴、タオル、飲み物、筆記用具、健康手帳 申込方法電話 申・図健康づくり支援課 ☎7185-1126



## 募集

◆「第9回天王台ふれあい夏祭り」の出店者とお神輿の担ぎ手  
日8月21日(土)14時～21時 対市内在住の方

(飲食店) 費飲食店…3000円、物品販売…1000円、フリーマーケット…無料 申込方法電話 締切日8月10日(火)(後日説明会あり) 申・図出店は荒井☎7184-4925・間中☎7185-1010、神輿は塚本☎7182-2286

### ◆あびこ子どもまつり実行委員

子どもたちといっしょに楽しく「まつり」をつくりあげようという仲間を募集中です。日10月17日(日)9時30分～15時 所アピスタ、手賀沼公園多目的広場、手賀沼 内子どもたちが企画し運営する企画と、プチゲーセンや子ども工房など大人と一緒に作るコーナー、茶道や貝合わせなど、伝統文化コーナーなどがあります。

子どもたちと大人が協力し合い、参加した人もいっしょにつくるまつりです。主催あびこ子どもまつり実行委員会、我孫子市 図深津☎090-5315-6580

### ◆鳥と楽しむまち我孫子

絵画コンテスト作品  
内テーマ…「鳥と暮らす未来」①A4または八つ切りサイズのオリジナル作品、②住み良いまちづくり研究所ホームページから専用の題材(ぬり絵)をA4にコピーした作品 ※技法・ジャンルは自由。ただし壁面展示が可能な作品に限ります。 応募資格不問 表彰住み良いまちづくり大賞…1点(賞金3万円+副賞)、我孫子市鳥の博物館長賞…1点(賞金5000円+鳥の博物館グッズ)、ほか多数の賞あり 発表10月初旬…入賞者に通知(同研究所ホームページで発表)。10月下旬…アビクオーレ(イトーヨーカドー我孫子店)1階エントランスで表彰式 応募方法郵送。作品の裏面に住所、氏名、電話番号、性別、年齢(学年)を明記した紙を貼付。 ※作品の返却はしません。また、応募作品の管理・展示会などの著作権は、主催者に帰属します。 締切日9月15日(水)消印有効 応募先〒270-1165並木7の3の2住み良いまちづくり研究所代表・浜崎慶子「鳥と楽しむまち我孫子絵画コンテスト」係 図田中☎090-6659-3816、7183-6778 図http://sumiyoi.com/



戸田千誠ちゃん (湖北台1歳2カ月)

仕事から帰ってくると満面の笑顔で迎えてくれるカズマ! パパもママもカズマが大好きだよ!



大塚玲那ちゃん (南新木1歳2カ月)

水遊び大好き。楽しいね☆ プールにじゃぶじゃぶ池、海。有紗お姉ちゃんと暑い夏を満喫するぞー!!

## お知らせ

### ◆小・中学校講師登録会

日8月24日(火)9時30分(9時受け付け) 所東葛飾合同庁舎(JR松戸駅徒歩7分、松戸市役所斜め前) 内東葛飾教育事務所管内(我孫子・松戸・柏・野田・流山・鎌ヶ谷の各市)の小・中学校に勤務を希望する講師の登録会 図千葉県教育庁東葛飾教育事務所管理課☎047-361-2124

### 窓 視聴覚ライブラリー 新着DVD案内

視聴覚ライブラリーでは、市民の皆さんに無料で貸し出す視聴覚教材などを揃えています。今年は次の9本のDVD教材を購入しました。 ◎児童アニメ「ファイナルファンタジー」、「すてきなコンサート」、「さだ六としろ」、「ハチ公物語」、「ASTROBOY鉄腕アトム」、「いわたくんちのおばあちゃん〜ぼく、戦争せんけえね〜」、「1ねん1くみ」

◎一般…「名作ってこんなに面白い『坊ちゃん・高瀬舟・舞姫』」、「日本名作映画集『麦秋』」

利用方法電話で予約後、教育委員会で受け取り。申請書は、その場で記入 図教育委員会生涯学習課☎7185-1602

### ◆税務支援センターの開設

日毎月第1・第3水曜日(8月は4日のみ) 所税理士会柏支部事務局(柏市柏2の6の7佐山ビル2F) 内税理士による、税金の無料相談会 対先着8人。1人30分 申込方法電話 締切日前日まで 申・図同事務局 ☎7164-1719(土・日曜日、祝日を除く)

