

広報



# あびこ 6月16日

平成30年(2018年) No.1455

〒270-1192 我孫子市我孫子 1858 番地 ☎04-7185-1111 (代表) FAX04-7185-1520

我孫子市役所 総務部秘書広報課 広報室

ナイツの塙さんが我孫子市ふるさと大使に!



詳しくは2面をご覧ください。

オレだけどお金が必要なんだよね。

無くしたカバンに小切手が入っていた。同僚が行くからお金を貸してほしい。

事故を起こして示談金が必要なんだ。

仕事でどうしても今日中にお金が必要。大金だけど銀行にはリフォームの頭金と言えば大丈夫。

警察です。押収した資料の中からあなたの名前が出てきました。

銀行口座が不正アクセスされました。緊急で暗証番号を変更するので教えてください。

## 「私はだまされない」それはもう「だまされている」 電話でお金の話が出たら「詐欺」です

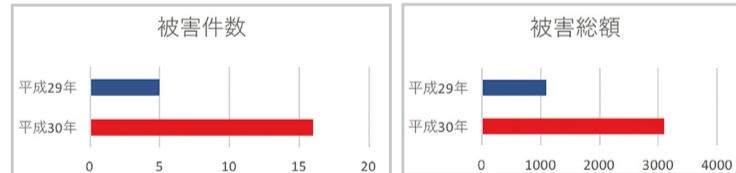


### 我孫子警察署生活安全課 中川武課長が語る「電話de詐欺の実態」

#### 〈年々増え続ける被害〉

我孫子市の、今年1月から5月24日までの被害件数は16件、被害総額は約3100万円です。前年の同時期より件数は11件、被害額は2000万円も増えています。被害件数と被害額は、すでに昨年の半数を超えており、危機的状況です。

平成29・30年の比較(1月～5月24日)



#### 巧妙化する手口! 詐欺の実例

「キャッシュカードをだまし取り、口座から多額の現金を引き出す」

☛犯人: 「我孫子市役所の保険年金課の●●です。平成23年から平成28年までの間、手違いで保険料を多く頂いていたことがわかりましたので、返金しようと思っています。銀行に振り込みますので、銀行名を教えてください。」

☛高齢者: 「うちは●●銀行です。」

☛犯人: 「わかりました。では銀行と話をした後に銀行から電話が入ります。」

～その後～

☛犯人: 「●●銀行本店行政課の●●と申します。市から連絡を受けました。お宅の口座は古く、保険料を入金できない可能性がありますので、新しい口座を作る必要があります。カードの暗証番号を教えてください。新しいキャッシュカードを職員がお持ちするので、古いキャッシュカードを渡してください。」

#### 電話de詐欺の対策

過去に警察で検挙した犯人によれば、「通話を録音されていることが分かった時点ですぐに電話を切っている」「留守番電話だった場合、再度電話を掛けることはない」などと話しています。

〈詐欺の電話を直接受けてはいけません! 受けないことが最大の対策〉

- ①自宅の固定電話を「非通知着信拒否」に設定  
※犯人は非通知で電話を掛けてくる場合があります。
- ②常に「留守番電話」に設定  
※まずは電話が鳴っても出ないで留守番電話で録音しましょう。
- ③「自動通話録音機」などの防犯機能を備えた電話機を利用  
※犯人は録音していることが分かると電話を切ります。

お金の話が出たら詐欺です。電話を切ってすぐ警察に「110番」  
☎ 市民安全課・内線485、我孫子警察署☎7182-0110

電話で「お金」の話があった時は、「広報あびこ」を見てください。この1面を電話機の近くなどに貼り、詐欺を未然に防ぎましょう。

# はなわのぶゆき ナイツの塙宣之さんが我孫子市ふるさと大使に!!

## ふるさと大使就任特別対談

### ふるさとに携わりたいと思っていました



星野順一郎市長

我孫子に関心を持つ方が一人でも多く増えるよう子どもの頃の思い出や子育てのしやすさをPRしていただきます

○星野市長 ふるさと大使を快く引き受けていただき、ありがとうございました。

○塙さん 10歳まで我孫子に住み、その後佐賀県に引っ越し、18歳の時、実家が我孫子に戻ってきました。佐賀に住んでいたのは8年ですが、我孫子は32年間になります。佐賀のイメージが強いと思うのですが、私はこれまで「我孫子出身」と言い続けてきました。我孫子の街が好きで、実家に帰って来ると、一番心が安らぎます。いつかふるさとに携わることがしたいと思っていましたので、今回ふるさと大使の依頼があった時とてもうれしく思いました。

○星野市長 塙さんがパーソナリティーを務めるTBSラジオ「ナイツのちやきちやき大放送」では、我孫子市のCMを流しているのですが、「塙さんが我孫子のことを話していました」と市民からよく聞きます。これまでもPRしていただいて感謝しています。漫才師のイメージはもちろんですが、最近ではテレビドラマへ出演するなど大活躍ですね。



▲提供：TBSラジオ

○塙さん 基本は漫才師なので、漫才をおもしろくしたいと思っています。漫才だけでは芸の幅が広がらないので、いろいろなことに挑戦したい。特に今年はその思いが強く、何かないかと思っていました。テレビドラマへの出演やふるさと大使として我孫子市の魅力を発信することで、漫才もよりおもしろくしたいと思っています。

### 幼稚園・小学生時代の思い出

○星野市長 10歳まで住んでいたということですが幼稚園や小学生の頃、どのような思い出がありますか。

○塙さん カブトムシやクワガタ取り、みんなで自転車で乗って利根川や我孫子駅周辺に行きましたね。特に当時、我孫子駅の近くにスーパーがあったのですが、日曜日に、朝から晩まで家電売り場にあるゲームで遊んでいたことを覚えています。



### ヤホーで検索するとすぐ出てくる我孫子にします！

○塙さん 少子化だから仕方がないのですが、子どもの頃は、はやりのおもちゃで遊ぶ子どもやキャラクターシール入りのチョコレートをかうために朝から近所のお店に行列ができて、今よりも子どもが多く楽しかった気がします。

○星野市長 たしかに子どもたちの数は減っていますね。

○塙さん 我孫子は良い街なので子どもを増やしたいですね。

○星野市長 我孫子は、落ち着いていて子育てしやすい街です。引っ越して来られた方からは、とても子育てしやすく治安が良いと聞きます。我孫子の良さを多くの方に知ってもらうために、現在シティープロモーションに取り組んでいます。また、ふるさと大使も我孫子のPRに協力していただくため始めました。塙さんには、我孫子に関心を持つ方が一人でも多く増えるよう子どもの頃の思い出や子育てのしやすさ、住みやすさなどをPRしていただきたいです。

○塙さん 出演しているラジオ番組でふるさと大使の話をしていただきました。大使の名刺をいただきましたので、会う人全員に配ります。おそらく足り

なくなると思います。また、我孫子市内を紹介するぶらり旅みたいなことやりたいですね。私のおすすめスポット、ちょうどいい大きさの手賀沼もPRします。

○星野市長 魅力ある手賀沼や手賀沼周辺のエリア、東京から約40分という利便性など、ぜひ私と一緒にPRしていただきたいと思っています。

○塙さん ヤホーで検索すると「住みやすい街」で、すぐ出てくる我孫子になるよう、どんどんPRします。

### 子どもの頃に読んだ漫画のイメージですね

○星野市長 塙さんは時々ご実家に戻られると聞いています。あびこの魅力的なおすすめポイントはありますか。

○塙さん やはり手賀沼ですね！県内トップクラスの花火大会もあるので。

○星野市長 そうですね。手賀沼の水辺は我孫子の魅力です。手賀沼公園や昨年リニューアルオープンした水の館や農産物直売所、また手賀沼親水広場は、散歩やジョギング、イベントなどいろいろなことに利用することができます。

○塙さん それは素晴らしい。水の館はぜひ行ってみたいです。手賀沼周辺の魅力がまた増えましたね。

○星野市長 塙さんは、我孫子の街にどのようなイメージを持っていますか。

○塙さん 昭和の香りを感じる街だと思います。子どもの頃に読んでいた漫画のイメージですね。子どもの頃の漫画は道路や家、空き地などの街並みや自然などがバランスよく描かれています。我孫子は、子どもの頃の昭和の街並みのイメージが変わらず残り、そこがいいなと思います。我孫子の街は変わる必要がなく、そのままキープしてもらいたいですね。我孫子は我孫子！それが我孫子の色になると思っています。



塙宣之さん

我孫子の街は変わる必要がなく、そのままキープしてもらいたいですね。それが我孫子の色になると思っています

### 塙さんの自慢話？

○塙さん テレビだと気づかれないのですが、僕の腕の長さは芸能界で一番と思っています。我孫子にいたから長くなりました。子どもの頃、公園の鉄棒が好きでぶら下がって遊んでいたら、こんなに長くなってしまいました。…実は、遊具が多いという話をしたかったんです。(笑)

### 塙さんから市民へメッセージ

市民の皆さんこんにちは、ナイツの塙です。我孫子市出身で我孫子に両親も住んでいます。我孫子は都内からのアクセスもよく、ちょっと遠い都内に住むより、我孫子に住んでいた方が便利だと思うことがよくあります。住みやすく、ちょうどいい我孫子は本当に魅力のかたまりだと思います。我孫子市のPRを頑張っていきますので、市民の皆さん、応援をよろしくお願いいたします。

### 塙 宣之さんプロフィール

1978年3月27日生まれ。つくしの幼稚園、根戸小学校出身。2001年 土屋伸之さんと漫才コンビ「ナイツ」を結成。2003年「漫才新人大賞」受賞。2008～2010年「M-1グランプリ」決勝進出。「THE MANZAI 2011」準優勝、平成25年度 文化庁芸術祭 大衆芸能部門 優秀賞受賞、平成28年度（第67回）芸術選奨 大衆芸能部門 文部科学大臣新人賞受賞など数多くの賞を受賞。5月30日、我孫子市ふるさと大使に就任しました。

