

21世紀の扉が開いた今、私たちは輝く未来を創りたい。自分を生き、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。

## 平成23年度予算編成方針を策定

### 我孫子市の持続的な発展をめざした予算編成に

平成23年度予算編成方針が決まりましたので、その概要についてお知らせします。

#### 平成21・22年度経常的経費収支 概算見通しでの財源不足について

平成23年度経常的経費収支見通しは、平成21・22年度のような大幅な財源不足とはなっていません。しかし、今後も引き続き、市税収入が減少し、社会保障費は増加するなど厳しい財政状況に変わりはありません。

では、人件費抑制の取り組みや委託料などの物件費をはじめ経常的経費全般にわたる削減により、歳出総額を減少させることができました。

また、平成22年度についても、子ども手当創設により国・県支出金および生活保護費など社会保障費を中心とした扶助費が増加したことを除けば、主に21年度と同様の理由により財源不足を解消し、政策的経費(新規事業)・充当可能財源を確保できました。

このような状況のなか、現時点で算出した「平成23年度予算経常的経費の収支見通し」では、納税義務者数の減少や景気の悪化による所得減などによる個人市民税の減などにより、市税が

#### 平成23年度経常的経費収支概算見通し

国は、地域主権を早期に実現するために「地域主権戦略大綱」を6月に策定し、「法令による義務付けの見直しと条例制定権の拡大」「市町村への権限委譲」「地方税財源の充実確保」などを方針として掲げています。

しかし、地方への財源配分については臨時財政対策債を含めた地方交付税、子ども手当の財源負担、ひも付き補助金の一括交付金化など、国の方針が未だ不透明であり、今後の経済対策や税制改正などがどのように実施されるのかも、現時点では全く予測できない状況にあります。

平成22年度当初予算と比較して約7億6千万円の大幅な減額となる見込みです。一方、地方交付税・臨時財政対策債は、今年度交付実績を見込み約12億円の増で、歳入全体では前年度より約8億5千万円増の約31.4億5千万円となる見込みです。

一方、歳出では、子ども手当や景気低迷による生活保護費などの扶助費の増加により約5億8千万円の増、公債費が平成18

#### 平成23年度予算編成方針

歳入については、徴収体制の強化や徴収手法の見直しなどにより、市税収入のより一層の確保に努め、税外収入についても、公金徴収一元化の取り組みを進めるなど、収入の確保に努めます。

また、平成21年度に策定した「受益者負担のあり方に関する基本方針」に基づき行政サービスごとの原価計算を実施し、経年のコスト比較を行うことなどにより、受益者負担の適正化に対する意識の徹底を図ります。

このような状況のもと、現行どおりの経常的事業を実施していく場合、政策的経費(新規事業)に充当できる財源は約3億5千万円で、耐震工事や治水対策などの重要課題事業が山積しており、今後、人件費を含めてより一層経常的経費の削減に努めていきます。

歳出においては、的確で効果的な市民サービスを提供していくために、歳入に見合った歳出が予算の基本であることを認識し、前年度実績に対する一律のマイナスシリングではなく、これまでも増して事業の廃止を含めた優先順位に基づく厳しい選択を行い、限られた財源の重点的配分と経費支出の効率化に徹する必要があります。

そのため、部・局長が中心となり、所管事業を改めて検証し、市民ニーズを的確に把握し、市民生活への影響を最小限に抑えつつ、全体を再構築しメリハリのある予算としていきます。

人件費についても、現在進めている職員数の削減をはじめとして、適正な組織体制や人員配置に努めます。また、各所管課においては、人件費の削減につながるような、事業そのものの見直しを行うこととします。

このような取り組みは、職員自らが実践していかなければならず、市が置かれている厳しい財政状況を正しく認識し、全職員が一丸となって取り組んでいく必要があります。

以上のような取り組みにより、経常的経費を削減し、政策的(新規事業)財源の確保を図ります。

予算編成方針・予算要求基準の全文は、市ホームページに掲載しています。なお、市の財政状況や予算編成状況は、今後も随時、市民の皆さんにお知らせしていきます。

財政課・内線220

#### 市民ニーズを的確に反映した効率的・効果的な予算編成を

我孫子市長 星野 順一郎



今後、市が取り組むべき施策は、子育て支援を始めとする定住化の促進のさらなる強化、産業振興、観光振興などによる交流人口の拡大、市民の安全・安心を確保するための耐震工事や治水対策など、多額の財政負担

を伴う事業を執行していかねばなりません。しかし、本市の財政を取り巻く状況は、将来にわたってまで到底楽観できるものではありません。

節減に努めなければなりません。ただ、あまりにも性急な行財政改革は、市民生活に大きな影響を及ぼす恐れがあり、改革は一朝一夕には成し得るものではありません。

市民の皆さんのニーズを的確に把握し、市民生活への影響を最小限に抑えつつ、効率的・効果的な予算編成に努めてまいります。

これまでも人件費削減や事業仕分けなどの行財政改革に取り組む、一定の成果をあげてきてはいるものの、今一度、事務事業の徹底的な見直しを行い経費

削減に努めなければなりません。ただ、あまりにも性急な行財政改革は、市民生活に大きな影響を及ぼす恐れがあり、改革は一朝一夕には成し得るものではありません。

市民の皆さんのニーズを的確に把握し、市民生活への影響を最小限に抑えつつ、効率的・効果的な予算編成に努めてまいります。

▼平成21年度・22年度の予算編成方針時の収支見通しと当初予算額の比較

項目	平成21年度			平成22年度		
	見込時	当初予算	増減額	見込時	当初予算	増減額
市税	18,011,018	18,169,675	158,657	17,649,618	17,671,714	22,096
各種交付金など	2,075,000	2,063,000	-12,000	1,689,000	1,638,000	-51,000
地方交付税	1,250,000	1,110,000	-140,000	1,130,000	1,260,000	130,000
国・県支出金	3,161,000	3,272,835	111,835	3,360,000	5,389,091	2,029,091
その他	2,275,600	2,747,312	471,712	2,284,000	2,435,344	151,344
臨時財政対策債	1,200,000	1,600,000	400,000	1,800,000	2,200,000	400,000
合計(21年度=① 22年度=②)	27,972,618	28,962,822	990,204	27,912,618	30,594,149	2,681,531

項目	平成21年度			平成22年度		
	見込時	当初予算	増減額	見込時	当初予算	増減額
人件費	8,903,080	8,925,790	22,710	8,903,500	8,843,575	-59,925
扶助費	4,300,000	4,258,325	-41,675	4,467,293	6,399,086	1,931,793
公債費	3,078,794	3,085,947	7,153	2,830,000	2,827,839	-2,161
物件費	6,100,000	5,883,219	-216,781	6,225,198	6,121,176	-104,022
その他	6,091,958	6,180,948	88,990	6,040,761	5,843,328	-197,433
合計(21年度=③ 22年度=④)	28,473,832	28,334,229	-139,603	28,466,752	30,035,004	1,568,252

▼平成21年度経常収支および政策的経費充当可能一般財源(単位:千円)

区分	見込時	当初予算	増減額
政策的経費充当可能一般財源①-③	-501,214	628,593	1,129,807

▼平成22年度経常収支および政策的経費充当可能一般財源(単位:千円)

区分	見込時	当初予算	増減額
政策的経費充当可能一般財源②-④	-554,134	559,145	1,113,279

# 事業仕分けの結果をお知らせします

行政改革推進委員会が8月に行った事業仕分けの結果を受け、市は方針を決定しました。今回実施した環境・産業・都市基盤分野66事業の仕分け結果は、「民営化」2件、「要改善」39件、「現行どおり」25件でした。

このうち、「民営化」と「要改善」となった事業は、各課で事業の見直しに取り組み、可能なものは平成23年度の予算編成に反映させます。下表に掲載するのは「民営化」、「要改善」となった事業です。詳しくは、市ホームページのほか市役所行政情報資料室（本庁舎1階）、各行政サービスセンターで閲覧できます。

