

あびこ

| | |
|---------------------------|----|
| 市議会定例会 6月3日月開会 | 2面 |
| 6月7日(金) 我孫子駅ホームドア使用開始 | 2面 |
| 蔵書点検による図書館の特別休館 | 2面 |
| 市・県民税・森林環境税納税通知書 発送 | 3面 |
| うなぎちカップ 協賛・出店企業募集 | 3面 |
| あびこカップまつり 出演者・出店者募集 | 3面 |
| 東葛スポレク祭 NEW SPORTS in 我孫子 | 4面 |
| すくすく子育てイベント | 5面 |

発行/我孫子市 編集/企画総務部秘書広報課 広報室 〒270-1192 我孫子市我孫子1858番地 ☎04-7185-1111(代表) 04-7185-1520

6月は「我孫子市男女共同参画月間」



市民の皆さんと協働で 多様性を認め合う社会へ

平成18(2006年)年に男女共同参画条例を制定し、毎年、市独自の「男女共同参画月間」として講演会や企画展示など、さまざまな事業に取り組んでいます。

☎ 市民協働推進課男女共同参画室 ☎04-7185-1752

※黄色いミモザの花は「国際女性デー」(3月8日)のシンボルです。

市は、県内唯一の男女共同参画宣言都市として、さまざまな事業に取り組んできました。職員の意識にも変化が見られ、管理職に占める女性の割合や、育児休業を取得する男性が増えています。また、多様性の推進に取り組む企業なども増えています。

その一方で、職場・学校など私たちが生活する場には、いまだ性別による役割分担意識や無意識の思い込みが根強く残っています。

市では、市民の皆様と協働で、多様性を認め合う社会づくりを進めるため、令和6年度に男女共同参画室を秘書広報課から市民協働推進課へ移管しました。

これまでの事業を継続しつつ、新たな事業も積極的に進め、多様な価値観を認め合う社会の実現に向けて取り組んでまいります。

我孫子市長 星野順一郎

1 市民プラザ

あびこ女性会議共催講演会

東北や能登の地震から 防災を考える

～男女共同参画の視点から～



講師は能登の被災地支援に力を注いでいる小山内世喜子さん(一社)男女共同参画地域みらいねっと代表理事)です。お住まいの青森市からのオンライン講演を会場で視聴します(質疑応答あり)。

📅 6月22日(出)13時～15時

📍 先着50人(別途Zoom参加枠あり)※Zoomの申し込みはちば電子申請サービスのみ)

📄 無料

📝 ちば電子申請サービス(市ホームページ参照)または電話・ファクスで氏名、電話番号、Eメールアドレスを明示。市民協働推進課男女共同参画室 ☎04-7185-1752 04-7185-5777



▲市HP

4 市役所

▶6月中は西別館前に横断幕を掲示



- 1 市民プラザ
- 2 市民活動ステーション
- 4 市役所(市民協働推進課)

アンケートに回答してプレゼントをGET

「男女共同参画キーワード」 いくつ知っていますか?

回答者に付箋をプレゼントします(各所先着100個)。

回答方法 各所で配布する用紙を提出またはちば電子申請サービス



▲ちば電子申請サービス



1 あびこショッピングプラザ3階ブックマルシェ前

3 図書館アビスタ本館

情報誌の配布と 企画展示

▶情報誌 最新号
「モヤモヤがすっきりする言葉を集めよう スクラップ読書ノート」

📅 あびこショッピングプラザ…6月15日(出)～30日(日)、図書館アビスタ本館…6月1日(出)～30日(日)



▲情報誌などを配布 ワークブック形式の4つの冊子は特に人気!(写真は令和5年の様子)



▲自分で書き込めるページ付き

【我孫子市男女共同参画都市宣言】 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した暮らしができるまち我孫子にするために、ここに「男女共同参画都市」を宣言します。1. 私たちは、男女がお互いの人権を尊重する我孫子にします。2. 私たちは、社会のあらゆる分野で、男女が平等に参画する我孫子にします。3. 私たちは、男女が一人ひとり自立し、責任を分かち合う我孫子にします。(平成13年6月26日)

市議会定例会 6月3日(月)開会

日程

6月3日(月)13時～ 本会議(市政一般報告、議案説明など)

6月10日(月)～12日(水)10時～ 本会議(一般質問)

6月14日(金)10時～ 総務企画常任委員会

6月17日(月)10時～ 教育福祉常任委員会

6月18日(水)10時～ 環境都市常任委員会

6月19日(木)13時～ 予算審査特別委員会

6月20日(金)14時～ 本会議(採決など、閉会)

※日程を変更する場合があります。詳しくは市議会ホームページをご覧ください。

☎ 議会事務局・内線242



▲市議会HP

6月7日(金) 我孫子駅ホームドア使用開始

列車との接触や線路への転落を防止するため、我孫子駅の常磐線各駅停車(6～8番線)のホームにホームドアが設置されました。

☎ 交通政策課・内線659



住民票等共同発行サービス

6月30日(日)に終了

我孫子・柏・流山市で行っている、住民票・印鑑証明書・戸籍に関する証明書の共同発行を終了します。今後はマイナンバーカードを利用したコンビニ交付などをご活用ください。

☎ 市民課・内線600

湖北郷土資料室 6月27日(木)に閉室

湖北行政サービスセンターが8月に閉鎖することに伴い、閉室します。今後は水の館や旧井上家住宅で郷土資料を展示します。

☎ 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1583

蔵書点検による図書館の特別休館

蔵書のスムーズな提供と適切な管理のため、点検を行います。

◎アビスタ本館

☎ 6月18日(火)～21日(金)

◎布佐分館

☎ 6月25日(火)～28日(金)

☎ 図書館アビスタ本館 ☎04-7184-1110(休館中は対応不可)

マイナンバー業務の休日開庁

予約 ①1開庁日前までに市民課 ☎04-7185-4326 ②3開庁日前までに予約サイト



▲予約サイト

| 開庁日時 | 予約開始日時 |
|----------------|------------|
| 6月9日(日)9時～12時 | 受付中 |
| 7月20日(土)9時～12時 | 7月3日(水)9時～ |

☎ マイナンバーカードの申請(予約不要)・受け取り(要予約)など

☎ 通知カード、住民基本台帳カード(お持ちの方)、本人確認書類

◎本人確認書類 ○1点必要…運転免許証・平成24年4月以降の運転経歴証明書・障害者手帳・在留カードなど ○2点必要…健康保険証・介護保険証・子ども医療費助成受給券など

※代理人がマイナンバーカードを受け取る場合、本人が来庁困難なことを証する書類(診断書・障害者手帳など)が必要です。※15歳未満の方がマイナンバーカードを申請する・受け取る場合、法定代理人の同伴が必要です(法定代理人も本人確認書類を持参)。

※申請・受け取り以外の手続きは持ち物が異なるため、お問い合わせください。

☎ 市民課(市役所本庁舎1階)・内線693



特別職報酬等審議会委員 募集

任期 9月4日から4年間※年1回程度開催

☎ 常勤の特別職(市長、副市長、教育長、水道事業管理者)の給料・手当、市議会議員の報酬・手当に関する調査・審議

☎ 市内在住で、任期満了時に75歳以下の方※他の審議会委員との兼任不可

定 1人 報酬 1回4,500円

選 書類

☎ 6月24日(月)(必着)までに、任意様式に住所、氏名、生年月日、性別、職業、電話番号を明記し、レポート「特別職の給料・手当および市議会議員の報酬・手当について」(800～1,200字)を添えて郵送・持参。〒270-1192市役所人事課(本庁舎2階、住所省略可)・内線301