### 子ども医療費助成受給券の年度更新について

0歳～中学3年生のお子さんを対象に、県内の医療機関を受診する場合、健康保険証と一緒に提示すると、窓口での保険適用医療費自己負担が200円または無料となる「子ども医療費助成受給券」を発行しています。

8月1日(水)から使用できる新しい受給券は、7月26日(木)を対象となる方に発送予定です。8月になっても届かない場合はお問い合わせください。

なお、保護者の方の収入状況が確認できない場合受給券を更新することができません。収入が少な

### 平成28年度財務書類分析報告書を作成しました

広報あびこ3月16日号で速報版をお知らせした、統一した基準による平成28年度財務書類4表について、一部の数値を見直したうえで確定し、分析報告書を作成しました。詳しくは市ホームページをご覧ください。

図 財政課・内線236

## 都市計画用途地域・高度地区・生産緑地地区および下水道の変更案の縦覧

都市計画用途地域、都市計画高度地区、都市計画生産緑地地区、都市計画下水道の変更案を縦覧します。

**縦覧期間** 6月18日(月)～7月2日(月)平日午前8時30分～午後5時

**意見書を提出できる方** 市内に住所のある方(法人を含む)、利害関係のある方

**意見書の提出方法** 7月2日(月)消印有効で意見書(担当課で配布。市ホームページからダウンロード可)を担当課に持参、または郵送。※提出された意見は、その要旨を都市計画審議会に提出します。

**縦覧場所・図** 都市計画用途地域の変更、都市計画高度地区の変更、都市計画生産緑地地区の変更…都市計画課(市役所東別館1階)・内線585、都市計画下水道の変更…下水道課(市役所東別館2階)・内線546※郵送の場合は〒270-1192市役所「担当課名」(住所省略可)

### ハチにご注意!!

#### これから攻撃性が高まる季節です

ハチは、軒下や屋根裏、庭木、枝の茂み、崖、戸袋、土中などに巣をつくり、春先から秋にかけて活発に活動します。特にスズメバチなどは、8月から10月にかけて、巣を守るために攻撃性が強くなります。屋外でハチに刺されないためには、ハチを刺激しないことです。巣にいたずらしたり、むやみに近づいたりしないでください。

**刺されたときは**  
刺されてから1時間以内に「気分が悪い」「全身がかゆい」「動悸がする」「呼吸が苦しい」などの強い症状が出たら、直ちに受診しましょう。

**応急処置の方法**  
◎刺されたところに針が残っていないか確認し、残っていたらピンセットなどですぐに取り除きます(ミツバチの場合)。◎指輪をしている指を刺されたときは、指が腫れて抜けなくなることがあるので指輪をすぐに取りはずします。◎刺された部分を指でつまむなどして、毒をしばらく出します。◎傷口を水道の流水で洗い流し、水でよく冷やします。◎抗ヒスタミン剤の入った虫刺され薬などの軟膏を塗ります。※刺されたときの詳しい処置は、医療機関へお問い合わせください。

**駆除は専門業者に《主なハチ駆除業者》**  
駆除は、巣のある土地の管理者が専門業者に依頼してください。駆除は、巣が小さいと費用が抑えられます。早期に発見し駆除しましょう。

ダスキンターミニックスあびこ東支店 ☎0120-87-6474	千葉県害虫防除協同組合 ☎043-221-0064
(有)イシイ☎090-9316-1641	東京企業(株)☎047-496-6315
(株)シーアイシー☎7192-2471	常陽メンテナンス(株) ☎0297-72-2423
蜂バスターズ☎080-8422-4420	☎0297-72-2423
蜂の退治屋さん☎080-7752-0650	(株)T's☎7103-2115

図 手賀沼課☎7185-1484

## 平成29年度 情報公開の実施状況

情報公開制度は、市民の皆さんの求めに応じて市が保有するさまざまな情報を公開するものです。また、市政への市民参加を進めるため、審議会などの会議を原則公開していますので、どなたでも傍聴できます。

個人情報保護制度は、市が保有する個人情報を適切に取り扱うことを定めたもので、自己に関する情報の開示、訂正、利用停止の請求ができます。

◎**情報の公開・個人情報の開示状況** 情報公開の請求件数は53件で、個人情報の開示請求件数は13件でした。

請求に対する決定状況は表1、請求の主な内容は表2のとおりです。決定に対する審査請求はありませんでした。

◎**会議の公開** 審議会などの会議は331回開催しました。公開した会議は176回(一部公開を含む)、傍聴人に発言の機会を設けた会議は38回で、傍聴人があった会議は28回でした。傍聴人の総数は94人で、発言者は10人でした。非公開とした会議は155回で、主なものは介護保険認定審査会の108回でした。

◎**情報公開・個人情報開示請求の手続き** 情報公開請求と個人情報の開示請求は、行政情報資料室(市役所本庁舎1階)、情報公開コーナー(教育委員会、水道局、消防本部)で受け付けています。請求する場合は、情報公開(個人情報開示)請求書を窓口へ提出してください。郵送による請求もできます。個人情報の開示請求には、運転免許証など本人確認ができる書類が必要です。

◎**行政情報資料室をご利用ください** 行政情報資料室では市政情報、パブリックコメントの募集案件と寄せられた意見、市が作成した計画書や刊行物などがご覧になれます。また、計画書、予算書、市史資料、めるへん文庫作品集などの有償刊行物も販売しています。

**利用時間** 午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

図 文書情報管理課・内線237

表1 請求に対する決定状況

区分	件数	決定内容			取下げ
		公開	部分公開	非公開(不存在含む)	
情報公開	53	15	34	2	2
個人情報開示	13	1	8	4	0

表2 請求の主な内容

実施機関	請求の主な内容	
市長	総務部	入札契約書等文書、契約保険証券など
	企画財政部	土地の地番現況図、土地調査業務に係る損害保険書類
	市民生活部	住居表示台帳、指定管理者仕様書、集会所補助金書類など
	健康福祉部	老人ホーム入居説明書、契約保険証券
	子ども部	契約保険証券
	環境経済部	商品テスト結果
	建設部	道路占用申請文書、工事設計図書、契約保険証券など
	都市部	建築確認に係る道路測量図・協定書、生産緑地指定状況書類、契約保険証券など
消防長	消防計画図、消防設備入札書類、消防団出動記録	
水道事業管理者	水道大口需要者一覧	
教育委員会	指定管理者に係る文書、契約保険証券	

### 6月16日(土)から 我孫子市推奨

#### 「我孫子市ふるさと産品」を募集します!

「我孫子市ふるさと産品」に、新たに加わる商品を募集します。ご応募いただいた商品は、我孫子市商工会が設置する「ふるさと産品育成協議会」が審査し、「我孫子市ふるさと産品」に推奨された商品はFacebookやパンフレット、イベントへの出品などで積極的にPRします。

**募集期間** 7月6日(金)まで **推奨要件** 次のいずれかに該当していること

- ①我孫子の歴史あるお店の代表的な商品
- ②我孫子の歴史に関する商品
- ③我孫子のPRに主眼をおいて開発された商品
- ④市内で作られ、賞などを受けている栄養ある商品

**推奨期間** 2年(継続可)

**年会費** ◎食品…2万5000円 ◎非食品…1万5000円  
※年会費は登録された年度から発生します。※年会費は認定された各商店で運営する「我孫子市ふるさと産品連絡協議会」の運営費となります。

図・図 我孫子市商工会(我孫子市ふるさと産品育成協議会事務局)☎7182-3131

大切な人、大切なまちを守る「消防団」に興味がある方！必見です!!

あなたのチカラを待っています！

大切な命と財産を奪う恐ろしい火災や災害から、消防職員と協力して「わがまち」を守ってくれている頼もしい存在！それが「消防団」です。

**入団資格** 市内在住・在勤、または市に近接する地域の居住者で、心身ともに健康な18歳以上の男女

※年間一定額の報酬、災害や訓練に出場した場合の手当、補償制度などがあります。

**主な活動内容**

- ◎災害活動…災害現場での消火活動や残火処理など
- ◎警戒活動…大雨時の警戒、避難誘導など
- ◎指導啓発活動…地域での防災訓練の指導・補助や応急手当の普及活動
- ◎その他、地域の祭りでの協力など

**主な行事や訓練**

出初式、規律訓練、操法大会、水防演習、防災訓練など

☎ 消防本部警防課 ☎7181-7701

私たちも消防団員です！



私たちは消防団を応援しています！ 消防団応援の店!!

