

広報



あひびこ

10月1日



平成30年(2018年) No.1462

〒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

主な内容

4月入園 幼稚園児を募集	2面
幼稚園等園児の保護者に対する補助	2面
あびっ子クラブの登録料が変更	3面
障害者福祉施設で働いてみませんか	4面
踊り子号の運行情報	5面
てがぬまカレンダーを販売	5面
高齢者インフルエンザ予防接種	8面
子育て支援ガイドを発行	9面

あなたの手でつなぐ救命のリレー

AED

あなたの勇気が命を救う

8分30秒

通報から救急隊が到着するまでの時間

10%

心臓停止で何もしない場合、1分ごとに減少する生存率

43.3%

救急隊の到着前にAEDを行った場合の社会復帰率 (18.9%から2.3倍に)

10月1日から市内コンビニエンスストア32店舗に設置

市は、株式会社セブン-イレブンジャパン、株式会社ファミリーマート、株式会社ローソン、ミニストップ株式会社、山崎製パン株式会社と協定を締結し、市内にある24時間営業のコンビニにAED(自動体外式除細動器)を設置しました。もしもの時には、いつでも近くのコンビニのAEDを使用することができますので、迷わずにご使用ください。

☎ 消防本部警防課 ☎7181-7701

救命率の向上で
安心して暮らせる
まちへ

我孫子市長
星野 順一郎

これまで市では、救命率向上につながるため、全ての公共施設にAEDを設置しました。10月1日からは、コンビニエンスストア5法人の協力により、市内32店舗にも設置されます。

今回、各店舗の協力により、日常生活の中でも身近で分かりやすい場所に設置することができました。公共施設が閉館している夜間や休館日であっても、いち早く人命救助ができる救命体制の充実を図ることができそうです。

市の救急体制は、AED設置のほか、高齢者の増加などに伴う救急出動に対応するため、救急隊を1隊増やすとともに、高規格救急自動車を1台増やし、平成28年度から常時5隊体制で救急活動に取り組んでいます。また、市内6病院での救急受入体制の整備や高規格救急自動車を買替え、救急医療の充実を図ってきました。

引き続き、市民の皆様とともに、安心して暮らすことができるまちづくりを進めていきます。



あなたもバイスタンダー(その場に居合わせた応急処置のできる人)になろう
AEDの必要性や使用方法など、詳しくは2面をご覧ください。



平成31(2019)年4月入園 幼稚園児を募集

入園願書は、10月15日(月)から各園で配布します(出願手続きは11月1日(木)以降)。詳しくは各園にお問い合わせください。

市内私立幼稚園

幼稚園名	住所	教育時間 ※土曜日休園	預かり保育実施時間 上段：平日(月～金曜日) 下段：夏・冬・春期休業期間	電話番号
めばえ	白山 2の7の5	平日8時～14時 水曜8時～12時(月2回)	7時～8時 教育時間後～19時 7時～19時	7184-1313
若草	中里515	平日9時～14時	教育時間後～18時 8時～18時	7188-2026
湖北 白ばら	中峠村下 1の2	平日8時30分～14時 水曜8時30分～11時30分(月2回)	7時～19時 7時～19時	7188-2211
わだ(※)	布佐1275	平日9時～14時	7時30分～19時 7時30分～19時	7189-1608
二階堂	久寺家 479の1	平日8時45分～14時 水曜8時45分～11時(月1回程度)	7時30分～18時30分 7時30分～18時30分	7185-1371
エーデル	泉24の32	平日9時～14時 水曜9時～11時30分 月1回9時～14時	8時～18時 8時～18時	7184-4804
布佐台	布佐1849	平日9時～14時 水曜9時～13時	7時30分～19時 7時30分～19時	7189-0231
認定 子ども 園名	住所	教育時間 (教育認定のお子 さんは土曜日休園)	預かり保育実施時間(教 育認定のお子さんのみ) 上段：平日(月～金曜日) 下段：夏・冬・春期休業期間	電話番号
ひかり	緑2の3の1	平日9時～14時 第3水曜9時～11時	7時～8時30分 教育時間後～19時 7時～19時	7185-0415
湖北台	湖北台 8の10の2	平日9時～14時 第3水曜9時～11時	7時～8時30分 教育時間後～19時 7時～19時	7188-1001
つくしの	つくし野 6の23の 10	平日9時～14時 第3水曜9時～11時	7時～8時30分 教育時間後～19時 7時～19時	7184-3200

◎認定子ども園とは、幼稚園と保育園の機能をあわせ持つ施設です。

※わだ幼稚園は、平成31年度から認定子ども園に移行する予定です。

☎ 直接各園へ



平成30年度 私立幼稚園等園児の保護者に対する補助

①私立幼稚園等園児補助金

3～5歳児の保護者に年額1万9000円を補助します。

②私立幼稚園就園奨励費補助金

満3歳児以上の保護者の市民税所得割額に応じて年額補助します。

※上記2つの補助金の手続きは幼稚園を通じて行います。

③私立幼稚園預かり保育料助成金

幼稚園の預かり保育を利用する場合、保育料の一部を助成します。

対象 市内在住・在園で、両親の就労(1日3時間以上、月12日以上)・就学・出産・傷病などにより、園児を家庭で保育することが困難な方

申請期限 4月～9月までの利用分…10月19日(金)まで、10月～平成31年3月までの利用分…平成31年4月26日(金)まで

申請方法 所定の書類を保育課(市役所西別館2階)・各行政サービスセンター(期限内のみ)へ持参または郵送。〒270-1192市役所保育課(住所省略可)

※認定子ども園は①②③が対象外です。

※子ども・子育て支援新制度に移行した園は①②が対象外です。

詳しくはお問い合わせください。

☎ 保育課・内線322



あなたもバイスタンダー

(その場に居合わせた応急処置のできる人)

☎ 消防本部警防課 ☎ 7181-7701

だれでも使えるAED(自動体外式除細動器)とは

AEDは心臓に電気ショックを与える、だれでも使える救命の医療器具です。不整脈を起こし心肺停止状態となっている方に使用することで、心臓の動きを元に戻す機能があります。

救急隊が到着するまで8分30秒 それまでにAEDを!

突然の心肺停止…1カ月後の社会復帰率は?

救急隊が到着するまでAEDを使用しなかった場合→18.9%

約2.3倍

救急隊が到着するまでにAEDを使用した場合→43.3%

消防の救急体制は、通報から平均8分30秒で現場に到着します。心肺機能が停止した場合、そのまま何もしないと生存率は1分ごとに約10%ずつ減少します。一刻を争う人命救助にAEDはとても有効です。

勇気ある行動と迅速な対応が命を救いました!

～市内でAEDを使った事例～

朝の通勤時間帯に駅のホームを歩いていた男性が、突然崩れるように倒れました。その場に居合わせた男性はその様子を目撃し、駆け寄ると意識がありませんでした。すぐに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を行い、駅に設置してあるAEDを使用し、駅員と協力して電気ショックを実施しました。この救命処置を救急隊が到着するまで行った結果、倒れた男性は一命をとりとめ社会復帰することができました。

※市ホームページでは、市内施設マップにAED設置場所を掲載しています。ぜひご覧ください。

AED以外の救命方法も学べる「救命講習会」を受講しよう

AEDの使用法、出血時などの応急手当、心臓マッサージの方法などを学んでおきましょう。いざというときに冷静に対応できるよう消防署では救命講習を行っています。

※申込方法など詳しくは広報あびこ、市ホームページでお知らせします。

救命講習は「生涯学習出前講座」でも行っています!!

消防職員が伺い講習を行います。PTA、自治会、友人同士などのグループの勉強会などご利用ください。詳しくはお問い合わせください。

☎ 我孫子地区公民館 ☎ 7182-0511

キリトリせん

AEDの操作は音声どおりに行えば大丈夫!



AEDは音声で操作方法を教えてください。音声案内のとおりに行えば、誰でも簡単に操作できます。

- ①電源を入れる…電源が入ると音声の流れ操作が始まります。
- ②電極パッドを貼る…貼る位置は電極パッドに記載されています。
- ③ショックボタンを押す…自動解析後、電気ショックが必要な場合は音声で教えてください。音声案内に従いショックボタンを押します。
- ④心臓マッサージを再開…電気ショック後、AEDはそのままの状態ですぐに心臓マッサージを再開します。AEDの音声案内に従い、③・④を繰り返します。

キリトリせん

※いざという時のために切り取って財布や手帳に入れておきましょう。

<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



平成31年度から あびっ子クラブの登録料が変わります

市では、“地域で子どもを育てる”“子どもたちが安全・安心に遊べる”を基本に、放課後の子どもたちが学校の敷地内で安心して自由に過ごせる、児童館の機能を持った場所「あびっ子クラブ」を市内の小中学校で運営しています。今年9月をもって全小中学校にあびっ子クラブの設置が完了しました。

登録料はこれまで500円としてきましたが、運営費の増加や「あびっ子クラブ登録料に係るアンケート」の結果などを踏まえ、平成31年度からの登録料を1000円とすることになりました。

今後もより良い子どもたちの放課後の居場所づくりのできるよう運営に努めていきますので、ご理解のほどお願いします。

登録受付 平成31年4月上旬

登録料 年間1000円

☎ 子ども支援課・内線449

喫煙マナー向上・ポイ捨て防止合同キャンペーン

県内17市で行ないます。市では10月15日(月)に我孫子駅、16日(火)に天王台駅で実施します。喫煙は所定の場所です。歩きたばこやポイ捨てはやめましょう！
☎ クリーンセンター ☎ 718710015

ご活用ください！マンション相談・セミナー！出張アドバイザー

市では、千葉県マンション管理士会と連携し、個別相談会・セミナー・アドバイザー派遣を行っています。
◎個別相談会：管理組合の運営全般、長期修繕計画、大規模修繕工事の進め方、区分所有法・管理規約などの問題
◎セミナー：毎回テーマを決定し、マンション管理に

- 1 役立つ講座を開催。セミナー後は現在抱えている問題などを話し、マンション管理士から支援・援助があります。
- ◎アドバイザー(出張)：マンション管理に関するご相談、勉強会など
- 10月のマンション問題個別相談会
 - 日時 10月21日(日)午前9時30分～午後3時
 - 場所 市民プラザ会議室1
 - 対象 市内マンションの管理組合、管理者、居住者
 - 費用 無料
 - ☎・☎ 先着8組(1組1時間)電話で10月15日(月)までに建築住宅課・内線60
- 今後のマンション問題個別相談会・セミナー
 - ◎セミナー・相談会：12月2日(日)
 - ◎個別相談会：平成31年2月24日(日)
- 1 場所 市民プラザ会議室1
- ☎ 建築住宅課・内線60

公共下水道事業 審議会の委員を募集

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の委員を募集します。

- 任期 11月1日から2年間
- 対象・定員 3カ月以上市内に在住している20歳～70歳の方、1人※他の審議会委員などの兼任不可
- 審議会の開催 必要に応じて随時(平日に開催)
- 選考方法 選考委員会によるレポート審査
- 申込方法 「公共下水道に

