

# すこやかちゃん



**持田 杏也ちゃん**  
(南新木・1歳2カ月)  
穏やかでいつも癒してくれる杏ちゃん☆何事も諦めず、一步步成長して欲しいです。



**小嶋 紗也ちゃん**  
(我孫子・1歳2カ月)  
食べる事が大好き!『おいしい』が口癖のさやちゃん◎たくさん食べて元気な子に育ててね♡

## 第43回 チャレンジスポーツフェスタ



幼児からシニア・障害のある方まで一緒にいろいろなスポーツにチャレンジして、楽しく体を動かしましょう。抽選もあります!

**日時** 10月7日(土)午前10時～午後2時30分(最終受付)※9時～10時は、市民体育大会総合開会式・体育協会の表彰式(功労賞、優秀選手賞、奨励賞)

**場所・種目** ※雨天時は市民体育館のみ、種目を限定して実施します。  
**市民体育館施設(体育館・野球場・テニスコート・武道場)** ◎チャレンジコーナー…フリースロー、ストラックアウト(野球)・キックターゲット(サッカー) ◎体験コーナー…バドミントン、ショートテニス、スカイクロス、スポーツチャンバラなど◎トレーニングルーム(インストラクターの指導あり)※中学生は保護者同伴◎インボディー測定(200円)  
**利根川ゆうゆう公園** ◎体験コーナー…シクロクロス  
※申込不要。体育館内は上履き着用  
**問** チャレンジスポーツフェスタ実行委員会 ☎7187-7110  
※大会終了後、午後4時から体育館施設を無料開放します(屋外施設照明料は有料)。施設の予約は9月16日(土)～受け付けます。市民体育館 ☎7187-1155



### 水の館プラネタリウムの番組が変わります

**期間** 9月30日(土)～平成30年1月28日(日)の土・日曜日、祝日  
**上映内容** 下表参照(上映時間20分)

時間	内容
10時・13時・15時～	テーマ番組「月のうさぎ」
11時・14時・16時～	星空解説「今夜、なにがみえるかな(秋から冬バージョン)」

**費用** 中学生以下無料、高校生以上1回100円  
※平日に限りプラネタリウムの貸し切りを行っています(10人以上の団体。2日前までに要申込)。 **問** 水の館 ☎7184-0555

### 楽しむパパを楽しまう enjoy/パパ応援プロジェクト(出生～就学前)

## はじめてのラグビー体験



**日時** 10月28日(土)午前10時～11時30分(受付9時30分～)  
※雨天時29日(日)

**場所** NECグリーンロケッツホームグラウンド(NEC我孫子事業場内)

**内容** 足ジャンケン、ラグビーボールリレー、手つなぎ鬼&シippo取りゲーム、NECグリーンロケッツの選手によるラグビーパフォーマンスほか

**講師** NECグリーンロケッツ、あびこラグビースクールコーチ、我孫子市ラグビー・フットボール協会

**対象・定員** 平成23年4月2日生まれ～平成26年4月1日生まれの子どもとパパ、先着100組(市内在住・在園・在勤の方優先)※家族は指定の場所で応援可※イベントの写真をNECグリーンロケッツや市ホームページに掲載します※自己のケガを補償する傷害保険には加入していません。心配な方は各自でご加入ください。

**費用** 無料  
**持ち物** 動きやすい服装(ベルト着用不可)、運動靴(見学者家族含め全員)、タオル、飲み物

**問・問** 10月15日(日)までにEメール。件名を「ラグビー参加申込」とし、本文に住所・電話番号・お父さんの氏名・お子さんの名前と生年月日(兄弟姉妹2人以上の場合は連名可)・連絡用メールアドレスを明記。子育て支援センター ☎abikodekosodate@city.abiko.chiba.jp ☎7185-1915 ※迷惑メールフィルターを設定している方は、必ず上記アドレスからのメールを受信できるようにしてください。※記入漏れ、重複申込は無効。電話・ファクスでの申込不可。※結果は、10月16日(月)以降、メールで通知。



### 平成30年成人式

**日時** 平成30年1月7日(日)

**【午前の部】** 我孫子中学校区・湖北中学校区・湖北台中学校区にお住まいの方 **受付** 午前10時～ **式典** 10時30分～11時30分

**【午後の部】** 白山中学校区・久寺家中学校区・布佐中学校区にお住まいの方 **受付** 午後1時～ **式典** 1時30分～2時30分

**場所** けやきプラザホール

**対象** 平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれの方  
※市内小・中学校に在学していた方は、現在市外にお住まいでも出席できます。※会場には、車いす専用スペースを設けています。※式典中は、手話通訳あり。※案内はがきは、12月1日時点で市内在住の方に発送します。

**問** 教育委員会生涯学習課 ☎7185-1602

## 短時間託児スマイル・ママを利用しませんか?



家庭で子育てをしているお母さん!月に1回、子育て支援センター「にこにこ広場」で短時間託児を実施しています。どんな理由でも大丈夫です。いつも頑張っているママが笑顔になれるように、「スマイル・ママ」のスタッフが、お子さんをお預かりします。

**実施日** 9月26日、10月24日、11月28日、12月26日、平成30年1月23日、2月27日、3月27日いずれも火曜日 **時間** 午前10時～午後3時(受付2時まで)

**場所** 子育て支援センター「にこにこ広場」(アビクオーレ2階)

**対象** 市内在住の6カ月～未就園児(病児保育は行いません)

**定員** 15人(予約優先) **利用料** 1時間500円(兄弟利用時割引あり)以降30分ごとに250円(別途保険料100円)

**持ち物** 名札、住所が確認できるもの、着替え一式、オムツ、おしり拭き、ビニール袋2枚、飲み物、おやつ、お弁当(必要に応じて)、お手拭き

**問・問** 子育て支援センター「にこにこ広場」 ☎7185-8882(火曜日休館)、スマイル・ママ・深津 ☎090-5315-6580

## 子育てQ&A 103

### 巻き爪

**Q** 5歳になる子どもの足の親指の爪が巻きこみ、たまに痛がります。どうすれば良いですか。

**A** 爪が巻き込んでいる状態を巻き爪といいます。子どもの爪は、大人の爪に比べて、薄いため、変形しやすく巻き爪になりやすいと言われています。また、ご両親に巻き爪の方がいる場合は、巻き爪になりやすいことがあります。巻き爪を放っておくと、炎症を起こして、激しい痛みが生じる場合があります。悪化する前に医療機関を受診しましょう。

巻き爪の予防方法は次のとおりです。①爪の長さを整える…伸びた爪や深爪は巻き爪の原因になります。白い部分を1mm位残して切り、角は滑らかに整えましょう。②足に合った靴を選ぶ…足を締めつけず、指先が自由に動かせるものを選びましょう。

子どもは爪が伸びていることや靴が合わないことに、気が付きにくいので、定期的に大人が確認をしましょう。

**問** 健康づくり支援課 ☎7185-1126