会計年度任用職員 募集

学童保育室・あびっ子クラブ サブリーダー・短期アシスタント

任期 令和7年3月31日まで※再任あり

勤務時間 13時～19時、1日保育…7時45分～19時(シフト制)

勤務場所 並木・高野山・湖北台西・湖北台東・湖北小学校のいずれか

☎ 放課後や長期休業日の児童保育・生活支援など

☎ 資格など条件あり 採用予定数 3・4人

報酬 サブリーダー…時給1,240円、短期アシスタント…時給1,040円

選 書類、面接

☎ 6月17日(月)(消印有効)までに、登録申込書(市ホームページからダウンロード可)を郵送・持参。〒270-1192市役所子ども支援課(西別館2階、住所省略可)・内線447



▲市HP

こども発達センター 心理相談員

任期 令和7年3月31日まで※再任あり

勤務日時 (月)～(金)8時30分～17時(月12日)

☎ 乳幼児に対する個別・集団療育、発達評価、保護者からの相談など

☎ 次の全てに該当する方…①臨床心理士・臨床発達心理士・公認心理師のいずれかの資格を有する ②乳幼児に対する療育や保護者からの相談に携わった経験がある ③発達検査が実施できる

採用予定数 1人

報酬 時給2,310円

選 書類、面接

勤務場所☎ 7月1日(月)(必着)までに、登録申込書(市ホームページからダウンロード可)、資格証の写しを郵送・持参。〒270-1112新木1637こども発達センター ☎04-7188-0472



▲市HP

第8回 脱炭素化へ向けて一人一人ができること

日常生活の中で取り組む「デコ活アクション」

市は、2050年までに二酸化炭素(CO₂)排出量実質ゼロを目指す「ゼロカーボンシティ宣言」を表明しています。

環境省では、脱炭素につながる「新しい豊かな暮らし」を創る行動を「デコ活アクション」として発信しています。詳しくは環境省ホームページをご覧ください。

※これまで掲載していた「ゼロカーボンアクション」を、今号から「デコ活アクション」(脱炭素(Decarbonization)と環境に良いエコ(Eco)を組み合わせた言葉)として掲載します。



▲環境省HP

宅配便は一度で受け取りましょう

再配達はCO₂排出量の増加やドライバー不足を深刻化させます。

| アクション | 暮らしのメリット |
|------------------------------|----------|
| ●配達日時を指定 ●宅配ボックスや宅配ロッカーなどを利用 | ●時間の有効利用 |

☎ 手賀沼課 ☎04-7185-1484

◎宅配ボックスの設置補助

住まいの省エネ化や長寿命化改修と併せて宅配ボックスを設置する方は、国の補助金を利用できる場合があります(事業者が申請)。

☎ 子育てエコホーム支援事業事務局 ☎0570-055-224、長期優良住宅化リフォーム推進事業実施支援室 ☎03-5229-7568

【各項目は次のように省略しています】

☎…日時 所…場所 ☎…内容 師…講師 演…出演者 対…対象 定…定員 報…報酬・報償 選…選考方法 費…費用 入…入場券販売所 持…持ち物 申…申し込み・申請 問…問い合わせ HP…ホームページ

個人の市・県民税・森林環境税納税通知書 6月13日(木)に発送予定

納期限 普通徴収(納付書・口座振替)第1期…7月1日(月)
 ※令和6年度の市・県民税の課税(非課税)証明書・所得証明書は6月3日(月)から交付可
◎3月16日以降に所得税の確定申告書を税務署に提出した方
 7月に税額変更・課税する場合があります。対象者には変更通知書を送付します。

令和6年度の税制改正事項

◎森林環境税(国税)の徴収
 令和6年度から市・県民税均等割額の枠組みを用いて徴収します。令和5年度までの「東日本大震災復興基本法」に基づいた徴収は終了しました。徴収額(年額1,000円)に変更はありません。

◎市・県民税の定額減税
因 市・県民税所得割額の納税義務者のうち、令和5年中の合計所得額が1,805万円以下の方
減税額 本人…1万円、控除対象配偶者・扶養親族(国外居住者を除く)…1人につき1万円
 ※詳しくは市ホームページまたは納税通知書に同封の案内をご覧ください。
 ※減税額が市・県民税所得割額を上回る(減税しきれない)場合は、調整給付金を支給します。対象者には案内を送付予定です。
因 納税通知書…課税課・内線401、証明書…課税課・内線457

国民健康保険税の納税通知書 6月14日(金)に発送予定

国民健康保険の納税義務者は世帯主です。世帯主が国民健康保険の加入者でない場合でも、世帯主宛てに送付します。
 後期高齢者医療保険料決定通知書(納入通知書)は、7月中旬に送付します。

納付方法

◎普通徴収(納付書・口座振替)
 4月～翌年3月の12カ月分を10回に分けて金融機関窓口などで納めます。口座振替にすると自動で引き落とされ、翌年以降も継続されます。

口座振替の登録 取扱金融機関に通帳、届出印、依頼書(市内金融機関、国保年金課、各行政サービスセンターで配布)を持参

◎特別徴収(年金から天引き)
 年金支給月に仮徴収と本徴収により納めます。
 仮徴収(4月・6月・8月)は令和5年度の保険税額を案分した額を徴収し、本徴収(10月・12月・2月)は仮徴収を差し引いた残りの税額を3回に分けて徴収します。
 ※令和5年度から引き続き特別徴収となる方は、2月に徴収した保険税額と同額を仮徴収します。
 ※世帯主が令和6年度中に75歳になり後期高齢者医療保険に移行する場合は、令和6年度の特別徴収は行えません。

納付が困難な場合はご相談ください

保険税を滞納すると延滞金が加算されます。納付が困難な場合は、早めにご相談ください。

国民健康保険の加入・脱退

国保年金課・各行政サービスセンターに必ず届け出てください。
〈共通〉 因 国保年金課(市役所本庁舎1階)・内線930

介護保険料の納入通知書 6月14日(金)に発送予定

納期限 普通徴収(納付書・口座振替)第1期…7月1日(月)
納付方法 納付書裏面に記載の金融機関・コンビニ・スマホ決済アプリ・クレジットカード
 ※特別徴収(年金から天引き)の方は納入通知書でご確認ください。
因 高齢者支援課・内線313



手賀沼チームラン・キッズラン

うなきちカップ 協賛・出店企業募集

申込方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

因 11月30日(出)※雨天実施、荒天中止
所 手賀沼親水広場特設コース
参加者数 約1,000人(観覧者含む)



▲市HP

◎協賛企業
因 協賛金(1口5,000円)、物品提供(飲み物・ノベルティなど)
特典 ゼッケンなどに企業ロゴを記載、ステージPR、協賛ブース、チームラン参加枠提供など※口数により異なります。
申 9月30日(月)まで
 ※チラシ・ポスターに企業名などを記載する場合は6月21日(金)まで