加入されましたか？ 交通災害共済 随時申込受付中！

市では、千葉県市町村交通災害共済制度に加入しています。交通災害共済は、皆さんの会費で支える助け合いの見舞金制度です。
加入できる方 市内に住民登録している方と扶養者
共済期間 加入受付日の翌日～翌年8月31日
対象となる事故 車両(自動車・オートバイ・自転車など)の交通による事故、電車による事故など(いずれも事故証明が得られる人身事故)※相手方の傷害、賠償などは対象外
年会費 加入月に応じて1人1000円～7000円
共済見舞金 死亡：150万円、傷害：2万円～50万円、身体障害者(1級・2級)：傷害見舞金のほかに50万円、交通遺児：遺児1人につき10万円

我孫子都市計画の変更に伴う図書の縦覧

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および都市計画下水道の変更を、9月18日に行いました。関係図書は市役所開庁日にご覧いただけます。
縦覧場所・☎ ◎都市計画

10月15日～21日は「違反建築防止週間」

期間中、県下一斉公開建築パトロールが実施されます。建築基準法では、建築物の安全性を確保し、私たちの生命や健康、財産を守るため、建築物の敷地や構造などに関するさまざまな基準を定めています。
建築物を建てる場合は、建築基準法などの法令で定める基準や手続きを守り、適正に工事を進めましょう。
また、工事が完了したら、法令に基づき検査を受けましょう。この機会に、建物が法令に適合しているか建築士に相談するなどの点検をお願いします。
☎ 建築住宅課・内線56

ついて」のレポート(800字程度)と、別紙に住所・氏名・生年月日・性別・電話番号を明記し郵送・持参
☎・☎ 10月15日(月)必着
〒270-1119 2市役所下水道課(住所省略可)・内線546

男女共同参画情報紙「かがやく」を発行しました

「かがやく」第35号では「働き方『自分スタイル』」我孫子で起業した女性たち(聞く)と題し、市内で活躍する2人の女性起業家を紹介しています。自治会の協力でお届けするほか、市内公共施設でも配布

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(東別館1階)・内線585 ◎都市計画下水道の変更：下水道課(東別館2階)・内線546

市内一斉防犯パトロールを実施します

日時 10月19日(金)午後7時～8時※雨天時26日(金)
対象 どなたでも(歩きやすい服装で)※小学生以下は保護者同伴
☎ 我孫子市防犯協議会 ☎ 718418190(平日)



します。
☎ 男女共同参画室 ☎ 718511752

地区	集合場所
我孫子南	我孫子駅前交番前
我孫子北	我孫子駅北口階段下/つくし野交番前/根戸近隣センター
天王台	天王台駅北口階段下/天王台西公園/我孫子郵便局横
湖北	湖北駅北口階段下/新木駅前交番前/上新木青年館/根古屋団地集会所
湖北台	湖北台交番前
布佐	布佐駅前交番前

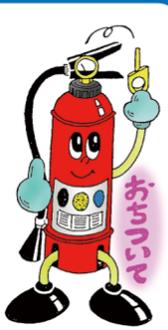
午前9時15分～午後5時

平成31年10月1日から飲食店などの 消火器具設置義務が拡大されます

平成28年12月に発生した新潟県糸魚川市大規模火災を受け、全ての飲食店に消火器具の設置が義務となります。今年の10月1日から消防職員が法令改正説明のため訪問または電話連絡します。
※消防職員が消火器を販売することはありません。不適切な訪問販売に注意してください。

対象 火を使用する設備または器具を設けた飲食店(調理油過熱防止装置などは除く)

☎ 消防本部予防課 ☎ 7181-7702



我孫子市いのち支え合同 自殺対策計画(案)

趣旨 自殺対策基本法に基づく市町村自殺対策計画として、生きることの包括的な支援(自殺対策)を推進する計画を定めるもの
公表期間 10月5日(金)～11月5日(月)
閲覧場所 社会福祉課、行政情報資料室(市役所本庁舎1階)、各行政サービスセンター、アピスタ、湖北地区公民館、各図書館分館、市民プラザ、各近隣センター、市ホームページ
意見の提出方法 意見書に記入のうえ公開期間中に①社会福祉課へ郵送・ファクス・持参②ちば電子申請サービス③閲覧場所の窓口へ提出または備え付けの意見書投函箱に投函
提出先・☎ 〒270-1119 2市役所社会福祉課(住所省略可)・内線476 ☎ 718513933



パブリックコメント
ご意見をお聞かせください

あびこ測量株式会社から 「子ども用滑り台」と 「折り畳み式ショーケース」が 寄贈されました



あびこ測量株式会社は、創立以来、道路用地の測量や補償コンサルタント業務などの事業を行う一方で、市と連携して環境美化に取り組むボランティア活動や福祉自動販売機の設置などの地域貢献も行っています。

今回、事業所創立40周年を記念して、こども発達センターの子どもたちのために滑り台を、また、白樺文学館には、白樺派の文人たちの作品をより多く展示できるように、折り畳み式ショーケースを寄贈していただきました。

滑り台とショーケースは、大切に活用させていただきます。

☎ 秘書広報課・内線272



我孫子市社会福祉協議会 移送サービス

●移送サービス利用者募集
利用時間 午前8時30分～午後4時、週4回まで
内容 市内・周辺の病院などへの送迎
対象 市内在住で要介護・要支援認定者、障害者手帳所持者、内部疾患などがあり公共交通機関の利用が困難な方※事前に面接あり
費用 基本料金(1日350円)と燃料代(1km50円)
●運転ボランティア募集
内容 社会福祉協議会の車で病院などへ送迎(無償)
資格 ①普通運転免許②75歳以下③運転歴10年以上④2年以内に免許停止処分を受けていない⑤福祉有償運送運転者講習・セダン等運転車講習を修了※⑤を修了していない方は講習あり
☎ 我孫子市社会福祉協議会 ☎718411539



▲千葉県共同募金会イメージキャラクター「びわびよ」

赤い羽根共同募金が 始まります

赤い羽根共同募金は、地域の助け合いの募金運動で、毎年10月1日～12月31日の期間に全国で行われます。募金は、我孫子市で7割、千葉県で3割が使われます。自治会や学校、商店・企業などで募金運動を行いますので、ぜひご協力ください。
☎ 我孫子市社会福祉協議会 ☎718411539



趣味♡婚活パーティ

日時 11月11日(日)午後2時～5時 場所 けやきプラザ11階

内容 テーマ別交流、レクリエーション、フリータイム、マッチングなど
テーマ ①ペット・動物好き②映画・ドラマ好き③観劇・鑑賞好き④○○館・○○園好き
対象 20代～40代
定員 テーマ別、男女各5人程度(遂行人数各3人以上、応募者多数の場合は抽選)
費用 2000円
☎・☎ 1人1テーマを選択し、10月20日(出)までに電話・Eメール・QRコード。我孫子市結婚相談所あびこい♡ハート ☎7157-3900 ☓wedding@abiko-shakyo.com



緑のリサイクル情報

市では、大切な緑をリサイクルしていくため、引っ越しなどで不要となった庭木の情報や、譲ってほしい庭木の情報を市ホームページでお知らせしています。
●庭木を譲りたいとき…樹木の種類、本数、高さ(3m以内)、花の色など
●庭木を譲ってほしいとき…希望する樹木の種類や、本数、高さ、花の色など
※電話でご連絡ください。掘り取り・運搬については、原則として譲ってもらう方が行ってください。
☎ 公園緑地課・内線545

障害者福祉施設で働いてみませんか

我孫子市福祉施設連絡会の会員施設で支援員を募集中です。募集内容や施設の見学など、詳しくは各施設にお問い合わせください。
☎ 障害福祉支援課・内線389

施設名	場所	電話番号
みずき	古戸804	7187-5171
つくばね会	都部新田37の2	7187-1944
むつぼし	柴崎845の1	7184-6258
i工房	南新木1の19の7	7139-1153

ふたつのハロウィンジャンボ宝くじ 10月1日(月)から発売

市町村の振興を目的に、「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」が、10月1日(月)～23日(火)まで2種類同時発売されます。

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円
10月1日(月)2種類同時発売!
発売期間 10/1(月)～10/23(火)
公益財団法人千葉県市町村振興協会

●主な当せん金
「ハロウィンジャンボ宝くじ」
1等…3億円・前後賞…各1億円
「ハロウィンジャンボミニ」
1等…3000万円
前後賞…各1000万円
宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
購入は千葉県内の宝くじ売り場で!
☎ 財政課・内線220

10月 市民相談・県民相談 ※☎は予約制です。

相談種別	日時	場所	電話
弁護士法律相談☎	9日(火)、11日(木)、16日(火)、18日(木)、23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～)
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)	〈相続・遺言・成年後見など〉行政書士会・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☎080-5901-3236(平日13時～16時。予約は2日(火)～15日(月)まで)
年金・労働相談☎	10日(水) 13時～17時	市民相談室(本庁舎2階)	千葉社会保険労務士会東葛支部☎047-345-9992(9時～15時)
税務相談☎	19日(金) 10時～15時	市民相談室(本庁舎1階)	収税課☎7185-1349(予約は15日(月)8時30分～)
不動産相談☎	12日(金)	市民相談室(本庁舎2階)	建築住宅課・内線601(先着8組。予約は10日(水)まで)
住宅相談☎	12日(金)	分館2階小会議室	建築住宅課・内線601(先着4組。予約は10日(水)まで)
消費生活相談	月～金曜日、第2・4土曜日(祝日を除く) 10時～17時30分	消費生活センター	☎7185-0999
市民相談	人権相談	電話	月～金曜日8時30分～17時15分 みんなの人権110番☎0570-003-110
生活相談	月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時	社会福祉課(西別館2階)	内線393
健康相談	月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時	保健センター	健康づくり支援課☎7185-1126
心の相談☎	22日(月) 13時30分～	相談室(西別館2階)	障害福祉支援課・内線421(予約は19日(金)まで)
交通事故巡回相談☎	9日(火) 10時～15時	市民安全課(本庁舎地階)	内線485(先着4組。予約は4日(水)まで)
子ども総合相談	月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時	子ども相談課(西別館1階)	☎7185-1821
ひとり親・婦人相談	月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時	〈離婚・養育費・面会交流など〉	子ども支援課(西別館2階)・内線849
DV相談	月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時	社会福祉課(西別館2階)	内線394
結婚相談(☎優先)	木曜日 10時～17時 第1・3土曜日、第2・4日曜日 10時～19時	我孫子市結婚相談所	あびこい♡ハート☎7157-3900
若者就労支援相談☎	22日(月) 10時～14時	市民相談室(本庁舎2階)	〈おおむね40歳まで〉企業立地推進課☎7185-2214
地域職業相談	月～金曜日(祝日を除く)9時30分～17時	地域職業相談室(サンビーンズビル6階)	☎7165-2786
県民相談	介護とこころの相談☎	火～日曜日 10時～16時	福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ1階)☎7165-2886
すまいの相談	金曜日 10時～16時(随時)、水・木曜日10時～12時(要予約)	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☎	火～日曜日 10時～16時	福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ1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～17時	柏児童相談所	☎7134-4152