昼夜を問わず活動する消防団員と団員を支える家族を応援する、「我孫子市消防団応援の店」を知っていますか？消防団応援カードを提示することで、料金割引などのさまざまなサービスを受けることができます！詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎ 消防本部警防課 ☎7181-7701

我孫子市消防団応援の店一覧 (4月18日現在)

	名称	場所
1	セブン-イレブン 我孫子南新本店	南新木2の22の6
2	セブン-イレブン 我孫子柴崎台2丁目店	柴崎台2の1の16
3	晃南土地(株)	本町2の3の24
4	トマト不動産(株)	本町2の2の1
5	本岡防災工業	寿2の21の3
6	ホリデーワン	湖北台1の12の18
7	焼肉太陽	天王台1の1の25の106
8	Cocopan	中峠1212の1
9	Pizza&パスタLacotta ~憩の場~	中峠台16の2
10	トマト&オニオン我孫子店	中峠台11の5
11	CAFÉ DOCK	つくし野7の1の10
12	(有)森自動車	我孫子1082の1
13	居酒屋 やまびこ	柴崎台4の8の1
14	なべちゃんズ	天王台1の24の8
15	和食料理 おけさ	湖北台1の13の19の103
16	三代目ちょうちゃん	南新木3の10の1
17	パワー	湖北台1の13の18
18	居酒屋 よかよか	布佐平和台1の1の101
19	読売センター 我孫子東部	中峠1337の5
20	洋菓子 フルール	湖北台1の13の19
21	森田屋書店	布佐2752
22	ハリオン若松店	若松141の4の101
23	ハリオン我孫子駅北口店	我孫子1の1の24 1階
24	アビススポーツ&カルチャー	本町3の2の28 3階
25	(株)K2FINE	つくし野7の1の30 2階
26	(有)松島甚五郎商店	都13の10
27	笑福	青山台4の21の12

消防団を応援しよう！

第37回 公益財団法人千葉県消防協会 東葛飾支部消防操法大会へ出場「第1分団・第8分団」

5月27日に我孫子市消防操法大会を五本松運動広場で開催しました。各部門の成績は次のとおりです。優勝した第1分団(ポンプ車の部)・第8分団(小型ポンプの部)は、6月23日(土)に市川市スポーツセンター陸上競技場で開催される第37回公益財団法人千葉県消防協会東葛飾支部消防操法大会へ出場します。

我孫子市消防操法大会成績

《ポンプ車の部》優勝…第1分団、準優勝…第21分団

《小型ポンプの部》優勝…第8分団、準優勝…第2分団、第3位…第19分団

☎ 消防本部警防課 ☎7181-7701



▲ポンプ自動車の部 優勝…第1分団



▲小型ポンプの部 優勝…第8分団

放火に注意してください！

市内で発生した平成29年中の火災件数は、32件です。火災原因では、放火が2件、放火の疑いが2件で、2つを合わせると全体の12.5パーセントを占めています。

放火は、特に深夜から明け方にかけて多く発生しています。「家の周りに燃えやすいものは置かない」「夜間は、玄関灯や門灯を点灯する」「夜間にゴミを出さない」など、一人一人はもちろん、地域全体で放火されにくい環境を作り、放火火災を防ぎましょう。

☎ 消防本部警防課 ☎7181-7702



28	(有)栗原塗装工業	白山1の10の16
29	(有)柴崎塗装	柴崎989の2
30	(株)米田塗装店	下ヶ戸1824の8
31	根本塗装店	並木7の7の12
32	(有)マエダ印刷	中峠1515
33	(有)いける鮎	柴崎台3の4の1
34	中華料理 清華	柴崎台4の5の15
35	チャイニーズダイニング えん	天王台2の2の33 1階
36	(株)和田総職	下ヶ戸1823の15
37	(株)トム造園	柴崎15の10
38	炭火焼 うな藤	青山台3の6の7
39	ミニストップ我孫子古戸店	古戸177の23
40	お、やさい広場	中里6の1
41	OH! Balloon	下ヶ戸1823の15
42	ローラーリンパ整体ことぶき	天王台4の3の24の101
43	そば処 富久屋	我孫子1の4の11
44	美松	つくし野7の16の4
45	もつ焼 やまじゅう	我孫子1の9の20
46	飯田屋天子山店	つくし野1の2の25
47	ホテルマークワンアピコ	柴崎台1の9の14
48	北海道らーめん ひむろ 我孫子店	本町2の2の19
49	居酒屋 瀧	湖北台1の12の9
50	居酒屋 でんすけ	湖北台1の12の1
51	(株)MKA我孫子自動車教習所	高野山547
52	ショットバー フラパーム	天王台1の23の21 1階
53	たちばな治療院	湖北台1の17の17
54	(株)山田屋	中里8の2
55	アイリスケアリムジン(株)	中里324
56	鰻 お賀川	湖北台3の3の21
57	タニヤ	湖北台1の16の3
58	魚一八	湖北台1の12の5

〈ピクトグラム〉シンプルなマークで記事の情報を伝えます

-  …パブリックコメント
-  …お知らせ
-  …お出かけ
-  …講演・講座・教室
-  …募集
-  …健康・検診
-  …予防接種

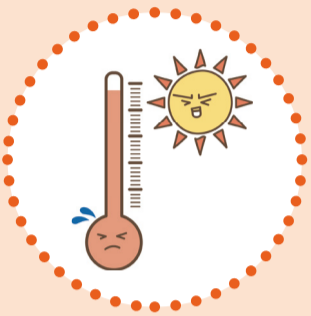
# 暑さに負けない体をつくろう！ ～熱中症を予防しよう！～



昨年度、市では5～9月の間に47の方が熱中症(疑い含む)で救急搬送され、そのうち65歳以上の高齢者が27人と全体の半数以上を占めました。年々、暑さが厳しくなっています。暑さの厳しい7～9月はもちろん、体が暑さに慣れていない6月も熱中症の注意が必要です。 図 健康づくり支援課 ☎7185-1126

## ◎こんなときは特に注意

気温が高い(28℃以上)



湿度が高い(70%以上)  
風がない(弱い)



暑い夜(熱帯夜)やその翌日



日差しが強い(直射日光にあたる)  
暑さ慣れていない



## ◎症状の分類と対処方法

重症度	症状	対処	医療機関への受診
軽	めまい、立ちくらみ、大量の汗が止まらない、筋肉痛・こむらがり	涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす。水分補給	症状が改善しない場合は医療機関を受診
中	頭痛・吐き気、おう吐・体がだるい、ぼんやりして力が入らない	涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす。水分・塩分の補給	自力で水分補給ができない場合は救急車を呼ぶ。症状が改善しない場合は医療機関を受診
重	意識がない、けいれん・まっすぐに歩けない、呼びかけても返事がおかしい、体にさわると熱い	涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす。	ためらうことなくすぐに救急車を呼ぶ

※めまいや立ちくらみ、大量の汗をかいている場合は、涼しい場所へ移動し、体を冷やして熱を放散させます。あわせて水分・塩分を摂取しましょう。  
※頭痛や吐き気、意識がない、けいれんが起きるなどの症状がある場合は、涼しい場所へ移動させて体を冷やしながら、救急車を呼び、病院へ運びましょう。



## ◎こんな人は注意が必要です！

乳幼児、高齢者、肥満気味の人、体調の悪い人、持病のある人。  
※心臓や腎臓その他持病がある人は夏の過ごし方についてかかりつけの医師に相談し、上手にコントロールしましょう。

## ◎「体内の水分」「暑さの感覚」高齢者は特に注意が必要です！

### 体内の水分が不足しがちです

高齢者は若年者よりも体内の水分量が少ない上、体の老廃物を排出する際にたくさんの尿を必要とします。

### 暑さに対する感覚機能が低下しています

加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。そのため、室内でも熱中症になることがあります。夜も注意が必要です。

### 暑さに対する体の調整機能が低下します

高齢者は体に熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。



## ◎熱中症予防のポイント

こまめに水分や休憩をとる、部屋の温度・湿度をこまめにチェック(日陰の利用、エアコンの活用など)、涼しい服装で体温上昇を防ぐ(帽子や日傘の活用)、日ごろから栄養バランスのよい食事と体力づくり



## ～これからの夏バテ予防のために～

### 水分補給の飲み物に注意！

熱中症予防で飲む機会が多いイオン飲料水などの甘い飲み物は、酸性度が高いため、酸により歯が溶けやすくなり、虫歯になりやすい環境にします。また、甘い飲み物は、虫歯菌を増やす原因となるだけでなく、肥満などの原因ともなるため、飲みすぎには気をつけましょう。



### 冷たいものとりすぎに注意！

冷たいものをとりすぎると消化不良や食欲不振・免疫力が低下する原因になります。冷たい食べ物が多いと、消化・吸収により多くの熱が必要となるため、体内の熱が奪われ体温が下がり、免疫力が低下します。また、冷たいものは甘みを感じにくいので、想像以上に糖分をとってしまいます。たくさんとることが食欲の低下につながり、夏を乗り切るための栄養が取れなくなってしまうこともあります。普段の水分補給を水やお茶にし、どうしても冷たいおやつを食べたいときは、果物を凍らせ少量ずつ食べるなどもおすすめです。

### 主食のみの食事に注意！

主菜(肉や魚、卵などのおかず)や副菜(野菜のおかず)と一緒にとらないと、夏を乗り切るために必要なたんぱく質やビタミン・ミネラルが不足してしまいます。食事の際は主食・主菜・副菜をそろえましょう。



### 楽 緑の講習会

涼を誘う「つりしのぶ」

**日時** 7月11日(水)午前10時～正午  
**場所** アビスタ工芸工作室  
**内容** 軒先や木陰につるして緑の涼感を楽しむ「つりしのぶ」は空中オアシスとして昔から親しまれています。今回は苔玉づくりの手法を応用し、すてきな作品を作りましょう。  
**講師** 石戸明一さん(苔玉作家)  
**定員** 先着20人 **費用** 2500円  
**持ち物** 筆記用具  
**申・問** NPOテラス21緑の事務局 ☎080-9344-4378 (月～土曜日午前10時～午後5時)



▲イメージ



### 楽 夏休み「水の旅めぐり」

～水道施設見学～



じゃ口をひねれば、いつでも水道水が流れてきます。その水道水は、いったいどこからくるのか親子で楽しく見てみませんか？夏休みの自由研究にもおススメです！

**日時** 7月25日(水)午前9時～午後3時ごろ解散予定(雨天実施)  
**集合場所** 水道局(妻子原浄水場)  
**内容** バスで北千葉広域水道企業団浄水場(流山市)に移動し見学します。  
**定員** 市内在住の小学生とその保護者、24人(保護者含む)  
 ※応募者多数の場合は抽選  
**費用** 無料 **持ち物** 昼食、飲み物、帽子、雨具  
**申・問** 7月2日(月)必着で、はがきまたは、ちば電子申請サービス(QRコード参照)に、参加者全員の氏名・年齢・小学校名・郵便番号・住所・電話番号を明記。〒270-1166我孫子1684水道局経営課「施設見学会係」☎7184-0114



### 取手グリーンスポーツセンター遊水プール

7月1日(日)オープン



**期間** 7月1日(日)・7日(土)・8日(日)・14日(土)・15日(日)・16日(祝)、7月21日(土)～8月31日(金) ※悪天候のときは、中断・中止する場合があります。※売店は7月14日(土)からオープンします(かき氷、フランクフルト、焼きそば、レンタル浮き輪など)。

**時間** 午前9時～午後5時(入場は4時まで)  
**費用** 高校生以上540円、小・中学生210円、幼児 無料(おむつのとれていないお子さんの入場不可)※室内プールは別料金※高校生以上の方は、市民利用カードの提示がないと5割増し(カードの発行は教育委員会文化・スポーツ課にお問い合わせください。☎7185-1604)  
**場所・申・問** 取手グリーンスポーツセンター ☎0297-78-9090  
 ①http://www.toride-green-spocen.com

### 楽 夏休みの環境学習!

我孫子市では、小学生の皆さんが夏休みに気軽に体験できる環境学習を実施しています。夏休みの自由研究のヒントになるかもしれません。手賀沼や身近な環境のことをもっと知って楽しい夏休みを過ごしましょう!