### ◆7月1日号2面記事の訂正

広報あびこ7月1日号2面「被爆65周年平和祈念の折り鶴 寄贈のお願い」の記事中①本文7行目「などで展示・活用のち」を「などで展示したのち」、②同18行目「(手賀沼公園内)の飾り」を「(手賀沼公園内)」、③同19行目「などに活用し」を「などに展示し」に訂正します。 図 福祉相談課・内線641

## 8月の子育て応援情報 参加無料

※子育て応援情報は、メール配信をしています。詳しくは「にこにこ広場」へ。

### 出前保育 対象…乳幼児と保護者

●けやキッズ☺ 8月はお休みです。

図 保育課子育て担当・内線572(土・日曜日、祝日を除く)

●すまいるキッズ☺ ※予約不要。

日時 8月19日(木)10時30分～11時45分

場所 新木近隣センター

図 にこにこ広場☎7185-8882(火曜日を除く)10時～17時

●ほかほかランド☺ ☆エアロビ&ヨガ☆

日時 8月31日(火)10時～11時30分

場所 アピスタホール

対象 1歳児～就学前未就園児、先着40組(要予約)

申込方法 電話

申・図 ほかほかランド(湖北台8の17の9・私立恵愛保育園内)

☎7187-5571 図http://keiai.hoikuen.ac

## ●ムクドリのお寄せください●

近年、ムクドリによる、フン落下や鳴き声などの鳥害が発生しています。市内では、天王台駅周辺に多くの滞留が確認されています。滞留時期は、7月～10月の4カ月程ですが、近隣市では10月以降も河川敷などの冬ねぐらに移動せず、通年駅周辺に留まる事例もあります。

市では、ムクドリの現況を把握して適切に対処するため、平成19年度からムクドリ調査を実施し情報を収集しています。今年度も同様に調査を行いますのでご協力をお願いします。

◎夕方に群れて飛んでいるムクドリまたは夜に群れているムクドリを見かけたら、

①日時、②夕方に群れて飛んで行った方向または夜に群れている場所、③群れの数などの情報をお寄せください。

連絡先 手賀沼課・内線465 図mukudori@city.abiko.chiba.jp ※市ホームページ「くらす→ペット・鳥獣・ハチ→ムクドリ対策」からも情報を入力できます。



ムクドリは全体が茶色で、くちばしと足が黄色い。

# 情報ひろば



「情報ひろば」の掲載記事は、市や官公庁主催・共催、市の後援、補助団体の記事です。各項目は、6面上段のように省略しています。



## イベント

### ◆ 視聴覚ライブラリー 夏休みアニメ映画会

日8月6日(金)13時30分(13時開場) 所アピスタ 内アニメ3作品の上映。「ハチ公物語」「1ねん1くみ」「いわたくちのおばあちゃん〜ぼく、戦争せんけえね〜」 対先着70人 費無料 園教育委員会生涯学習課 ☎7185-1602

### ◆ 新木地区まちづくり協議会 新木ふれあい夏まつり

日8月7日(土)13時~20時20分 ※雨天時は8月8日(日)に順延。 所新木近隣センター、新木小学校校庭 内ビデオ上映「日本むかし話」、民話素がたり、子ども遊びの広場(スイカ割り、綱引きなど)、踊り(フラダンス、太極拳、盆踊り)、和太鼓演奏、お楽しみ抽選会、多数の模擬店 園新木近隣センター ☎7188-2010

### ◆ 我孫子吹奏楽団 真夏のコンサート2010

日8月8日(日)14時開演 所けやきプラザ 内喜歌劇「こうもり」セレクション、音楽劇「不思議の国のアリス」、ポップス・ステージほか 費一般400円、小・中学生200円(全席自由) 園中村 ☎080-3472-8420

### ◆ TONE RIVER JAM '10 GREAT 5TH ANNIVERSARY

日8月15日(日)10時スタート 所利根川ゆうゆう公園ピクニックテラス 内16組の出演者によるジャムセッション 費入場無料 ※JR天王台駅から無料送迎バスが出ます。 園城戸 ☎090-3002-4487

### ◆ 第4回ちびっ子展

日8月16日(月)~29日(日)9時~21時 所近隣センターこもれび 内いずみお絵かき教室で勉強している子どもたちが描いた水彩画100点を展示 費無料 園山口 ☎7182-4320