総務課・内線282

▼環境・産業・都市基盤の事業仕分け結果一覧表

要改善		民営化	
クリーン手賀沼推進協議会の運営	手賀沼課	雨水抑制施設設置補助事業	治水課
ジャパンバードフェスティバルの開催		景観ポイント整備	都市計画課
環境レンジャー活動への支援		景観づくり市民団体への支援	
インターネット環境家計簿の普及		景観形成市民啓発	
外来生物防除事業		広報作成事務	下水道課
ふれあい工房の運営管理事業	下水道事業受益者負担金の賦課徴収		
生ごみリサイクル補助事業	下水道使用料の賦課徴収委託		
あやめまつり	市営住宅使用料調定及び徴収事務		
地域職業相談室の運営	市営住宅維持管理点検業務		
雇用安定対策事業	農政課	マンション管理アドバイザー派遣事業	建築住宅課
景観作物の栽培事業		マンション管理セミナー・個別相談会	
あびこ型「地産地消」推進協議会の充実	市民活動支援課	市民の森維持管理	公園緑地課
市民・近隣センター施設維持管理	道路課	地区緑化・緑化推進	水道局経営課
側溝清掃残土の処理		広報活動推進事業	
道路の緊急補修(土木センター)		貯水槽水道の衛生管理強化	水道局工務課
道路パトロール	交通課	給水装置管理の適正化	
道路環境の維持作業(土木センター)			
駅施設維持管理事業			
放置自転車の撤去・保管・返還・処分の実施			
自転車駐車場の管理運営			
事業者等の送迎バスの空席を活用した外出応援事業		観光セミナー事業	商工観光課
市民バスの運行		緑の講習会	公園緑地課

## バリアフリーのお店

### 募集

#### 「らくらくあびこ」に

#### 掲載しませんか?

市は、障害のある方や高齢の方の外出支援に、公共施設や交通機関のほか商店などのバリアフリー情報を紹介する「らくらくあびこ」のホームページ版を作成する予定です。そのマップに掲載を希望する商店などを募集します。

**対象** 次の基準1・2をすべて備えた市内の商店など

**【基準1】** 不特定の人が利用する(できる)次の施設のいずれか：  
 飲食店、スーパーストア、コンビニエンスストア、小売店、美容店、カラオケ店、スポーツ施設、CD・ビデオレンタル店など

**【基準2】** 次のバリアフリー基準のうち、いずれか2項目に該当している商店など

▼入口に2cmを超える段差がない、または、スロープを設置し、車いすでも利用できる

▼入口が自動ドアである

▼入口の幅に余裕があり(80cm以上)で車いすが通過できる

▼施設内の通路幅が広く(主要な通路が80cm以上)で、車いすでも移動できる

▼エレベーターやエスカレーターがある

▼手すりがついたトイレがある

▼車いすでの利用に対応した広さのトイレがある

▼オストメイトや乳幼児に配慮したトイレである

▼障害者専用の駐車スペースがある

▼点字誘導ブロックが設置されている

▼点字案内による表示がある(例：点字メニューなど)

▼手話ができる店員がいる

▼テーブルやイスが移動可能で、車いすでも利用できる

▼車いす利用者や高齢の方が利用しやすい低いカウンター(70cm〜80cm程度)がある

▼車いすでも利用できる低い位置の手洗い、水飲み場がある

▼貸し出し用の車いすがある

▼その他(店舗などのバリアフリー以外で、障害のある方や高齢の方への配慮がある：例えば、①車いす利用者を介助する、②利用者にあわせた料理(刻み食・とろみ食など)を作る、③店に入るのに段差があるが声をかければ店員が介助する、など)

▼応募方法 電話で、「バリアフリーおでかけマップ掲載申込書」を請求

▼申込書の返送 11月30日(火)必着

▼市障害者福祉センター ☎7188・0141

## 制定しました

### ペット霊園の

### 設置に関する条例

ペットブームを反映してのペット霊園の乱立、またその焼却施設から発生する悪臭などをはじめ、周囲への悪影響を未然に防止し、良好な生活環境を保全することを目的に制定するものです。

ペット霊園の設置などを行う場合、市長の許可が必要となります。

そのほか、立入り検査や命令に従わない場合、業者名の公表などを盛り込んでいます。

※飼猫・犬などの死体の処分(ペット霊園に委託)は、クリーンセンターでも取り扱っています。(有料、1体6300円)

☎クリーンセンター ☎7187・0015

◆近隣住民などに説明会を行い、市民の生活環境に配慮するとともに、隣接の所有者および近隣住民と良好な関係を保つこと

◆移動火葬車で火葬する場合に

そのほか、立入り検査や命令に従わない場合、業者名の公表などを盛り込んでいます。

※飼猫・犬などの死体の処分(ペット霊園に委託)は、クリーンセンターでも取り扱っています。(有料、1体6300円)

☎クリーンセンター ☎7187・0015

## 11月は「ちば国保月間」

### 国民健康保険は相互扶助の制度です

国民健康保険(国保)は、加入者が保険税を出しあい、病気やケガなどのときに安心して治療を受けられる相互扶助の制度です。

◎保険税は納付期限内に納付しましょう

◎お支払いは口座振替が便利です

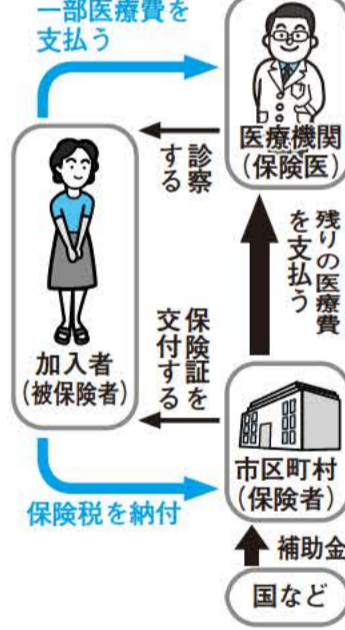
手続きなど不明な点は、お問い合わせください。

平日、市役所に来られない方のために

毎月第1日曜日(1月は第2日曜日)に国民健康保険税の納付と納税相談、国民健康保険の加入・脱退手続きを受け付けています。ご利用ください。

時間・場所 午前9時〜午後4時、国保年金課

☎ 国保年金課・内線354



## お知らせ 市長選挙

### 立候補予定者説明会

任期満了に伴う我孫子市長選挙は、来年1月16日(日)に告示、1月23日(日)が投票日(予定)となります。

この我孫子市長選挙の立候補予定者説明会を開催します。関係者は必ず出席してください。

なお、明るい選挙推進協議会では、ルールを守りきれいな選挙を行うため、説明会で立候補予定者に宣言文の提出を要請します。

説明会日時・場所 11月19日(金)午後2時〜、市役所 議会議事第1委員会室

☎ 選挙管理委員会事務局・内線345

## 流山市おおたかの森出張所で開始

### 柏市・流山市との住民票などの共同発行

11月1日(月)から、我孫子市に住民登録をしている方は、流山市におたかの森出張所でも住民票などの交付を受けられます。

場所・利用時間 おおたかの森 ショッピングセンター内3階(☎7154・0333)、月〜金曜日午前8時30分〜午後5時(祝休日、年末年始を除く)

発行できる証明書 ●住民票、印鑑登録証明書(印鑑登録カード)

●が必要 ●「我孫子・流山・柏市に本籍がある方」戸籍謄本、戸籍の附票、身分証明書(本人のみ・20歳未満の場合は親権者)

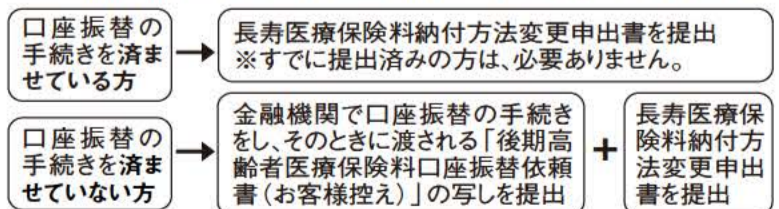
※申請する方の本人確認ができる書類(運転免許証など)を必ずお持ちください。ご本人以外の方が申請する場合は市民課までお問い合わせください。