#### ◆船から見る手賀沼のふしぎ(船上学習)

**日時** 7月25日(水)午前9時30分～10時30分  
**場所** 手賀沼公園  
**対象・定員** 小学生(3年生以下保護者同伴)、先着30人  
**費用** 無料  
**持ち物** 筆記用具、飲み物  
**申** 7月18日(水)まで



#### ◆手賀沼を観察しよう!

～プランクトンネット作り&観察と船上バードウォッチング～

**日時** ①7月26日(木)②8月2日(水)午前9時30分～午後3時30分 **場所** 水の館3階研修室  
**対象・定員** 小学生(3年生以下保護者同伴)、各日先着20人  
**費用** 50円(保険料)  
**持ち物** 筆記用具、持ち帰り用のビニール袋、帽子、タオル、飲み物、昼食  
**申** ①7月19日(木)まで、②7月26日(木)まで



#### ◆カヌー体験学習会

**日時** 7月29日(日)①午前10時～②10時45分～③午後0時30分～④1時15分～  
**場所** 手賀沼親水広場(集合場所…水の館3階)  
**対象・定員** 小学4～6年生、各回先着10人  
**費用** 100円(保険料)  
**持ち物** 水着など水に落ちてよい服、タオル、着替え、飲み物  
**申** 7月23日(月)まで



#### ◆紙粘土で花瓶を作ろう!～廃物利用で鳥型の花瓶など～



**日時** 8月16日(水)・23日(水)午前10時～正午(全2回)  
**場所** アビスタ工芸工作室  
**対象・定員** 小学生(3年生以下保護者同伴)、先着20人  
**費用** 無料  
**持ち物** エプロン、タオル、へら(お持ちの方)、2回目に持ち帰り用の箱(段ボールなど)  
**申** 8月9日(水)まで

共通

申・問 午後5時までに電話で手賀沼課☎7185-1484 ※複数の講座を希望される場合はお問い合わせください。

## 7月1日(日)は我孫子市の市制施行日です 施設を無料で開放します!!



●鳥の博物館  
**時間** 午前9時30分～午後4時30分  
**問** 鳥の博物館 ☎7185-2212



●白樺文学館  
**時間** 午前9時30分～午後4時30分  
**問** 白樺文学館 ☎7185-2192



●杉村楚人冠記念館  
**時間** 午前9時～午後4時30分(入館4時まで)  
**問** 杉村楚人冠記念館 ☎7182-8578



●ミニSL  
**時間** 午前9時30分～正午、午後1時～5時※荒天中止 **場所** 手賀沼公園  
**問** シルバー人材センター ☎7188-2204

<ピクトグラム>シンプルなマークで記事の情報を伝えます

- 🗣️…パブリックコメント
- 📣…お知らせ
- 👉…お出かけ
- 🎤…講演・講座・教室
- 👥…募集
- 🏥…健康・検診
- 💉…予防接種

## 河村蜻山我孫子深草窯 築窯80周年記念事業

河村蜻山(1890-1967年)は京都出身の陶芸家です。京都で作陶したのち、1938(昭和13)年から1954(昭和29)年に鎌倉に窯を移すまでの16年間を、三樹荘(旧柳宗悦邸)で作陶しました。

蜻山は、小学校での陶芸指導など地域との交流や、ジャーナリスト杉村楚人冠との交流から陶器製の句碑を制作するなど、我孫子ゆかりの人物としてのエピソードも残っています。



◀自らが制作した楚人冠句碑の前に立つ蜻山

### 企画展「我孫子深草窯築窯80周年記念河村蜻山展」

陶芸家河村蜻山が三樹荘(旧柳宗悦邸)に窯を築いて今年で80年を迎えます。杉村楚人冠との交流や、我孫子第一小学校での陶芸指導など我孫子に多くの足跡を残した蜻山の魅力に迫る展覧会です。

期間 ◎前期…7月5日(木)～10月28日(日) ◎後期…11月1日(木)～平成31年1月27日(日)

時間 午前9時30分～午後4時30分

場所 白樺文学館

入館料 300円(高校・大学生200円、中学生以下無料)

☎ 白樺文学館 ☎7185-2192

### 講演会「河村蜻山の生涯 - 陶芸という言葉を作った男 -」

蜻山は我孫子生活を終えると鎌倉へ窯を移築します(鎌倉明月窯)。蜻山の人生を振り返り、その作品の魅力をお話します。

日時 7月29日(日)午後1時30分～2時30分

場所 アビスタホール

講師 木村謙一さん(明月窯 陶芸家)

定員 先着130人(要申込)

☎・☎ 白樺文学館 ☎7185-2192

### 親子で蜻山の絵付けに挑戦しよう!

日時 7月29日(日)午前9時30分～正午

場所 アビスタ工芸工作室

内容 素焼き陶器(お皿1枚)への絵付け体験※素焼き陶器は市が用意します。

講師 木村しのぶさん(河村蜻山御令孫)

対象・定員 市内在住の小学生以上の親子、18組36人(応募者多数の場合は抽選)

費用 1組1000円

☎・☎ 6月30日(土)必着で、はがき・ファクスに氏名・住所・電話番号・子どもの学年を明記、またはアビスタ2階事務室で受付。〒270-1147若松26の4我孫子地区公民館 ☎7165-6088 ☎7182-0511



### ギャラリートーク 「稲村雑談 - 蜻山と我孫子、三樹荘に集う人々 -」

志賀直哉「稲村雑談」にあやかり、同名の学芸員が展示を解説します。笑いあり涙あり、感動の1時間をお届けします。

日時 7月7日(土)・16日(祝)・25日(水)、8月12日(日)・19日(日)・25日(土)、9月8日(土)・15日(土)・30日(日)、10月13日(土)・17日(水)午後2時～3時

※定員なし(申込不要)

場所・☎ 白樺文学館 ☎7185-2192

白樺文学館から休館のお知らせ…7月3日(火)・4日(水)は展示替えのため休館します。

### 楽 我孫子市民図書館主催講演会

## 評価される維新の「志士」 -伝記から見る大久保利通像の変遷-

今年が明治が始まって150年という節目の年です。江戸幕府崩壊から、日本がいかんにして近代国家となり得たのか。維新の志士 大久保利通像を追いながら検証します。

日時 7月8日(日)午前10時～(9時30分開場)

場所 アビスタホール

講師 宮間純一さん(中央大学文学部人文社会学科准教授)

定員 先着120人(要申込)

費用 無料

☎・☎ 6月16日(土)午前9時30分～市民図書館カウンターまたは電話。図書館アビスタ本館 ☎7184-1110



宮間純一プロフィール…千葉県出身。中央大学文学部准教授・博士(史学)。専門分野は日本近代史、アーカイブズ学。主な研究テーマは、明治維新史、記録管理史。著書に、『国葬の成立—明治国家と「功臣」の死』(勉誠出版、2015年)などがある。

### 杉村楚人冠記念館・我孫子市民図書館共催イベント

#### 楽 第5回 楚人冠講座

## 「赤穂浪士の討ち入りを大正時代の新聞が報じたら」

図書館で読むことができる杉村楚人冠の作品を、杉村楚人冠記念館の学芸員が解説する「楚人冠講座」です。今回は大正時代に赤穂浪士の討ち入りが起こり、新聞社が総力を挙げてこれを取材するという異色の小説「本所から」を読み解説します。

日時 7月21日(土)午前10時～11時20分

場所 アビスタ第2学習室

定員 先着45人(要申込)

費用 無料

☎ 7月1日(日)午前9時30分～市民図書館カウンターまたは電話

◎終了後、楚人冠講座参加者対象の杉村楚人冠記念館ガイドツアーを開催します!