◎出店企業
因 飲食・物販など
定 先着10店
費 1,000円
申 市内枠(市内に店舗がある飲食店など)…6月3日(月)～14日(金)、一般枠…6月17日(月)～7月31日(水)
因 教育委員会文化・スポーツ課(実行委員会事務局) ☎04-7185-1604

あびこカップまつり ステージイベント出演者・出店者募集

夏の楽しい思い出
みんなで盛り上げよう

因 8月31日(出)10時～20時※荒天中止

所 手賀沼公園

◎出演者
対 個人・団体※市内団体優先
費 無料

◎出店者
定 飲食…20店、キッチンカー10台、物販…10店
費 有料



※市商工会員優先、応募者多数の場合は実行委員会で選考
申因 6月30日(日)までに、まつりホームページに掲載の申し込みフォームまたは申込書(まつりホームページからダウンロード可)をファクス。実行委員会 ☎080-4914-5416 ☎04-7128-4243



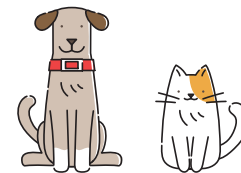
▲まつりHP

動物を適切に飼いましょう

6月は「動物の正しい飼い方推進月間」

動物を飼う上での注意

- 災害に備えて飼い主の明示(迷子札やマイクロチップの装着など)や動物と同行避難する準備を行う
- 犬の放し飼いはせず、散歩は犬を制止できる人が短い引き綱で行う
- 猫は屋内で飼う
- 適切に飼えない犬・猫を増やさないために不妊去勢手術を行う
- やむを得ず飼えなくなった場合は新しい飼い主を探す(保健所・動物愛護センターでも手伝います)
- 動物を捨てたり傷つけたりしない
- ◎下記に該当する場合は保健所への届け出が必要**
- 飼い犬が人をかんだとき
- 犬・猫合わせて10頭以上飼うとき



千葉県動物愛護センターでは「犬の正しい飼い方・しつけ方教室」を開催しています。学校の授業や地域の勉強会などでも「動物愛護」「犬・猫の正しい飼い方」「犬のしつけ方」「動物由来感染症」などの講演を行っています。

因 千葉県松戸保健所(健康福祉センター) ☎047-361-2139、千葉県動物愛護センター東葛飾支所 ☎04-7191-0050、千葉県動物保護管理協会 ☎043-214-7814

現況届の提出が必要な方に6月上旬に案内を送付

児童手当制度

◎現況届の提出が必要な方(該当しない方は提出不要)

☑ 次のいずれかに該当する方…①児童と別居中で別居監護申請をしている ②離婚協議のため配偶者と別居中で同居優先の申請をしている ③配偶者の暴力などで住民票の所在地と異なる市区町村で受給している ④市から提出の案内があった

☑ 6月28日(金)までに子ども支援課に郵送・持参

受給状況に変更があった場合は届け出が必要

対象児童を養育しなくなった、住所・氏名を変更した、婚姻・離婚した、公務員になったなど、受給状況に変更があった場合は、届け出が必要です。

所得が所得上限限度額以上の方

対象児童を養育する方の所得が所得上限限度額以上の場合、児童手当・特例給付資格が消滅し、受給できなくなります。資格消滅後に所得上限限度額未満になった場合は、改めて申請してください。市・県民税の税額決定通知書などで所得上限限度額未満になったことを知った日の翌日から15日以内に申請が必要です。申請が遅れると受給できない月が生じる場合があります。



▲市HP

〈共通〉 詳しくは市ホームページをご覧ください。

☑ 270-1192市役所子ども支援課(西別館2階、住所省略可)・内線347

堤防の決壊防止や被害の軽減が目的

我孫子市・柏市共催 水防演習

☑ 6月8日(土)8時30分～11時※雨天実施

☑ 利根川ゆうゆう公園

☑ 消防本部・消防団・防災関係者などが、堤防の越水を防ぐ「積土のう工法」「改良積土のう工法」「月の輪工法」「釜段工法」などを行います。

☑ 治水課・内線558



物忘れ なぜなに講座

☑ 6月23日(日)10時～11時30分 ☑ けやきプラザ

☑ 専門家が認知症について分かりやすく話します。

☑ 高橋潤一郎さん(ジェイ内科・脳神経内科クリニック医師)

☑ 先着50人 ☑ 無料

☑ 我孫子南地区高齢者なんでも相談室 ☑04-7199-8311、我孫子北地区高齢者なんでも相談室 ☑04-7179-7360

男性40歳以上、女性20歳以上の方に無料交付

健康手帳を活用しましょう

健診などに健康手帳を持参し、結果・血圧・体重などを記録しましょう。毎年の変化を把握でき、健康管理に役立ちます。

手帳の内容 健診・がん検診・健康教育・血圧・体重・予防接種の記録、健康づくりのポイントなど

交付場所 健康づくり支援課、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

※健診・検診は毎年忘れずに受けてください。年度内に同一種類の健診・検診を2回以上受けると、2回目以降は全額自己負担になります。

☑ 健康づくり支援課(保健センター) ☑04-7185-1126

我孫子・野田・流山・鎌ヶ谷市のスポーツ推進委員が運営

東葛スポレク祭 NEW SPORTS in 我孫子

ニュースポーツからパラスポーツまで、普段は体験できない種目が多数あります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☑ 6月29日(土)9時30分～12時

☑ けやきプラザ

☑ カローリング・卓球バレーの体験、ポッチャ対抗戦(2～6人1チーム)

☑ 無料 ☑ 室内用運動靴、飲み物

☑ 6月21日(金)までにLINE申請(市ホームページ参照)・電話

◎スポーツ推進委員とは

スポーツイベントの運営やスポーツ指導を中心に行っています。スポーツ推進委員として活動したい方、スポーツ指導を受けたい団体はご連絡ください。

☑ 教育委員会文化・スポーツ課 ☑04-7185-1604



▲市HP

千葉ロッテマリーンズ 公式戦招待

☑ ①7月9日(火)②10日(水)③12日(金)④19日(日)18時～(1組1日程のみ)

☑ ZOZOマリンスタジアム(内野指定席)

対戦相手 ①②東北楽天ゴールデンイーグルス③オリックス・バファローズ④北海道日本ハムファイターズ

☑ 市内在住・在学・在勤の方

☑ 各日100組200人(抽選)