☎ 市民課・内線317

## 長寿医療(後期高齢者医療)保険料

### 口座振替による納付を希望する方へ

平成23年2月以降の年金天引きを中止して、口座振替による納付を希望する方は、11月26日(金)(必着)までに国保年金課へ次の書類を提出してください。



※「長寿医療保険料納付方法変更申請書」は、国保年金課・各行政サービスセンターに用意しています。

※年金天引きの場合はご本人に、口座振替の場合は口座名義の方に、所得税・住民税の社会保険料控除が適用されます。

提出先・☎ 国保年金課・内線414、415

# 我孫子市議会議場で コンサート 11月29日(月)

市制40周年を記念し、市議会の開会前に議場でコンサートを行います。来場者を募集します。

日時 11月29日(月)午後1時～1時30分

場所 我孫子市議会議場・傍聴席

内容 葵ひろ子さん(歌手)による「市民の歌」ほか

定員 50人(応募者多数の場合は抽選) ※観覧無料。

申込方法 往復ハガキ。往信用表面に申し込み先(下記)、往信用裏面・返信用表面に郵便番号、住所、氏名(連名不可)、電話番号を明記、返信用裏面は白紙のまま

締切日 11月15日(月)必着

申・問 〒270-1192

市役所秘書広報課(住所省略可)・内線206



葵ひろ子さんのプロフィール…山形県出身、我孫子市在住。NHK番組「昼の民謡」に出演。日本各地でコンサートを開催。

## 第65回国民体育大会「ゆめ半島千葉国体」

### 我孫子市からの出場選手 4競技で21人が入賞!



第65回国民体育大会「ゆめ半島千葉国体」が9月25日～10月5日に開催されました(一部の競技は9月8日から開催)。

我孫子市では、9月26日～28日まで市民体育館でさまざまな競技を開催。市内外からの多くの観戦者で盛り上がりしました。

たし、総合3位となりました。また、市内からも多くの選手が国体に出場し、健闘の結果輝かしい成績を残しました。

- ◆陸上競技(走り高跳び) 2位(少年男子)：小島拓海(柏南高)
- ◆バスケットボール 優勝(成年男子)：黒田裕(我孫子高)
- ◆ラグビーフットボール 3位：吉村尚人、片岡淳史、立川善能、三浦洋平、廣澤拓、宮本誉久、大東毅、磯岡正明、内
- ◆水泳 7位(成年男子400m自由形)：平井康翔(明治大) / 8位(少年男子A800mリレー)：平井彬嗣(市立船橋高) / 5位(少年女子B50m自由形)：寒河江遥(我孫子中) / 3位(少年女子B400mリレー)：寒河江遥(我孫子中)・水野真琴(市立船橋高)
- ◆田涼、水田雄也、井上雅人、森田茂希、武井敬司、石田由憲(NEC)

## 戦後65周年記念

### 広島を見た 中学生が語る

「平和の尊さを！」



8月6日の広島市平和記念式典に出席した市内中学校の代表6人(写真右)が、原爆投下の地で学んだことや感じたことを発表します。

日時 11月20日(土)午後2時開演(午後1時30分開場) 場所 けやきプラザふれあいホール(入場無料) 内容 第一部：シンガーソングライター大野靖之さんによる「平和への祈りコンサート」、第二部：広島市平和記念式典参加中学生による発表、白山中合唱部による合唱 定員 500人 発表者 廣田直斗さん(我孫子中)、高橋彬さん(湖北中)、小林瑞歩さん(布佐中)、小笠原映美さん(湖北台中)、前野陽さん(久寺家中)、郡山琴美さん(白山中) ▼総合司会：高木佳枝さん(第4回 企画課 ☎7185・1426)

## 募集 美しい我孫子の自然を守り育てる活動にご参加ください

### 三樹荘スタジイ (景観重要樹木)見学と 樹木治療の話

三樹荘のスタジイ(平成22年3月に景観重要樹木に指定)を見学し、その後アピスタで樹木医からスタジイ治療の話をお聞かせ。見学は三樹荘所有者のご厚意によるものです。 日時 11月20日(土)午後1時～3時 場所 嘉納治五郎別荘跡地(緑1の10の5)の庭に集合 ※大雨の場合は、アピスタ第2学習室に集合。 講師 高野光利さん(樹木医) 定員 先着35人 ※参加費無料。 申込方法 電話 主催 我孫子市・三樹会 都市計画課・内線552

### 古利根沼の 水辺清掃

古利根沼は、周辺の緑と一体になって美しい景観をつくりだしています。古利根沼の自然環境を守るため、捨てられた空き缶・ビンなどの収集を行います。 日時 11月20日(土)午前9時集合、11時終了予定(小雨実施) 集合場所 古利根沼中央我湖排水路広場(下図参照) 持ちもの 長靴または運動靴、軍手、タオルなど ※清掃作業のできる服装でご参加ください。 申し込み 不要(集合場所へ直接) ※駐車台数に限りがあるため、車の参加はご遠慮ください。



### 谷津ミュージアムの 維持管理作業

谷津ミュージアムには生きものが数多く生息しています。これらを守るために、定期的な維持管理作業が大切です。 谷津のボランティアの方たちと一緒に作業していただける方を募集します。 日時 11月～平成23年3月までの毎月第3日曜日(11月21日・12月19日・1月16日・2月20日・3月20日) 午前9時30分～正午(小雨実施・荒天中止) 集合場所 谷津ミュージアム作業小屋(中央学院高校下) 作業内容 草刈り、水辺づくりなど 服装・持ちもの 作業のできる服装、長靴、軍手 申込方法 電話・Fax、住所、氏名、連絡先を明示 ※毎回参加できなくても申し込めます。 手数料 作業費 内線465、☎7186-1522

## 11月は「動物による危害防止対策強化月間」です

### ●犬に咬まれないために●

- ▶知らない犬には近づかない・手を出さない▶突然触らない▶子連れの母犬やその子犬に近づかない▶エサやおもちゃを持っている犬に手を出さない▶走らない・大声を出さない
- 動物を飼うときは、次の点に注意しましょう。 【犬】 ▶犬は、来訪者を咬むことがない位置につなぐ▶犬が門や玄関から飛び出さないようにする▶犬の運動は、犬を制止できる人が短い引き綱で行う▶犬には、首輪などに鑑札と狂犬病予防注射済票をつける

【猫】 猫は屋内で飼い、近隣トラブルを防止し、病気・交通事故から守る 【そのほか】 ▶サル・ヘビ・ワニなどの特定動物を飼う場合、あらかじめ保健所長の許可が必要です ▶動物には迷子札やマイクロチップをつけるなどして飼い主がわかるようにする ▶動物は責任をもって最後まで面倒をみる。どうしても飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探すか、保健所や動物愛護センターなどに相談を 園 松戸健康福祉センター(松戸保健所) ☎047-361-2139、県動物愛護センター(東葛飾支所) ☎7191-0050

## みんなで応援に行こう!

### ラグビートップリーグ応援バスツアー

日時・場所 12月25日(土)我孫子駅北口午前10時30分集合、東京秩父宮ラグビー場 内容 NECラグビー部「グリーンロケッツ」対近鉄「ライナース」(午後2時キックオフ) 定員 先着40人 費用 3500円(スポーツ振興応援団会員2000円、中学生以下1000円) ※バス代・入場券付き。昼食は各自で用意。 申込方法 電話 締切日 11月30日(火) 主催・申・問 我孫子市スポーツ振興応援団事務局(市商工会内) ☎7182-3131 ◆お知らせ 柏の葉公園総合競技場でNECグリーンロケッツの試合があります。是非ご観戦ください。 ●11月28日(日)午後1時キックオフ ●「グリーンロケッツ」対神戸製鋼「コベルコスティーラーズ」 ※チケットは、当日競技場などで購入できます。 園 同応援団事務局 ☎7182-3131

## 募集

### 平成22年度 犬の飼い方教室 の参加者

日時・場所 11月28日(日)午前9時～正午(雨天実施)、東葛飾合同庁舎北側駐車場(松戸市小根本7) 内容 犬の飼い方講習としてつけ方の実技(リーダーウォークなど)。獣医師や警察犬訓練所の訓練士などによる指導あり 対象 我孫子・松戸・流山各市在住の飼い主(複数可)の方と飼い犬1匹、先着20組 参加条件 ▶受講時に1歳未満で畜犬登録済み(または予定)の犬、▶健康な犬で、混合ワクチンを2回以上および狂犬病予防注射を接種済み、▶ノミ、ダニなどの予防をしている、▶咬み癖がない 受講料 800円(テキスト代、人の傷害保険料) 申込方法 窓口・電話。受講人数、犬の鑑札・注射済票番号を明示 申・問 千葉県松戸健康福祉センター健康生活支援課動物担当 ☎047-361-2139

特別展 我孫子市白樺文学館 11月2日(火)~28日(日)

**針文字書簡と大逆事件展**  
 ～事件が文学に与えた影響～

大逆事件100周年記念

日時・場所 11月2日(火)～28日(日)午前9時30分～午後5時、白樺文学館(月曜日休館)

内容 今から100年前の明治43年に明治天皇を爆裂弾で暗殺しようとした計画が発覚し、全国で社会主義者・無政府主義者が逮捕、起訴され、主犯とされた幸徳秋水・菅野スガなどが処刑された(大逆事件)。この事件は当時の作家や青年たちに多大な影響を与えましたが、最近、市内の杉村楚人(せんむらじん)冠(かん)邸(てい)整備にあたり、幸徳の無罪を訴える秘密書簡(針文字書簡)が発見されました。特別展では、この書簡を中心に、大逆事件をめぐる明治から大正期の作家たちの動きを探ります

入館料 300円(大人)、200円(大学・高校生)、100円(小・中学生)