### ◆ 手賀沼流域フォーラム 冬水田んぼでかかしと遊ぼう

日8月21日(土)9時~12時 所手賀沼トラストの田んぼ(根戸1349) ※手賀沼流域フォーラムの旗が目印。 内冬水田んぼのお話と生き物観察、たくさん並んだ素敵なかかし、ユニークなかかしのコンテスト 費無料 園手賀沼トラスト・遠藤 ☎7182-0387

### ◆ 天王台北地区まちづくり協議会 子どもサマーフェスティバル

日8月21日(土)10時30分~15時30分 所天王台北近隣センター 内映画会、子どもマジック教室、カレー屋、模擬店、体験コーナー 費無料(模擬店は有料) 園天王台北近隣センター ☎7182-9988

### ◆ 根戸地区まちづくり協議会 ふるさと祭り

日8月21日(土)14時~20時・22日(日)13時30分~20時(雨天実施) 所根戸近隣センター 内模擬店、盆踊り、こども神輿(22日のみ) 園根戸近隣センター ☎7183-5363

### ◆ 環境レンジャーネイチャーイン マイ巣箱調査(取り外し)

日8月22日(日)10時(小雨実施) 所五本松公園集合 内昨年12月に架けた巣箱の取り外し、どんな野鳥が巣作りしたのか調べる 対先着20人 費無料 持飲み物 ※作業できる服装。 申込方法電話 締切日8月20日(金) 園手賀沼課・内線568

### ◆ 布佐南地区まちづくり協議会 サマー・フェスティバル2010

日8月22日(日)10時30分~16時 所布佐南近隣センター 内午前…子ども向け遊びの広場(昔の遊び、ゲームなど)、午後…演芸大会(ハワイアン、マジックなど)、各種模擬店(かき氷、焼きとうもろこし、生ビールなど、有料販売) 費入場無料 園布佐南近隣センター ☎7189-3740

### ◆ 40 我孫子市民謡大会

日8月29日(日)10時30分開演 所湖北地区公民館 費無料 園山崎 ☎7139-4536

### ◆ 市民大会 硬式テニス(ダブルス)

日9月12日(日)8時45分集合 ※予備日あり(詳細は問い合わせ)。 所市民体育館テニスコート(男子A・Bクラス)、湖北中央公園テニスコート(女子A・Bクラス、男子60歳以上) 種目男子ダブルス(Aクラス、Bクラス、60歳以上)、女子ダブルス(Aクラス、Bクラス) 対市内在住・在勤・在学の方 費1組1000円(当日徴収) 申込方法往復ハガキ・Eメール。住所、氏名、年齢、電話番号、種目を明記 ※市外在住の方は必ず勤務先、学校名を明記。 締切日9月8日(水)必着 園〒270-1132湖北台2の18の14北村和夫 ☎7188-3424 園 ktmrkaz@com.home.ne.jp

### ◆ お見合いバスツアー

日9月18日(土)8時20分~16時 所我孫子駅北口集合 内茨城県古宇田農苑パーベキュー、ぶどう狩り、キリンビール工場見学 対40歳までの独身の方、男女各20人(応募者多数時は抽選) 費男性5000円、女性3500円 ※9月8日(水)以降はキャンセル料(参加費全額)が必要。 申込方法電話・E

メール 締切日8月20日(金) 園 社会福祉協議会 ☎7184-1539 園 wedding@abiko-shakyo.com



## 講演・講座・教室

### ◆ 生涯学習講座

日8月1日(日)10時~12時 所我孫子南近隣センター 内健康で長生きをする秘訣を考える 対先着20人 費無料 申込方法電話 園 園望月 ☎7182-8245

### ◆ アシラネCAD導入講座

日8月14日(土)9時~16時 所一粒の麦(都部83の1) 内パソコンを使ったCAD製図の体験(AutoCAD互換ソフトを使用) 対パソコンの基本操作ができ、CAD技術を身に付け就業に役立てたい方、先着10人 費1万円(テキスト・昼食代含む) 主催 NPO法人あびこ・シニア・ライフ・ネット 申込方法電話 園 園所崎 ☎7182-8744

### ◆ 40 伝統文化こども教室 日本のつつみ方いろいろ!!

日8月21日(土)、9月18日(土)、10月9日(土)、11月20日(土)、12月18日(土)9時30分~11時40分 ※1日2講座。 所アピスタ 対小学3年生~中学2年生、20人 費4000円(教材費全10回分) 申込方法往復ハガキ・Fax。住所、氏名、電話番号、Fax番号、学校名、学年を明記 締切日8月14日(土) 園 〒270-1178南青山15の8NPO 法人花Netway ☎7184-3767