〈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

景観セミナー&屋外広告タウンミーティング
 大正時代の歴史薫る「白樺派の小径」と、活気と賑わいのある「手賀沼ふれあいライン」を歩いて、屋外広告物のあるべき姿を考えてみませんか?
日時 10月25日(木)午後1時～4時50分(受付午後0時30分～)
場所 アビスタミニホール
内容 齋藤啓子さん(武蔵野美術大学教授)による講演「景観まちづくりと屋外広告物」、グループに分かれてまち歩き&ワークシヨップ
定員 先着60人
費用 無料
申込 10月16日(火)必着で講座名・氏名・住所・生年月

シルバー人材センター入会説明会
日時 10月22日(月)午後1時～3時
場所 アビスタ第1学習室
対象 市内在住の60歳以上で働く意欲のある方、先着20人
入会金 1200円
申込 10月18日(土)必着で講座名・氏名・住所・生年月日・電話番号を明記し郵送・ファクス・Eメール。
 〒260-0013 千葉市中央区中央4の10の17 千葉中央ヒミコマンション205 千葉屋外広告美術協同組合 043-22517955 info@chikoubi.com
会場 千葉県公園緑地課 043-22313998



我孫子駅発着の臨時特急「踊り子号」～伊豆方面へ紅葉散策に出かけませんか～

我孫子駅から臨時特急「踊り子号」に乗って熱海・伊豆・下田方面へ出かけませんか! 停車駅や各駅の到着時間、運賃などは最新の時刻表またはお問い合わせセンターでご確認ください。



問合せ JR東日本お問い合わせセンター
 ☎050-2016-1600

踊り子131号(下り)、132号(上り)発着時間

列車名	発駅	時刻	着駅	時刻	運転日
踊り子131号	我孫子	10時45分	伊豆急下田	14時21分	10月:27日(土) 11月:10日(土)、17日(土)、23日(祝)、24日(土)
踊り子132号	伊豆急下田	14時33分	我孫子	18時10分	10月:28日(日) 11月:11日(日)、18日(日)、24日(土)、25日(日)

※全席指定席です。

楽 10月のふれあい工房

リサイクル・フリーマーケット出店者を募集

日時 10月21日(日)午前10時～正午(出店無料)
内容 26区画(1区画3.3㎡)※応募者多数の場合は抽選、食品の販売は禁止
対象 市内在住・在学・在勤の方(業者は不可)※福祉団体はその旨を記入してください。
申込 10月9日(火)必着で往復はがきに代表者の住所・氏名・電話番号・主な出店品目など、返信面に住所・氏名を明記。〒270-1173 青山450ふれあい工房 ☎7186-5500
 ※フリーマーケット開催のため、前日10月20日(土)午後、当日21日(日)は工房での作業はできません。※当日は係員の指示に従い、NEC我孫子事業場の駐車場をご利用ください。

リサイクル教室名	開催日時	募集人数	費用	持参する物・備考
木彫教室(仏像)2期制初歩からの仏像:仏頭コース(前期10回)10月～3月	10月6日(土)9時30分～16時	5人	初回全納3000円	彫刻刀(ある方)、布手袋、昼食、11月～3月は毎月第1・3土曜日開催※10月は6日、1月は19日(土)のみ
布クラブ教室(傘布からゴム入りバッグ)	10月10日(火)9時30分～15時	5人	300円	1.2cm幅のゴム50cm、裁縫道具、昼食
布クラブ教室(エプロン)	10月11日(水)①9時30分～12時②13時～15時	各3人	300円	素地90cm×90cm(綿または麻)、ミシン糸、裁縫道具
バッグ作り教室(裂き織りポシェット)	10月12日(木)9時30分～15時	5人	300円	裂き織り、ベース布、裏布、芯、ミシン糸、裁縫道具、昼食
布ぞうり作り教室	10月17日(火)9時30分～12時	5人	300円	なし
布クラブ教室(ジーンズから4枚はぎバッグ)	10月17日(火)9時30分～15時	5人	300円	ジーンズ1本、裁縫道具、昼食
木工教室(クリスマスツリー)	10月18日(水)10時～12時	5人	300円	なし
布クラブ教室(着物から袖付きチュニック)	10月18日(水)9時30分～15時	5人	300円	ほどいた着物一着分(洗ってアイロン)、接着芯、ミシン糸、裁縫道具(チャコペーパー、まち針など)、昼食
包丁研ぎ教室	10月19日(木)10時～12時	5人	300円	包丁は1人2本まで
裂き織り教室	10月23日(日)9時30分～11時30分	5人	300円	古布1mくらい、はさみ
裂き織り糸掛け教室	10月23日(日)9時30分～11時30分	2人	300円	なし
トールペイント教室(クリスマス)	10月26日(金)9時30分～15時	5人	300円	エプロン、昼食
お裁縫相談	14日(日)9時～12時	3人	無料※工房使用料200円がかかります	初心者の方、お裁縫の基礎(ミシンの使い方、簡単な袋物作りなど)※作りたい物の材料は持参

※申込方法:申し込みは本人に限る(詳しくは工房に問い合わせ)。月曜日(休館日)を除く毎日【電話のみ開催日前日まで受付】9時～17時(いずれも定員になり次第締め切り。キャンセルの場合は必ず連絡をしてください)。なお、キャンセル待ちの方は、参加希望教室開催日の前日に電話で問い合わせてください。

リサイクルアドバイザー来館日 園ふれあい工房 ☎7186-5500 FAX7165-2430

- 「裂き織り・バッグ作り相談日」 第2水曜日 10時～15時
- 「トールペイント相談日」 第1水曜日 10時～15時
- 「木工アドバイザー」 休館日を除く毎日9時30分～16時
- 「布クラブ相談日」 第1火・水・木曜日、第4水・木曜日10時～15時
- 「布ぞうり相談日」 第2金曜日10時～15時

◎布クラブ、布ぞうり、裂き織り相談日(10時～15時)にはミシンを開放(工房使用料がかかります)。※リサイクル教室の作品写真は、ふれあい工房のホームページでご覧になれます。
 園 http://www.abiko-fureaikoubou.com



災害時外国人サポーター養成講座

災害が発生した時に外国人の方が直面する課題とはどんなことでしょうか。また、どのような支援ができるでしょうか。一緒に考え、体験して、緊急時に備えましょう。

日時 12月8日(土)午後1時～5時、12月15日(土)午前10時～午後4時(全2回)
場所 市民プラザ
内容 8日…講義・グループワーク、15日…講義・グループワーク・非常食試食、避難所巡回訓練(在住外国人の方が訓練に参加)など
対象 災害時の外国人支援活動に関心があり、2日間とも参加できる方(語学力は不問) **費用** 無料
定員 40人(応募者多数の場合は抽選)
申込 10月31日(火)までに住所・氏名・携帯電話番号・職業・Eメールアドレスを明記し、ファクスまたはEメール。千葉県総合企画部国際課 ☎043-223-2254 FAX043-224-2631 kokusaig1@mz.pref.chiba.lg.jp
市内の外国人の方を募集 一緒に災害について学び備えましょう
日時 12月15日(土)午後0時15分～4時30分 **場所** 市民プラザ
内容 災害について学べる教室、非常食・避難所の体験など(参加無料)
申込 事前に申し込みください。企画課 ☎7185-1426



10月1日(月)から 2019年版てがめまカレンダー 販売開始!



期間 平成31年2月28日(木)まで※売り切れ次第終了
販売場所 市民プラザ、アビシルベ、軽喫茶ぼぼら、各地区社会福祉協議会(我孫子北・我孫子南・天王台・湖北・湖北台・布佐)、湖北地区公民館、市役所売店、水の館1階あびこん、i工房c・s・d、i工房café Poco a Poco
 ※施設ごとに営業日・時間が異なります。
 ※10部以上の購入に限り市役所売店で郵送対応可。詳しくはお問い合わせください。



費用 1部200円
問合せ クリーン手賀沼推進協議会事務局(手賀沼課) ☎7185-1484



我孫子市ビジネス交流会

ビジネスには“人脈”と“情報”が必要です。 役立つ情報交換や、ネットワークを広めましょう!

日時 11月10日(土)午後1時～4時30分
場所 我孫子南近隣センターホール
内容 参加者のPRタイム、名刺交換・交流タイムなど
対象・定員 ビジネスを始めたい方、すでに始めた方、事業拡大や新事業展開などを検討している方、先着50人(要申込)
費用 無料 **持ち物** 名刺



申込 申込書(市ホームページからダウンロード可)をEメール・ファクス。企業立地推進課 ☎7185-2214 FAX7185-2215 sougyou@city.abiko.chiba.jp



楽 白樺の調べ 第3回「『和解』を読む」

市民スタッフによる朗読とピアノ演奏、学芸員の軽快なトークをお楽しみください。

日時 10月21日(日)午後2時～3時

場所 白樺文学館1階ピアノサロン

定員 先着20人

費用 無料(ただし入館料がかかります)

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



楽 手賀沼流域フォーラム

主催 手賀沼流域フォーラム実行委員会 費用 無料

手賀沼流域フォーラム…市民活動団体、流域市、手賀沼水環境保全協議会が実行委員会を構成し、市民団体と行政の協働で、広く皆さんに手賀沼の魅力や環境について知っていただくこと、さまざまな活動を行っています。

手賀沼賞 エコ・こども教室

日程 10月21日(日) 場所 アビスタ

・手賀沼賞受賞者の研究発表会

時間 午前10時～正午 場所 第1学習室

内容 教育委員会主催「科学作品展」の「手賀沼賞」受賞作品から、環境レンジャーが選定した素晴らしい研究成果を発表してもらいます。定員 当日先着50人

・エコクイズ大会

時間 午前9時30分～午後3時

場所 ストリート

内容 手賀沼賞クイズに挑戦して野鳥カードをゲットしよう。企画 我孫子市環境レンジャー

☎ 手賀沼課 ☎7185-1484



森をきれいにしよう、みんなでサツマイモほりしよう

日時 10月21日(日)午前10時～正午※雨天中止

集合 船戸の森のあずまや

内容 船戸の森の自然観察、そうじ(枯れ枝拾い)、手賀沼ファームでサツマイモほり

対象 子どもと大人(小学4年生以下は保護者同伴)

定員 先着25組(要申込) 企画 船戸の森の会

☎・☎ 10月2日(火)正午まで。七尾 ☎7184-5866



楽 環境レンジャーネイチャーイン 谷津の自然と谷津まつり

岡発戸・都部の谷津ミュージアムを散策し、秋の草花、木の実、昆虫、野鳥などの自然を観察しませんか。谷津まつりにも参加して、収穫物をおいしくいただきますよ！

日時 10月20日(土)午前10時～正午※荒天中止

集合 午前9時45分、東我孫子駅南側広場

定員 先着25人(要申込)