※講座と同時に申し込みください。※正午終了

定員 20人 入館料 300円(高校・大学生200円、中学生以下無料)

☎ 杉村楚人冠記念館 ☎7182-8578、図書館アビスタ本館 ☎7184-1110

#### 楽 ワークショップ「親子俳句教室」

杉村楚人冠がつくった湖畔吟社の先生から俳句を習ってみよう! 俳句の作り方を学んだら、杉村楚人冠記念館を巡って俳句を作り、短冊に清書します。

日時 7月22日(日)午後2時～4時30分

場所 アビスタ第2学習室

講師 原瞳子さん・島崎妙子さん(湖畔吟社)

対象・定員 小学3年～中学3年生までの方と保護者、先着15組(要申込)

費用 無料

持ち物 ノート、筆記用具

☎・☎ 杉村楚人冠記念館 ☎7182-8578



## 特定医療費(指定難病)受給者の更新手続き

**受付期間** ◎有効期間9月30日(日)までの方…7月2日(月)～27日(金) ◎有効期間12月31日(月)までの方…7月2日(月)～9月28日(金)  
 ※金・土・日曜、祝日を除く午前9時～11時、午後1時～3時  
**受付場所** 松戸健康福祉センター(松戸保健所)会議室  
 ※なるべく郵送で申請してください。  
**対象** 我孫子・松戸・流山市在住の特定医療費(指定難病)受給者  
**☎** 〒271-8562松戸市小根本7松戸健康福祉センター地域保健課 ☎047-361-2138



## 健康手帳を活用しましょう!

市では、男性40歳以上、女性20歳以上の方に健康手帳を無料で交付しています。  
 健康手帳は、健(検)診の結果や、医療・血圧・体重などを記録することで、経年の健康状態の変化を把握し、ご自身の健康管理に役立てるものです。健康手帳を活用し、ご自身で年1回の受診を確認することが大切です。また、年度内で同一種類の健(検)診を2回以上受けてしまうと、2回目以降は全額負担となりますので、健康手帳を持参し、受診の記録をしましょう。  
**交付場所** 健康づくり支援課(保健センター)・市民課・高齢者支援課・各行政サービスセンター・各高齢者なんでも相談室  
**健康手帳の内容** ○健康診査、がん検診などの記録 ○健康教育、相談などの記録 ○血圧、体重測定などの記録 ○健康づくりのポイント ○予防接種の記録など  
**☎** 健康づくり支援課 ☎7185-1126



## 高齢者なんでも相談室 休日も開設しています!

働きながら介護に取り組むご家族が相談しやすいよう、各地区の高齢者なんでも相談室では土曜日・日曜日の相談日を設けています。社会福祉士、保健師・看護師、主任ケアマネジャーの専門職員がチームとなって、高齢者の介護・福祉・健康・医療など総合的に支援する相談窓口です。相談は無料ですので、ぜひご利用ください。

相談室名	場所・電話	相談できる日・時間
我孫子地区 高齢者なんでも相談室	我孫子4の5の28 山長第6ビル1階 ☎7179-7360	毎週月～土曜日 第1日曜日8時30分～17時
天王台地区 高齢者なんでも相談室	柴崎台4の5の13 クオリティヒル大塚1階 ☎7182-4100	毎週月～土曜日 第4日曜日8時30分～17時
湖北・湖北台地区 高齢者なんでも相談室	湖北台1の12の19 ☎7187-6777	毎週月～金曜日 第2・3・4・5土曜日 第1日曜日8時30分～17時
布佐・新木地区 高齢者なんでも相談室	布佐平和台4の1の1 ☎7189-0294	毎週月～土曜日 第4日曜日8時30分～17時

※土曜日と日曜日は、電話・窓口での相談のみ受け付けます。※介護保険利用の申請など、市役所への手続きはできません。※祝日、年末年始は閉室(土曜日は祝日でも開室)  
**☎** 高齢者支援課・内線429

### 「特定健診および長寿健診受診券」同封の「契約医療一覧」の訂正について

5月18日付けで、対象の方に送付した「平成30年度特定健診受診券」(黄色の封筒)と「平成30年度長寿健診受診券」(薄緑色の封筒)に同封している「平成30年度我孫子市民が受けられる健(検)診」の裏面「契約医療一覧」に誤りがありました。  
 掲載していた、あびこクリニック、佐藤内科医院では「国保人間ドック」を実施していません。お詫びして訂正します。  
**☎** 健康づくり支援課 ☎7185-1126



## 我孫子市国民健康保険加入者の方へ

### 糖尿病性腎症と生活習慣病の重症化予防事業を実施します

糖尿病や生活習慣病は自覚症状が無いままに進行します。また、病気の進行とともに、気づいたときには合併症を引き起こしていることもあります。我孫子市国民健康保険では、加入者の健康の維持改善を目的に、以下の保健事業を(株)DPPヘルスパートナーズに業務委託して実施します。

対象となった方には、後日通知を発送します。また、委託事業者から電話でのご案内をする場合があります。

**内容・対象** ①糖尿病性腎症重症化予防プログラム…生活習慣病を起因とした人工透析リスクのある方を対象として、主治医などと連携し、6カ月間の保健指導を行います。生活習慣のアドバイスや糖尿病に関する情報提供などを行い、健康と生活の質向上を目指します。

②受診勧奨…糖尿病性腎症または生活習慣病の治療歴があるものの、現在治療を中断している方を対象として、医療機関への受診勧奨を実施します。医療機関の定期受診を促すことで、重症化予防を図ります。

※我孫子市国民健康保険被保険者のレセプトや健診情報などを含む個人情報を、市と機密保持契約書を交わした委託事業者に提供する場合があります。提供した個人情報は、国保保健事業以外には利用しません。

**☎** 国保年金課・内線482



## 誰もが安心して生活できる地域づくりのために 民生委員・児童委員は活動しています

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣が委嘱している無償のボランティアで、我孫子市では181人(うち主任児童委員14人)が委嘱されており、任期は3年です。一人一人が担当区域を持ち、市と連携して地域に根ざした相談支援活動を行っています。また、民生委員・児童委員は、守秘義務があるため、どなたでも安心してご相談いただけます。

◎**民生委員の活動** 地域住民の実情把握、相談、福祉サービスの利用援助、ボランティア団体などとの連携、市役所や関係機関への協力、その他地域福祉の増進のための活動など

◎**児童委員の活動** 子どもや子育て家庭への個別援助、地域での子育て支援や児童の健全育成など

◎**主任児童委員の活動** 区域を担当せず、市や児童福祉関係機関と連絡を密にして、区域を担当する民生委員・児童委員との連絡調整、活動への援助・協力

**☎** 社会福祉課・内線649

### 松戸健康福祉センター 各種無料相談・検査 7月

相談名	☎は予約制	日時	予約・☎
不妊相談	電話(予約不要)	10日(火)9時～11時30分	047-361-2138
	来所☎	10日(火)13時30分～15時	
思春期相談☎		9日(月)14時～17時	
精神保健福祉相談☎		5日(木)14時～16時	
酒害相談☎		19日(木)14時～16時30分	047-361-2139
エイズ検査	即日検査☎	3日(火)・17日(火)13時30分～14時	
	夜間検査☎	17日(火)17時30分～18時30分	
		※検査日の1週間前の9時から予約(定員あり) ※梅毒、クラミジア、B型・C型肝炎の検査も可	
DV相談	電話(予約不要)	月～金曜日 9時～17時	047-361-6651
	来所☎	原則金曜日 9時～17時	

松戸保健所我孫子連絡所(保健センター3階)9時～17時

専門職員出張日 食品☎ 11・25日(水) 環境☎ 17日(火) ☎ ☎047-361-2139

●**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。※JAとりで総合医療センターにおける23時から翌朝8時30分までの小児救急は基本的に重症患者に限定されます。※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、割高になります。休日は日曜日、祝日、年末年始



# すこやかちゃん



**あかやま 深山 さくらちゃん**  
(湖北台・1歳3カ月)  
お姉ちゃん、お兄ちゃんといつも楽しそうに遊んでいるさくらちゃん。ゆっくり大きくなってね◎

**ばん えいすけ 伴 英祐ちゃん**  
(根戸・1歳2カ月)  
いつも大好きなお姉ちゃんを追いかけて元気に走り回っています☆姉弟仲良くすくすく育ってね♡

## チーバくんからの挑戦状！ in とうかつ

### ～“コトバ”達はどこいった!?～



**期間** 8月31日(金)まで(応募締切は9月14日(金)消印有効)

**内容** 観光施設などにキーワードを持って隠れている「チーバくん」を探し、クロスワードパズルを完成させよう！



我孫子・柏・松戸・流山・野田・鎌ヶ谷の6市 ▲千葉県PRマスコットキャラクター「チーバくん」内の公園や観光施設など計12施設にキーワードを持ったチーバくんが隠れています。キーワードをヒントにクロスワードパズルを完成させると、抽選で豪華賞品をプレゼントします。専用応募はがきのほか、インターネットからも応募できます。詳しくはパンフレット(水の館、アビスタで配布)、千葉県ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

#### 豪華賞品

- ◎A賞…チーバくん特製クオカード5000円分(20人)
  - ◎B賞…各市の特産品(30人)
  - ◎C賞…チーバくんグッズ詰め合わせ(40人)
  - ◎特別賞…オリジナルチーバくんピンバッジセット(50人)
- ☎ 千葉県東葛飾地域振興事務所 ☎047-361-2111



楽

## 第12回 小学生手工芸体験教室

### 「手作りパワー」たのしもう！

**時間** 午前の部…午前9時30分～11時30分、午後の部…午後0時30分～2時30分

**場所** アビスタ①第2学習室②第3学習室③工芸工作室

**費用** 材料費(下表参照)

**☎・☎** 6月30日(土)までにはがき・ファクス・電話(夜間のみ)で住所、氏名、学校名、学年、電話番号を明示し各講師へ

日時	部門・作品	持ち物	材料費	定員	場所	講師	申し込み先
7月7日(土)	午前 粘土工芸…ソフト粘土で作るスイーツ	おてふき	500円	10人	②	関真由美	〒270-1158 船戸2の20の12 ☎FAX 7182-4403
	ポタリー陶器絵付け…赤いハイビスカスのタイル絵	ティッシュペーパー、タオル	700円	10人	③	神蔵よし子	〒270-1114 新木野3の31の34 ☎FAX 7187-3292
午後	パンフラワー…パングの“シャンシャン”を作ろう	おてふき、持ち帰り用袋	500円	10人	①	阿部乃里子	〒270-1153 緑1の11の9 ☎FAX 7182-8556
7月8日(日)	午前 手編みサロン…蝶ネクタイをしたくまちゃん	白いタオル	650円	10人	①	鈴木迪子	〒270-1165 並木8の2の8 ☎FAX 7182-7669
	七宝焼…キーホルダー、ペンダント、携帯ストラップ他	なし	700円	10人	③	荻野紀子	〒270-1114 新木野3の2の10 ☎FAX 7188-0968
	午後 刺しゅう…ワンポイント刺しゅうのランチョンマット	はさみ(糸切り)、おてふき	600円	10人	①	山根登美子	〒270-1151 本町3の11の5の304 ☎FAX 7115-1228
午後	パッチワークキルト…布遊び 小さな1辺6cm角のキューブポーチ	はさみ、えんぴつ	600円	10人	③	小枝ひろ子	〒270-1108 布佐平和台4の4の17 ☎FAX 7189-0138