☑ 無料(別途手数料あり)※4枚まで優待価格で追加購入可

☑ 6月3日(月)12時～23日(日)22時に球団ホームページ

☑ マリーンズインフォメーションセンター ☑0570-026-226



©千葉ロッテマリーンズ



▲球団HP

6月 市民相談・県民相談

| | |
|----------------|--|
| 弁護士法律相談 ☑ | 来所 ☑ 6日(木)・13日(木)・18日(火)・20日(木)・25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 ☑04-7185-1714 |
| 行政相談 ☑ | ☑ 26日(水)10時～12時 市民相談室(本庁舎2階) ☑ 24日(月)まで 秘書広報課 ☑04-7185-1714 |
| 行政書士相談 ☑ | ☑ 19日(水)13時～16時 市民相談室(本庁舎2階) ☑ 月～金10時～15時 我孫子地区行政書士相談事務局・永木 ☑080-1020-5732 |
| 司法書士法律相談 ☑ | ☑ 11日(火)10時～15時 ☑ 3日(月)～10日(月)13時～16時 千葉司法書士会柏支部 ☑080-5901-3236 |
| 年金・労働・成年後見相談 ☑ | ☑ 12日(水)13時～17時 市民相談室(本庁舎2階) ☑ 3日(月)～11日(火)12時 千葉社会保険労務士会東葛支部 ☑04-7136-2560 (9時～12時、13時～15時) |
| 税務相談 ☑ | ☑ 21日(金)10時～15時 市民相談室(本庁舎1階) 先着6組 ☑ 17日(月)～ 収税課 ☑04-7185-1349 |
| 不動産相談 ☑ | ☑ 14日(金)10時～15時 市民相談室(本庁舎2階) 先着8組 ☑ 12日(水)まで 建築住宅課・内線601 |

市民相談

| | |
|-----------|--|
| 住宅相談 ☑ | ☑ 14日(金)10時～15時 会議室(東別館1階) 先着4組 ☑ 7日(金)まで 建築住宅課・内線601 |
| 消費生活相談 | ☑ 月～金、第2・4(土)10時～17時30分※祝を除く 消費生活センター(アビックオーレ2階) ☑04-7185-0999 |
| 人権相談 ☑ | ☑ 月～金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8時30分～17時※祝を除く 社会福祉課(西別館2階)・内線394 |
| 健康相談 | ☑ 月～金8時30分～17時※祝を除く 保健センター 健康づくり支援課 ☑04-7185-1126 |
| 心の相談 ☑ | ☑ 19日(水)13時30分～ 相談室(西別館2階) ☑ 18日(火)まで 障害者支援課・内線475 |
| 子ども総合相談 | ☑ 月～金8時30分～17時※祝を除く 子ども相談課(西別館1階) ☑04-7185-1821 |
| ひとり親相談 | ☑ 月～金8時30分～17時※祝を除く 子ども支援課(西別館2階)・内線849 |
| DV相談(男性可) | ☑ 月～金8時30分～17時※祝を除く 社会福祉課内配偶者暴力相談支援センター(西別館2階) ☑04-7185-1113 |

市民相談

| | |
|--------------------|--|
| 結婚相談 ☑ | ☑ 1日(土)・9日(日)・15日(土)・23日(日)10時～15時…けやきプラザ11階 4日(火)・12日(水)・18日(火)・26日(水)10時～16時…我孫子市社会福祉協議会 あびこいハート ☑04-7184-8100 |
| 地域職業相談 | ☑ 月～金9時30分～17時※祝を除く 地域職業相談室(サンビーズビル6階) ☑04-7165-2786 |
| 介護と介護にかかわるこころの相談 ☑ | ☑ 月～日10時～16時 ふれあいプラザ(けやきプラザ1階) ☑04-7165-2886※ホームページから申込可 |
| 住まいの相談 ☑ | ☑ 水(休)10時～12時(要申込)、金10時～16時(随時) ふれあいプラザ(けやきプラザ6階) ☑04-7165-2886 |
| 福祉用具相談 ☑ | ☑ 月～日10時～16時 ふれあいプラザ(けやきプラザ1階) ☑04-7165-2886 |
| 児童相談 ☑ | ☑ 来所 ☑ 月～金9時～17時※祝を除く 柏児童相談所 ☑04-7131-7175 |
| ☑ | ☑ 電話 ☑ 月～金9時～17時※祝を除く 柏児童相談所 ☑04-7134-4152 |
| 交通事故相談 ☑ | ☑ 来所 ☑ 月～金9時～12時、13時～16時30分※祝を除く 交通事故相談所 ☑047-368-8000 |
| ☑ | ☑ 来所 ☑ 10日(月)10時～15時 市民相談室(本庁舎2階)※相談所の巡回相談 先着4人 ☑ 6日(木)まで 交通政策課 ☑04-7185-1369 |

県民相談

【市営住宅入居者 7月1日(月)～19日(金)に募集】 入居予定は10月です。詳しくは広報あびこ7月1日号・市ホームページ(7月1日(月)公開)をご覧ください。

☑ 建築住宅課・内線603

すくすく子育てイベント

親子でおどって・うごいて・の～びのび

日 6月19日(水)10時45分～11時45分
 所 アビホール(イトーヨーカドー我孫子南口店)
 内 運動遊び、ダンス
 師 のぶりんさん(元NHK-BS体操のお兄さん)、きよこさん(元NHK-Eテレ「おかあさんといっしょ」のお姉さん)
 回 市内在住の未就学児と家族 定 先着50組



▲ちば電子申請サービス

はじめてのフットサル

日 6月22日(土)10時30分～11時30分
 所 市民体育館
 師 スポーツ少年団サッカー専門部
 回 市内在住の年少～年長の子どもと男性保護者
 定 先着30組



※対象年齢に該当するきょうだいの参加可
 ※家族は2階から観覧可

〈共通〉
 費 無料 申 開催日前日の17時までにちば電子申請サービス
 問 子育て支援センター ☎04-7185-1915(月～金)10時～17時



▲ちば電子申請サービス

あびこエコ農産物応援キャンペーン

あびこエコ農産物に貼ってあるシールを20枚集めて応募すると、抽選で我孫子産の米や旬の野菜が当たります。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP



申 第1回…9月30日(月)まで、第2回…10月1日(火)～令和7年2月28日(金)に、応募用紙(市内公共施設、あびこ農産物直売所あびこんで配布)を農政課に郵送・あびこんの応募箱に投函

◎あびこエコ農産物とは

化学合成農薬や化学肥料の使用量を県の基準から20%以上削減して栽培した我孫子産の農産物です。あびこんや市内直売所などで販売しています。

問 〒270-1146高野山新田193水の館内農政課 ☎04-7185-1481

健康メモ No.466

歯周病と糖尿病

歯周病と糖尿病には深い関係があります。糖尿病は「インスリンの作用不足によって慢性高血糖をきたし、長期化することで特有の合併症を生じるとともに、動脈硬化をも進行させる病気」(日本糖尿病学会)で、日本人はインスリンの基礎分泌が弱い民族といわれてきました。

糖尿病になると歯周病の進行も促進することが明らかになっています。特に、歯周病との関連は近年よく研究されており、歯周病は「糖尿病の6番目の合併症」と認識されるようになりました。つまり、糖尿病になると歯周病の進行が著しく促進されま

す。特に、ヘモグロビンA1cと呼ばれる糖尿病の検査値が7%を超えると歯周病の悪化も早まります。

糖尿病になると傷の治りも遅くなります。抜歯や手術など大掛かりな歯科治療をしなければならなくなる前に、歯周病を予防することが重要です。さらに、歯周病は一般的に急性の痛みを伴わないため、進行の度合いがつかめません。定期的な歯科受診で、歯周病の重症度をチェックしましょう。

問 我孫子市歯科医師会 ☎04-7190-5821

6月 健康教室

◎心の健康に関する教室

| 教室名 | 日時 |
|---------|------------------|
| アルコール教室 | 7日(金) 14時30分～16時 |
| 心の健康クラブ | 17日(月) 14時～16時 |

所 保健センター
 問 障害者支援課・内線475

◎遊具うんどう教室

| 日時 | 場所 |
|--------------------|---------|
| 7日(金)9時30分～10時30分 | 天王台西公園 |
| 12日(水)10時～11時 | 布佐南公園 |
| 18日(火)9時30分～10時30分 | 湖北台中央公園 |

※雨天中止
 問 高齢者支援課・内線413

すこやかちゃん



もり あんな
森 杏奈ちゃん
(1歳3カ月)

手遊び歌や曲に合わせて踊るのが大好き♡これからもたくさん遊んで大きくなってね!