※団体割引あり。

◎教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185・1583

ママだけじゃない、みんな子育て

パパも おじいちゃんも おばあちゃんも

**パパを楽しまう!**  
 ～仕事と育児のベスト・バランス～

パパの子育て講演会

昨年開催して大好評だった安藤哲也さんの講演会を今年も行います。厚生労働省のイクメンプロジェクトの座長になったり、全国を駆け回って講演したり、ますますパワーアップした安藤さんの楽しいお話です。イクメン志望のパパ、プレパパ、もちろん毎日子育てに頑張っているママたちも、子育てサポーターのおじいちゃん・おばあちゃんも、再び安藤パパの熱いメッセージを聴きませんか。

ママとはひとあじ違う(?)、パパのおすすめ絵本の展示もあります。

日時・場所 11月28日(日)午後2時～4時(午後1時30分開場)、アピスタホール

講師 安藤哲也さん(NPO法人ファザーリング・ジャパン代表理事)

定員 先着150人 費用 無料

※託児あり(2歳以上就学前まで、先着15人。11月20日(出までに申し込み、無料)

申込方法 電話・Fax。氏名、連絡先を明示

主催 あびこ女性会議・我孫子市

申・☎ あびこ女性会議・濱田 ☎7183-2789、男女共同参画室 ☎7185-1752

イクメン講座 パパのベビーダンス

～泣いてた赤ちゃんもウツリ、すやすや～

日時・場所 11月20日(土)午後2時～4時、我孫子南近隣センター9階ホール

内容 赤ちゃんを抱っこし、音楽に合わせて動きます。男性講師が指導。ティータイムあり。

講師…サイモン・ダウンスさん(日本ベビーダンス協会顧問・同協会認定インストラクター、日本語も英語もOK)

対象 0歳(首がすわっていること)～1歳くらいまでのお子さんと男性の保護者

定員 先着20組 費用 1組200円

持参 だっこひも、バスタオル ※動きやすい服装で。

申込方法 電話

申・☎ 我孫子南まちづくり協議会 ☎7181-1011



「にこにこ広場」講習会 “ハローお孫ちゃん” 育児講座

日時 11月30日(火)午前10時30分～午後0時30分

場所 子育て支援センター「にこにこ広場」(イトーヨーカドー我孫子店2階)

内容 子育て今昔、祖父母の役割、沐浴体験。講師…小林由美子さん(社千葉県助産師会、助産師)

対象 そろそろお孫さんが生まれる方、お孫さんがいらっしゃる方、地域でお子さんの世話をしたいと考えている方など活動意欲のある方ならどなたでも

定員 先着20人 費用 500円(資料代含む)

申込方法 にこにこ広場窓口・電話(火・日曜日を除く午前10時～午後5時)

共催 コミュニティーサポート協会

申・☎ にこにこ広場 ☎7185-8882



健康フェア 2010

もっとよく知ろう!  
 心と身体の健康生活

11月20日(土)

11月21日(日)

◆スタンプラリーで景品をゲットしよう!

会場(アビスタホール、アピスタ)のスタンプポイントを巡って、スタンプ4個を押すラリー。先着1000人に景品をプレゼント

◆イトーヨーカドー3階アビスタホール(午前10時30分～午後3時)

◆8020運動推進キャンペーン「よい菌、いい顔ニコニコキヤラバン」

オーラルケア・シアターミッドファイ

とうとうおうち①11時、②13時30分

◆市民歯科検診・親子歯科相談(我孫子市歯科医師会)

◆アピスタ(午前10時～午後3時30分)

◆心の健康講演会「うつ病の話」家族や身近な人の関わりについて。午後1時30分、講師…奥田令子さん(メンタルケアあびこ院長)、当日先着60人 ※手話通訳・要約筆記あり。

◆朝食レシビコンクール表彰式・試食 正午～午後1時

◆屋内ニュースポーツ体験：午後1時30分～3時30分

◆健康スポーツ吹き矢体験：午前10時～正午、午後1時～3時

◆あなたの血管年齢をチェック!動脈硬化度測定：午前10時～午後3時

◆禁煙相談・アルコールパッチテスト(先着50人)・メタボ予防のお茶試飲：午前10時～正午、午後1時～3時

◆歩行年齢測定：午前10時～午後3時

◆模擬店(市内福祉作業所)：午前10時～午後3時

◆健康フェア実行委員会事務局(健康づくり支援課) ☎7185・1126

千葉県とマイクロソフト(株)の協働事業 シニアムービー作成セミナー

日時・場所 11月10日(水)午前10時～午後4時、けやきプラザ1階会議室

内容 パソコンを使ってのムービーづくりを体験できます

定員 先着15人 費用 3000円

申込方法 電話・Eメール。氏名、電話番号、住所を明示

主催 千葉県、マイクロソフト(株)、NPO法人ACOPA

申・☎ NPO法人ACOPA・栗田 ☎7181-9700、☎acoba@key.ocn.ne.jp

パソコンお楽しみ講座 デジカメ写真でムービーをつくらう!

日時・場所・定員 下表参照

※Windows7使用。

費用 3000円(テキスト代を含む)

申込方法 電話・Fax・Eメール。住所、氏名、電話番号、希望受講日・時間を明示

主催 千葉県、マイクロソフト(株)、NPO法人あびこ・シニア・ライフ・ネット

申・☎ NPO法人あびこ・シニア・ライフ・ネット ☎7188-8302、☎oku103@jcom.home.ne.jp

▼パソコンお楽しみ講座

日程	時間	定員(申込先着)	場所
11月20日(土)	10時30分～13時30分	15人	あびこ市民プラザ(エスパ内)
	14時30分～17時30分	15人	
11月29日(月)	13時30分～16時30分	10人	一粒の麦
12月13日(月)	13時30分～16時30分	10人	(都部83の1)

11月の子育て応援情報 参加無料

◎ほかほかランド◎

対象	開催日	場所
0歳児	1日(月)	手賀沼公園(雨天中止)
	25日(木) 木の実ころころ	アピスタホール
1歳児～就学前未就園児	19日(金) 木の実を使って	アピスタホール
	24日(水)	手賀沼公園(雨天中止)

時間 10時～11時30分 ※アピスタホールは各日先着40組(要予約)

申込方法 電話

申・☎ 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

☎http://keiai.hoikuen.ac

◎すまいるキッズ◎ (予約不要)

日時 11月18日(木)10時30分～11時45分

場所 湖北台近隣センター

◎るんるんパーク◎ (予約不要)

開催日	場所
5日(金)	手賀沼公園
11日(木)	柴崎台中央公園
15日(月)	宮ノ森公園
25日(木)	中峠鹿島前公園

時間 10時30分～11時30分 ※雨天中止。

申・☎ にこにこ広場 ☎7185-8882 10時～17時(火曜日を除く)

☆出前保育☆ 対象…乳幼児と保護者

◎けやキッズ◎ ☆製作(自然とあそぼう)☆

日時 11月12日(金)10時30分～11時30分

場所 天王台北近隣センター

定員 要予約・先着40組

申込方法 電話 ※初めてのの方は11月1日(月)～、2回目以降の方は11月2日(火)～、いずれも8時30分～17時。

申・☎ 保育課・内線572(土・日曜日、祝日を除く)

☆広場のけやキッズ☆ (予約不要)

開催日	場所	時間
4日(木)	すくすく広場(天王台)	10時30分～8日(月)のみ11時～各30分間
8日(月)	にこにこ広場(我孫子)	
10日(水)	わくわく広場(湖北台)	
17日(水)	すこやか広場(布佐)	

※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



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。  
☎ 秘書広報課 ☎7185-1269 ☎7185-0127

### 講演・催し

- ◆スウェーデンセミナー 11月3日(祝)13時30分～15時30分。我孫子南近セ第1会議室。第16回「スウェーデンの福祉制度について」。20人。500円。☎・☎スウェーデン社会を研究する会・上原 ☎7184-5322
- ◆元気、やる気、リサイクル好き、「庭先セール」 11月4日(木)10時～13時(小雨実施)。つくし野1号公園坂の上(つくし野1の22の28)。ガレージセール。☎我孫子市消費者の会・海津 ☎7184-9828
- ◆ウォーキング講習会 11月6日(土)9時～12時。「道の駅しょうなん」付近集合。「健康づくりはウォーキングから」レクリエーションなど。初心者・中高年の方30人。無料。☎榊光風ガーデン ☎7182-9876
- ◆猫犬譲渡会 11月7日(日)、气象台記念公園(雨天中止)、21日(日)我孫子市役所駐車場(雨天実施)、いずれも11時～14時(当日の犬猫持ち込み不可)。☎ねこわんこ ☎090-8307-8464
- ◆人間関係「伝える話し方」 11月7日(日)10時～12時30分、あびこ市民プラザ(エスパ3階)。初心者歓迎。600円。※原則毎月第2日曜日開催。☎自己表現話力研究会・堀口 ☎7184-0245
- ◆江戸は何処から何処までか？江戸の領域を考える 11月8日(月)10時～11時30分。アピスタ。講師…高尾善希さん(立正大学非常勤講師)。先着100人。700円。☎・☎ふれあい塾あびこ・足助 ☎7183-3603
- ◆キーボード体験講座 11月8日(月)12時30分～14時30分、アピスタ第1学習室。24

