

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) 〆04-7185-0127

市が開設する申告会場 ※今年は2月9日からの開設となります。

日程	会場	内容
2月9日(水)	布佐南近隣センター	◎市県民税の申告受付
2月10日(木)	新木近隣センター	◎作成済みの確定申告書の預かり(柏税務署に回送)
2月14日(月)・15日(火)	湖北地区公民館 ※湖北地区公民館へはアピバスが便利です。 (新木ルート:停留所・日秀で降車後、国道356号を我孫子方面へ。徒歩約5分)	◎簡単な確定申告書の作成指導 ※次の申告をする方は、市が開設する会場では作成指導できません。柏税務署に直接ご相談ください。 ▶収支計算が必要な事業所得者(自営業、農業、不動産業、外交員、作家など) ▶土地、建物、株式、ゴルフ会員権などの譲渡所得の申告をする方 ▶青色申告、訂正申告、過年分の申告、平均課税の申告をする方 ▶初年度住宅借入金等特別控除、住宅耐震改修特別控除、住宅特定改修特別控除、認定長期優良住宅新築等特別控除、雑損控除、政党寄付金、外国税額控除を受ける方 ▶外国人の方の申告、亡くなった方の申告 ▶上場株式等の配当所得と上場株式等の譲渡損失との間の損益通算の申告をする方 ▶FX(先物取引)の申告をする方 ▶消費税、相続税等の市税以外についての相談
2月16日(水)～18日(金)	市役所庁舎分館2階	◎市県民税の申告受付
2月20日(日)～25日(金)		
2月27日(日)～3月4日(金)		
3月7日(月)～11日(金)		
3月14日(月)・15日(火)		

※受付時間は、午前9時～11時30分、午後1時～3時30分です。
※混雑状況により、早めに受け付けを終了する場合があります。

税理士による無料申告相談会

千葉県税理士会柏支部では、下表の日程で税理士による無料申告相談を実施します。

対象 小規模納税者の所得税および消費税、年金受給者および給与所得者の所得税の申告(住宅借入金等特別控除や土地、建物および株式などの譲渡所得のある場合を除く)

※贈与税の相談は行っていません。また、ゴルフ会員権の譲渡、先物取引など、相談内容が複雑な金融取引についてはご遠慮ください。

日程	時間	場所
2月1日(火)・2日(水)・3日(木)・16日(水)	午前9時30分～正午 午後1時～3時30分	けやきプラザ2階ふれあいホール(JR我孫子駅南口)

※車での来場はご遠慮ください。また、駐車場は台数に限りがあり、有料となりますので、会場に来られる際は、公共交通機関のご利用をお願いします。駐輪場は敷地内にはありません。
※けやきプラザの開館時間は午前8時40分です。
※混雑の状況により相談時間よりも早めに受け付けを終了する場合があります。

平成23年度版

「暮らしの便利帳」の広告を募集 (株)サイネックスと協働発行

市の各窓口業務や各種手続き、施設案内などの行政情報や地域の情報をまとめた「暮らしの便利帳」(平成23年度版)に、掲載する広告を募集します。

なお、掲載広告を募るため、2月から(株)サイネックスが市内の事業所(団体や商店など)を訪問します。広告のサイズや料金などは決まり次第、市ホームページでお知らせします。発行予定日 平成23年5月 発行予定部数 6万5000部 配布 市内全世帯、転入者 ※市役所など公共施設。

仕様 A4サイズ、フルカラー、約170ページ
◎ 広告の掲載について…(株)サイネックス ☎0476-23-6140、暮らしの便利帳について…秘書広報課 ☎7185-1269

第35回我孫子市消費生活展

健康やエコ、お金など、私たちの暮らしのさまざまな場面で陥りがちな落とし穴にはまらないための情報満載です。

日時・場所 2月5日(土)・6日(日) 両日とも午前10時30分～午後4時30分、あびこ市民プラザ (入場無料)

◎ 我孫子市消費生活センター ☎7185-1469

内容 寸劇「オレオレ詐欺」(各日午前11時)・「SF商法」(各日午後2時30分)、パネル展示、体験コーナー、子どもコーナーほか

市県民税

税の申告はお早めに

2月20日(日)と27日(日)も申告を受け付けます

市県民税の申告期間は、2月16日(水)から3月15日(火)までです。2月20日と27日の日曜日にも申告を受け付けますので、「ご利用ください」。

申告が必要な方

- 次のいずれかに該当する方は、市県民税の申告をしてください。
- 1 勤務先から市に給与支払報告書が提出されていない方
 - 2 給与所得者で平成22年中に退職し再就職していない方
 - 3 事業所得、不動産所得、一時所得、雑所得などがある方
 - 4 医療費控除、雑損控除などの所得控除を受けようとする方
 - 5 市外に居住していて、市内に家屋敷や事務所などがある方
 - 6 非課税所得(遺族年金・障害年金・失業給付金など)だけの方
 - 7 市外に居住する人の扶養になつていない方
 - 8 税法上ご自分の扶養にもなっていない方
 - 9 国民健康保険および後期高齢者(長寿)医療制度の被保険者

申告会場

日時・場所 左表参照
※会場は大変混雑しますので、必ず3月15日(火)までにできるだけ郵送による申告をお願いします。郵送の場合は、必要書類を添付して〒270-1192市役所課税課市県民税担当(住所省略可)へお送りください。