せな
星南ちゃん
(1歳2カ月)

いつも素敵な笑顔をありがとう♡いつまでも家族みんな仲良く幸せに過ごせますように♡

6月 子育て応援情報

回 市内在住の乳幼児と保護者、妊娠中の方と家族 **無料**



保育園・幼稚園の地域子育て支援

マイ保育園ひろば 各園に登録すると、かかりつけ園として栄養士などへの子育て相談、交流活動への参加などができます。

時間 10時～11時※各園に要登録(随時)

| | | | |
|--------|----------------|--------|------------------|
| 運動あそび | 4日(火)、根戸保育園 | 公園で遊ぼう | 18日(火)、柏鳳保育園 |
| 運動会ごっこ | 12日(水)、寿保育園 | 七夕作り | 27日(木)、天王台ななほ保育園 |
| | 19日(水)、つくし野保育園 | | |

園庭開放 園庭で一緒にいろいろな経験をしましょう。※雨天中止
 問 保育課・内線459

子育て支援センターの地域子育て支援

詳しくは各広場・保育園ホームページをご覧ください。

- 子育て支援センター ☎04-7185-1915(月～金)10時～17時
- にこにこ広場(アビイクオーレ2階) ☎04-7185-8882(月～土)
- すまいる広場(湖北台保育園内) ☎04-7185-2196(月～土)
- かわむらんど(川村学園女子大学付属保育園内) ☎04-7183-5995(月～金)
- ぐるんぱクラブ(布佐宝保育園併設) ☎04-7189-2799(火/水/金)

| | |
|-----------|---|
| ① るんるんパーク | 6日(木)10時30分～11時、手賀沼公園多目的広場 18日(火)10時30分～11時、天王台西公園 |
| ② すくすく子育て | 8日(土)11時～11時45分「親子ふれあいマッサージ」 |
| ③ 家族であそぼう | 1日(土)11時～12時「楽器あそび」 15日(土)11時～12時「作ってあそぼう」 |
| ④ おひさまタイム | 子どもの発育などが気になる保護者の交流会 ※日時はかわむらんどホームページをご覧ください。 |
| ラブリィデー | 8日(土)・22日(土)10時～12時※各日先着20組 |
| ⑤ 食のおはなし会 | 12日(水)10時30分～11時30分 保育園栄養士によるお話し会※給食の試食あり |

6月 乳幼児の各種健診・相談・教室

| 項目 | 日にち | 対象など |
|------------|--------------------------|----------------------|
| ウェルカムベビー学級 | 8日(土)・15日(土)・22日(土)(全3回) | 妊娠20週以降の方と家族 |
| 育児相談 | 19日(水) | にこにこ広場 |
| 4カ月児相談 | 4日(火)・11日(火) | 令和6年1月生まれ |
| 1歳6カ月児健康診査 | 13日(木) | 令和4年10月31日～11月26日生まれ |
| 2歳8カ月児歯科健診 | 18日(火) | 令和3年10月生まれ |
| 3歳児健康診査 | 13日(木) | 令和2年11月3日～22日生まれ |
| 5歳児歯科健診 | 18日(火) | 令和元年6月1日～29日生まれ |
| 離乳食教室 | 28日(金) | 4～6カ月児の保護者、先着30人 |
| 後期離乳食教室 | 12日(水) | 令和5年9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 |

問 健康づくり支援課(保健センター) ☎04-7185-1126

情報ひろば

市や官公庁主催・共催・協力・後援、補助団体の記事を掲載しています。
【各項目は次のように省略しています】
近セ…近隣センター 市セ…市民センター 市活ステ…市民活動ステーション
入…入会費 月…月会費 年…年会費

★ イベント

市民活動ステーション主催事業

- ①あなたの始めたいを聴く場 日6月3日(月)・19日(水)10時～12時(1組50分) 所市活ステ 因活動を始めたい方の相談の場 因20歳～59歳の方 定先着2組 申各開催日前日まで
- ②シニアほっとカフェ「和・輪」 日6月12日(水)10時～12時 所天王台北近セ 因日常に生かす上方舞の美しい立居振る舞い 所吉村藤園さん(上方舞吉村流師範)、小竹かつらさん(和ごころを識る会) 定先着10人
- ③パソコン・スマホの相談会 日6月13日(木)・20日(木)9時～16時(1人50分) 所市活ステ 所グループハマダ・ヤマダ 定先着6人
- ④移動子育て交流スペース「cafeネスト」 日6月20日(木)10時～11時30分 所湖北台近セ 因クローゼット整理で服選びの時間短縮 所荒巻嘉南子さん(整理収納アドバイザー準1級) 因乳幼児と保護者※保護者単独可 定先着5組 申6月18日(水)まで
〈共通〉費①②③無料④1組300円 申 申電話・Eメールで氏名、電話番号を明示。市民活動ステーション☎04-7165-4370✉abikosks@themis.ocn.ne.jp

市民プラザ主催事業

- ①ほんわかエンジョイヨガ 日6月の毎週(水)19時30分～20時30分、6月5日(水)・12日(水)・18日(水)10時～11時 定各先着30人(申込不要)
- ②ダットン・ワイクルー 日6月の毎週(木)19時30分～20時30分 定各日先着30人(申込不要)
- ③リズムカルバランスボール 日6月14日(金)・21日(金)・28日(金)9時30分～10時30分、10時45分～11時45分 定各先着15人
- ④レジンアクセサリー作り 日6月16日(日)10時～12時、14時～16時 定各回先着20人
〈共通〉費800円 申①②③飲み物、タオル、ヨガマット(お持ちの方)④ピンセット(お持ちの方) 所申 申電話☎04-7183-2111

地域の茶の間

- ◎認知症のことを話す 日6月7日(金)(申込不要)※お茶の提供・お菓子の土産あり
- ◎マジックショー 日6月14日(金)(申込不要)
- ◎みんなでお話 日6月21日(金)(申込不要)※お茶の提供あり
- ◎健康体操 日6月28日(金) 定先着20人 申動きやすい服装、飲み物
〈共通〉時間10時30分～12時 所けや

きプラザ 費無料 申 申電話☎04-7165-2886(月休館)

アビシルベ主催事業

- ◎ライブ・オン・アビシルベ出演者募集 日6月16日(日)11時～16時 因ギター・ダンス・手品など 定先着10組 費無料 申詳細はアビシルベHP
- ◎アクセサリー販売 日6月22日(出)・23日(日)10時～16時 因就労継続支援A型「ハタラコ」制作のアクセサリー
〈共通〉所 申電話☎04-7100-0014