### ◆ 40 我孫子市いけばなこども教室

日8月21日(土)、9月11日(土)、10月9日(土)、11月13日(土)・14日(日)、12月18日(土)、平成

## ● 市民相談 ●

8月	法律相談☎	5日(木)、12日(木)、17日(火)、19日(木)、24日(火) 9時30分~15時30分 市民相談室(本庁舎2階) 秘書広報課(予約は2日(月)8時30分から) ☎7185-1714
	人権相談(☎優先)	26日(木)10時~15時 相談室(西別館2階) 福祉相談課・内393
	税務相談☎	20日(金)10時~15時 収税課(予約は16日(月)8時30分から) ☎7185-1349
	行政相談	25日(水)10時~12時 市民相談室(本庁舎2階) 秘書広報課 ☎7185-1714
	行政書士相談☎	18日(水)13時~16時 市民相談室(本庁舎2階) 千葉県行政書士会東葛支部事務局・木川 ☎7183-2132
	司法書士法律相談☎	20日(金)10時~15時 市民相談室(本庁舎2階) 千葉司法書士会柏支部 ☎7166-2015(平日13時~16時)
	不動産相談(☎優先)	8月は休み 建築住宅課・内529
	住宅相談☎	8月は休み 建築住宅課・内529
	消費生活相談	土・日、祝日を除く平日 10時~17時30分 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 福祉相談課・内393
健康相談	6日(金)10時~11時15分 つつし荘 ☎7188-0123 13日(金)10時~11時15分 西部福祉センター ☎7185-5818 ※保健センターでも随時受け付け。健康づくり支援課 ☎7185-1126	
育児相談	18日(水)9時15分~10時受け付け 保健センター 25日(水)10時10分~11時受け付け 子育て支援センター「にこにこ広場」 ※先着15人。健康づくり支援課 ☎7185-1126	

※☎は予約制です。

4カ月児相談	3日(火)、17日(火) 9時~9時50分受け付け 保健センター 健康づくり支援課 ☎7185-1126
子ども総合相談(青少年相談も含む)	土・日、祝日を除く平日 8時30分~17時 西別館3階 子ども相談課 ☎7185-1821
交通事故相談☎	9日(月) 市民安全課・内486
結婚相談(☎優先)	1日(日)、15日(日)9時~14時 社会福祉協議会 ☎7184-1539
母子・婦人相談(ひとり親)	土・日、祝日を除く平日 8時30分~17時 西別館2階、 子ども支援課 ☎7185-1492
DV相談	土・日、祝日を除く平日 9時~17時 福祉相談課・内393
心の相談☎	23日(月)13時30分~15時30分 西別館2階 障害福祉支援課・内385
もの忘れ相談☎	10日(火)13時30分~16時30分 西別館相談室 介護支援課 ☎7185-1112
地域職業相談	土・日、祝日を除く平日 8時30分~17時(12時~13時は求人閲覧のみ) サンビーンズビル6階(我孫子駅南口) 地域職業相談室 ☎7165-2786

## ● 県民相談 ●

介護と こころの相談☎	水曜日、第1・3土曜日10時~15時 県福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ6階) ☎7165-2886
住宅相談☎	木・金曜日10時~16時 県福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ6階) ☎7165-2886
福祉用具相談☎	土曜日10時~16時 県福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ6階) ☎7165-2886
児童相談	来所☎ 月~金曜日9時~17時 柏児童相談所 ☎7131-7175 電話 月~金曜日9時30分~16時 柏児童相談所 ☎7134-4152



# 健康と福祉

## 認知症の方の家族のつどい「あびこ」

日時・場所 8月11日(水)午後1時30分～3時30分、けやきプラザ1階工作室(参加無料)

内容 介護方法や日々の悩みなどについての情報交換

対象 認知症の方を介護している家族・介護経験者

☎ 介護支援課 ☎7185・1112

## 失語症家族教室

日時 8月22日(月)午後2時～4時(参加無料)

場所 市障害者福祉センター

内容 失語症に関する悩みごとの相談、家族間の交流や情報交換、失語症の知識や会話技術の講習と実習

対象・定員 市内在住の失語症の方のご家族、先着10人

申込方法 電話

申し込み・☎ 市障害者福祉センター ☎7188・0141

## 健康づくり絵画を募集

テーマ 食生活・運動・休養・喫煙・飲酒など、健康づくりに関すること

対象 県内在住・在学の小中学生以下の方

応募規定 未発表の個人作品で、四つ切り画用紙を縦長に使用。作品に文字は入れず、裏面に必ず、所属学校名、学年、氏名を明記 ※応募規定以外の作品は、審査対象外となります。