申告用紙

市県民税の申告が必要と思われる方は、

市町村民税・道府県民税住宅借入金等特別税額控除を受ける方は、市への申告は不要ですが、確定申告の手続きは今までと変わりません。(一部、市への申告が必要な場合があります)

申告に必要なもの

- 源泉徴収票(原本)
 - 生命保険、個人年金、地震保険料などの控除証明書(原本)
 - 国民健康保険税、後期高齢者医療料(長寿)医療制度の保険料、介護保険料など社会保険料の納付証明書または領収書
 - 国民年金の支払いのある方は、
- 「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」または領収書
- 医療費控除を受ける方は、医療費の領収書(原本)と医療費の補てん金がある場合はその金額がわかる書類

確定申告
柏税務署 ☎7146・2321
市県民税の申告
課税課市県民税担当・内線334

e-Taxご利用メリット

- ① ホームページから簡単申告
- ② 最高5000円の税額控除
- ③ 添付書類が提出不要
- ④ 還付金がスピーディー

確定申告は、インターネットでラクラク申告♪
申告・納税システム

市長に星野順一郎氏が再選

市長選挙結果



任期満了に伴う我孫子市長選挙の投票が1月23日、市内36カ所の投票所で行われ、即日開票の結果、現職の星野順一郎氏が再選しました。

各候補者の得票数は下表のとおりです。

今回の選挙は、当日有権者数11万93人(男5万3935人、女5万5818人)に対して、投票者数5万1977人(男2万4318人、女2759人)の市長選挙率44.38%を上回りました。

再選された星野順一郎市長は、1月25日午前9時、職員が迎え出るなか、職員からプレゼントされた花束を手に感激の面持ちで二期目の初登壇をしました。

市長選挙得票数 (敬称略、候補者届け出順)

当 星野順一郎	27,240票
坂巻 宗男	22,597票
※無効票	359票



子育てパンザイ! 参加して楽しんじゃお!

子育て支援
センター主催

「にこにこ広場」講座

①「ハローお孫ちゃん」育児講座

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どうぞ! 子育て今昔、祖父の役割を学び、沐浴体験をする講座です。

日時 ①2月15日(水)②3月1日(水)午後1時30分~4時(同じ内容) **講師** ①足立千賀子さん②小林由美子さん(助産師/千葉県助産師会) **定員** 先着20人 **費用** 500円(資料代含む) **申込方法** 窓口・電話で、2月2日(水)から **共催** コミュニティーサポート協会

②親子で楽しむ骨盤体操

がんばっているおかあさん! 心と身体を癒して、元気をチャージしませんか!? 骨盤体操、小顔体操などを親子で楽しみましょう。

日時 2月24日(木)午前10時30分~11時30分 **対象・定員** 市内在住の乳幼児と保護者、先着30組 **費用** 無料 **持ちもの** バスタオル **申込方法** 2月2日(水)から窓口受付、4日(金)から電話受付 **共催** イトーヨーカドー我孫子店・森永乳業 ----- ①②共通 -----

場所・申・園 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) ☎7185-8882 (火曜日を除く午前10時~午後5時)

親子で楽しむファミリーコンサート

~音の玉手箱~ 2月26日(土)・アビイホール

身近な楽器やハンドベルなどから管弦楽器までいろいろな音が飛び出します☆
小さいお子さんも大歓迎!! 本物の管弦楽団の音を聞くチャンスです。子育て中のおとうさん、おかあさん、一緒に歌い、奏でて、「音」を楽しみましょう。

日時 2月26日(土)午後1時30分~3時(開場午後1時)
場所 アビイホール(イトーヨーカドー我孫子店3階)
出演 船橋たちばな管弦楽団・保育課フレン

ズバンド
対象 就学前児童と保護者(要予約)
費用 無料 **持ちもの** 家にある楽器(ない方には貸し出します)
申込方法 窓口・電話。2月2日(水)から市内子育て4広場で ※にこにこ広場☎7185-8882、すすく広場☎7184-3808、わくわく広場☎7187-7088、すこやか広場☎7189-5181。
共催 イトーヨーカドー我孫子店
園 子育て情報コーナー☎7185-1915

対象者
MR2期:平成16年4月2日~17年4月1日生まれの方
MR3期:平成9年4月2日~10年4月1日生まれの方
MR4期:平成4年4月2日~5年4月1日生まれの方
接種期限 平成23年3月31日(木)
※期限を過ぎて接種する場合は、法定外接種(有料、約1万円程度)となります。

麻しん風しん混合(MR)
麻しん風しん混合(MR) 2期・3期(中学1年生)・4期(高校3年生相当)を無料で接種できる期間は、平成23年3月31日までです。まだの方は、早めにお受けください。

ジフテリア破傷風混合(DT) 2期も忘れずに!
乳幼児期に接種した百日せきジフテリア破傷風混合(DPT) 第1期(4回)の追加接種は、ジフテリア破傷風混合の免疫を確保するものです。
対象年齢 11歳以上13歳未満(小学6年生のときに予防票を郵送しています) ※13歳を過ぎて接種する場合は、法定外接種(有料、約6000円程度)と

麻しんや風しんにかかった方は、単独ワクチンを実施します。
麻しん単独・風しん単独の予防票を発行しますので、医療機関受診前に健康づくり支援課までご連絡ください。

日本脳炎予防接種の方針は:
平成17年の日本脳炎予防接種の接種勧奨の差し控えにより日本脳炎予防接種1期が完了していない方への国の方針が示されました。
接種勧奨の差し控えにより1期3回の接種を完了していない方は、国の特例措置として7歳6カ月未満または9歳~13歳未