我孫子ギターサークル 初夏のコンサート

日6月16日(日)13時30分～15時45分(開場13時10分) 所市民プラザ 因「Let it be」「シクラメンのかほり」「乾杯の歌」など 定先着150人(申込不要) 費無料 申 申電話☎080-3400-8336

けやきウインドアンサンブル 定期演奏会

日6月23日(日)14時～16時(開場13時30分) 所けやきプラザ 因「パイレーツ・オブ・カリビアン」、ドビュッシー「小組曲」など 所松田康治さん(指揮)、和久井瞬さん(指揮) 定先着500人(申込不要) 費無料 申 申電話☎070-5572-4780

柏市民吹奏楽団 演奏会

日6月23日(日)14時30分～16時30分(開場14時) 所柏市民文化会館 因「さよなら銀河鉄道999」「シンフォニエッタ第2番」など 定先着1,300人(申込不要) 費無料 申 申電話☎090-3516-8288

混声合唱団「響」 定期演奏会

日6月30日(日)14時～16時30分(開場13時30分) 所けやきプラザ 因「美しく唄うドナウ」「地上の星」「ディズニー曲集」など 所脇田峻多郎さん(指揮)、尾川真理さん(ピアノ) 定先着550人 費1,000円(膝上は無料) 申 申電話☎04-7185-2053

水の色を奏でる～癒やしのメロディー～ 日7月7日(日)14時～16時 所アミュゼ柏 因ドビュッシー「小舟にて」、チャイコフスキー「白鳥の湖」など 所岸田晶子さん(バイオリン)、石井美由紀さん(フルート)、高村真由美さん(ピアノ) 因5歳以上の方 定先着400人 費2,000円(高校生以下1,000円) 申 チケットぴあ(7月6日(出)まで)、アミュゼ柏(当日まで)など 申 申電話☎050-1720-1007

講演・講座・教室

湖北地区公民館(コホミン)講座

◎スラインウェイ演奏体験 日6月6日(日)～8日(出)10時～20時 定各日先着10人 費1時間1,000円(小～大学

生500円) 所 申 申電話☎04-7188-4433

普通救命講習I (e-ラーニング適応コース)

日6月15日(出)10時～11時 所消防本部 因心肺蘇生法、AED使用法、止血法など※適正者には修了証を交付 所 申 申電話☎04-7181-7701

インボディー測定会

日6月17日(月)～23日(日)9時～21時 費200円(申込不要) 所 申 申電話☎04-7187-1155

ガラケー・スマホ何でも相談会

日6月19日(水)10時～16時 所近セふさの風 費無料(申込不要) 申 申電話☎04-7189-2119

シニアいきいき講座(健康体操編)

日6月23日(日)13時30分～15時 所天王台北近セ 因ミュージックフープ健康体操&ヘルスリズムス 所山口江美さん(鼓響理事長) 定先着40人 費無料 申 申電話☎04-7183-9009

終活セミナー

日6月29日(出)14時～16時30分 所市民プラザ 因エンディングノート・遺書を作成※質疑応答・相談時間あり 所千葉県行政書士会会員 定先着50人 費無料 申 申電話☎04-7165-3434✉kita@abiko-shakyo.com

我孫子稲門会25周年記念講演 元裁判官による「高齢者の財産管理」

日6月22日(出)14時～15時(開場13時30分) 所アビイホール(イトーヨーカドー我孫子南口店) 所木野綾子さん(弁護士) 定先着100人(申込不要) 費無料 申 申電話☎090-2720-1517

全年齢向け再就職支援セミナー 生活・就労に関する出張相談

◎セミナー 日7月5日(金)10時～12時 因就職活動の進め方と心構え、労働市場と仕事の探し方、応募書類作成のポイント、面接対策※雇用保険受給中の就職活動実績になります 定先着30人 ◎出張相談 日7月5日(金)①13時30分～②14時10分～③14時50分～④15時30分～(各回30分) 因就職までの生活・就労に関する相談 所 申 申電話☎04-7150-6085

けやきプラザ県民講座・講習

◎生きがいづくりは目標づくり 日7月17日(水) 所原沢修一さん(国家資格キャリアコンサルタント) ◎「手術です」と言われたら 日7月24日(水) 所谷口義則さん(生涯医療ネットワーク代表) 〈共通〉時間13時30分～15時30分 所 申 申電話☎04-7188-2200

所 申 申電話☎04-7165-2886(月休館※祝の場合は翌平日)

スマホ教室

①はじめてのスマホ講座～基本操作編～ 日Android・らくらく・かんたんスマホ…7月22日(月)、iPhone…7月29日(月)10時～12時 因電源の入れ方、ボタンの役割、電話のかけ方など ②PayPay講座 日7月22日(月)・29日(月)13時30分～15時30分 因PayPayの始め方から実践まで
〈共通〉所 申 申電話☎04-7184-1539

市民後見人養成講座

日9月～11月の第2・4(金)、12月の第1・3(水)9時30分～16時30分(全8回) 所市内公共施設 因成年後見制度(認知症などの方に代わり、お金の管理、生活・医療・介護の手続きを行う制度)の基礎 所 申 申電話☎090-2911-6672✉fukushima@kfukushima-office.com

募集

2024年度税務職員(高卒程度)

日6月14日(金)～26日(水)にHP※詳細は東京国税局HP「採用関係お役立ちリンク集」参照 申 申電話☎03-3542-2111(内線2162)

あびこ子どもまつり 実行委員会(参加団体)・ボランティア

日10月20日(日) 所アビスタ、手賀沼公園 因実行委員会(参加団体)…会議の参加(3回程度)・事前準備、ボランティア…当日のみ 申 申電話☎090-5315-6580

お知らせ

猫譲渡会

◎ねこ友会 日6月2日(日)・16日(日)10時～12時 所アビスタ前広場 因保護猫の譲渡、フリーマーケット※保護猫飼育ボランティア・寄付物品募集 申 申電話☎070-9101-7209

◎まんまるおてて 日6月16日(日)14時～16時 所ペットストアいんtoまやー ※抱っこ可※不要なフードの寄付なども募集 申 申電話☎090-9204-4311

◎猫里親会 日6月23日(日)、7月14日(日)13時～15時※雨天中止 所市役所駐車場※持ち込みは要事前連絡※保護猫の引き取り不可 申 申電話☎090-1618-2502

シルバー人材センター入会説明会

日6月14日(金)10時～11時 所市民プラザ 因市内在住の60歳以上で働く意欲がある方 定先着20人 申 申電話☎04-7188-2200

ひきこもり家族相談会

6月9日(日)13時～16時 所アビスタ 函ひきこもり状態の方、親の死後に不安を抱える方 定先着6組 費無料 申6月8日(土)までに東葛市民後見人の会・敷下☎04-7184-6918

認知症の人の家族のつどい「あびこ」

6月12日(水)13時30分～14時30分 所けやきプラザ 函介護方法や日頃の悩みなどの情報交換 函認知症の方を介護している家族・介護経験者(申込不要) 費無料 関高齢者支援課・内線382

教科書展示会

6月18日(火)～7月2日(火)9時～16時30分(6月24日(月)は休館) 所アビスタ 函小・中学校の教科書を展示※申込書に記入した上で複写可 関教育委員会指導課☎04-7185-1367