- 日(水)13時～16時、こもれび調理室。キーボードによるアンサンブル・ソロ演奏の体験。無料。☎・☎大久保 ☎7183-1591
- ◆酵素でダイエット・免疫力UP! ローフード料理体験講座 11月10日(水)・13日(土)9時30分～12時、アピスタ。2500円(食料費含む)。☎スーパーローフード ☎090-6173-1240
- ◆手賀沼ウォーキング教室 11月13日(土)9時手賀沼公園集合 ※同日手賀沼ふれあいウォーク2010開催。実践ウォーク10km。500円(保険代)。千葉県ウォーキング協会主催・☎須藤 ☎7184-6204
- ◆犬猫飼い主探しの会 11月14日(日)・28日(日)いずれも11時～15時。市役所駐車場(雨天実施)。当日の犬猫持ち込み不可。☎小さき命を守る会・水島 ☎090-8313-0158
- ◆笛吹きたちのコンサート 11月14日(日)14時開演。アミュゼ柏。10本のフルートで「水の上の音楽」ほか。前売り1200円、高校生以下1000円。入場券販売軽喫茶ばら(けやきプラザ)。☎高間 ☎7184-5417
- ◆気功・心身健康セミナー 11月14日(日)13時10分受け付け。近セこもれび。より快適に生活するために。講師…月辰会整骨院院長。予約先着30人。300円。11月12日(金)締め切り。☎・☎山中 ☎7183-6459
- ◆江河愛司&いろは座アンコール公演 11月16日(火)18時開演。けやきプラザ。江戸の粋+抱腹絶倒の舞台。前売り2000円、当日2500円。☎有エガワ企画 ☎03-3391-7747、☎柏デスカマッチ ☎7164-4545
- ◆ドイツのトールペイント体験会 11月19日(金)湖北地区公民館、25日(木)アピスタ、いずれも9時30分～11時30分(要予約)。クリスマスプレートの作成。2000円(材料費含む)。☎・☎安部 ☎7188-9219
- ◆さといも掘りと芋煮会 11月20日(土)10時30分～14時(雨天中止)、むつぼし第7農園(北新田)、400円(昼食代)。長靴、汚れてもよい服装で。☎・☎むつぼし ☎7184-6258(11月18日(木)まで)

### 会員・仲間募集

- ◆英会話サークル「リズム」 毎週水曜日18時45分～21時。アピスタ。初心者向き、中1程度の基礎を復習しながら実用会話につなげていく、地道だが楽しい集まり。月約3500円。☎・☎渡辺 ☎7183-0406
- ◆ワールドステイ英会話 毎週火曜日9時45分～12時。我孫子北近セ。中3程度で楽しめる実用英会話。NHKテキスト「ラジオ英会話」使用。講師は英検1級、TOEIC940

- 点。月3500円。☎桑子 ☎7184-3643
- ◆ギターその他の楽器を演奏しながら歌おう毎月第1・3(木)午前(変更あり)。湖北台近セ。ギター中心に歌謡曲、フォークソングなど歌う。若干名。無料。☎我孫子ゴールドシンガーズ・板本 ☎7187-2081
- ◆日々の体調維持を保つための健康治療体操・自彊術 毎週金曜日10時～11時30分(月4回)。泉自治会集会所。月2500円。☎・☎自彊術普及会・井戸 ☎7183-1939

### あきんど「商Do!あびこ」第11号が発行!



市内のお店情報満載の商店街マップ「商Do!あびこ」第11号(写真)が発行されました。11月初旬から順次、新聞折り込みで各ご家庭にお届けするほか、公共施設などにも置く予定です(なくなり次第終了)。今号も恒例のプレゼントやお得なクーポン券付き。巻頭では市内4ルートで運行中のあびバスを特集し、各ルートの見所を紹介しています。読んで楽しく使って嬉しい「商Do!あびこ」をぜひご活用ください。  
発行・☎我孫子市商工会 ☎7182-3131

商品名	店名	電話番号
★貝絵(貝合せ・貝香など)	相島芸術文化村	7189-2864
★七宝アラカト	アトリエみち	7188-0968
★おぼんロール	㈱アビニオン	7182-0501
ワインケーキ(プレーン・フルーツ・ショコラ・抹茶の4種)		
★我孫子コーヒー物語	コーヒークラブ エムスカンパニー	0120-456-501
★白樺派のカレー(レトルト)(チキン・ポーク・ビーフの3種)	㈱五味商店	7183-7700
★国産黒豚入り肉味噌生姜	㈱風土食房	7170-0610
★生姜ごはんの素		
★完熟スイートポテト	㈱和楽堂完熟や作右衛門	7183-0106
★手賀しぐれ	御菓子司 福一	7188-0160
文学焼	欧風洋菓子 メヌエット	7188-5543
いもっ子		
もろみ小町	㈱みやま食品工業	7188-1526
やまづね味噌	やまづね食品㈱	7189-2734
うなぎ大和煮	㈱安井家	7182-1225
ざっこつくだ煮	宮本七宝デザイン研究所	7187-1380
七宝壁掛け		
邦楽器・日舞などの袋物	㈱丸栄商店	7187-6400

### 我孫子市ふるさと産品

#### 新たな顔ぶれが加わりました

「我孫子市ふるさと産品」に、新たに10品が仲間入りしました。  
バラエティー豊かな品々を、お土産や贈り物、普段の暮らしのお供にぜひご利用ください。(左表参照、★印が新規加入商品)  
☎(財)我孫子市あゆみの郷・都市建設公社(ふるさと産品育成協議会事務局) ☎7183-1130(年末年始を除く)

## 11月のギャラリー・けやきプラザ県民講座

催し名・問い合わせ	日時
第53回 我孫子市民文化祭 手工芸展 ☎7184-5737	1日(月)～3日(祝) 10時～16時
第53回 我孫子市民文化祭 写真展 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1601	6日(土)～8日(月) 10時～17時 (初日は13時から、最終日は15時30分まで)
第53回 我孫子市民文化祭 書道・書道講座生展 華道・華道講座生展 いけばな子ども教室展 ☎7182-1623	13日(土)～17日(水) 10時～17時
第19回 あびこ国際交流まつり 坂 ☎7183-1231	21日(日) 10時～16時
第13回 写遊 暁 写真展 新井 ☎7188-2285	26日(金)～12月1日(水) 10時～18時 (初日は12時から、最終日は17時まで)

場所	催し名・問い合わせ	展示期間
けやきプラザ	第1 いのちの輝き展 ☎047-346-2977	2日(火)～7日(日) 9時～19時(初日は13時から、最終日は18時まで)
	第1 小中学生絵画展「我孫子から発信 平和への祈り」 企画課 ☎7185-1426	16日(火)～21日(日) 9時～19時(初日は12時から、最終日は17時まで)
	第2 芸術紀行2010年度 写真展「白」* 今井 ☎090-9374-5804	16日(火)～21日(日) 9時～19時(初日は12時から、最終日は15時まで)
	第1・2 手賀沼写真展 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1601	27日(土)10時～17時 28日(日)10時～19時

\* 21日(日)13時から90分ぐらい作家とギャラリートークあり。  
◎けやきプラザの機械式駐車場は、定期点検のため、11月8日(月)9時30分から17時まで利用できません。

講座名・講師・対象・定員	日時・場所
介護実習講座シリーズ ①介護現場に学ぶ介護のこころと技(全3回) ②男の一日介護教室(全1回) 講師 東葛飾地域介護事業所施設長、介護福祉士など 定員 各先着20人	①10日(水)・17日(水)9時～12時、25日(木)13時～16時、②12月19日(日)13時～16時 いずれも7階実習室
中・高齢期のうつ(全2回) 講師 ①中村はるみさん(臨床心理士)、②宗岡克政さん(千葉県木村病院精神科医、老年期うつ病専門医) 定員 先着50人	①18日(木)14時～16時、②12月10日(金)18時～20時 いずれも7階研修室
疾病の理解とケア①「パーキンソン病の治療とリハビリテーションの現状」 講師 山口正貴さん(東京大学医学部付属病院/千葉県福祉ふれあいプラザ介護予防トレーニングセンター・理学療法士) 定員 30人	20日(土)14時～17時 7階実習室