応募方法 郵送・持参

締切日 9月3日(金)必着

申し込み・☎ 〒2631000 16千葉市稲毛区天台6の4の3千葉県国民健康保険団体連合会事業課係 ☎043・

254・7355

## ホテルマークワン「敬老の日」無料宿泊プレゼント

宿泊日 9月20日(祝)

宿泊所 ホテルマークワンアビコ(泊朝食付き)

対象 市内在住の70歳以上の方、ツイン5室(10人)・シングル10室(10人)(応募者多数の場合抽選)

申込方法 ハガキ。住所、氏名、年齢(ツイン希望は2人の氏名)

## 高齢者文化祭の参加者募集

日時・場所・内容 下表参照

対象 老人クラブの会員、市内在住の60歳以上の方

申込方法 ハガキ。住所、氏名、電話番号、性別、年齢、参加部門、種別、題目を明記

※囲碁・将棋大会参加希望者は、段・級位を明記

※演奏大会参加希望者は、参加人数を明記

※老人クラブ会員は各会長へ、

## 我孫子市福祉バス 利用規程の変更

8月から「我孫子市福祉バス利用規程」を次のとおり改定します。①運行範囲は、1日につき150km以内を250km以内とする。②運行日は、月曜日から土曜日とする。ただし「1月1日～3日および12月29日～31日」「国民の祝日に関する法律に規定する休日」を除く。③宿泊は、1泊2日を限度とする(1団体年1回まで) ※運行時間は午前8時30分～午後5時を厳守 ※予約は、利用予定日の3カ月前の日の属する月の初日(土・日曜日、祝日の場合はその翌日)。

☎ 福祉相談課・内線377

開催日時・場所	内容
9月9日(木) 9時～21時 9月10日(金) 9時～16時 アビスタ・第2学習室	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)など
9月4日(出) 9時30分～ 老人福祉センター「つつし荘」	-
9月24日(金) 10時45分～ けやきプラザ・ふれあいホール	舞踊・合唱・民謡・その他のほかの演芸(発表時間は1組約4分以内) ※カラオケは不可。合唱は3人以上。

直接申し込みください。締切日 8月13日(金)必着(応募略可)・内線412

者多数の場合は抽選

申し込み・☎ 〒270111 92市役所介護支援課(住所省略可)



## サラサラな血液ってナーニ?

成人の死亡原因の多くは、癌と交通事故を除くと脳と心臓の血管の閉塞や出血等です。その中で血管の閉塞は血液のネバネバ度(粘度)と血液が固まる(凝固)ことが大きく影響します。血管を流れる血液がネバネバになったり、血液が固まると血管が詰まりやすくなり、命に関わる脳梗塞や心筋梗塞の原因にもなります。

さて、血液は、栄養と塩分等を含む水分(血漿)と赤血球(全身に酸素を運搬)、白血球(免疫に関係)と血小板(血液凝固)の血球成分があります。それらのおかげで血液の粘度に最も影響するのは、血液に含まれる赤血球の濃さです。赤血球濃度は水分不足(脱水)になると濃くなり粘度が増します。逆に貧血(赤血球の減少)状態ではサラサラになります。これは良いことではありません。次に血液粘度に影響するのは血漿粘度です。血漿粘度は、血漿に含まれる脂質、糖分(血糖)、タンパク質

さて、血液は、栄養と塩分等を含む水分(血漿)と赤血球(全身に酸素を運搬)、白血球(免疫に関係)と血小板(血液凝固)の血球成分があります。それらのおかげで血液の粘度に最も影響するのは、血液に含まれる赤血球の濃さです。赤血球濃度は水分不足(脱水)になると濃くなり粘度が増します。逆に貧血(赤血球の減少)状態ではサラサラになります。これは良いことではありません。次に血液粘度に影響するのは血漿粘度です。血漿粘度は、血漿に含まれる脂質、糖分(血糖)、タンパク質

(特に炎症時に増加するフィブリノーゲン)等の濃度に影響されます。血液をサラサラにするためには、十分な水分補給を行い、摂取する糖分や脂質を控えることが大事です。つまり、食生活が重要ですね。なお、血液の凝固を予防する(血小板や、肝臓で作られる凝固因子タンパクの働きを弱くする)お薬もあります。それぞれの原因により対応が異なります。医療機関でご相談ください。(我孫子ロイヤルケアセンター 足利玄彦)