シニアロースクール

6月26日(水)14時～16時 所千葉家庭裁判所松戸支部 函成年後見について裁判所職員や弁護士に話を聞く 定先着40人 費無料 申6月6日(木)～千葉県弁護士会松戸支部☎047-366-6611

盲ろう者向け通訳・介助員養成研修会

9月8日(日)・15日(日)・22日(祝)・29日(日)、10月13日(日)・20日(日)、11月3日(祝)・10日(日)・17日(日)・24日(日)、12月8日(日)・15日(日)(全12回) 所千葉県社会福祉センター 函修了後に盲ろう者の自立と社会参加支援に携われる方 定20人 費書類※結果は7月中旬に通知 費5,000円 申6月28日(金)(必着)までに、申込書(千葉盲ろう者友の会に電話で請求。会HPからダウンロード可)を郵送・ファクス・Eメール。〒260-0026 千葉市中央区千葉港4の5千葉県社会福祉センター4階千葉盲ろう者友の会☎043-310-3008✉chibadbyousei@gmail.com

石綿事前調査結果の報告 義務化

建築物などの解体・改造・補修を行う際に、石綿含有建材の調査結果を県などへ報告することが義務付けられています。報告はシステムで行うため、登録が必要です※詳細は県HP参照 関生活衛生課☎04-7185-1130

まち協情報

我孫子南まちづくり協議会

◎初心者向け「スマホの使い方」 6月8日(土)13時15分～15時45分 定先着15人 費300円 関スマホ

◎父と子の料理教室「ポリ袋クッキング」 6月15日(土)10時～13時 函災害時にも役立つ簡単調理(煮込みハンバーグ、バナナ蒸しパンなど) 師我孫子SL災害ボランティアネットワーク 函小学生と男性保護者 定先着8組 費1組800円 関エプロン、三角巾

◎スマホ・タブレット・パソコン相談室 6月22日(土)13時～16時 函①1人50分②1人20分 定①先着12人②申込不要 費無料 関相談したい機器 <共通>所関我孫子南近隣センター☎04-7181-1011

新木地区まちづくり協議会

◎らくらく健康体操 6月15日(土)13時30分～15時 函リズム太鼓と健康について 師山口江美さん(鼓響理事長) 定先着20人 費無料 関動きやすい服装、室内履き、飲み物 申6月4日(火)～

◎料理教室 6月30日(日)13時30分～16時 函太巻きまつりずし「水仙」 師川合美津子さん(元学校栄養士) 定先着16人 費800円 関エプロン、三角巾、布巾、巻きす(お持ちの方)、持ち帰り用容器、筆記用具、手拭き 申6月4日(火)～26日(水)

<共通>所関新木近隣センター☎04-7188-2010

こもれびまちづくり協議会

◎こもれびフェスタ 6月16日(日)10時～ 函バザール、お楽しみコーナー、バルーンアート、折り紙、そば処「こもれび庵」、森のちびっ子きょうしつ、おはなし会

◎ロビーコンサート「マリンバ×パーカッションの世界～躍動するリズムの饗宴」 6月16日(日)14時30分～(開場14時) 費無料

◎そば打ち教室 6月①入門コース…7月7日(日)・21日(日)、8月4日(日)(全3回) ②一般コース…7月7日(日)・21日(日)、8月4日(日)、9月1日(日)・29日(日)(全5回) ※①②ともに9時～13時 函全回参加できる方 定各14人(抽選) 費各日①500g 打ち1,800円②500g 打ち1,800円、700g 打ち2,000円 関マスク、エプロン、三角巾、布巾2枚、持ち帰り用容器、タオル 申6月21日(金)(必着)までに、往復はがきに教室名、郵便番号、住所、氏名、電話番号、コース名、グラム数(②のみ)を明記 <共通>所関〒270-1144東我孫子1の41の33近隣センターこもれび☎04-7165-2011

ふさの風まちづくり協議会

◎太巻きまつりずし講習会 6月16日(日)13時～15時 師川合美津子さん(元学校栄養士) 定先着12人 費800円 関マスク、エプロン、三角巾、布巾、巻きす(小)、持ち帰り用容器、筆記用具、食品用ラップ 所関近隣センターふさの風☎04-7181-6211

湖北台地区まちづくり協議会

◎地域の多世代交流のためのお楽しみ映画会「道頓堀川」 6月20日(木)13時30分～15時40分(開場13時) 函市内在住の方 定先着150人(申込不要) 費無料 所関湖北台近隣センター☎04-7187-1122

市民伝言板 詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。

講演・催し

▼あびこ市歩こう会 6月9日(日)※小雨実施。我孫子駅8時15分発、逆井駅下

車。町民の森～増尾城址公園の10km ウォーク。300円。関昼食。申関鈴木☎090-1404-7463

▼第19回筑波山麓コカリナピクニック 6月9日(日)12時30分～16時15分。けやきプラザ。東関東地区コカリナ23サークルの発表会。200人(申込不要)。無料。関平山☎090-7835-9861

▼じゃがいも掘り大会 6月15日(土)13時～14時30分※雨天中止。むつぼし第7農園(北新田)。レクリエーションあり。無料。関長靴、汚れてもよい服装。申関生活介護事業所むつぼし☎04-7184-6258

▼おひるねコンサート バイオリン・ビオラ・チェロ・ギター・ピアノの演奏とお話 6月15日(土)14時～16時。けやきプラザ。「威風堂々」など。先着552人(申込不要)。無料。関小段☎090-7630-0218

▼我孫子寿寄席 6月16日(日)15時～17時。我孫子市商工会館。昔昔亭桃之助(真打ち)、ポンちゃん一座(腹話術)、三遊亭こと馬(前座)。2,000円。申関みやま☎090-3102-8070

▼遺言書の作成 6月20日(木)14時～16時。市民プラザ。相続が争族にならないように。市内在住の方。先着10人。500円。申関伊藤FP事務所・伊藤☎090-4399-0156

▼吹き矢を体験しませんか 6月21日(金)10時～12時。新木近セ。初心者歓迎。100円(マウスピース代)。申関外山☎090-1695-3716

▼学術講演「世界の宗教－シオニズムからイスラエルへ」 6月30日(日)13時～15時。湖北パークサイドチャペル。先着50人程度(申込不要)。300円(大学生以下無料)。関黒川(中央学院大学教授)☎04-7149-1952

6月 ギャラリー

市民プラザ

◆河野瑞石書作品展 6日(土)まで10時～17時(最終日16時まで) 関河野☎04-7182-9065

◆墨雅会展 21日(金)～25日(火)10時～18時(初日14時～、最終日16時まで) 関篠田☎04-7182-2842

◆現代アート遊展 28日(金)～7月3日(水)10時～18時(初日13時～、最終日17時まで) 関清水☎04-7182-6375

アビスタ1階中央通路 開館時間：9時～21時 休館日：24日(月)

◆水彩会展 8日(土)まで(最終日16時まで) 関長谷部☎080-5377-1946

◆谷津の保全活動と生き物たち 9日(日)～21日(金)(初日11時～、最終日17時まで) 関今嶋☎090-6018-9458

◆市民活動団体紹介パネル展 22日(土)～7月6日(土)(初日13時～、最終日15時まで) 関市民協働推進課・内線490

けやきプラザ

休館日：毎週(月)(祝の場合は翌平日) 第2ギャラリー

◆写楽の会 写真展 18日(火)～23

会員・仲間募集

▼シニアバドミントンクラブ 毎週(木)13時～16時。市民体育館。バドミントンを生涯スポーツとして楽しく。丁寧に指導。初心者歓迎。60歳以上の方。1回300円。関岡☎090-6006-2855