介護専門職対象研修は開講月の前月中旬から募集します。研修により、すでに定員に達している場合もあります。詳しくは☎www.furepla.jpをご覧ください。

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  
☎・☎ 電話で、住所、氏名、電話番号を明示  
けやきプラザ内ふれあいプラザ ☎7165-2886(月曜日は休館)

場所	作品・作者	展示期間
湖北台分館	手賀沼光彩…齋藤真壽夫	2日(火)～30日(水)
布佐分館	我孫子市寄贈絵画展 …教育委員会文化・スポーツ課	

催し名・問い合わせ	日時
第7回景観シンポジウム「身近な景観づくり」 都市計画課 ☎7185-1529	～2日(火)(最終日は12時まで)
我孫子市民文化祭 茨き秋季展 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1601	6日(土)・7日(日)(6日は8時30分から、7日は17時まで)
初公開 市制施行当時の公文書展 秘書広報課 ☎7185-1714	9日(火)～19日(金)(初日は14時から、最終日は12時まで)
障害者福祉センター作品展 我孫子市障害者福祉センター ☎7188-0141	25日(木)～12月7日(火)(最終日は20時まで)

開館時間 9時～21時 ◎今月の休館日は29日(月)

# 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

生による鳥や自然環境の発表。市内から我孫子第二小、白山中、久寺家中、中央学院高校が参加予定 ※申込不要。 図手賀沼課・内線467

### ◆家事家計講習会

日・所①11月12日(金)・15日(月)アピスタ、②11月15日(月)・18日(木)近隣センターこもれび、いずれも10時～12時 内家事と家計についての発表、展示、予算立てなど 対①先着30人、②先着25人 費400円(資料代) ※託児200円(要予約)。 申込方法 電話・Fax。住所、氏名、電話番号を明示 申・図全国友の会・豊島☎7184-2875

### ◆面接練習セミナー

ジョブカフェは出張版 日11月12日(金)13時30分～16時 所我孫子南近隣センター第1会議室(けやきプラザ8階) 内面接時のポイントや、立ち振舞いなど(終了後に相談会) 対15歳～39歳の方、先着20人 費無料 申込方法電話 申・図商工観光課☎7185-1475

### ◆悪質商法のやり得を許さない!

消費者訴訟の先頭で戦う弁護士に聞く 日11月13日(土)13時30分 所アピホール(イトーヨーカドー我孫子店3階) 内「多発する悪質商法とその救済」講師…紀藤正樹さん(弁護士) 対100人(直接会場へ) 費無料 図我孫子市消費者の会・和田☎7183-1434

### ◆ツボミたちのためのおとなの勉強会

(子ども会育成研究協議会) 日11月14日(日)10時～15時30分 所市役所分館2階会議室 内午前…CAP子どもの虐待防止プログラム、午後…分科会①子どもの現状と課題(座談会)、②ツボミスクール(女の子の保護者向け) 対先着30人 費無料 申込方法電話 締切日11月7日(日) 申・図我孫子市子ども会育成連絡協議会・梅谷☎7183-2636

### ◆おいしく・楽しく・食べながら学ぶ

栄養と歯 日11月26日(金)9時20分～11時50分 所湖北台市民センター 内栄養学、口腔ケア 対先着30人 費無料 持参ブラシ、手鏡、

タオル 申込方法電話(留守電)。住所、氏名、電話番号、年齢を明示 締切日11月19日(金) 申・図湖北台地区社会福祉協議会☎7188-1410(月・水・金曜日9時～16時)

### ◆市民防災研修会

日11月26日(金)14時～16時 所財電力中央研究所(車での来場は不可。13時30分に我孫子駅北口から送迎あり) 内講演「地震の発生メカニズムとゆれの予測について」、施設見学 対先着50人 費無料 申込方法 電話・Fax・Eメール。住所、氏名、電話番号を明示 締切日11月19日(金) 申・図市民安全課・内線217☎7185-5777 図bo usaiken@city.abiko.chiba.jp



## 募集

### ◆我孫子市社会福祉協議会臨時職員

勤務日時12月からの週5日(火曜日を除く) 9時～17時 勤務場所市ファミリーサポートセンター(イトーヨーカドー我孫子店2階) 勤務内容会員同士のコーディネート業務および一般事務 対保育士または幼稚園教諭の資格を持つ方または子育て経験のある方で、自動車運転免許を持ち一般事務処理・パソコン操作ができる60歳までの方、1人 賃金日給6500円 選考方法書類審査、面接 申込方法持参。市販の履歴書(写真貼付)に必要事項を明記 締切日11月12日(金) 申・図社会福祉協議会☎7184-1539



## お知らせ

### ◆平成22年度我孫子市戦没者追悼式

日11月5日(金)10時30分 所湖北地区公民館 対戦没者、戦災死没者の遺族、一般参列者 図福祉相談課・内線377

### ◆給与支払者対象

年末調整・法定調書などの説明会 日11月10日(水)13時30分～15時30分 所あびこ市民プラザ 図柏税務署☎7146-2321



阿久津 翔ちゃん (柴崎台・1歳3カ月)

好奇心旺盛、イタズラ好きかっくん。くしゃくしゃな笑顔に毎日癒されています。心の優しい子になってね!



古宮 冨来ちゃん (柴崎台・1歳3カ月)

パパっ子サラは甘え上手◎ みんなに愛されのびのび成長中! 思いやりのある優しい子に育ちますように☆

### ◆一日金融公庫開設

日11月11日(木)10時～15時 所我孫子市商工会 内事業資金融資についての相談 申込方法電話 締切日11月8日(月) 申・図我孫子市商工会☎7182-3131

### ◆裁判所調停委員による

無料調停相談会 日11月13日(土)10時～15時 所我孫子南近隣センター(けやきプラザ9階) ※申込不要、直接会場へ。裁判中や調停中の事件の相談には応じられません。 図千葉地方家庭裁判所松戸支部庶務課☎047-368-5141

### ◆社会保険労務士による

年金無料相談会 日11月13日(土)10時30分～16時 所我孫子南近隣センター(けやきプラザ8階) 対先着10人(電話予約優先) 申・図千葉県社会保険労務士会東葛支部☎047-345-9992(平日10時～16時)

### ◆新規就農ガイダンス

日11月13日(土)13時30分～17時 所市役所分館大会議室 内就農までのみちすじ、農地の取得・賃借、新規就農者の体験発表 対20人 申込方法電話 締切日11月12日(金) 申・図農政課・内線513

### ◆個人事業税の納期

個人事業税(第2期分)の納期限は11月30日(火)です。納付書は11月中旬に発送しますので、最寄りの金融機関で納付をお願いします。 図柏県税事務所☎7147-1231

### ◆平成22年度千葉県粒子状物質減少装置

装着助成事業の受付期間延長 同事業は9月30日までの助成事業でしたが、予算に若干の余裕があるため、受付期間を延長します。詳しくは、お問い合わせください。 図千葉県環境生活部大気保全課自動車公害対策室☎043-223-3810

## 11月のふれあい工房

教室名・定員	日時	参加費	持参・備考
おしゃれ教室 (リバーシブルのチャンチャンコ) 2回とも参加できる方 5人	9日(火)・23日(祝) 9時30分～15時	1回 300円	ほどいたウールの着物、ミシン糸、裁縫道具、昼食
紙クラブ教室 (牛乳パックでスツール) 3人	11日(木)10時～15時	300円	キルティングまたは冬物生地 100cm×60cm、強い木綿糸、布ガムテープ1個、ミシン糸、裁縫道具、昼食
木工教室(巣箱) 5人	11日(木)10時～12時	300円	なし
裂き織り作品作り教室 5人	12日(金)10時～15時	300円	教室で作った裂き織り、ミシン糸、裁縫道具、昼食
おしゃれ教室(バッグインバッグ) ①午前 ②午後 各5人	17日(水)①9時30分～12時 ②13時～15時	300円	表・裏布各40cm四方、材料費100円、ミシン糸、裁縫道具
紙クラブ教室 (チラシで作るバスケット) 5人	17日(水)9時30分～12時	300円	折り込みチラシ大20枚ほど
おしゃれ教室 (ネクタイからマフラー) 3人	18日(木)10時～15時	300円	ほどいて洗濯、アイロンかけをした配色の良いネクタイ4本、ミシン糸、裁縫道具、昼食
ペイント遊び教室 (クリスマスツリー) 5人	19日(金)9時30分～12時	300円	トールペイント用平筆・丸筆(ある方)、雑巾、エプロン
裂き織り教室 ①午前 ②午後 各5人	23日(祝)①9時30分～11時30分、②13時～15時	500円	古布1㎡くらい、ハサミ
おしゃれ教室 (傘布でエコバッグ) 3人	24日(水)10時～15時	300円	ミシン糸、裁縫道具、昼食
布ぞうり作り教室 10人	26日(金)9時30分～12時	300円	シーツ1枚分ほどの布、ハサミ
おしゃれ教室(トートバッグ) 2回とも参加できる方 3人	26日(金)、12月24日(金) 10時～15時	1回 300円	表布ハキレ7cm×8cm6種類以上、キルト芯・裏布各40cm四方、裁縫道具、昼食