費用 無料



環境レンジャーサポーターを募集中！

我孫子の素晴らしい自然環境を紹介し、環境に対する気持ちを育てていくために、啓発活動を行っています。今後も我孫子市の貴重な自然環境を残していくには、新たなレンジャーの育成・参加が欠かせません。専門的な知識は不要！興味のある方は、ぜひサポーターとしてレンジャーの活動にご参加ください！詳しくはお問い合わせください。

☎・☎ 手賀沼課 ☎7185-1484



講座・セミナーのご案内

第33回 高齢社会への対応を探る集い 「高齢社会真ただ中、今新たな課題は？」

日時 10月13日(土)午後1時30分～4時(1時開場)

場所 けやきプラザホール

◎基調講演「まだ変わる！介護保険～総介護社会を考える～」

講師 小竹雅子さん(市民福祉情報オフィス・ハスカップ)

◎事例報告①運転免許を返納したら、そのあとどうする？ ②元気なうちにお部屋の整理を

費用 無料 定員 当日先着500人

主催 我孫子市 企画 高齢社会への対応を探る会

☎ 米澤 ☎7185-5835



▲小竹雅子さん

女性活躍推進プロモーション事業講演会 楽 ピンチから未来への道づくり ～被災地で活躍する新妻さんと考える～

東日本大震災発生時の津波で実家が流されてしまうなど、多くのものをなくしてしまった新妻香織さん。被災者支援のために自ら立ち上がり、さまざまな活動を続けています。困ったとき、行き詰まったとき、未来に向けて何ができるか一緒に考えましょう。ヒントや元気をもらえる講演会です。

日時 10月28日(日)午後2時～4時(1時30分開場)

場所 アビスタホール

講師 新妻香織さん((一社)東北お遍路プロジェクト理事長)

定員 先着100人

※託児あり(2歳から就学前まで。10月18日(休)までに要申込)

費用 無料

☎・☎ 男女共同参画室 ☎7185-1752 FAX7185-1520



▲新妻香織さん

川村学園女子大学 公開講座2018 「明治維新150年」

日時	講座名	講師
10月13日(土)	12時50分～14時20分	明治維新の変革 観光文化学科 西川誠教授
	14時30分～16時	明治日本における翻訳、翻案～イギリス文学を中心に 国際英語学科 小泉朝子准教授
10月20日(土)	12時50分～14時20分	江戸の名所絵からたどる江戸東京の移り変わり 史学科 小林信也非常勤講師
	14時30分～16時	芸能者からみた明治日本～歌舞伎と民俗芸能を中心に 日本文化学科 伊藤純講師
10月27日(土)	12時50分～14時20分	吉之助と小五郎～薩長同盟・征韓論・西南戦争 観光文化学科 西川誠教授
	14時30分～16時	中世史家の見た革命と王権～明治維新とフランス革命を比較して 史学科 金尾健美教授

場所 川村学園女子大学 我孫子キャンパス

費用 無料※申込不要(講座1つだけでも参加可)

☎ 川村学園女子大学 ☎7183-0111

就労支援のための親セミナー

「仕事が長続きしない」「なかなか内定が得られない」など就職に悩んでいる若者の親を対象としたセミナーを開催します。就職事情や親としての就労支援のノウハウなどをキャリアコンサルタントが提供します。

日時 10月19日(金)午後2時～4時 場所 市役所分館2階小会議室

内容 セミナー・個別相談 定員 先着10人(要申込)

☎・☎ 企業立地推進課 ☎7185-2214

<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



健康フェア2018

家族で楽しむ健康イベントを開催します♪

いつまでも健康で過ごすためには、日頃からコツコツと自分の健康のために行動し、「健康貯筋」をすることが重要です。健康フェア2018では、『楽しく続ける健康貯筋』をテーマとし生活習慣の改善アイデアを紹介します！

日時 10月7日(日)午前10時～午後3時
場所 アビイクオーレ(イトーヨーカドー我孫子南口店)



内容 ブースをまわってスタンプを押して、抽選会に参加し、豪華景品をゲット！手賀沼のうなぎちゃん・チーバくん・ふさだだしおも会場にきます！大人気の「赤ちゃんアート」、ヨガ体験もあります！

費用 無料※一部販売あり

【イベント】

◎「楽しく」つづける健康貯筋

スポーツ吹矢チャレンジ、ポールウォーキング体験(雨天中止)、オリジナルカレンダーづくり、折り紙で脳トレ&三角巾の使い方、足裏・肩こりほぐし、アロマで癒しの時間を

◎笑顔倍増！カラダの悩みスッキリ講演会「それって歪みですよ！」…カラダの不調の原因をカイロプラクティックからひも解きます！(午前11時～、午後1時～、1時30分～、2時～)

◎我孫子医師会講演会「いびき」…豪傑の証？、いえいえ、病気です。 午前11時45分～午後0時30分。講師…加藤一良さん(我孫子聖仁会病院院長)

◎「美味しく」つづける健康貯筋

美味しく食べ楽しく運動で健康貯筋 試食配布(午前11時～、午後1時30分～)、健康うまいものマルシェ、水道水のいいところ、始めよう！笑顔で続ける食生活

◎健康貯筋を「確かめよう」

市民歯科健診・親子歯科相談、身体測定コーナー、歩行年齢測定会、医師・薬剤師による相談コーナー、体験型健康啓発コーナー(大腸がん・COPDについて)

◎健康フェア実行委員会事務局(健康づくり支援課) ☎7185-1126



楽 ジャパンバードフェスティバル 2018プレイベント

11月3日(祝)・4日(日)に開催されるジャパンバードフェスティバル(JBF)2018に先駆けてプレイベントを開催します。

「～もうすぐJBF～ 我孫子駅前バードコンサート」

我孫子鳥の大使「♪鳥くん」がコーディネートする歌やダンスなど、さまざまなパフォーマンスがとび出すコンサート♪

人気沸騰中のアイドルグループ「手賀沼サンセット」や各アーティストが出演し、グッズ販売をするほか、我孫子市ふるさと商品の販売もあります。また「手賀沼サンセット」による、フードのボランティア販売もあり！JBFステージをひと足先にお楽しみください！

日時 10月14日(日)午前10時～午後4時(雨天時はステージのみ)

場所 アビシルベ前 費用 無料

◎ JBF実行委員会事務局(手賀沼課内) ☎7185-1484



水の館プラネタリウム「ボサノヴァ星空コンサート」

日時 10月20日(土)①午後1時～②午後3時～※上映1時間前から発券開始

場所 水の館3階手賀沼課事務室前※開始10分前までに集合

内容 プラネタリウムの満点の星の下、心安らぐ音楽に耳を傾けてみませんか。

歌・演奏 鈴木美也子さん 星空解説 駒井仁南子さん

定員 各回当日先着50人 費用 300円

◎ 水の館 ☎7184-0555

※当日、定時上映は行いません。



J:COM Presents NECグリーンロケッツラグビー教室



日時 11月4日(日)午前10時～正午※荒天中止
場所 NECグリーンロケッツグラウンド(NEC我孫子事業場内)

内容 ラグビーのキック、パス、タックルなどをトップ選手と一緒に楽しく体験する教室です。
対象・定員 小学生、50人(応募者多数の場合は抽選)

費用 無料 持ち物 運動しやすい服装、運動靴、タオル、飲み物

◎ 10月19日(金)までにホームページ(QRコード参照)・ファクスで保護者氏名・郵便番号・住所・自宅電話番号・携帯電話番号・子どもの氏名・学年・性別を明記。ジェイコムショップ我孫子駅前店 ☎7169-9999 ☎0120-934-973 ※1回の応募で2人まで



◎NECスポーツ



楽 緑の講習会 庭師入門庭木の剪定講座(実技)

自宅の庭木を自分で管理できるように剪定方法を実技で学びます。気象台記念公園の樹木を題材に、秋から春にかけての剪定方法などを実習する初心者向けの講座です。

日時 10月31日(水)午前10時～正午※雨天時は翌週に変更予定

場所 気象台記念公園

講師 長谷川はるみさん

定員 先着20人(要申込) 費用 500円(資料代、保険代) ※当日払い

持ち物 剪定ばさみ、花ばさみ、筆記用具

◎ 電話で住所・氏名・電話番号を明示。NPOテラス21緑の事務局 ☎080-9344-4378

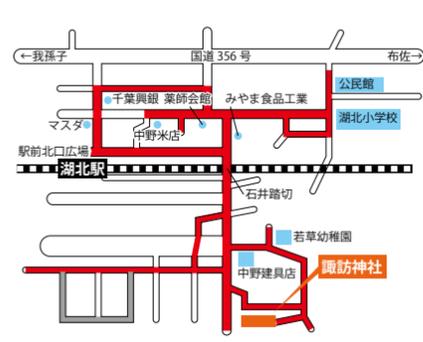


▲春の剪定講座の様子

旧井上家住宅
二番土蔵修復完成！
大人も楽しめる
おはなし&土蔵見学会



ふくしフェスタ
2018
日時 10月13日(土)午前10時～午後2時(雨天中止)
場所 手賀沼公園中央通路・芝生広場
内容 市内障害福祉施設の出店(クッキー、パン、漬物などの食品、手芸・木工・陶芸作品、野菜の販売、焼きそばなどの軽食あり)
◎ あらき園 ☎7185-1583



中里諏訪神社祭礼
交通規制にご協力を
中里諏訪神社の祭礼に伴い、神輿や山車の運行時間に交通規制が行われます。ご迷惑をお掛けしますが、現場での指示に従い、安全通行にご協力ください。
日時 10月7日(日)午前9時～午後2時30分(荒天時8日(祝))
◎ 中野 ☎7188-1059



10月は骨髄バンク推奨月間です

白血病など血液の重い病気と診断された人の中で、骨髄移植でしか治療が望めない方は全国で年間2000人以上います。患者さんとの白血球の型の適合率は、非血縁者間で数百から数万分の1です。また白血球の型が適合しても、実際に移植を受けられる割合は6割ほどで、全ての患者さんが移植を受けられるようになるためには、多くの方のドナー登録が必要です。市では、骨髄移植の登録者と提供者を増やすため、骨髄などを提供する方に助成金を交付しています。

※骨髄ドナーの登録は、献血ルームで行えます。また、10月4日(休)は市役所1階ロビーで献血を行います。ドナー登録もできますので、ご活用ください。

助成対象者 次の全ての要件に該当する方

- ①市内在住で住民基本台帳に記録されている方
- ②(公財)日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業で骨髄・末梢血幹細胞の提供を完了し、証明する書類の交付を受けた方
- ③市民税、固定資産税および都市計画税を滞納していない方