▼バンドメンバー 毎週(木)午後。湖北台近セなど。楽器演奏者(ボーカルのみも可)。歌謡曲、アメリカンポップスなど。関ゴールデンシンガーズ・平本☎080-9641-0248

▼ボイストレーニング&歌いましょう 7月13日(土)～毎月第2(土)19時～20時30分※8月のみ17日(土)。我孫子南近セ。関小山草さん(ゴスペルシンガー、35歳)。初心者・学生歓迎。1回2,500円。関東☎090-9368-4638

▼歌は友達「根戸 歌友の会」 月2回(日)13時30分～15時30分。根戸近セ。懐かしい唱歌・叙情歌を優しい指導のもと楽しく歌う。関1,000円。関3,000円。関奥井☎090-2536-8356

手賀沼水質情報

Table with 3 columns: 測定地点, 測定機関, COD環境基準. Rows show data for 手賀沼中央, 千葉県, 5.0(mg/L)以下, and a table of 測定日 vs COD(mg/L) from 1月9日 to 3月11日.

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

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。

関 手賀沼課☎04-7185-1484

日(日)10時～16時(初日13時～、最終日15時まで) 関土井☎090-6179-8366

◆作家の証展 25日(火)～30日(日)10時～18時(初日11時～) 関天野☎04-7166-4969

第1・2ギャラリー

◆我孫子アートな散歩市 6月①表現の対話Ⅱ…2日(日)まで10時30分～17時30分(最終日17時まで)②表現の対話Ⅲ…4日(火)～9日(日)10時30分～17時30分(初日11時～、最終日17時まで) 関関谷☎090-4206-6242

◆ふたり展(書道展) 11日(火)～16日(日)10時～18時(初日13時～、最終日16時まで) 関葭村☎04-7170-0116

アビシルベ

開館時間：9時～18時 関☎04-7100-0014

◆我孫子アートな散歩市 9日(日)まで(最終日16時まで)

◆新作ゆかた展示会 11日(火)～17日(月)(初日10時～、最終日17時まで)

水の館ミニギャラリー

開館時間：9時～17時 休館日：26日(水)

◆我孫子アートな散歩市 9日(日)まで 関手賀沼課☎04-7185-1484





我孫子市LINE公式アカウント友だち募集中！
二次元コードを読み取るか、LINEの「友だち追加」でID「@abiko_city」を検索して追加してください。市からのお知らせなど、欲しい情報を選べます。メール配信サービスと同じ情報も配信します。



アプリ「マチイロ」
マチイロ(二次元コードからダウンロード可)で広報あびこが閲覧できます。

熱中症を予防しましょう

令和5年5月～9月、市内で102人の方が熱中症(疑い含む)で救急搬送されました(前年同期比26人増)。そのうち6割以上が65歳以上の高齢者です。高齢者・子ども・障害がある方は、熱中症になりやすいため、特に注意が必要です。

体が暑さに慣れるまで、約2週間かかるといわれています。熱中症の危険が高まる前に、無理のない範囲で汗をかくことが大切です。

予防のポイント

☐暑さに体を慣らす



- 入浴(湯船に漬かる)
- 30分程度のウォーキングなど

☐日頃から健康管理を行う



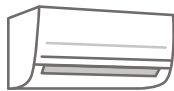
- バランスの良い食事、十分な睡眠
- 体調が悪いときは無理せず療養など

☐衣服などを工夫する



- 通気性や速乾性に優れた生地の上着を選ぶ
- 状況に応じてマスクを外す

☐暑さを避ける



- エアコンなどで温度や湿度を調整
- 暑い時間帯の外出を避ける
- 外出時は日傘や帽子などを活用

☐こまめに水分補給をする

- 目安は食事以外に1日1.2リットル
- 汗を多くかいたときは塩分も補給



☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

注意報発令中は屋外での激しい運動を避けましょう

光化学スモッグに注意

晴天で気温が高く、風が弱い日に発生します。目がチカチカする・喉が痛む・頭痛などの症状が出たら、洗眼やうがいをして安静にしてください。症状が重い場合は、医療機関を受診しましょう。

光化学スモッグ注意報が発令された場合

防災行政無線、市LINE公式アカウント(要登録)、県ホームページ、ちば大気環境メール(要登録)、電話サービス(☎043-223-0551)でお知らせします。各行政サービスセンター・近隣センターなどでも発令板を掲示します。

光化学スモッグを減らすには

原因は、車などの排気ガスに含まれる窒素酸化物と炭化水素です。車を運転する場合は、アイドリングストップにご協力ください。

☎ 生活衛生課 ☎04-7185-1130

鳥の博物館 インフォメーション

鳥のサイエンストーク(オンラインで開催)

国立科学博物館が所蔵するヤマイヌ剥製標本はニホンオオカミか？

日 6月15日(土)13時30分～14時15分

内 国立科学博物館の収蔵庫を見学していた小学生の女の子が「ニホンオオカミ」とみられる剥製を発見しました。この剥製は、これまで「ヤマイヌの一種」として保管されていました。なぜニホンオオカミとされるのか、剥製標本の背景などをお話します。



▲国立科学博物館が所蔵するヤマイヌ剥製標本

師 小林さやかさん(山階鳥類研究所研究員)

費 無料

視聴方法 山階鳥類研究所公式Youtubeで配信(申込不要)



▲YouTube

☎ 鳥の博物館 ☎04-7185-2212

6月15日(土)は「県民の日」

入館料・入場料が無料

◎杉村楚人冠記念館

時間 9時～16時30分(入館16時まで)
☎ 杉村楚人冠記念館 ☎04-7187-1131

◎鳥の博物館

時間 9時30分～16時30分(入館16時まで)
☎ 鳥の博物館 ☎04-7185-2212

◎水の館プラネタリウム

時間 ①10時～②11時～③13時～④14時～⑤15時～⑥16時～(上映約20分)
※上映1時間前から水の館3階手賀沼課で受付
定 各回先着50人
☎ 水の館 ☎04-7184-0555



施設入館料などが無料

利用料・使用料が無料

◎手賀沼周遊レンタサイクル

時間 9時～17時※雨天中止
貸出場所 ①我孫子市…手賀沼公園、サイクルパーク我孫子南、手賀沼親水広場多目的広場駐車場 ②柏市…道の駅しようなん、北柏ふるさと公園 ※場所により貸出時間が異なります。 ※自転車の種類によって有料のものがあります。

☎ ①シルバー人材センター ☎04-7188-2204(月～金)、☎090-4520-3603(土/日) ②柏市商工観光課 ☎04-7128-4780

◎市民体育館

時間 9時～21時(ナイターは有料)
☎ 市民体育館 ☎04-7187-1155

◎手賀沼公園ミニ鉄道

時間 9時30分～17時(12時～13時は休止)※雨天中止
☎ シルバー人材センター ☎04-7188-2204(月～金)、☎090-4520-3603(土/日)