☎ 我孫子市医師会 ☎7188・5525

## 福祉募金自動販売機の設置へのご協力を

我孫子市社会福祉協議会では、福祉募金自動販売機設置事業を行っています。この事業は、飲料水1本の購入につき、自動販売機取り扱い業者が赤い羽根募金や社会福祉協議会に6円を寄付する仕組みで、購入した方や設置した企業・商店に負担なく、社会貢献できる事業です。現在、市内20カ所に設置しています。



この自動販売機を設置して下さる企業・商店などを募集していますので、ご協力をお願いします。詳しい内容は、社会福祉協議会までお問い合わせください。☎ 我孫子市社会福祉協議会 ☎7184-1539

## こども急病電話相談

毎日夜間の19時～22時まで、看護師や小児科医が電話で相談に応じます。☎ #8000または043-242-9939

## 休日に病気・歯痛になったら 休日診療所へ

診療科目 歯科(午前のみ)、内科、小児科  
受付時間 9時～11時30分  
13時～16時30分  
☎ 休日診療所 住所 湖北台1の12の17(湖北駅南口徒歩1分) ☎7187-7020(診療時間内)  
※休日は、日曜日・祝日・年末年始。

## 休日・夜間に病気になったら

消防署(☎7184-0119)に電話をしてください。休日・夜間救急病院、小児救急病院をご案内します。案内された病院に行く場合は、症状やけがの状態を病院に直接電話してから受診してください。  
※緊急の場合は迷わず「☎119」へ電話をしてください。  
※休日や深夜などの診察料は、時間外加算のため割高になります。  
※休日は、日曜日・祝日・年末年始。

## ◎心の健康に関する教室

項目	日時	場所
アルコール教室	6日(金)14時30分～16時	保健センター
心の健康クラブ	16日(月)14時～16時	

## ◎健康づくりうらんど教室

日時	場所
17日(火) 9時30分～	湖北中央公園(雨天時は保健センター)
20日(金) 10時30分	天王台西公園(雨天中止)

## ◎各種健診と健康教室

項目	期日	対象
しあわせママパパ学級	7・21・28日(出)	妊娠20週以降の方とその夫、ご家族の方
1歳6カ月児健康診査	26日(木)	平成21年1月1日～1月20日生まれ
2歳8カ月児歯科健診(希望者にフッ化物塗布)	24日(火)	平成19年12月生まれ
3歳児健康診査	5・19日(木)	平成19年1月1日～2月10日生まれ
5歳児健康診査	24日(火)	平成17年8月生まれ
離乳食教室(4～6カ月児)	27日(金)	乳児の保護者(先着30人、要予約)
後期離乳食教室(8～9カ月児)	6日(金)	平成21年11月生まれ(先着20人、要予約)

## 子育て Q&A

### 19 熱中症

Q 暑い日が続いていますが、熱中症が心配です。予防法と、もし「熱中症?」と思ったときの対処法を教えてください。

A 日射病や熱射病のことを総称して熱中症といいます。長時間戸外で直射日光にさらされると起こるのが日射病。高温の室内や車の中にいたために起こるのが熱射病。どちらも汗をかけなくなることで体温調節ができなくなるために起こります。体調にもよりますが、気温32℃以上、湿度60%以上の環境で、十分な水分補給をしないで運動すると発症しやすいといわれます。

- 【予防法】● 昼間戸外に出るときは必ず帽子をかぶりましょう。  
● 長い時間炎天下で遊ばないように日陰で休みましょう。  
● 日差しの強い時間の外出はなるべく避けましょう。  
● 水やお茶など適量な水分補給をしましょう。  
● 高温の室内や車の中で絶対に子どもを1人にしないようにしましょう。



- 【対処法】● 涼しくて風通しの良い場所に本人が楽な姿勢で寝かせる。衣服のボタンやベルトを外し、呼吸を楽にする。  
● 首の後ろに冷たいタオルなどを当て、体を冷やす。さらに風を送っても効果的。  
● 塩分を含んだ水分(子ども用イオン飲料水、薄い食塩水など)を飲ませる。

- 【こんなときは救急車を】  
● 意識がない。 ● 水分の補給ができない。 ● 呼吸が不規則で脈が弱い。  
● 唇や爪、皮膚にチアノーゼ(色が青紫になる)が見られる。  
● けいれんを起こしている。

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126