助成金額 骨髄・末梢血幹細胞の提供1回につき10万円

申・問 社会福祉課・内線377



学んで防ごう

医師による骨粗しょう症予防セミナー

日本でも高齢化の進行により、骨粗しょう症の患者数の増加が問題視されています。骨粗しょう症により骨折を起こすと、寝たきりや認知症の進行につながるリスクがあります。骨粗しょう症を予防し、健康寿命を延ばすためには、若い頃から疾患知識を持ち、栄養・運動など日頃から気を付けることが重要です。セミナーでは骨粗しょう症予防や運動・食生活のポイントもお伝えします。

日時 11月9日(金)午後2時～3時45分(受付1時30分～)

場所 我孫子南近隣センターホール(けやきプラザ9階)

内容 講演「あなたの骨、大丈夫ですか?～骨粗しょう症と健康～」

講師 石山典幸さん(我孫子聖仁会病院整形外科部長)
※健康づくりに関するミニ講座もあり

定員 市内在住の方、先着100人(要申込)

費用 無料 **持ち物** 健康手帳(お持ちの方)、筆記用具

申・問 健康づくり支援課 ☎7185-1126



▲石山典幸さん



楽 認知症の方の家族のつらい「あびこ」

ひとりで悩まず、参加してみませんか。

日時 10月10日(水)午後1時30分～3時30分 **場所** けやきプラザ7階研修室

内容 介護方法や日頃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(申込不要)

問 高齢者支援課 ☎7185-1112

10月各種検診と健康教室

◎乳幼児の各種健診・相談・教室 ☎は予約制です。

問 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

項目	日程	対象・内容など
◎ しあわせママパパ学級☎	6・13・20日(出)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
育児相談(乳幼児の育児)	3・24日(水)	子育て支援センター「にこにこ広場」、先着10人
	31日(水)	保健センター
4カ月児相談	2・9日(火)	平成30年5月生まれ
1歳6カ月児健康診査	18日(水)	平成29年3月2日～3月27日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	25日(水)	平成28年2月生まれ
3歳児健康診査	4・11日(水)	平成27年3月1日～4月15日生まれ
5歳児健康診査	25日(水)	平成25年10月生まれ
◎ 離乳食教室(4～6カ月児向け)☎	26日(金)	乳児の保護者、先着30人
◎ 後期離乳食教室(8～9カ月児向け)☎	17日(水)	平成30年1月生まれ、先着20人
◎ 食事・栄養相談☎	随時	全年齢対象・電話相談可

◎心の健康に関する教室

場所 保健センター

問 障害福祉支援課・内線421

教室名	日時
アルコール教室	5日(金)14時30分～16時
心の健康クラブ	15日(月)14時～15時30分

◎デイケアクラブ

時間 午前10時～11時55分

問 障害福祉支援課・内線381

教室名	日・所
あらでい	10日(水)障害者福祉センター
あびでい	24日(水)アビスタ第3学習室

◎遊具うんどう教室

時間 午前10時～11時

問 高齢者支援課 ☎7185-1112

開催日	場所
10日(水)	布佐南公園 *雨天中止
16日(火)	湖北台中央公園 *雨天中止
19日(金)	天王台西公園 *雨天中止



高齢者インフルエンザ予防接種の費用を一部助成します～予防接種はお早めに～

インフルエンザ予防接種は、重症化防止に効果があることが認められています。接種後、効果が出るまでに2週間程度かかるので流行前の12月中旬までに予防接種を受けましょう。接種については効果とリスクを考慮してお受けください。

自己負担額 1500円※生活保護受給世帯の方および中国残留邦人などの円滑な帰国の促進および永住帰国後の自立の支援に関する法律による支援給付受給世帯に属する方は無料

接種の期間と回数 10月1日(月)～平成31年1月15日(火)、1人につき1回まで※市内・県外契約医療機関以外は12月31日(月)まで

対象 接種日現在、我孫子市に住民登録をしている方で、①または②に該当し、我孫子市へ高齢者インフルエンザ予防接種予診票の提出・保存に同意される方

①昭和28年12月31日までに生まれた満65歳以上の方※昭和28年10月1日から12月31日までに生まれた方は、誕生日を迎えてからの接種となりますのでご注意ください。

②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓または呼吸器の障害により、日常生活が極度に制限される方またはヒト免疫不全ウイルスによる重度の免疫の機能障害を有する方※意思確認ができない方への接種については、全額自己負担になります。

接種場所 市内・県外契約医療機関(JAとりで総合医療センター、宗仁会病院)※その他の医療機関をご希望の場合は、接種する前にご連絡ください。

接種方法 医療機関へ連絡の上、接種を受けてください。

持ち物 保険証※生活保護世帯などの無料の方は「休日・夜間等医療受給証」または「本人確認証」

問 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126



健康づくり推進員および食生活改善推進員による栄養教室

乳製品を料理に使って骨粗しょう症予防! ～たんぱく質・カルシウム・減塩～

骨粗しょう症予防には、骨の健康づくりに役立つカルシウムだけではなく、たんぱく質をしっかりとって低栄養を防ぐことも大切です。乳製品を使った料理を食事に取り入れ予防し、健康寿命を延ばしましょう!!

日時 10月30日(水)、11月21日(水)午前10時～午後1時(受付9時45分～)※同じ内容で2回開催します。

内容 乳清ごはん(枝豆・桜えび入り)、とり高野の牛乳煮、小松菜のおひたし、ミニトマトのカッテージチーズ和え、減塩みそ汁ほか

定員 各回先着20人(要申込) **費用** 500円

持ち物 エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

場所・申・問 電話で健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126



▲とり高野の牛乳煮



腸内細菌叢の乱れと病気

No.404

人間1人の全ての体細胞の数は約60兆個であるのに対して、腸の中には約1000種類、総数100兆個にも及ぶ細菌が共生しています。それらの菌は腸内細菌叢(または腸内フローラ)と呼ばれて食物繊維を分解したり短鎖脂肪酸など人体にとって良いものを作って人間の役に立つ善玉菌と、蛋白やアルコールを分解して毒物を作る悪玉菌に分けられます。便の内容は重量比でみると食物残渣はわずか5%であり最も多いのは水分で約60%、腸の粘膜が皮膚の垢のように脱落したものが15～20%、そして腸内細菌の死骸がなんと10～15%も占めるのです。最近腸内細菌叢が乱れて菌種の多様性が失われることにより機能的変化を生じて種々な病気の原因と密接に関連していることが報告され、炎症性疾患(潰瘍性大腸炎やクローン病等)や肥満、動脈硬化、糖尿病、大腸癌、自閉症などの関連が注目されています。病気の治療のために腸内細菌叢を健常者のものと大幅に入れ替える糞便移植療法が考案され研究が行われています。将来糞便移植により肥満などの体型や動脈硬化などの病気も治療できる日が来ることが期待されます。東葛辻仲病院 松尾恵五 **問** 健康づくり支援課 ☎7185-1126

●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



阿部 未来ちゃん
(我孫子・1歳3カ月)
いつも笑顔で好奇心旺盛な未来ちゃん。これからたくさんの経験をして素敵な人生を歩んでね◎



佐野 雅斗ちゃん
(船戸・1歳4カ月)
車が大好きなまさと☆ドライブはいつもご機嫌◎たくさん外遊びして強いカラダをつくらうね!!

10月27日は文字・活字文化の日 市民図書館主催事業

ブックフィルムコーティング講習会

日時・場所 ①10月24日(火)アビスタ第2学習室②10月25日(水)布佐分館第2会議室③10月26日(木)湖北台分館児童フロア
※いずれも午前10時～11時30分

内容 透明フィルムで本のコーティングを行います。

対象・定員 中学生以上、先着順①20人②10人③5人

費用 無料 **持ち物** 30cm定規、自分の本1～2冊

託児 ①のみ。2歳以上就学前までの幼児、先着6人※受付時に申し込み

申込・問い合わせ 10月2日(火)～各図書館窓口または電話。アビスタ本館 ☎7184-1110、布佐分館 ☎7189-1311、湖北台分館 ☎7187-3055

「水の館プラネタリウム」新しい番組がスタートします！

期間 10月6日(土)～11月25日(日)の土・日曜日、祝日

時間・内容 午前10時・午後1時・3時～テーマ番組「夜空を旅する星の鳥」、午前11時・午後2時・4時～星空解説「今夜、なにがみえるかな(秋から冬バージョン)」※上映時間20分

費用 1回100円(中学生以下無料) **定員** 50人
※平日に限り、10人以上の団体にプラネタリウムの貸し切りを行っています(2日前までに要申込、申請書は市ホームページからダウンロード可)。

問い合わせ 水の館 ☎7184-0555

図書館のおはなし会 阿ビスタ本館 ☎7184-1110

アビスタ本館は、照明・空調工事のため、11月5日(月)～30日(金)まで休館します。※11月のアビスタ本館の「おはなし会」と「親子で楽しむおはなし会」はありません。

おはなし会 絵本の読み聞かせと語り
対象 4歳～9歳くらいまで

(10月～12月) 時間までにお集まりください

場所・時間	10月	11月	12月
アビスタ本館 14時～14時30分	13日(土)・20日(土)	工事のため休み	8日(土)・15日(土)
布佐分館 11時～11時30分	7日(日)・28日(日)	4日(日)・25日(日)	2日(日)・23日(祝)

親子で楽しむおはなし会 絵本の読み聞かせとわらべうた・手遊び

対象 0歳～3歳までと保護者

場所・時間	10月	11月	12月
アビスタ本館 10時40分～11時	11日(木)・25日(木)	工事のため休み	13日(木)・27日(木)
布佐分館 10時40分～11時	11日(木)	8日(木)	13日(木)

そよかぜおはなしタイム 絵本の読み聞かせ※荒天中止

◎移動図書館久寺家ステーション(久寺家あけぼの公園)
◎移動図書館青山台ステーション(柴崎台北公園)

場所・時間	10月	11月	12月
久寺家ST 14時～14時35分	5日(金)	9日(金)	12月は休み
青山台ST 15時～16時	17日(水)	21日(水)	

公立保育園子育て支援クラブ

♪ けやキッズ合同イベント「運動会ごっこ」

手賀沼公園の広場で、親子一緒に運動会ごっこを楽しみませんか?元氣いっぱい体を動かして遊びましょう。全員にかわいいメダルのプレゼントがあります。

日時 10月23日(火)午前10時～11時30分
場所 手賀沼公園 ※雨天時はアビスタホール



内容 受付10時～、看護師コーナー・身体測定
10時30分～運動会ごっこ(体操・玉入れ・かけっこ・サーキット・バルーン・親子ダンス)
11時20分～お楽しみタイム

対象 市内在住で就学前の親子
費用 無料(申込不要)
持ち物 名札、飲み物
問い合わせ 保育課・内線446

我孫子市子育て支援ガイド 「わく²すく²」2018を発行

妊娠、出産から就学前までの育児に関する情報や各種手当、子育て支援制度などの情報が盛りだくさんです。子育て支援施設、母子手帳申請時、市内公共施設で配布のほか、市内幼稚園、保育園、認定こども園などを通じ配布しています。ぜひご活用ください。