## アビコでなんでも学び隊 我孫子市公民館主催講座

### ROBOLAB プログラミング教室

#### ～車型ロボットを作って動かそう～

**日時** 7月14日(土)午後1時～4時30分

**場所** アビスタホール

**内容** 車型ロボットを組み立ててプログラミング。パソコン上で、前進や回転の動きを指示し、ロボットを動かします。講師 日本アイ・ビー・エム(株)

**対象・定員** 小学4・5年生、22人(応募多数の場合抽選) **費用** 無料

**☎・☎** 6月25日(月)必着ではがき・ファクス・ちば電子申請サービスで講座名・住所・氏名・性別・学校名・学年・日中連絡のつく電話番号を明記。〒270-1147若松26の4我孫子地区公民館「アビコでなんでも学び隊」☎7165-6088 ☎7182-0622※連名不可。市内在住・在学、初めての方優先。※応募者少数の場合、実施しないことがあります。



## 楽 手賀沼流域フォーラム



### 手賀沼親子自然観察会

#### —手賀沼用水路で魚とり!—

手賀沼の水質浄化や魅力などを、市民の皆さんに伝え、自分でできることを考えてもらうため、流域各市でさまざまなイベントが開催されています。

**日時** 6月24日(日)午前10時～正午※小雨決行・雨天中止

**場所** 沼南側ヒドリ橋たもと※水色ののぼり旗が目印

**内容** 手賀沼用水路にはたくさんの生きものがいます。タモ網やカゴ網でとって観察してみよう！専門家が楽しく解説します。

**対象・定員** 親子、先着50人(中学生以上は単独参加可)

**費用** 無料

**持ち物** 帽子、雨具、飲み物、足元がぬれても大丈夫な靴

**☎・☎** 手賀沼流域フォーラム実行委員会・松本 ☎FAX 7187-1704



## 子育てQ&A 112

### キシリトール

**Q** 4歳になる子どもです。キシリトール入りのタブレットを使用していますが、むし歯予防になるのでしょうか。

**A** キシリトールは他の甘味料とは違い、むし歯菌の餌となることがないこと、むし歯菌の活動を抑えることからむし歯予防に効果的と言えます。ただし、むし歯予防には「歯みがき」「正しい食生活」「フッ素の応用」を継続し、歯の清潔を保つことが不可欠です。このような生活習慣を続けた上で、さらにキシリトールを使用する必要があります。また、むし歯予防の効果을期待するには、口腔内にキシリトールを長くとどめる必要があるためガムやタブレットが良いとされています。さらに、その商品が「シュガーレス」であること、キシリトールが50%以上含まれていることを確認し、継続して使用しましょう。

ただし、キシリトールを一度に過剰に摂取するとおなかの緩くなる場合があります。使用する際には、パッケージなどの使用量等を必ず確認してください。

**☎** 健康づくり支援課 ☎7185-1126



千葉労働局労働保険徴収課 ☎043-221-4317

まち協情報

布佐南地区まちづくり協議会

◎うたごえ喫茶 in FUSA

日7月8日(日)13時30分～ 内うたごえ喫茶。伴奏…YtoK 定先着70人 費500円(飲み物・茶菓子代) 所・田・圃7月5日(木)までに費用を添えて布佐南近隣センター ☎7189-3740

ふさの風まちづくり協議会

◎笑いヨガ

日7月6日(金)10時～11時15分 内笑いヨガ。講師…佐藤正一さん(桃太郎) 対・定20歳以上の方、30人 費無料 持室内履き(運動靴)、飲み物、運動のできる服装 所・田・圃近隣センターふさの風 ☎7181-6211

我孫子北まちづくり協議会

◎子ども工作会

日7月24日(火)13時30分～15時30分 内紙ひこうきを作って飛ばそう 対・定小学生以上、15人 費無料 持筆記用具、定規 所・田・圃6月23日(土)10時から我孫子北近隣センター並木本館 ☎7157-4517

忘れずに納めましょう

Table with 2 columns: 項目 (上下水道料金 第3期, 市県民税 第1期, 介護保険料 第1期, 国民健康保険税 第1期) and 納期限(口座振替日) (6月25日(月), 7月2日(月))

※納税は口座振替が便利です。 ※皆さんの税金は、大切にに使わせていただいております。

よみがえれ手賀沼

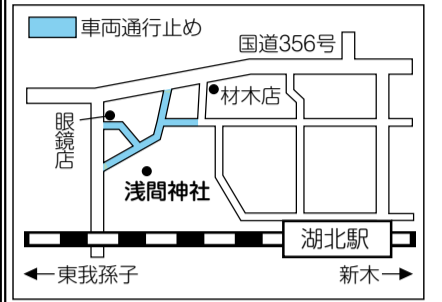
Table with 3 columns: 測定地点, 測定機関, COD環境基準. Includes a sub-table for 測定日 and COD(mg/L) from 平成30年1月9日 to 3月8日.

COD(化学的酸素要求量)…湖沼や海域の水の汚濁の程度を示す指標で、数値が低いほど水質が良いことを示しています。

◎市では、県・流域市とともに下水道の整備や合併処理浄化槽の設置補助、排水路の浄化施設等の運営管理などにより、手賀沼への負荷の軽減を目指しています。次回は9月1日号(予定)

浅間神社(中峠)の祭礼による交通規制のお知らせ

6月30日(土)午後3時～9時



〒090-3244-1381

我孫子市ホームページ バナー広告主を募集中

掲載期間 1カ月単位で、最長平成31年3月31日まで(更新可) バナー規格 縦50ピクセル×横130ピクセル、アニメーション不可 費用 1枠月額2万円 申込方法 申込書(市ホームページからダウンロード可)を持参・郵送。詳しくは市ホームページをご覧ください。 田・圃 〒270-1192市役所秘書広報課広報室(住所省略可) ☎7185-1269

不用品情報

譲ります

●有料で

①男性用ダンロップスポーツシューズ2足…【サイズ】25cm(黒・紐つき、グレー・マジックテープ)新品【希望価格】1足1500円 ②イス内蔵リュック…【サイズ】高50cm、幅40cm、奥20cm・黒 新品【希望価格】3000円 2点とも取りに来てくれる方 松尾 ☎7184-3421

●無料で

◎卓球台(ネットあり)…【サイズ】高85cm、幅150cm、奥137cm【使用程度】普通 取りに来てくれる方 間島 ☎7182-6607 ◎勢門産業DH-9000型回転ハンガー(丸カバー・ページュ、本体組立式鉄パイプ・黒)…【サイズ・重量】高206cm、直径102cm、10.5kg【使用期間】2年 取説あり、取りに来てくれる方 中

村 ☎7182-3779 ◎果実酒用ビン15個…【サイズ】高30cm・5リットル:9個、高さ27cm:6個 青山 ☎7187-1050 ◎山鳥剥製尾羽11節(千葉県産うす赤)…【ケースサイズ】高100cm、幅40cm、奥42cm 車で取りに来てくれる方 石井 ☎7188-5898 ◎LEGMAGIC(運動器具)…紫【使用回数】4、5回 取りに来てくれる方 松尾 ☎7184-3421

譲ってください

●無料で

◎ポータブルMDプレーヤー 吉田 ☎090-4601-3708 ◎このいぼり滝野 ☎070-4417-7367 臨時休館のお知らせ 7月21日(土)・22日(日)は休館します。 田ふれあい工房 ☎7186-5500 (月曜を除く、9時～17時) ※既に交渉が成立している場合もありますので、ご了承ください。ホームページでも見られます。

イストレーニングをしっかりと受けてさまざまなジャンルの歌を楽しむ。見学自由、初心者歓迎。月3500円。田荒井 ☎090-2234-2702

▼球遊会 シニアショートゴルフコンペ 毎月第2(木)。男子65～76歳、女子初心者可。年2000円。田大河原 ☎7106-2398

▼フルーツアンサンブル紙ふうせん 毎週(土)18時～21時。アミューゼ柏音楽室ほか。フルーツ経験者の方、アンサンブルを楽しみましょう。特殊管お持ちの方歓迎。入2500円、月2500円。田須田 ☎7154-7413

-3679

会員・仲間募集 やってみよう

▼太極拳 萌クラブ 毎週(月)18時30分～20時。根戸近せ。運動不足の解消。随時見学歓迎。月3000円。田藤田 ☎7184-8859

▼水彩クラブ「画友会」 毎月2回(水)13時30分～16時30分。市民プラザ。講師…小林大彦さん。初心者歓迎。プロの講師が丁寧に指導。会員20人で楽しんでいます。入2000円、月2000円。田鈴木 ☎7139-6678

▼アンサンブルRaRaRa 毎月3回(水)10時～12時。近せこもれびほか。ポ

楽 ジャパンバードフェスティバル2018 出展者を募集

ジャパンバードフェスティバル(JBF)は、「人と鳥の共存をめざして」をテーマに、毎年秋に、鳥を愛する人たち、自然環境を大切にしたい人たちが集まり、日ごろの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(土)・4日(日)(雨天実施)

場所 手賀沼親水広場、水の館、アビスタほか

内容 鳥または自然環境に関する研究・活動など

対象 NGO、NPO、行政、学生、任意団体、企業、商店など

費用 出展料は有料※学生による出展は無料

締切日 7月27日(金)※出展料、申込方法など詳しくはJBFのホームページをご覧ください。Phttp://www.birdfesta.net/

田 JBF実行委員会事務局(手賀沼課) ☎7185-1484



文芸だより

俳句

単衣着る母の一言思ひつつ

【評】 母から譲られた単衣の季節となった。毎年のもので、この薄物に手を通すと母の一言が思い出される。

葦原をゆらして鳴くは行々子

六月や庭師の手際見てるたり

薫風やうつらうつらと縁の猫

佐藤 麻績 選 (投稿数17句)