なりますのでご注意ください。
.....共通.....
◎対象年齢になっていて予防票がお手元ない方は、健康づくり支援課までご連絡ください。
※予防接種の際には、必ず母子手帳を持参し、保護者同伴でお願いします。

満の間に、接種できることになりました。
国の特例措置の対象とならない7歳6カ月~9歳未満の方が接種を希望する場合は、任意接種(有料)になったことから、我孫子市がその分を、負担することになりました。この独自事業(無料)は、平成22年10月1日~平成25年3月31日の期間として予防票のほかに「我孫子市法定外予防接種同意書」が必要です。同意書は各医療機関および健康づくり支援課(保健センター)に用意しています。
予防票は、お手元にある予防接種ノートに綴られている日本脳炎予防接種票をご使用ください。予防票がお手元ない方は、健康づくり支援課までご連絡ください。
園 健康づくり支援課☎7185-1126

日本脳炎予防接種の方針は、平成17年の日本脳炎予防接種の接種勧奨の差し控えにより日本脳炎予防接種1期が完了していない方への国の方針が示されました。接種勧奨の差し控えにより1期3回の接種を完了していない方は、国の特例措置として7歳6カ月未満または9歳~13歳未

雑誌『白樺』 創刊百周年記念



▲我孫子の家の離れの書斎(大正10年頃)

特別企画展 「志賀直哉と我孫子の人々」

特別企画展の第三弾は、志賀直哉(写真)にスポットを当てます。
志賀直哉は、大正4年、柳宗悦の勧めで我孫子に転居し、『城崎にて』『和解』『暗夜行路』などの代表作を執筆しました。

この活躍の源は、白樺同人との交流や沼のほとりの風光だけでなく、地元の人々との心の交流があったからです。
特別企画展では、直哉と我孫子の人々との交流を紹介します。
日時 2月8日(火)~5月8日(日)

午前9時30分~午後5時(入館は午後4時30分まで)
◎ギャラリー・トーク 毎月第2・第4土曜日午後1時~(1時間程度) 文学館スタッフがを行います(2月は12日と26日)
◎紙芝居と朗読のひと時 2月11日(祝)午後2時~3時・先着25人(要予約)
◎直哉作品朗読会 ▼2月20日(日)『雪の日』『十一月三日午後』の事『小僧の神様』。出演:我孫子朗読の会。▼3月5日(土)『和解』。出演:赤坂朗読サロン・風。いずれも午後2時~3時・先着25人(要予約)
費用 大人300円、大学生・高校生200円、小・中学生100円(団体割引は各20%引き)
申・園 白樺文学館☎7169-8468

募集 子ども総合計画推進市民委員

市では、平成16年度からの子ども総合計画前期計画を見直し、22年度から「子ども総合計画後期計画」を策定し、子ども行政に取り組んでいます。この計画は、18歳未満の我孫子の子どもたちや子どもを取り巻く環境整備に関して、市の考えを明確にし、その目標に向けて、全庁的に取り組んでいくもので、次世代育成支援対策推進法に基づく行動計画を兼ねるものです。
市民との協働のまちづくりの観点から、広く地域の皆さんの意見などを反映させるため、市民委員を公募します。
任期 平成23年4月1日~25年3月31日
応募資格・定員 市内在住で、子どもに関する活動などの経験のある方や関心のある方、2人
※他の審議会などの委員に委嘱されている方は応募できません。
従事日数 年6回程度
申込方法 郵送・持参。応募用紙(子ども支援課・各行政サービスセンター・各図書館に用意)市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入。「我孫子の子育て、子育てに関する意見・提案等」についてのレポート(800字程度)を添付
申込期限 2月15日(火)必着
選考 市の選考委員会で選考(本人通知は、3月下旬予定)
申・園 〒270-1119 2市役所子ども支援課(住所省略可)・内線497

谷津ミュージアム 無農薬で米づくり 参加者募集



市では、岡発戸・都部の谷津を舞台に、昭和30年代の農村環境の復元をめざした谷津ミュージアム事業を進めています。
谷津の自然環境保全の一環として、谷津ミュージアム「たんぼ広場」で、無農薬による米づくりを行います。
米づくりに興味のある方、谷津の自然に興味がある方は、ぜひご参加ください。
作業スケジュール・時間 3月~10月ごろの主に日曜日、午前9時30分~正午ごろ
▼田起こし:3月13日(日)・20日
▼日苗づくり:4月上旬▼代掻き:4月下旬▼田植え:5月上旬▼田の草取り:6月~8月(各月2回)▼稲刈り:9月中旬▼脱穀:10月上旬▼収穫祭:11月上旬 ※作業日が追加される場合があります。
※集合場所・日程などの詳細は参加者に別途連絡します。
対象 15歳以上の市内在住・在勤・在学の方で、作業を通して参加できる方
定員 20人程度(応募者多数の場合は、抽選) **費用** 無料
申込方法 電話・ハガキ・Fax。住所、氏名、電話番号を明示
締切日 2月28日(月)必着
申・園 〒270-1119 2市役所手賀沼課(住所省略可)・内線465、☎7186-5222