配布場所 子育て支援施設4広場、保育課、市民課、各行政サービスセンター、保健センター、各近隣センター、アビスタ、湖北地区公民館、アビシルベ、各図書館など

〈新しく記載した内容〉
◎「パパを楽しもう」「パパのタネ」
※パパ向け冊子「パパのタネ」から抜粋
◎保育園・認定こども園・幼稚園の違いについて
◎「子ども食堂」を2施設追加

問い合わせ 子育て支援センター ☎7185-1915




子育て支援施設4広場

10月 子育て応援情報

出前保育 (対象) 市内在住の乳幼児と保護者

◎合同イベント「運動会ごっこ」
日時 10月23日(火)10時30分～11時30分 **受付** 9時45分～10時15分
場所 アビスタホール・手賀沼公園 **定員** なし・申込不要

時間 10時30分～11時15分 ※雨天・荒天中止

11日(木) 天王台西公園	15日(月) 我孫子駅南口東公園
18日(木) 湖北台中央公園	19日(金) 布佐南公園

問い合わせ ここにご広場 ☎7185-8882 (火曜日を除く10時～17時)

♪ 広場でパパを楽しもう! (対象) 乳幼児とパパ

◎体操、ふれあい遊びなどを楽しみます **enjoyパパ 応援プロジェクト**

ここにご広場 (パパとあそぼう)	日時 21日(日)10:30～11:45 定員 なし(要申込) 問い合わせ ☎7185-8882
ここにファミリータイム	日時 7・14・28日(日)14:00～14:30 定員 なし(申込不要) 問い合わせ ☎7185-8882
すくすく広場 (すくすくパパタイム)	日時 6・13・20・27日(日)11:00～11:20 定員 なし(申込不要) 問い合わせ ☎7185-1936
わくわく広場 (わくわくチャレンジ)	日時 6・13・20・27日(日)10:00～11:30 定員 なし(申込不要) 問い合わせ ☎7185-2196

♪ ふたごちゃん・みつごちゃんの会 (対象) ふたご以上の乳幼児と保護者

時間 10時30分～11時30分 **費用** 無料

ここにご広場 日にち 14日(日) (要申込) **問い合わせ** ☎7185-8882 (火曜日を除く10時～17時)

子育て情報は、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。

こもれびまち協・天王台地区社協
第45回 シニアいきいき講座
 日10月21日(日)13時30分～15時40分
 所 近隣センターこもれび 内 講座「認知症について知ろう」、サウンドフープ健康体操&ヘルスリズムス。講師…山口江美さん(NPO「鼓響」理事長)
定先着50人 費無料 ④・⑤10月10日(火)～19日(金)に電話・ファクス・窓口で、住所・氏名・電話番号を明示。天王台地区社会福祉協議会 ☎④7183-9009

SKSカフェトーク
第2土曜日はMamaのマイ・タイム
 日10月13日(土)14時～15時30分 所 けやきプラザ10階 内 ママの思いを形にしたいと起業した山田美和さん(NPO法人MamaCan理事長)の話とママの交流会 **定先着10人(お子さん連れ可) 費無料 ④・⑤**市民活動ステーション ☎7165-4370

我孫子サイエンスカフェ
「海の巨大イカ類VSマッコウクジラ」
 日10月14日(日)13時30分～16時30分 所 我孫子南近隣センター 内 生きたダイオウイカと世界で初めて遭遇したダイオウイカ研究の第一人者が、伝説の怪物「ダイオウイカ」などについて話す。講師…窪寺恒己さん(国立科学博物館名誉館員) **費1000円(高校生以下300円) ④・⑤**「我孫子サイエンスカフェ」で検索。福元 ☎0297-82-3070(19時～22時)

第20回 市民後見人養成講座
 日①10月21日(日)、11月4日(日)②11月10日(土)・17日(土)9時～17時(全4回)
 所①パレット柏②松戸商工会議所 内 成年後見制度の基礎、対象者理解、関係制度・法律、市民後見活動の実際など **対・定20歳以上の方、先着25人 費6000円 ④・⑤**10月15日(月)必着ではがき・ファクス・Eメールに講座名・住所・氏名・電話番号を明記。〒277-0054 柏市南増尾4の33の10 認定NPO法人東葛市民後見人の会 柏支部・加藤 ☎7174-1745 ☓tsk02ka

日(土)・29日(月)、11月10日(土)・15日(木)10時～。市民プラザなど7会場。家計管理と家事のヒント。400円。④・⑤ 全国友の会・稲葉 ☎7139-3012

会員・仲間募集 やってみよう

▼**混声合唱団ベラ・コンソルテ** 毎月4回(月)13時30分～15時30分。湖北台近セほか。初心者歓迎。年齢不問。講師…金子美香さん(二期会ソリスト)。月3000円。④ 阿部 ☎7187-2089
 ▼**ハワイアンスピリットあふれるフラを一緒に踊りませんか?** 毎月3回(火)13時～15時予定。湖北台近セほか。年齢・経験不問。④ 小倉 ☎090-8465-9481
 ▼**ドイツ語学習のためのルター訳聖書(原書) 講読会** 毎週(火)10時～12時。柏・日能研。無料(人数割りで会場費

shiwa@jcom.zaq.ne.jp ☎080-1145-0740

天王台介護予防教室
ロコモティブシンドロームを防ごう! ～脳トレを交えて～
 日10月16日(火)10時～12時 所 近隣センターこもれび 内 家で簡単にできる体操、脳トレ。講師…轟幸治さん(匠マッサージ・鍼灸マッサージ師) **定先着30人(要申込) 費無料 ④・⑤**天王台地区高齢者なんでも相談室 ☎7182-4100

天王台地区社協
傾聴ボランティア養成講座
 日11月6日(火)・15日(木)・20日(火)13時30分～16時30分 所 近隣センターこもれび(活動室) 講師 渡部佳代子さん(社会福祉士) **定先着20人(全回参加できる方) 費無料 ④・⑤**10月10日(火)～31日(火)に天王台地区社会福祉協議会 ☎④7183-9009

募集

第8回 我孫子市和太鼓祭り出店者
 日11月18日(日)9時45分～14時30分(荒天中止) 所 湖北台中央公園 定 市内事業者優先30区画(1区画間口2m) ※飲食許可業者以外の飲食品取り扱いは不可 **費2000円(コンセント別途1000円) ④・⑤**10月20日(土)までにはがき・ファクスに品目・店名・代表者氏名・電話番号を明記。〒270-1132 湖北台1の13の22 湖北フラワーセンター ☎7188-7869 ☎7188-4489

お知らせ

北海道胆振東部地震災害義援金の受付
 期間 平成31年3月31日(日)まで ※詳しくはお問い合わせください ④ 社会福祉課・内線649

猫譲渡会
 日10月7日(日)・21日(日)、11月4日(日)・18日(日)12時～15時(荒天中止) 所 市役所駐車場 ※持ち込みは要事前連絡。保護犬猫の引き取りは不可。譲渡には

負担)。数人。④ 山本 ☎7132-6072
 ▼**社交ダンスサークルラベンダー** 毎週(火)15時～17時。けやきプラザ7階。初心者の方のための新設サークル。見学大歓迎。入1000円。月3500円。④ 金子 ☎080-5696-1163
 ▼**ボーカリスト募集** 毎週(木)9時～12時。湖北台近セ。外国語の歌も歌える方。結成9年の男女混成バンドです。無料。④ ゴールデンシンガーズ・平本 ☎7187-5967
 ▼**シェイクスピアをかじろう(英書)会** 毎月第1(金)10時30分～12時。柏・日能研。無料(人数割りで会場費負担)。数人。④ 山本 ☎7132-6072
 ▼**H21男塾シニアの料理教室** 毎月第3(金)9時～13時。アビスタ。女性講師の指導で和気あいあい料理を楽しんでいます。初心者大歓迎。費1万円(半年5回)。協田 ☎090-5422-5479

条件があるので詳しくはお問い合わせください ④ ねこわんこ ☎080-8723-9550

献血にご協力を
 日10月4日(木)10時～11時45分、13時～16時 所 市役所本庁舎1階ロビー(献血バスは議会棟前駐車場) **対** 体重…男性45kg以上、女性40kg以上。年齢…16歳～69歳(65歳以上の方は60歳～64歳までに献血経験がある方) **持** 献血カード、本人確認書類(免許証、健康保険証など) ④ 社会福祉課・内線377

行政書士会の街頭無料相談
 日①10月6日(土)・7日(日)10時～15時30分②10月13日(土)10時30分～15時30分(荒天中止) 所①松戸駅西口広場②柏駅東口スカイプラザ柏ピロティ **内** 相続、遺言、成年後見、官公署への許認可など各種手続き **費** 無料 ④ 千葉県行政書士会東葛支部・中嶋 ☎090-3236-3935

法の日無料法律相談会
 日10月6日(土)13時～16時(相談時間1人30分) 所・④ 千葉弁護士会松戸支部 ☎047-366-6611

無料調停相談会
 日10月13日(土)10時～15時 所 我孫子南近隣センター 内 離婚・遺産相続などの家庭内のもめごとや金銭・交通事故・近隣関係などの民事上のトラブルについて、裁判所の調停委員が相談(現在裁判中・調停中の事件は不可) **費** 無料 ④・⑤ 千葉地方・家庭裁判所松戸支部庶務課 ☎047-368-5141

年金・労務・成年後見なんでも相談会
 日10月21日(日)10時～15時 所 湖北台中央公園(産業まつり内) **費** 無料 ④・⑤ 千葉県社会保険労務士会東葛支部 ☎047-345-9992

平成30年度新規大卒者等 合同企業就職面接会
 日10月24日(火)13時～16時 所 松戸商工会議所 **対** 平成31年3月新卒予定者、既卒者(おおむね3年以内) **費** 無料 ④・⑤ 松戸公共職業安定所 ☎047-367-8609(48#)

まち協情報

根戸地区まちづくり協議会
 ◎**第28回 根戸地区文化祭**
 日10月6日(土)～8日(日)9時30分～17時(最終日16時まで) **内** バザー(6日10時～)、展示(6・7日9時30分～華道・書道・押し花・はがき絵)、発表(8日10時～根戸小吹奏楽部・フラダンス・日本舞踊など) 所・④ 根戸近隣センター ☎7183-5363

布佐南地区まちづくり協議会
 ◎**第33回 布佐文化祭**
 日10月13日(土)・14日(日)・21日(日)10時～ **内** ◎13日(土)…オープニング10時～、餅つき大会10時30分～、作品展(絵画・書道・華道・手芸など)10時30分～19時、フリーマーケット10時30分～ ◎14日(日)…作品展