柴橋 紀代

短歌

十萬の若葉に水を吸ひ上げて沼辺のけやき幹太く立つ

【評】 初夏は瑞々しいのちの輝く季節。手賀沼大橋ちかくであろうか、大櫓の太幹が十萬の若葉を吹いた。雄大にして繊細な光景を捉えた一首。

雑草をひくあはひに畑の母はむ野菜づくりに楽しみ多し

南北の奴隷解放時代など詰襟の君と熱く語りぬ

足止めを食らひてしまひ昼ひなか頭に雪つみて湯に浸りをり

榊原 敦子 選 (投稿数12首)

島津 康右

川上 幹夫

松島 直子

西巻 幸江

須田 博

金子 直子

梶間 智明

皆さんからの投稿をお待ちしています。締め切りは、毎月20日必着。はがきで1人1作に限ります。投稿された作品は、選者により添削する場合がありますのでご了承ください。 ※「青少年(18歳以下)の部」も募集しています。必ず年齢を明記してください。 応募先:〒270-1192市役所秘書広報課(住所省略可) ※氏名にはふりがなを記載してください。

楽は「あびこ楽校(市が提供するさまざまな生涯学習事業の総称)」の事業です。「まち協」とは、まちづくり協議会の略称で、自治会をはじめ地域のさまざまな団体および個人で構成された住民組織です。市内に10協議会あり、近隣センターを拠点に、地域のまちづくりに取り組んでいます。

**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・後援、補助団体の記事です。各項目は、次のように省略しています。  
 日…日時、所…場所、内…内容、対…対象、定…定員、費…費用、持…持ち物、申…申し込み(記載のないものは申し込み不要)、問…問い合わせ、案…あびこ楽校事業

**イベント**

**我孫子市バドミントン連盟 第36回 夏季大会**

日7月8日(日)受付9時～ 所市民体育館 内・対混合ダブルス。1部・2部(オープン)、3部(連盟会員または市内在住・在学・在勤の方) 費1人1500円(連盟会員は1000円) ※保険は各自 申6月28日(木)までに参加申込フォームから http://abikobadmin.webcrow.jp/ 問高橋 ☎080-1239-4360

**みんなおいでよ! プラネタリウム**

日7月1日、8月5日(日)13時30分～14時30分 内夏の星座解説、星や宇宙にちなんだ物語の投影 定先着200人 費無料 所・申・問各日13時から手賀の丘少年自然の家 ☎7191-1923 問7191-0996

**混声合唱団コールヴォンネ 第8回 定期演奏会**

日7月7日(土)14時開演 所けやきプラザホール 内ビバルディ「キリエ」「グロリア」、合唱アラカルトほか。出演…声楽アンサンブル オリエンス、古楽アンサンブル ヴォンネほか、小笠原美敬さん(指揮) 費2000円※全席自由 入場券販売所軽喫茶ほぼら 問佐合 ☎7183-6444

**我孫子市茶道連盟茶会**

日7月8日(日)10時～15時(最終受付14時30分) 所アビスタ和室 席主岡田宗由さん(表千家)、玉井宗美さん(裏千家) 費2席2000円(当日受付) 問小野 ☎7182-6161

**ゆかた着てみませんか**

日7月8日(日)①10時～12時②13時～15時 所市民プラザ和室 内ゆかたを自分で着る方法と半巾帯の結び方の指導 定先着各15人 費500円 持ゆかた、半巾帯、ユナベルト、コーリンベルト、帯板、伊達締め、タオル、

ひも 申・問我孫子きもの教育協会・田中 ☎7182-4860

**いかがシリーズVol.13 爽やかに弦の調べはいかが?**

日7月14日(土)14時開演 所アミュゼ柏 出演井崎真理さん、脇野真樹さん(バイオリン)、富岡怜子さん(ビオラ)、坂田桃子さん(チェロ)、池田夕里恵さん(コントラバス) 対5歳以上の方 定150人 費1800円※全席自由 入場券販売所軽喫茶ほぼら、柏高島屋友の会、アミュゼ柏、チケットぴあ 問脇野 ☎080-1081-7816

**第9回 一茶双樹俳句交流大会**

内テーマ自由。自作で未発表の作品に限る 応募部門一般・小学生・中学生・高校生の部 費1000円(1組3句) ※高校生以下は無料 申・問小学生～高校生は6月30日(土)、一般は7月31日(木)までに所定の応募用紙またはA4用紙で、定額小為替(郵便局で取り扱い)を作品に同封し郵送。〒270-0164 流山市流山6の670の1一茶双樹記念館 ☎7150-5750 ※11月下旬に表彰式を予定。詳しくは一茶双樹記念館ホームページ参照

**講演・講座・教室**

**自然エネルギーをすすめる 我孫子の会講演会**

日6月28日(木)10時～12時 所水の館3階研修室 内「太陽光発電の現状と今後の期待」講師…齋藤健一さん(自然エネルギーをすすめる我孫子の会幹事) 定先着50人(申込不要) 費無料 問谷 ☎7185-1853

**湖北地区公民館講座**

**川村学園女子大学共催 「寺子屋コホミン」(第3回)**

日6月30日(土)10時～11時30分 内川村学園女子大学教育学部の学生が学ぶことの楽しさや達成感を感じる場を作ります 対小学生 定30人(要申

込) 費無料 持筆記用具  
**◎音楽療法でリフレッシュ!**  
 ～元気にドレミ～  
 日7月9日(月)13時～14時30分 内歌・リズム遊びなどで脳トレーニング。講師藤原葉子さん(流山音楽療法) 定20人(当日も可) 費500円 持動きやすい服装、室内履き、飲み物(共通) 所・申・問電話・窓口。湖北地区公民館 ☎7188-4433

**公募補助金説明会& 「事業企画書作成のポイントはこちら!」講座**

日7月7日(土)①説明会13時30分～14時30分②講座14時45分～16時45分 所あびこ市民活動ステーション大会議室 講師①市民活動支援課 ②千葉市民活動支援センター所長・原田正隆さん 定先着15人 費無料 申・問7月6日(金)までに住所・氏名・電話番号を明示。市民活動ステーション ☎7165-4370 問abikosks@themis.ocn.ne.jp

**ふれあい塾あびこ公開講座 井上麻矢「父・井上ひさし」講演会**

日7月9日(月)13時開演 所アビスタホール 内第1部…井上ひさし「父と暮せば」の対の作品「母と暮せば」の朗読。第2部…追憶「父・井上ひさし」…井上ひさしの人となりや夜中の電話のエピソード、劇団こまつ座を引き継いだ思いの紹介 定先着100人 費700円 問秋田 ☎080-1364-0371

**募集**

**あらかき園臨時生活支援員**

任期8月1日～9月30日(更新あり) 勤務日時平日8時30分～17時 内障害がある方の生活支援 定若干名 賃金時給1050円(通勤手当・社会保険あり) 選考書類、面接 所・申・問6月29日(金)までに電話予約のうえ施設見学。あらかき園(新木1637) ☎7185-2459

**歯科衛生士(臨時職員)**

任期登録者の中から必要に応じて学期ごとに任用(更新あり) 勤務日時毎週(金)7時30分～ 内歯科衛生業務 勤務場所湖北台東小学校、教育委員会 賃金時給1390円 選考書類、面接

申・問7月18日(木)までに学校教育課 ☎7185-1267

**介護相談員**

任期9月1日～平成32年3月31日(更新あり) 勤務日時4回施設訪問、月1回報告会 内介護施設で利用者からの相談、事業者との意見交換など 対・定市内在住で介護相談に熱意があり、東京で行われる養成研修(前期4日・後期1日)に参加できる方、若干名 報酬月1万4000円 選考書類、面接 申・問7月20日(金)必着で「介護相談員応募」・住所・氏名・年齢・電話番号・レポート「私が思う介護保険施設の在り方について」(800字程度)を郵送・持参。〒270-1192市役所高齢者支援課(住所省略可)・内線426

**お知らせ**

**定例教育委員会**

日6月27日(水)10時予定(議案内容により変更あり) 所水道局4階会議室 内6月20日(水)以降にお問い合わせください。傍聴される方は、開催予定時間前に傍聴券に必要事項を記入し、指示に従って入室してください 問教育委員会総務課 ☎7185-1110

**平成30年度教科書展示会**

期間6月29日(金)まで9時～17時(25日(月)休館) 所アビスタ 問教育委員会指導課 ☎7185-1367

**我孫子市水道事業運営審議会の公開**

日6月29日(金)13時30分～(傍聴人受付13時15分～) 所水道局3階会議室 内平成29年度水道事業会計決算見込みについて、平成30年度水道事業会計予算について 定先着5人 問水道局経営課 ☎7184-0114

**一日金融公庫開設**

日7月11日(水)10時～15時 内事業資金融資についての相談 申・問7月6日(金)までに我孫子市商工会 ☎7182-3131

**労働保険料の申告・納付はお早めに**

労働保険の更新手続きは、平成29年度の概算保険料を清算する「確定申告」と平成30年度の見込み保険料(概算保険料)を申告するものです。7月10日(木)までに各労働基準監督署、最寄りの金融機関で手続きしてください 問

**市民伝言板**

市民伝言板は、次のように省略しています。  
 詳しい内容の確認は、当事者間で行うをお願いします。  
 近セ…近隣センター、入…入会金、月…月会費、年…年会費、申…申し込み、問…問い合わせ

**講演・催し たのしもう**

**▼第46回 思い出の歌をみんなで歌う すみれの会**

6月16日(土)14時～。近セこもれび。詩の朗読、リクエスト曲あり。ピアノ伴奏、ドリンク付き。500円。問伊藤 ☎090-2903-4141

**▼世界国別何でも語る会 アイランド編**

6月17日(日)13時～16時。(けや

きプラザ10階会議室。2部スウェーデンカフェ、スウェーデンのワークライフバランスについて。資料代300円。問上原 ☎070-5541-7855

**▼あびこママ体操**

6月19日(火)10時～11時。天王台北近セ。運動不足になりがちなママのための簡単な体操。子ども連れ歓迎。申込不要。800円(人数により減額有)。バスタオルまたはヨガマット持参。問日浦 ☎7182-4888