第17回とりはくティーパーティー 探鳥会、バードウォッチングが生まれたころ

日時・場所 2月5日(土)午後1時30分~3時、鳥の博物館2階・友の会市民スタッフルーム
内容 日本野鳥の会の創始者・中西悟堂が、杉村楚人冠をはじめ当時の名だたる文化人たちに呼びかけて発足した「日本野鳥の会」の志とは? 「探鳥会」の意味や目的とは?
費用 無料(博物館入館料がかかります) ※予約不要。
園 鳥の博物館☎7185-2212



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

- ◆音楽発声体験 2月6日(日)15時30分。アピスタホール。「声」でお困りの方、市内在住オペラ歌手金子亮平が一人ずつ丁寧にアドバイスします。年齢性別経験ジャンル不問。500円。
◆新春の集い「品川正治さん(経済同友会終身幹事)の講演&中島さやかさんのソプラノ」 2月5日(土)15時30分〜。アピスタ1階ホール(入場無料)。
◆我孫子の文化を守る会放談くらぶ講演会 2月6日(日)14時〜16時。アピスタ。「相島芸術文化村への想い」講師…井上千鶴子さん(文化村代表)。
◆ブリザードバレンタインアレンジ 2月6日(日)13時30分〜16時。湖北台近セ第2会議室。
◆猫犬譲渡会 2月6日(日)・3月6日(日)五本松公園(雨天中止)。

市民伝言板の申し込み方法

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)に必要な事項を記入し、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。

- る身体にやさしいこちよ体操。1回1000円。
◆第9回ロシアバレエとプーシキン詩の朗読コンサート 2月12日(土)19時〜。
◆アンサンブルJUNOセカンドコンサート 2月13日(日)14時45分開場(15時開演)。
◆「認知症の方を中心に〜」 2月16日(水)1時〜。
◆布佐台幼稚園ミュージックステップコンサート 2月20日(日)13時30分開演。

会員・仲間募集

- ◆始めませんか!卓球でリフレッシュ! 初心者大歓迎。
◆イングリッシュ360°英会話 米国人講師と一緒に、楽しく英会話を学びませんか?

「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、布佐ステ=布佐ステーションホール、入=入会金、月=月会費、年=年会費、申=申し込み、問=問い合わせ

平成23年度 地域交流教室 2月10日(木)まで 年間使用の申請を受け付けます

教育委員会では、地域のサークルなど生涯学習活動を支援するため、小学校の一部の教室を「地域交流教室」として開放しています。地域交流教室は、「毎月第2金曜日」のように年間使用ができます。

2月のふれあい工房

青山450番地

Table with 4 columns: 教室名・定員, 日時, 参加費, 持参・備考. Lists various craft workshops like 'おしゃれ教室', '紙クラブ教室', etc.

※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) ※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。

- ◎リサイクルアドバイザー来館日 木エアドバイザー 休館日を除く毎日10時〜17時
◎リサイクル・家具バザー 2月27日(日)10時〜11時

2月のギャラリー・けやきプラザ県民講座

Table for 'あびこ市民プラザ' (Abiko City Plaza) listing exhibitions like '第35回我孫子市消費生活展' and '第11回モンスターアート油彩画展'.

Table for '図書館' (Library) listing exhibitions like '編みもの…松永ナナコとシルバー人材センターの仲間たち'.

Table for 'アピスタストリート' (Apista Street) listing exhibitions like 'ガールスカウト活動の紹介' and '市民活動フェア・プレフォーラム'.

Table for 'けやきプラザ' (Keyaki Plaza) listing exhibitions like '我孫子市内の学童保育室の紹介パネル展' and 'F6展 長谷川'.

Table for 'けやきプラザ県民講座・研修' (Keyaki Plaza Citizens Lecture/Workshop) listing various courses like '高齢社会を生き抜く知恵シリーズ' and '介護技術'.

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

申・図 千270-1153緑2の3の26我孫子市
スキー連盟・渡辺忍 ☎090-5348-3033

募集

◆介護認定調査員 (臨時職員)

期間①2月15日～6月 (延長あり)、②3月1日～12月2日。いずれも月～金曜日8時30分～17時 (土・日曜日、祝日は休み) 勤務場所市役所介護支援課 内介護認定訪問調査・調査票作成 対介護支援専門員、保健師、看護師、介護認定調査員の有資格者で、自動車運転免許証があり、簡単なパソコン操作のできる方、2人 報酬時給1360円 (通勤手当別途支給) 選考方法面接 (日時は応相談) 応募方法郵送・持参。縦45mm×横35mmの写真 (上半身無帽で3カ月以内に撮影) を貼付した履歴書に、資格証写しを添付 締切日2月8日(火) 申・図 千270-1192市役所介護支援課 (住所省略可) ・内線460

◆教育研究所

研究指導員 (臨時職員) と嘱託職員

◎研究指導員 期間4月1日 (予定) から半年間 (延長あり)。平日の週3日9時～17時 (勤務日は応相談) 内研究所の教育研究に関わる事務、小・中学生や保護者などからの教育相談 対大学で社会福祉、社会学、心理学、教育学、児童学などの教育課程を修了した方 (見込み可)、1人 報酬時給1210円 (通勤手当は1日380円を上限) 選考方法書類審査、面接 応募方法郵送・持参。写真を貼付した履歴書に、資格証写しを添付