10時～16時 ◎21日(日)…発表(コーラス・郷土芸能など)10時～16時 所・④ 布佐南近隣センター ☎7189-3740

我孫子南まちづくり協議会

◎**パソコン・タブレット・スマホ相談**
 日10月13日(土)13時～15時30分 **内** ①パソコン・タブレット・スマホ相談 ②ミニ相談 **定** ①8人(要申込) ※1人60分 ②定員なし(申込不要) ※1人30分以内 **費** 無料 **持** 相談したい機器

◎**はじめてのベビーダンス**
 日10月16日(火)10時15分～11時45分 **内** 赤ちゃんを抱っこしてダンス。講師…波田野理絵さん(日本ベビーダンス協会認定インストラクター) **対・定** 0～1歳くらいの首がすわっている赤ちゃんと保護者、先着20組 **費** 無料 **持** 抱っこひも、バスタオル、体温計、筆記用具、赤ちゃんの着替えと飲み物

◎**第29回スカイサロン ことば塾「今さら聞けない言葉のあれこれ」**
 日10月19日(金)13時30分～15時30分 **内** 朗読「蜘蛛の糸」。講師…梅津正樹さん(元NHKアナウンサー) **費** 無料 **定** 100人(10月1日(月)10時～けやきプラザ9階で整理券配布) **〈共通〉** 所・④ 我孫子南近隣センター ☎7181-1011

こもれびまちづくり協議会

◎**第2回ラフターヨガ ～笑って笑って健康に!～**
 日10月18日(木)10時～11時30分 所 近隣センターこもれび 講師 ぶじもとゆうこさん(ラフターヨガ・ティーチャー) **定先着50人 費** 無料 **持** タオル、飲み物、動きやすい服装 ④ 10月9日(火)まで市民活動支援課・内線434、10月10日(水)～近隣センターこもれび ☎7165-2011

天王台北地区まちづくり協議会

◎**歴史講演会**
 日10月20日(土)13時～15時 **内** 柴崎村と柴崎神社～柴崎神社の黒髪塚 その建立の陰に…。講師…越岡禮子さん(我孫子市史研究センター会員) **定** 120人 **費** 無料 所・④ 天王台北近隣センター ☎7182-9988

我孫子北まちづくり協議会

◎**パソコン教室 年賀状づくり**
 日11月16日(金)13時30分～ **定先着** 15人(要申込) **費** 300円 所・④・⑤ 10月15日(月)10時～我孫子北近隣センター並木本館 ☎7157-4517

市内交通(人身)事故発生件数 我孫子警察署管内 8月末日現在	
8月の発生件数	26件
今年の発生件数(1月～)	186件
前年同期比	+8件
8月の死者数	0人
今年の死者数(1月～)	2人
前年同期比	±0人
8月の負傷者数	31人
今年の負傷者数(1月～)	228人
前年同期比	+10人

※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、用…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

我孫子市総合型地域スポーツクラブ あびこ根戸エンジョイクラブ体験会

①日10月2日(火)・9日(火)13時30分～15時(雨天中止) 所つくし野多目的運動広場 内グラウンドゴルフ ②日10月6日(土)9時～12時(雨天中止) 所つくし野4号公園 内太極拳、太極拳終了後近隣ウォーク ③日10月9日(火)9時～12時 所つくし野多目的運動広場 内スケッチ(用具持参) ④日10月15日(月)・22日(月)9時15分～11時30分(雨天中止) 所中央学院大学サッカー場 内グラウンドゴルフ ⑤日10月20日(土)9時～12時 所根戸小体育館 内太極拳、ショートテニス、ペタンク、バドミントン、卓球 持上履き
 〈共通〉費無料(申込不要) 持飲み物 ※学校行事により会場が変更の場合あり 問本橋 ☎7182-4187

第22回 どんとこまつり ～みずぎで楽しもう 地域のわ～

日10月6日(土)10時～14時 内模擬店、福祉事業所の製品販売、ステージ発表(エアロビクス、和太鼓など) 所・問障害福祉サービス事業所みずぎ(古戸804) ☎7187-5171

第20回 湖北台健康まつり

日10月13日(土)9時30分～12時 所湖北台中学校 内健康測定(身長・肺活量・血管年齢・骨健康測定など)、体力テスト(開眼片足立ち・障害歩行・椅子立座りなど)、健康相談(聖仁会病院・保健センター・高齢者なんでも相談室)、リラクセス体験、中学生による吹奏楽、防災食などの無料配布、手賀沼のうなぎちゃんによる赤い羽根共同募金など 費無料 持上履き 問

湖北台地区社会福祉協議会 ☎7188-1410

我孫子国際野外美術展 「20年のあゆみ展」

日10月13日(土)～11月1日(休)9時～16時(月曜日を除く) 所旧井上家住宅新土蔵 内国際野外美術展の20年を振り返るパネル展示会 費無料 問江上 ☎090-9858-4625

第7回 あびこグラウンドゴルフ 交流大会

日11月6日(火)9時～13時(受付8時30分～、雨天時13日(火)) 所五本松運動広場 内32ホール個人戦 対・定市内在住・在勤・在クラブ、先着120人 費500円 問・問10月15日(月)必着で往復はがきに住所・氏名・電話番号・性別・年齢を明記。〒270-1138下ケ戸1825の11梅田博巳 ☎7184-9546

第42回 あびこ福祉バザー

日10月20日(土)10時30分～15時※売り切れ次第終了 所アビイホール(アビイクオーレ3階) 問我孫子市社会福祉協議会 ☎7184-1539

陸上競技市民大会

日10月27日(土)受付8時30分～(雨天時6時以降問い合わせ、荒天中止) 所柏の葉公園総合競技場 種目①一般・高校男子…100・5000m・砲丸投・走幅跳 ②一般・高校女子…100・3000m・砲丸投・走幅跳 ③中学男子…1年100・1500m、共通100・200・800・1500・3000・4×100mR・砲丸投・走幅跳 ④中学女子…1年100m、共通100・800・1500・4×100mR・砲丸投・走幅跳 ⑤小学男子・女子4～6年…各100m、4年生以上共通1000m・4×100mR・走幅跳 対市内在住・在学・在勤の方 費1人

1種目500円(小・中学生300円) 問・問10月20日(土)必着ではがきに種目・最近の記録・住所・氏名・年齢・電話番号・所属を明記。〒270-1143天王台1の13の2村田寛 ☎7185-2226

第35回 我孫子市ペタンク大会

日11月4日(日)8時30分集合(小雨実施) 所五本松運動広場 内3人1チームのリーグ戦(初心者歓迎) 費1人300円

問・問10月20日(土)必着ではがき・ファクスに大会名・チーム名・参加者全員の住所・氏名・代表者の電話番号・ボールの有無を明記。〒270-1165並木6の1の12垣内隆男 ☎7182-2703 ☎090-4609-1351

ギターアンサンブル・リオ 第23回 定期コンサート

日10月21日(日)14時開演 所けやきプラザホール 曲目小雨降る径、涙そうそう、虹と雪のバラード、グラナダほか 費無料※全席自由 問丸山 ☎7153-0195

柏市民吹奏楽団 第59回 演奏会

日10月21日(日)14時開演 所柏市民文化会館 曲目交響詩「ティル・オイレンシュピーゲルの愉快ないたずら」、序曲「春の猟犬」、組曲「オセロ」ほか 費無料※全席自由 問松村 ☎090-9834-4094

相馬霊場八十八ヶ所巡り 「我孫子の鎌倉道と古代東海道」

日10月28日(日)新木駅前広場8時40分集合、天王台駅12時30分頃解散(荒天時11月4日(日)) 内新木駅前広場→第77番葺不合神社→第25番→第29番日秀観音、個人の大師堂→将門神社→鎌倉道→イヌシデの森→湖北台東小→第73番正泉寺→谷津ミュージアム→第36番滝前不動堂→天王台駅(約10km) 費500円 問熊倉 ☎0297-73-3906

講演・講座・教室

湖北地区公民館(コホミン) 講座

◎公民館・近隣センター四館合同企画 野崎信一絵画作品展～成田線の風景～

別途歌集代)。飲み物持参。問乳井 ☎7185-2010

▼詩吟発表大会 10月13日(土)13時20分～。湖北台近セ。伴奏尺八あり。無料。問我孫子吟詠会・小泉 ☎7187-6181

▼あびこ市歩こう会 10月14日(日)8時24分我孫子駅乗車(成田線)。我孫子の鎌倉道を歩く。小雨実施。10kmウォーク。300円。昼食持参。問鈴木 ☎090-1404-7463

▼放談くらぶ「嘉納治五郎と松本家のネジづくり」 10月14日(日)14時～。アビスタ第2学習室。講師…松本眞輔さん。300円。要申込。問我孫子の文化を守る会・佐々木 ☎7185-0675

▼コミュニケーションアップ講座 10月15日(月)・22日(月)・29日(月)、11月5日(月)13時～。公民館など。人

日10月31日(休)まで(時間は各会場開館時間) 所湖北地区公民館、各近隣センター(湖北台・新木・布佐南・ふさの風) 内野崎信一さんの成田線沿線の水彩画約100点を展示

◎音楽療法でリフレッシュ! ～元気にドレミ♪～

日11月12日(月)13時～14時30分 所湖北地区公民館 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 費500円 持動きやすい服装、上履き、飲み物 問電話または窓口

〈共通〉問湖北地区公民館 ☎7188-4433

ポリ袋調理にチャレンジしよう!