▼健康体操無料講習会 6月20日・27日(水)18時30分～20時。湖北地区公民館。中高年。女性限定口コモ予防。予約不要。靴、タオル、飲み物持参。問的山 ☎7188-8351

▼なるほど雑穀セミナー(全6回) 1回目…6月27日(水)10時～13時(毎月第4(水)予定)。シーズサロン。雑穀の使い方などを学ぶ。1回3000円。問シーズサロン・NPO法人テラス21 ☎090-1805-5169

▼あびショップ 7月6日(金)・7日(土)10時～18時(最終日17時まで)。イトーヨーカドー我孫子南口店エントランス。問改田 ☎090-7709-3400

**▼食育講演会「楽しく食べて元気に暮**

らそう」 7月7日(土)10時～11時30分。アミュゼ柏。先着順。講師…渡邊智子さん(県立医療福祉大学教授)。500円。申・問東葛北部在宅栄養士会・宮下 ☎090-3538-1709

▼NECグリーンロケット あびこラグビーday 7月7日(土)12時～。NEC我孫子グラウンド。釜石シーウェイブスRFCとの試合、交流会など。岩手物産、飲食販売あり。入場無料。問NECロケットクラブ事務局 ☎03-6721-0636

▼第13回定期講演会「生かされて…!」 7月15日(日)14時～15時30分。我孫子栄光教会。「ありがとう」「どうぞ」「恐縮です」で生きていく。講師…浮田益夫さん。無料。問仁科 ☎7188

## さわやかな環境づくり賞 三樹会が受賞

市では、毎年5月を「さわやか環境月間」と定め、環境美化活動や再資源化活動を積極的に推進している個人や団体に対し、「さわやかな環境づくり賞」の表彰を行なっています。

今年度は1団体・三樹会が選ばれ、5月17日に星野市長から表彰状と記念品が贈られました。

○三樹会…天神坂周辺や三樹荘庭園内の清掃活動を平成17年から毎月3回実施しています。

☎ クリーンセンター ☎7187-0015



## 第31回 三島由紀夫賞 新木小・湖北中学校出身 古谷田奈月さんが受賞!

5月16日に行われた、第31回三島由紀夫賞の選考会で、古谷田奈月さんの作品「無限の玄」(『早稲田文学』増刊女性号掲載)が選ばれました。

昨年12月、『リリース』で第34回織田作之助賞を受賞し、3月に市役所を訪れ、「我孫子での暮らしを楽しみながら執筆しています。」と話してくれました。立て続けの文学賞受賞となり、嬉しい限りです。

図書館アビスタ本館では、古谷田さんを紹介したコーナーを設け、すべての著作を所蔵しています。ぜひご一読ください。

☎ 秘書広報課広報室 ☎7185-1269、図書館アビスタ本館 ☎7184-1110



## 我孫子駅発着の臨時特急「踊り子号」 ～伊豆方面へ海水浴に出かけませんか～

我孫子駅と伊豆急下田駅との間で直通運転されている臨時特急「踊り子号」の9月までの運行予定をお知らせします。我孫子駅から臨時特急「踊り子号」に乗って熱海や下田など伊豆方面へ海水浴に出かけませんか! 7月21日(出)から8月18日(出)までの我孫子駅発の列車は時間を早めて出発します。

※停車駅や各駅の到着時間、運賃などは最新の時刻表か下記のお問合せセンターでご確認ください。

☎ JR東日本お問い合わせセンター ☎050-2016-1600



### 踊り子123・131号(下り)、132号(上り)発着時間

列車名	発駅・発時刻	着駅・着時刻	運転日
踊り子123号	我孫子 7時16分	伊豆急下田 10時41分	7月21日(出)・28日(出)、8月4日(出)・11日(祝)・18日(出)
踊り子131号	我孫子 10時45分	伊豆急下田 14時21分	8月25日(出)、9月1日(出)・8日(出)・15日(出)・16日(日)・22日(出)・23日(日)・29日(出)
踊り子132号	伊豆急下田 14時33分	我孫子 18時10分	7月1日(日)・22日(日)・29日(日)、8月5日(日)・12日(日)・19日(日)・26日(日)、9月2日(日)・9日(日)・16日(日)・17日(祝)・23日(日)・24日(月)・30日(日)



## 楽 げんきフェスタ2018 『笑顔はぼくらのげんきのエネルギー!!』 ～はじける笑顔、かがやくひとみ～

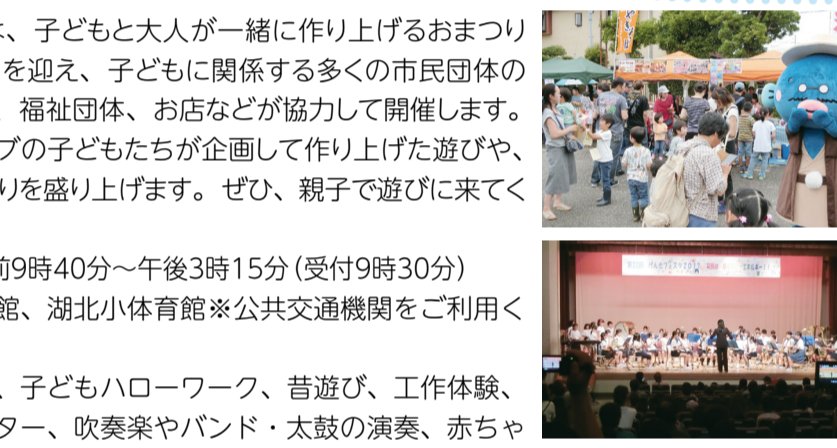
「げんきフェスタ」は、子どもと大人が一緒に作り上げるおまつりです。今年で23回目を迎え、子どもに関係する多くの市民団体のほか、自治会や学校、福祉団体、お店などが協力して開催します。ジュニアスタッフクラブの子どもたちが企画して作り上げた遊びや、ゲストを招いておまつりを盛り上げます。ぜひ、親子で遊びに来てください。

**日時** 6月24日(日)午前9時40分～午後3時15分(受付9時30分)  
**場所** 湖北地区公民館、湖北小体育館※公共交通機関をご利用ください。

**内容** おばけやしき、子どもハローワーク、昔遊び、工作体験、人形劇、パネルシアター、吹奏楽やバンド・太鼓の演奏、赤ちゃん人形だっこ体験、絵本の読み聞かせ、オレンジリボン作り、スーパーボールすくいなどのゲームコーナー、プチサスケ、模擬店など※雨天時プログラム変更あり

**ゲスト** 東京理科大学マジックサークル「PALM」(マジック)、川村学園女子大学舞台芸術サークル「コットンキャンディ」(ゲーム、ダンス)、ジャズダンスサークル「teamORANGE」(ジャズダンス) **費用** 1人100円(3歳以下無料)

☎ 七戸 ☎090-8558-9916、子ども支援課・内線832(6月22日(金)まで)、げんきフェスタ2018実行委員会 ☎090-9202-5162(前日、当日のみ) ☎<http://www.geocities.jp/genkifesta/>



## クイズ あびこの自然と文化 49 ～鳥の博物館～

6月24日(日)まで開催中の企画展「日本の海鳥―カムリウミスズメと行く海の旅―」からの問題です。手賀沼は海から離れていますが、毎年渡ってくる海鳥がいます。次の海鳥のグループのうち、手賀沼にも飛来するのはどの仲間でしょうか?

①アオウドリ ②アビ  
③ミズナギドリ ④カモメ

正解者の中から抽選で、鳥の博物館・白樺文学館・杉村楚人冠記念館に入館できる3館共通券をペアで5組の方にプレゼントします。

☎・☎ はがき・ファクス・Eメールにクイズの答え・住所・氏名・電話番号を明記し、6月28日(木)必着で、〒270-1192市役所あびこの魅力発信室(住所省略可) ☎7185-1520 ☎[quiz@city.abiko.chiba.jp](mailto:quiz@city.abiko.chiba.jp) ☎7185-2493※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。答えは7月16日号に掲載します。



## 図書館員が選ぶ 11 この一冊

『いま、会いにゆきます』 市川拓司/著 小学館

高校時代の同級生巧と漣は結婚し、やがて息子佑司が生まれる。ところが5年後、「雨の季節になったら戻ってくるから」という言葉を残して亡くなってしまふ漣。巧は悲しみの中、不器用ながらも、幼い佑司と懸命に生きていた。

すると、1年後の雨の日に、約束通り二人の前に漣が現れるのだが…

映画やドラマでも有名になった作品である。タイトルは、物語の不思議な世界を表すのに十分な役割を果たす。巧と佑司、そして漣が戻ってからの3人の生活は優しい時の流れに包まれ、ずっと続いてほしいと願わずにはいられない。雨の季節に読みたい、切なくて愛情深い物語である。



## 消費生活センターだより 75 スマートフォンのデータ通信量の目安は?

スマートフォンのデータ通信量が足りずに買い足して請求が高額になり支払いが困難になったという相談があります。データ通信量の上限を超えてしまい制限がかかったという話もよく耳にします。

では、基準となる1GB(1ギガバイト=約840万パケット)でどのくらいの通信ができるのでしょうか?

メールなら容量を小さくした写真が添付できます。容量は添付する時に表示されるので参考にしてください(受信側にもデータ通信料がかかるので要注意)。

ネット動画の閲覧なら中画質で4時間を超えるくらい。音楽のダウンロードは一曲4分程度の曲を200曲ちょっと。SNSでおしゃべりしたり写真をやり取りしたりしてもデータ通信量を使います。

まずは契約時のプランの確認をしてみましょう。データ通信量をチェックし、上手に楽しみましょう。

**相談受付日時** ☎ 消費生活センター ☎7185-0999  
 平日、第2・4土曜日 午前10時～午後5時30分  
 アビクオーレ2階(イトーヨーカドー我孫子南口店)