◎嘱託職員 期間4月1日 (予定) から1年間 (延長あり)。平日の週3日8時30分～17時 (勤務日は応相談) 内学校関係者への教育相談に関する支援、就学ならびに小・中学生や保護者の教育に関する相談、知能検査など心理検査ほか 対教育相談にかかわる業務経験が3年以上あり、臨床心理士、臨床発達心理士、学校心理士、特別支援教育士、言語聴覚士などの資格がある方、1人 報酬時給1420円 (通勤手当は1日450円を上限) 選考方法書類・作文による審査、面接。作文テーマは「志望の動機」(400字詰め原稿用紙2枚に自筆) 応募方法持参・郵送。写真を貼付した履歴書に、作文、資格証の写しを添付

◎共通 勤務場所市教育研究所 (湖北台東小学校内) 締切日2月14日(月)17時 申・図 千270-1132湖北台4の3の1市教育研究所 ☎7187-4600

◆教育委員会指導課 嘱託職員

期間4月中旬 (予定) から、週2日8時30分～17時 勤務場所教育委員会指導課 内地域と学校のコーディネーター、学校への指導・助言 対教育管理職経験者で自動車運転免許を有し、一般事務・パソコン操作ができる方、1人 報酬時給1420円 選考方法書類審査、面接 申込方法持参。写真を貼付した市販の履歴書に、「地域力を学校に導入するには」についてのレポート (400

字詰め原稿用紙2枚程度) を添付 締切日2月14日(月) 申・図 市教育委員会指導課 ☎7185-1367

◆栄養士 (臨時職員)

期間4月～平成24年3月の1年間。週5日 (月～金曜日) で1日7時間45分 勤務場所市内小学校 内学校給食の献立作成、食料の発注、会計管理、調理指導ほか 対栄養士資格を有する方 (22年度中に取得見込み可)、若干名 報酬時給1200円 選考方法書類審査、面接 応募方法電話連絡のうち、写真 (縦40mm×横30mm) を用意して学校教育課で臨時職員登録申込書に記入 締切日2月18日(金) 申・図 教育委員会学校教育課 ☎7185-1267

◆第6回 市民チャレンジショップ出店者

日3月25日(金)～27日(日)10時～18時 ※24日(木)はブース設営。所アピイクオーレ 費4000円 (売り上げがあった場合は、売上総額の10%も) ※事前説明会2月9日(水)13時30分～15時 ABIKO s会議室。申込方法電話・Fax・Eメール。出店内容・連絡先を明示 締切日2月7日(月) 申・図 NPO法人ACOB A ☎7181-9700 ☎7185-2241 図kuwada@jcom.home.ne.jp

お知らせ

◆教育研究所「心の教室相談員」の登録

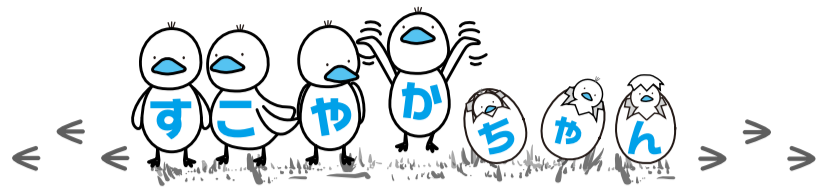
期間平日の週2日～4日、1日4時間 勤務場所市内小・中学校 内児童生徒や保護者などとの相談業務ほか 対教育実践・教育相談の経験を有する方、または大学で社会福祉、社会学、心理学、教育学、児童学などの課程を修了の方 (見込み可) 報酬時給1210円 (通勤手当あり) 登録方法持参。臨時職員登録申込書 (教育研究所、市ホームページに用意) に必要事項を明記して、写真 (40mm×30mm) を貼付。資格がある場合は資格証写しを添付 締切日2月14日(月)17時 申・図 千270-1132湖北台4の3の1市教育研究所 ☎7187-4600

◆児童家庭支援センター「オリーブ」

児童虐待・DV問題・子育て不安など、子どもや家族、心の悩みの相談などに相談員や心理相談員がお応えします。電話での相談可。秘密は厳守します。相談日 月・水・金・日曜日…10時～19時、木曜日…11時～20時 所松戸市根本内145 (社会福祉法人「晴香」内) 費無料 図同センター ☎047-340-1151、1153

◆社会保険労務士による

年金・労働問題無料相談会 (要予約) 日毎週日曜日10時～15時 所千葉県社会保険労務士会東葛支部事務局 (松戸市新松戸1の341小金開発ビル3階) 対各日先着8人 (相談時間1人30分) 申込方法電話 申・図 同事務局 ☎047-345-9992 (10時～15時、土・日曜日、祝日を除く)



木村 飛翔ちゃん (南新木 1歳2カ月)



白幡 月彩ちゃん (根戸 1歳4カ月)

プクプクほっぺとにこにこ笑顔が可愛いつばさ☆ いっぱい食べていっぱい遊んで大きくなってね♡

おしゃべりが大好きな月彩ちゃん♡ ふうがお兄ちゃんと、これからますます元気な仲良し兄妹でいてね♪

2月の子育て応援情報 参加無料

出前保育 対象…乳幼児と保護者

※子育て応援情報は、メール配信をしています。詳しくは「保育課子育て情報担当 ☎7185-1915」へ。

☺けやキッズ☺

☆製作「おひなさま」☆ 日時 2月8日(火)10時30分～11時30分 場所 アピスタホール 定員 要予約・先着50組 申込方法 電話 ※初めての方は2月1日(火)～2回目以降の方は2月2日(水)～、いずれも8時30分～17時。持ち物 名札 申・図 保育課・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 2月15日(火)10時30分～11時45分 場所 近隣センターふさの風