日10月31日(休)9時30分～14時 所湖北地区公民館 内角煮などの本格的肉・魚料理、野菜や卵のお総菜から災害時にも役立つメニューなどの省エネ調理です 定先着16人 費1000円 問・問10月3日(休)まで(10時～15時)に電話。食の会あびこ ☎7149-7909

心臓ペースメーカーに関する勉強会

日10月21日(日)11時～13時 所船橋市西部公民館 内心臓ペースメーカーに関する話題、質疑応答。講師…小林智さん(習志野病院病院長)、高橋長裕さん(ちば県民保健予防財団総合健診センター顧問)、機器メーカー7社の代表者 対心臓ペースメーカー装着者、予定者と家族 費1000円※付添人無料 問・問10月7日(日)までに(9時～12時)日本心臓ペースメーカー友の会・長澤 ☎097183-0525

第68回 千葉県民体育大会 なぎなた競技「楽しいなぎなたの体験」

日10月14日(日)12時～13時 所市民体育館 内一般観覧の方を中心とした体験会、アリーナでは素足(用具貸出あり)。なぎなたに関する展示あり 定20人 費無料 問・問10月10日(休)までに電話・ファクスで住所・氏名・年齢・電話番号を明示。我孫子市なぎなた連盟・大橋 ☎097184-2104

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、当事者間で行うようお願いします。
 近セ…近隣センター、入…入会金、月…月会費、年…年会費、用…申し込み、問…問い合わせ

講演・催し たのしもう

▼第50回 思い出の歌こころの詩 すみれの会 10月1日(月)14時～。天王台北近セ。どなたでも参加可能。ピアノ伴奏、ドリンク付き。500円。問伊藤 ☎090-2903-4141

▼一緒に歌いましょう in 我孫子 10月5日(金)・19日(金)14時～。市民プラザ。懐かしい童謡・叙情歌を楽しく歌いましょう。1000円(初回のみ別途歌集代)。問大平 ☎7183-7388

▼楽しく歌う♪(無料体験会) 10月5日(金)19時～。アビスタ。発音・発声から、世界・日本の歌 叙情歌を気持

ちよく一緒に歌いましょう。初心者歓迎。問坂巻 ☎090-2237-9827

▼我孫子のかくれた里山、岡発戸に秋をもとめて 10月7日(日)東我孫子駅10時集合。谷津ミュージアムの里山を案内。先着30人。200円。問東葛しぜん観察会・鈴木 ☎7182-3067

▼平成会公開講演会「20年アクアライン、自慢のあの技術」 10月10日(火)15時30分～。アビスタ第2学習室。講師…豊田敏則さん。当日先着40人。100円。問中村 ☎7187-2934

▼第106回・107回 楽しい歌声広場 10月12日(金)、11月16日(金)14時～。我孫子北近セ並木。500円(初回のみ

問関係の悩みの原因と解決法。1回3000円。問・問平川 ☎080-3029-7521(ショートメール可)

▼第16回 琴友会大正琴発表会 10月20日(土)13時～。湖北地区公民館ホール。演歌、民謡、歌謡曲など。講師…曾我干揚さん。無料。問都築 ☎7188-8279

▼下水処理場の仕組みについて学びませんか? 10月21日(日)10時～。我孫子市産業まつり。来場者に下敷き配布。出展企業…水ing、メタス、特産、西原JV。問終末処理場 ☎7189-6820

▼「冷え取り健康法」勉強会 10月21日(日)14時～。我孫子南近セ。頭寒足熱により免疫力を高める方法と東洋医学的学び。500円。要申込。問かおり鍼灸院・酒井 ☎090-3539-4126

▼家事家計講習会 10月25日(木)・27

10月 ギャラリー & 県民講座

あびこ市民プラザ
 ◆写心クラブ「らくく」第11回 写真展
 日5日(金)～10日(水)10時～18時(初日12時～、最終日17時まで)
 問三好☎7183-9850
 ◆第32回 我孫子市絵画展(第61回 我孫子市民文化祭)
 日13日(土)～17日(水)10時～18時(最終日15時30分まで)
 問文化・スポーツ課☎7185-1601
 ◆第6回 井上秀祐水彩画展
 日19日(金)～24日(水)10時～17時(初日13時～)
 問井上☎7182-6924
 ◆第61回 我孫子市民文化祭手工芸展
 日27日(土)～29日(月)10時～16時
 問文化・スポーツ課☎7185-1601

図書館 2日(火)～31日(水) 休館日：月曜日(祝日の場合は翌平日)
湖北台分館
 ◆水墨画 大和水墨画同好会
布佐分館(1日(月)～6日(土)は照明工事のため休館) 展示は10日(水)～
 ◆墨絵・書道・手編・木彫・水彩画の各講師による作品展
 我孫子シルバー人材センター

アビスタストリート 開館時間：9時～21時 休館日：29日(月)
 ◆通勤スケッチ展
 日～7日(日)(最終日18時まで) 問森住☎090-9827-6933
 ◆手賀沼流域フォーラム活動紹介
 日8日(祝)～14日(日)(最終日17時30分まで)
 問竹内☎090-3907-8355
 ◆第24回 あびこ子どもまつり
 日15日(月)～21日(日)(最終日15時まで)
 問子ども支援課・内線832
 ◆我孫子のいろいろ八景歩き
 日22日(月)～31日(水)(初日10時～、最終日13時まで)
 問都市計画課・内線574

けやきプラザ 休館日：月曜日(祝日の場合は翌平日)
第1ギャラリー
 ◆写真クラブ「写遊」
 日2日(火)～8日(日)10時～17時(初日13時～、最終日16時まで)
 問永野☎7174-3088
 ◆筆ペン・若葉会作品展
 日16日(火)～21日(日)10時～18時(初日13時～、最終日16時まで)
 問横田☎7174-7099
 ◆第5回 写楽の会写真展
 日23日(火)～28日(日)9時～17時(初日13時～、最終日15時まで)
 問土井☎090-6179-8366
 ◆毛筆・四葉会作品展
 日30日(火)～11月4日(日)10時～18時(初日13時～、最終日16時まで)
 問渡部☎7172-1773
第2ギャラリー
 ◆第3回 ビーズフラワー & クレイクラフトの世界展
 日17日(水)～21日(日)10時～17時(最終日16時まで)
 問谷田部☎7183-1447
第1・2ギャラリー
 ◆美術協会純展常総支部展
 日10日(水)～14日(日)9時～17時(初日10時～、最終日15時まで)
 問毛利☎090-6715-5807

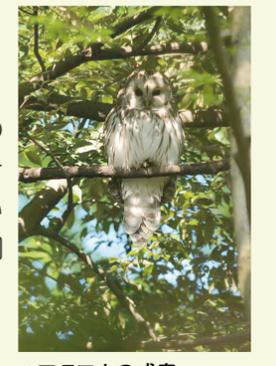
アビシルベ 問 ☎7100-0014
 開館時間：日～木曜日9時～18時、金・土曜日9時～19時
 ◆あびこの魅力 満喫写真展
 日～18日(水)※6日(土)、14日(日)を除く
 ◆もうすぐJBF!我孫子駅前パードコンサート 日14日(日)
 ◆アビストリーム「アビスト de Night☆」LIVE放送
 日19日(金)18時～19時
 ◆ライブ・オン・アビシルベ 日21日(日)11時～16時
 ◆第61回市民文化祭書道展PR 日22日(月)～25日(木)
 ◆あびこ文豪ツアー 日28日(日) 先着20人(要申込)
 ◆JBF PRイベント「ちょっと先取りJBF」
 日23日(火)～11月4日(日)

けやきプラザ県民講座・講習
 ◆やさしい家庭の介護Part2
 日5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金)いずれも13時30分～15時30分
 場所7階介護実習室 講師日本赤十字社千葉県支部、高橋芳恵さん(千葉県ホームヘルパー協議会副会長)
 ◆創年活動のすすめ
 日17日(水)13時30分～15時30分
 場所7階研修室 講師福留強さん(聖徳大学名誉教授)

けやきプラザ県民講座・講習 問・圖 電話で住所・氏名・電話番号を明示。千葉県福祉ふれあいプラザ☎7165-2886 受講料 無料(要申込・先着順) 休館日 月曜日(月曜日が休日の場合は翌日火曜日)※専門職対象県民研修はホームページwww.furepla.jpをご覧ください。

ミュージアム・インフォメーション
申・問 鳥の博物館☎7185-2212

楽 テーマトーク
フクロウの翼のひみつ ～その知られざる苦勞～
 日時 10月20日(土)午後1時30分～2時15分(1時15分開場)
 場所 鳥の博物館2階多目的ホール
 内容 フクロウ類の多くは夜行性のハンターです。彼らの翼は静かに飛ぶための特殊構造が進化しています。でもちょっと待ってください。彼らの翼が本当にそんなにすごいものだとしたら、フクロウ類のほかに似た翼を持つ鳥がほとんどいないのはなぜなのでしょう？静かな翼をめぐる最新研究から、フクロウ類の知られざる苦勞が見えてきました。
 講師 山崎剛史さん(公財)山階鳥類研究所自然誌研究室
 定員 当日先着50人 費用 無料(ただし入館料がかかります)
 入館料 300円(高校・大学生200円、中学生以下・70歳以上無料)



▲フクロウの成鳥

旧村川別荘(市指定文化財)

楽 竹灯籠の夕べ
 秋の風物詩「竹灯籠の夕べ」は、別荘内に自生する竹を利用した幻想的なライトアップです。初秋の涼やかな風と柔らかな光の中で大正・昭和へ思いを馳せながら、別荘地でのゆったりとしたひと時を過ごしませんか。
 日時 10月5日(金)・6日(土)午後5時～7時(荒天中止)
 場所 旧村川別荘(寿2の27の9)※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。
 ※「市役所」バス停から徒歩5分
 内容 昔の我孫子の風景のスライドショーとともに、5日はSPLレコード鑑賞、6日はコカリナの演奏をお楽しみいただけます。費用 無料(申込不要) 持ち物 懐中電灯
 問 教育委員会文化・スポーツ課☎7185-1583



旧村川別荘の市民ガイドを募集

旧村川別荘の魅力伝える、個性豊かなガイドを募集します。事前にオリエンテーションを行いますので、ガイドは初めてという方もぜひご応募ください。
活動日 半日単位で月に2・3回程度(シフト制)、その他イベントあり
内容 来荘者を対象に旧村川別荘の歴史などを案内する無償ボランティアです。月例会(原則、毎月1日午前)で、旧村川別荘の建物をはじめとした我孫子の歴史などを学び、他の市民ガイドと意見交換をしながら幅広い知識を深めていきます。さらに研修(年1回を予定)として、周辺地域の散策や他団体のガイド活動を見学することもあります。
申・問 10月31日(水)までに電話またははがきで住所・氏名・年齢・電話番号を明示。〒270-1166我孫子1684教育委員会文化・スポーツ課☎7185-1583



あびこ散策 81
葺不合神社 新木1811
 みなさん、こんにちは。今回は香取神社(新木2598)から線路を渡って再び国道356号に戻り、東に向かうと左手に葺不合神社の一の鳥居が見えてきます。本殿は谷津に向かって下り、再び上った参道の奥にあり、歩くと厳かな気持ちになります。
 葺不合神社は、本殿・拝殿・二の鳥居が市指定文化財となっています。拝殿は、水を司る神を祭った厳島神社の弁天堂として明和元(1764)年に建てられました。これは谷津の湧水に関係していたからでしょうか。その拝殿の奥にある階段を上ると本殿があります。
 本殿は、明治30(1897)年に建立されたものです。元々本殿は、現在の場所から北東にある新木近隣センター付近にあった沖田神社のものでした。しかし、明治39年の神社合祀令によって、厳島神社との合祀が決まると、建物はそのままに場所を移動する曳家によって二の鳥居とともに移築され、葺不合神社となりました。この本殿には、とても立派な彫刻が施されています。彫刻師は北相馬郡北方(現亀ヶ崎市)の後藤藤太郎。この後藤家は江戸後期から明治期にかけて名を馳せた江戸の彫刻師の一派で、師匠にあたる後藤姓の彫刻師が、有能な弟子にその姓を襲名させ、継承していきました。
 当時の人々は江戸の一流技術に惹かれて制作を依頼したのでしょうか。ぜひ、この地に宿る江戸の豊かな文化をご覧になってはいかがでしょうか。



▲葺不合神社本殿