申・図 本人が電話。※1家族1教室。先着順。ふれあい工房☎7186-5500(月曜日を除く、9時～17時) ※教室以外の工房利用は原則利用料がかかります。詳しくはふれあい工房へ。

### ◎リサイクル・フリーマーケット出店者募集

日時 11月28日(日)10時～13時 場所 我孫子市ふれあい工房(青山450番地) 対象 市内在住・在勤・在学の個人および団体(業者の方は出店できません) 募集数 35区画(1区画3.3㎡) ※応募者多数の場合は抽選(出店無料)。 申込方法 往復ハガキ。代表者の住所、氏名(団体名)、電話番号、主な出品品目、返信面にて先を明記 締切日 11月10日(水)必着 申・図 ☎270-1173青山450我孫子市ふれあい工房☎7186-5500 ※フリーマーケット開催のため、27日(土)午後～28日(日)午前午後の作業はできません。

## 第16回 庭園公開 紅葉の庭園を巡る

株式会社日立総合経営研修所のご厚意で、紅葉の庭園と手賀沼の眺めをお楽しみいただけます。同庭園は、10月に財団法人都市緑化基金が主催する「生物多様性保全につながる企業のみどり100選」に認定されました。

日時 12月4日(土)午前10時～午後4時(入場は午後3時まで) ※雨天時は5日(日)。 場所 日立総合経営研修所(我孫子中学校前) ※駐車場なし。ペット、飲食物の持ち込みは不可。 ※申込不要。

内容 フルートとコカリナの演奏、茶亭「ほととぎす」で茶菓のサービス。先着400人にエコ堆肥をプレゼント。食堂では「白樺派のカレー」も召し上がれます。(600円、限定400食) ※内容は変更することがあります。

費用 100円(小学生以下無料) ※参加費は庭園公開運営費(保険料ほか)として「我孫子の景観を育てる会」に納入されます。

主催・図 我孫子の景観を育てる会☎090-6034-9149



# 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

### ◆ちばの直売所フェア

日11月1日(月)～30日(火) 所「あひこ農産物直売所」ほか、県内80カ所の直売所 内収穫祭や抽選プレゼントなど ※詳しくは県ホームページhttp://www.pref.chiba.lg.jpをご覧ください。 園千葉県農林水産部 ☎043-223-2782

### ◆第33回「暮らしと税金展」

日11月3日(祝)～8日(月) 所そごう柏店5階連絡通路 内税金コーナー、作文・書道展、無料相談ほか 園柏税務署 ☎7146-2321

### ◆第7回谷津まつり

日11月6日(土)10時～14時(雨天実施) 所谷津ミュージアム作業小屋 ※「中央学院高校」バス停下車徒歩3分(駐車場はなし)。内餅つき、体験コーナー(足踏み脱穀機、枯れ木の工作など)、コカリナ演奏、野菜の即売ほか 園手賀沼課・内線465

### ◆第2回布佐もみじまつり

日11月6日(土)10時～15時(雨天時は7日(日)) 所・内青空市場(布佐駅東口平成通り)、ウォークラリー(布佐駅南口集合、約6km。野外美術展の見学あり) 園もみじまつり実行委員会・松島 ☎7189-2100

### ◆湖北台地区まちづくり協議会 湖北台秋まつり

日11月7日(日)11時～15時30分 所湖北台近隣センター 内11時～14時…模擬店、12時～…芋煮会、和太鼓、よさこいそうら

ん、13時～…銭太鼓、里神楽、津軽三味線、吹奏楽 費無料(模擬店は有料) 園湖北台近隣センター ☎7187-1122

### ◆千葉骨髓バンク推進連絡会設立20周年記念行事「ピアノ三重奏の夕べ」

日11月12日(金)19時～21時 所けやきプラザ 出演サンクトフローリアン三重奏団 費2500円、学生1000円(全席自由) 入場券販売・申・園柴谷 ☎047-346-2977

### ◆チャリティーバザー&里親会

日11月13日(土)・14日(日)10時～15時(荒天中止) 所手賀沼公園多目的広場(ガス展も同時開催) 内捨てられた犬猫のために、避妊去勢手術費用を集めるチャリティーバザー&里親会 ※バザー用品の提供を11月10日(水)まで受け付けています。 園手賀沼わんにゃんクラブ・大久保 ☎7183-1591

### ◆新木地区まちづくり協議会 第14回ふれあい文化祭

日11月13日(土)・14日(日)10時～16時 所新木近隣センター 内お茶会、作品の展示、小・中学校吹奏楽、ダンスや演奏の発表ほか 園新木近隣センター ☎7188-2010

### ◆第2回近隣センターふさの風 文化祭

日11月13日(土)10時30分～16時、14日(日)9時～16時 所近隣センターふさの風 内地域文化団体による展示発表と芸能発表 園近隣センターふさの風 ☎7181-6211

### ◆第4回World Cooking 2010「スペイン」

日11月14日(日)10時～14時 所湖北地区公民館 内スペイン料理 対20人(応募者多数時は抽選) 費800円(材料費込み)

持エプロン、三角巾、ふきん、持ち帰り用容器 申込方法湖北地区公民館窓口・ハガキ・Fax・Eメール。住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明示 締切日11月7日(日)必着 申・園270-1122中里81の3湖北地区公民館 ☎7188-4433 園7188-7720 ☐kohoku.k@chiba.email.ne.jp

### ◆我孫子・天王台周辺の礼所ウオーク

日・所11月21日(日)我孫子駅北口8時30分集合、14時30分散会予定(雨天時は28日(日)) 内東源寺、柴崎神社、最勝院、子ノ神大黒天ほか 費500円 申込方法当日受け付け 持雨具、昼食 申・園熊倉 ☎0297-73-3906、田中 ☎0297-74-4005

### ◆高校・大学・一般市民柔道大会

日11月21日(日)10時 所市民体育館 対市内在住・在勤・在学の方 費500円 申込方法ハガキ。大会名、住所、氏名、生年月日、学年、電話番号を明記 締切日11月10日(水)必着 申・園270-1121中味1304 星野栄 ☎7187-1493

### ◆環境レンジャーネイチャーイン マイ集箱作り

日11月23日(祝)10時～12時 所アピスタ 対先着20人(小学生は保護者同伴) 持軍手(お持ちの方はかなづち・ドライバー・きり) 申・園手賀沼課・内線568

### ◆第25回我孫子市 レディースオープン(団体)卓球大会

日11月25日(木)9時受け付け 所市民体育館 種目1チーム5人以上の団体戦(4単1複で複1人重複可)、ABCのランク別 対30歳以上の女性 費1チーム4000円 申込方法ハガキ。大会名、種目、ランク、チーム名、責任者の郵便番号、住所、氏名、電話番号、

全員の氏名を明記 締切日11月5日(金)必着 申・園270-1132湖北台7の14の110永井せつ子 ☎7187-2307

### ◆冬の子ども工作 「パンでクリスマスブーツを作ろう」

日11月27日(土)10時～14時 所我孫子地区公民館(アピスタ) 対小・中学生15人(応募者多数時は抽選) 費500円 持持ち帰り用の箱(ティッシュ箱程度)、弁当、飲み物、上履き 申込方法ハガキ・Fax。講座名、住所、氏名、学年、電話番号を明記(1人1枚、連名不可) 締切日11月10日(水)必着 申・園270-1147若松26の4我孫子地区公民館 ☎7182-0511 園7165-6088

### ◆手賀沼ふれあい船上見学会

日11月28日(日)10時、11時 所手賀沼公園内ボート乗り場 対市内在住・在勤・在学の方、200人(応募者多数時は抽選) 費無料 申込方法往復ハガキ。全員の氏名、年齢、代表者の住所、電話番号、希望の乗船時刻(希望に添えない場合あり)と返信面にあて先(裏面は未記入)を明記 締切日11月12日(金)必着 申・園270-1192 市役所手賀沼課(住所省略可)・内線467