☺ほかほかランド☺

☆嬉しいひなまつり☆

対象	開催日
0歳児	4日(金)
1歳児～就学前未就園児	9日(水)

☆広場のけやキッズ☆ ※予約不要。

開催日	時間	場所
3日(木)	10時30分～11時30分	にこにこ広場(我孫子)
4日(金)		すくすく広場(天王台)
7日(月)	10時30分～11時	わくわく広場(湖北台)
14日(月)		すこやか広場(布佐)

☺るんるんパーク☺ ※予約不要。

開催日	場所
2日(水)	手賀沼公園
10日(木)	柴崎中央公園
16日(水)	宮ノ森公園
24日(木)	中峠鹿島前公園

時間 10時30分～11時30分 ※雨天中止。 図 にこにこ広場 ☎7185-8882 (火曜日を除く) 10時～17時

時間 10時～11時30分 ※各日先着40組 (要予約)。 場所 アピスタホール 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

☑ 防災行政無線の夕方のチャイムの時間変更について

子どもたちの安全のために防災行政無線で夕方の「チャイム」(夕焼け小焼け)を放送しています。この放送時間を、2月1日から変更します。▶2月1日～3月31日…17時▶4月1日～8月31日…17時30分▶9月1日～30日…17時▶10月1日～31日…16時30分▶11月1日～1月8日…16時▶1月9日～31日…16時30分

☑ 全国瞬時警報システム(J-ALERT)の整備を行いました

「全国瞬時警報システム(通称:J-ALERT)」は、衛星通信を利用し弾道ミサイルなどの武力攻撃に関する国からの情報を、住民に直接瞬時に伝達するシステムです。我孫子市ではこのJ-ALERTを防災行政無線と接続し、運用を開始しました。緊急事態が発生した場合は、防災行政無線を自動起動しサイレンを鳴らしてお知らせします。 図 市民安全課・内線295

◆我孫子市小規模工事等契約希望者の追加登録を受け付け

受付期間2月16日(水)～28日(月) 有効期間4月1日～平成24年3月31日 対市内の中小建設業者で競争入札参加資格者名簿登録者でない方 ※詳しくは市ホームページ参照。 図管財課 ☎7185-1862

◆手賀沼検定

日3月6日(日)10時30分～ 所千葉県手賀沼親水広場(水の館) 対先着80人 費無料 申込方法郵送・持参。検定申請書(親水広

場、同広場ホームページに用意) に必要事項を明記 締切日2月28日(月)必着 申・図 千270-1146高野山新田193千葉県親水広場 ☎7184-0555 (月曜日は閉館)

◆お詫び

広報あびこ1月16日号5面に掲載しました「緊急 武富士110番を開催します」の記事中、債権の届出期日「平成23年2月2日まで」との記載は「平成23年2月28日まで」の誤りです。お詫びし、訂正します。 図千葉県弁護士会松戸支部 ☎047-366-6611

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、4面上段のように省略しています。



イベント

◆NPO住み良いまちづくり研究所

活動写真展

日2月1日(火)～19日(土)9時～18時 所我孫子インフォメーションセンター(アピシルベ) 内「環境」をテーマにした写真展。「ライトダウン in あびこ “あびこ竹宵”」の模様を中心に展示 同研究所・米澤☎7128-7711、☎090-6503-2084

◆県立我孫子特別支援学校

あよう旗布会

日2月4日(金)10時～14時30分 所イトーヨーカドー我孫子店エントランス 内中学部・高等部・清新分校の作業製品頒布(木工製品、陶器、農産物、焼き菓子など) 同校・向野、堀☎7187-0831

◆新木地区まちづくり協議会

歌声喫茶 in 新木

日2月5日(土)13時30分～15時30分 所新木近隣センター 費500円(お茶、お菓子付き) 申込方法当日会場で 同新木近隣センター☎7188-2010

◆第29回 踊りと唄の発表会

(商工会女性部)

日2月6日(日)10時30分(10時開場) 所湖北地区公民館 費無料(全席自由) 同玉田☎7182-3131

◆県立特別支援学校流山高等学園

レインボーフェスタ

日2月9日(水)・10日(木)10時～14時30分 所柏駅東口スカイプラザ2階入口 内生徒が実習で生産した縫製品、染め織物、陶器、紙製品、ガラス製品、野菜、花などの販売 同学園・笠原☎7141-9900

◆我孫子市長杯争奪囲碁大会

日2月11日(祝)9時30分(9時開場) 当日受け付け 所湖北台近隣センター 内段位・級位による5クラスのトーナメント戦 対市内在住・在勤・在学、囲碁連盟加入者 費1000円(昼食、茶代含む) ※中学生以下半額。 同中山☎090-4171-1009

◆第65回 につぼんの心を歌う会

歌と踊り新春大会

日2月12日(土)11時(10時30分開場) 所けやきプラザ 費無料(全席自由) 同阿部☎090-8081-7827

◆天王台北地区まちづくり協議会

ウィンターコンサート

日2月12日(土)①13時開演、②14時30分開演(全席入替え制) 所天王台北近隣センター 内モンゴルの馬頭琴の演奏会 対当日先着、各60人 費無料 同天王台北近隣センター☎7182-9988

◆布佐南地区まちづくり協議会

うたごえ喫茶 in FUSA

日2月12日(土)13時30分～16時 所布佐南近隣センター 対先着70人 費800円(軽食、飲み物付き) 申込方法布佐南近隣センター窓口(費用持参) 締切日2月10日(木) 同☎7189-3740

◆プチ仕事探しカフェ in 我孫子

日2月16日(水)13時30分～16時30分(13時20分集合) 所あびこ市民プラザ 内求職者と地元周辺企業の採用担当者が気軽に話せる就職イベント ※参加企業4社…(株)ロイヤルケアセンター(介護職)、(株)マスタ(店舗販売スタッフ)、日本クリエイティブシステム(株)(総合職〈技術アシスタント〉ほ

か)、東葉警備保障(株)(営業・事務)。 対直近で就転職可能な15歳～39歳の方、20人 費無料 ※要予約。 同商工観光課☎7185-1475、同ジョブカフェちば☎047-426-8471(土・日曜日、祝日は休み)

◆市民活動フェアプレフォーラム「ボランティアつながるまち・つながる人・ひと・ひと」

日2月19日(土)13時30分～16時30分(14時30分から話し合い) 所アピスタ 対市民活動団体 費無料 同フェア事務局(市民活動支援課内) ☎7185-1467

◆湖北・中峠周辺の礼所ウオーク

日2月20日(日)、天王台駅南口8時30分集合 内滝不動→正泉寺→白泉寺→法岩院→常円寺(昼食)→宝照院→龍泉寺→照明院→地藏院→日秀観音→湖北駅(解散) 持昼食、シートなど 費500円 申込方法当日受け付け 同熊倉☎0297-73-3906



講演・講座・教室

◆手賀沼学会学習会

日2月5日(土)13時～15時30分 所中央学院大学100周年記念館5階152教室(入場無料) 内テーマ「杉村楚人冠と人道主義」、講師…白鳥晃司さん(元中学校教師) 対先着60人 申し込み不要。直接会場へ ※我孫子駅北口から無料送迎バスあり(13時10分発)、無料駐車場あり。 同手賀沼学会事務局(中央学院大学内) ☎7183-6522

◆中央学院大学陸上競技部

川崎勇二監督の講演

日2月11日(祝)14時 所我孫子南近隣センター 対当日先着50人 費無料 同社我孫子青年会議所☎090-5393-7362

◆生涯学習講座

「人間関係をスムーズにするには!!」

日2月16日(水)10時～12時 所我孫子南近隣センター 内「家庭をよくするために」 対先着20人 費無料 申込方法電話・Fax 同・同望月☎7182-8245

◆こもれびまちづくり協議会

そば打ち教室

日2月27日(日)、3月13日(日)・27日(日)9時30分～13時30分 所近隣センターこもれび 対各10人(応募者多数時は抽選) 費1回1500円 持頭巾、エプロン、タオル、持ち帰り容器 申込方法往復ハガキ。教室名、住所、氏名、電話番号を明記 締切日2月20日(日)必着 同☎270-1144東我孫子1の41の33近隣センターこもれび☎7165-2011

◆手賀沼トラスト2011年度「農教室生」

日3月～12月の原則毎月第2・4(土)、8時30分～12時 所手賀沼トラスト体験農園(根戸新田地域) 内水稻、ソバ、ジャガイモ、トウモロコシなどの作り方を学習 対30人 費年間5000円(中学生以下は無料) 申込方法ハガキ・Fax・Eメール。郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記 締切日2月21日(日)必着 同☎270-1154白山3の8の1の302国方☎7184-3385 kymst315@nifty.com

◆春休みジュニアスキー教室

日3月24日(木)20時市役所正面玄関前～27日(日)19時解散予定 所山形県蔵王温泉スキー場 対小学3年生～ 費小学生2万8000円、中学生3万1000円、大人3万9000円 ※リフト代・レンタル代・昼食代は別。 申込方法ハガキ。住所、氏名(学年・年齢)、性別、電話番号を明記 締切日2月15日(火)

● 市民相談 ●

2月

※☎は予約制です。

法律相談☎	3日(木)、8日(火)、10日(木)、17日(木)、22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(火)8時30分から)
人権相談(☎優先)	24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☎	18日(金)10時～15時 収税課☎7185-1349(予約は14日(月)8時30分から)
行政相談	23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☎	16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☎	18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)	15日(火) 市民相談室(本庁舎2階) 建築住宅課・内529
住宅相談☎	15日(火) 市役所B会議室 建築住宅課・内529(先着4組。予約は10日(木)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	4日(金)10時～11時15分 つつし荘☎7188-0123 18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	9日(水)、23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。 16日(水)9時15分～10時受け付け 保健センター 健康づくり支援課☎7185-1126

4カ月児相談	1日(火)、8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☎	14日(月) 市民安全課・内486
結婚相談(☎優先)	6日(日)、20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☎	28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☎	8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らい「あびこ」

日時 2月9日(水)午後1時30分～3時30分

場所 けやきプラザ1階工作室
内容 介護方法や日ごろ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
費用 無料

◎ 介護支援課 ☎7185・1112

高齢者虐待防止講演会「あなたの気づきが虐待を防ぐ」
日時・場所 2月13日(日)午後2時

带状疱疹の痛みには前駆痛、急性带状疱疹痛、帯状疱疹後神経痛の三つがあります。前駆痛とは発疹出現に先行して生じる皮膚の違和感、ピリピリした感覚を指します。それに引き続いてさらに強い痛みが体の片側に小水疱とともに生じ、何日かしてかさぶたとなって皮膚症状が軽快するまでの痛みを、急性带状疱疹痛といいます。前駆痛と急性带状疱疹痛を併せて侵害受容性疼痛といい、これは皮