## 講演・講座・教室

### ◆消費生活講座「食品表示ってなんだろう?～表示には情報がいっぱい!!～」

日11月12日(金)13時30分 所市役所分館 対先着30人 費無料 申込方法電話 申・園我孫子市消費生活センター ☎7185-1469

### ◆ジャパンバードフェスティバル 2010 環境学会

日11月7日(日)10時～16時 所千葉県手賀沼親水広場水の館3階研修室 内小・中・高

## ● 市民相談 ●

11月

※は予約制です。

法律相談	4日(木)、9日(火)、11日(木)、18日(木)、30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 ☎7185-1714(予約は1日(月)8時30分から)
人権相談(優先)	25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	19日(金)10時～15時 収税課 ☎7185-1349(予約は15日(月)8時30分から)
行政相談	24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	17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	19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)	12日(金) 市民相談室(本庁舎2階) 建築住宅課・内529
住宅相談	12日(金) 市役所B会議室 建築住宅課・内529(先着4組。予約は10日(水)まで)
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	5日(金)10時～11時15分 つつし荘 ☎7188-0123 12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	10日(水)、24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

4カ月児相談	2日(火)、9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	8日(月) 市民安全課・内486
結婚相談(優先)	7日(日)、21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	22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	9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 ☎ 電話 月～金曜日9時～17時 柏児童相談所 ☎7131-7175 月～金曜日9時30分～16時 柏児童相談所 ☎7134-4152

# 健康と福祉



## 第1回 高齢者の在宅生活講座

**日時** 11月7日(月)午後1時30分～午後3時30分(参加無料)

**場所** 近隣センターこもれび

**内容** 「高齢化社会：いつまでも元気に暮らすために！知っておこう！家庭生活の知識！」講師：山口江美さん(医療法人社団創造会ケアプラザ柴崎施設長) ※個別相談あり。

**定員** 先着100人

## 成年後見制度講演会

**日時・場所** 11月8日(月)午前10時～正午、老人福祉センターつじ庄(参加無料)

**内容** 具体的な例を交え、成年後見制度を解説。講師：長谷川秀夫さん(司法書士・行政書士、成年後見センター・リーガサポート千葉支部長)

## 天王台地区 楽しむ会

**日時** 11月13日(土)午後1時30分～4時

**場所** 天王台北近隣センター

**内容** アフリカの太鼓、シャンソン

**日時** 11月20日(土)午後1時30分～4時

**場所** 近隣センターこもれび

**内容** シャンソン、浪曲手品

**①②共通** 対象 天王台地区在住の65歳以上、先着80人

**費用** いずれも無料

**定員** 天王台地区社会福祉協議会 ☎7183・9009(祝日を除く)

## 第6回オストメイト 社会適応訓練講習会

**日時** 11月20日(土)午後4時(午前11時30分受け付け)

**場所** 千葉県社会福祉センター4階会議室(千葉市中央区千葉港4の3)

**内容** 「小児オストメイト並びに排泄機能障害児のケアについて」講師：千葉県子ども病院皮膚・排泄ケア認定看護師

**費用** 500円 ※申込不要。

**定員** 日本オストミー協会千葉支部 ☎043・309・7571(月・火・金曜日)

## 心のボランティア講座

市では心の病気をもち方たちへの理解、地域での支援者を増やすことを目的に、ボランティア講座を開催します。(参加無料)

**日時** ①12月6日(月)午前10時～午後4時、②8日(水)午前9時30分～午後3時、③9日(木)午前9時30分～午後3時(全3回)

**場所** アピスタ

**対象** 市内在住・在勤で、精神保健福祉に関心があり、全日程受講できる方、30人(先着順。今回初めてこの講座を受講する方のみ対象)

**申し込み** 障害福祉支援課 ☎内線385

## 認知症サポーター養成講座

**日時** 11月27日(土)午前10時20分～正午(午前10時10分から受け付け)(参加無料)

**場所** あびこ市民プラザ

**内容** 「認知症とはどういうもの? 認知症サポーターって何?」講師：板垣綾子さん(在宅介護支援センター天王台、保健師) ※受講後に修了証を発行。

**定員** 先着60人

## 特別支援学校文化祭

**◎県立我孫子特別支援学校「あよう祭」**

**日時** 11月13日(土)午前9時35分～午後2時35分

**内容** 舞台発表、頒布会、バザーなど

**場所** 同校 ☎7187・0831(新木1685)

**◎県立松戸特別支援学校「第32回松特祭」**

**日時** 11月13日(土)午前9時40分～午後2時

**内容** 模擬店、製品頒布会、体験コーナー、劇、展示など

## 県立特別支援学校 流山高等学園「KOYO祭」

**日時** 11月13日(土)午前9時15分～午後2時50分

**内容** 生産物の展示・販売、製作体験コーナー、模擬店、ゲームコーナー、ステージ発表など

**場所** 同校 ☎7148・0200(流山市野々下2の496の1)

## 歯列接触癖

先日、(社)我孫子市歯科医師会では、講師に東京医科大学歯科大学准教授・木野孔司先生をお迎えし、「顎関節症治療の新しい戦略と戦術」と題して、学術講習会を開催しました。講演の概要は次のようなものでした。

「顎関節症の症状が改善しない患者さんの場合、患者さん自身のもつ、ある習癖行動が改善を阻害している例が少なくないということが分かってきた。症状の発現、維持に関与する寄与因子は無数に存在するが、それらの中で、日中無意識に上下歯列を接触させている癖(上下歯列接触癖)の影響が大きく、現在、顎関節症治療の最前線では、その是正と同時に積極的な訓練によって改善効果が上がると考えられ、治療が進められている」

普通、人は安静にしているとき、上下の歯は離れていて、舌の先は上あごの前歯の裏辺りにあたっています。心配ごとがあったり、コンピュターの前に座る仕事が多かったり、ストレスが強い生活を送っていたりすると、安静にしているも上下の歯があたった状態になる方がいらつしゃいます。これは専門的には、Tooth Contacting Habit (TCH、歯列接触癖)がある状態といえます。上下の歯が当たった状態が持続すると、口の周りの筋肉が緊張



健康 MEMO 317

## 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。

## 11月

### ◎心の健康に関する教室

項目	日時	場所
アルコール教室	5日(金)14時30分～16時	保健センター
心の健康クラブ	15日(月)14時～16時	

### ◎健康づくりうんどう教室

日時	場所
10日(水)	布佐南公園(雨天中止)
16日(火)	湖北中央公園(雨天時は保健センター)
19日(金)	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
あわせママパパ学級	6・13・20日(土)	妊娠20週以降の方とその夫、ご家族の方
ポリオ(小児マヒ生ワクチン投与)	2・9日(火)	生後3カ月～90カ月未満児
1歳6カ月児健康診査	11・18日(木)	平成21年3月21日～4月30日生まれ
2歳8カ月児歯科健診(希望者にフッ化物塗布)	25日(木)	平成20年3月生まれ
3歳児健康診査	4日(木)	平成19年4月11日～4月30日生まれ
5歳児健康診査	25日(木)	平成17年11月生まれ
離乳食教室(4～6カ月児)	26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)	12日(金)	平成22年2月生まれ(先着20人、要予約)

## 子育て Q&A

### 22 胃腸炎

**Q** 胃腸炎がはやっていると聞きました。どのような症状ですか。また、予防するにはどのようなことに気をつければよいですか。

**A** 胃腸炎は細菌性のものとウイルス性のものがあります。細菌性胃腸炎は主に食べ物から感染し、ウイルス性胃腸炎は経口、飛沫感染します。

**【症状】** 嘔吐、下痢、腹痛、発熱などの症状があります。血便や白っぽい便が見られることもあります。また、ひどいときはひきつけや意識障害を起こすこともあります。

**【予防方法】** ●細菌性胃腸炎では、食品や調理器具の衛生管理に注意することが大切です。乳幼児期は、必ず火を通したものを与えるようにしましょう。加熱して調理する食品は、75℃以上で1分以上を目安に十分に加熱しましょう。また、冷蔵庫の中が細菌の温床となっていることがあるので、定期的に冷蔵庫の掃除をしましょう。

●外から帰ったときや食事の前などに、必ず石けんを使って、流水で手洗いをする習慣をつけましょう。

●ペットから感染することもあるため、ペットを触ったあとも、必ず手を洗うようにしましょう。

**【対処法】** ●細菌やウイルスの種類によっては、抗生物質を服用したり、症状が重いときは、入院が必要になることもあります。症状がみられたときは、すぐに受診しましょう。

●激しい下痢が続くので、イオン飲料や湯冷ましなどで十分に水分補給をし、脱水症状にならないようにしましょう。

●便の処理をした後は、手指を清潔にしましょう。



☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126