带状疱疹と痛み

皮膚と神経の炎症による痛みです。疼痛に対しては、解熱鎮痛剤、抗炎症剤とともに抗ウイルス剤の早期投与(発疹出現後5日以内)が最も大事です。また患部を冷やすと痛みは増すため、温めて血行をよくします。これに対して、皮膚症状が軽快しても痛みが持続し、帯状疱疹発症後少なくとも3カ月以上持続する痛みを帯状疱疹後神経痛(PHN)といい、これは神経の損傷による痛みです(神経障害性疼痛)。皮膚症状が重症だった人、夜間の痛みが強く不眠だった人、高齢者は要注意です。PHNの発症頻度は60歳代で4人に1人、70歳代で3・5人に1人、80歳代で3人に1人と

帯状疱疹後神経痛(PHN)が最も大事です。また患部を冷やすと痛みは増すため、温めて血行をよくします。これに対して、皮膚症状が軽快しても痛みが持続し、帯状疱疹発症後少なくとも3カ月以上持続する痛みを帯状疱疹後神経痛(PHN)といい、これは神経の損傷による痛みです(神経障害性疼痛)。皮膚症状が重症だった人、夜間の痛みが強く不眠だった人、高齢者は要注意です。PHNの発症頻度は60歳代で4人に1人、70歳代で3・5人に1人、80歳代で3人に1人と

帯状疱疹後神経痛(PHN)が最も大事です。また患部を冷やすと痛みは増すため、温めて血行をよくします。これに対して、皮膚症状が軽快しても痛みが持続し、帯状疱疹発症後少なくとも3カ月以上持続する痛みを帯状疱疹後神経痛(PHN)といい、これは神経の損傷による痛みです(神経障害性疼痛)。皮膚症状が重症だった人、夜間の痛みが強く不眠だった人、高齢者は要注意です。PHNの発症頻度は60歳代で4人に1人、70歳代で3・5人に1人、80歳代で3人に1人と

子ども急病電話相談

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。

◎は「あびこ案校」の事業です。

第14回 健康と福祉のつどい

日時 2月27日(日)午前10時15分～午後3時45分
場所 あびこ市民プラザ
内容 【講演会】「老化と病気」
老化防止と改善」講師：星野茂さん(医学博士、ほしの脳神経クリニック院長)
※手話通訳・要約筆記あり。

【イベント】吹奏楽演奏：久寺家中学校吹奏楽部▼バルーンアート：佐藤大輔さん▼歌「みんなで歌いましょう」：浦富美さん▼健康体操：渡部佳代子さん(千葉県健康生活コーディネーター)▼寄席・落語：春風亭ちようろくさん、アコーディオン漫談：近藤志げるさん▼折り紙コーナー：すみれ会▼健康・介

2月

◎心の健康に関する教室

項目	日時	場所
アルコール教室	4日(金)14時30分～16時	保健センター
心の健康クラブ	21日(月)14時～16時	

◎健康づくりうんどう教室

日時	場所
9日(水)	布佐南公園(雨天中止)
15日(火)	10時～11時 湖北台中央公園(雨天時は保健センター)
18日(金)	天王山西公園(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	5・12・19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)	1・8日(火)	生後3カ月～90カ月未満児
1歳6カ月児健康診査	17日(木)	平成21年7月1日～7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(木)	平成20年6月生まれ
3歳児健康診査	3・10日(木)	平成19年7月1日～8月10日生まれ
5歳児健康診査	24日(木)	平成18年2月生まれ
離乳食教室(4～6カ月児)	25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)	4日(金)	平成22年5月生まれ(先着20人、要予約)

子育て Q&A

25 子どもの咀嚼と食事

Q 1歳3カ月の幼児です。食べているときにあまり噛まず、すぐに丸飲みしてしまいます。どうしたらよいですか。

A 1歳3カ月ごろではまだ上下の奥歯が生え揃っていないため、大人のように上手に食べ物を噛みつぶすことは難しく、丸飲みしがちです。噛む練習をするために、食事のときは、食べ物の大きさとやわらかさを考えてあげましょう。

この頃には、ある程度の大きさをもったやわらかい食品、例えばおでんの大根や、皮をむいたかぼちゃの煮物、煮汁を吸ってやわらかくなった肉団子などを与えることができます。これらは、噛まずに丸飲みすることは困難ですが、大きくてもやわらかければ、子どもが前歯で一口量をかじり取り、奥の歯や歯ぐきの部分でゆっくりと噛みつぶすことができます。このような形状の食品を口にする経験を積み重ねることで、子どもは「噛む」という動作を、食べ物を通じて覚えていくのです。

しかし、噛む力が弱いので、やわらかくても食べにくいものがあります。例えば、レタスやわかめなど薄くてぺらぺらした食品、トマトや煮豆など皮が口に残る食品などがそれにあたります。食べやすくするために、ひき肉や卵料理に混ぜ込んだり、皮を取り除くなど調理の工夫をするとよいでしょう。

子どもの噛む力と食習慣を育てるために、家族とできるだけ共通の食材を使い、保護者が噛んでいる様子を見せながら味わって食べるように心がけましょう。自然に咀嚼力も身につきます。

◎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

