

あびこ

7月1日(月)は市制施行日 利用料・入場料が無料…3面
 湖北行政サービスセンター 8月27日(火)に閉鎖…3面
 公立保育園職員 募集……………3面
 手賀沼花火大会2024
 ガバメントクラウドファンディング・有料席販売4面
 ふるさと納税返礼品協力事業者 募集……………4面
 「平和祈念の折り鶴」の寄贈をお願いします……………4面
 げんきフェスタ2024……………5面
 健診費用助成 申請は令和7年3月31日(月)まで…6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

子どもの救急

大切な命を守るために

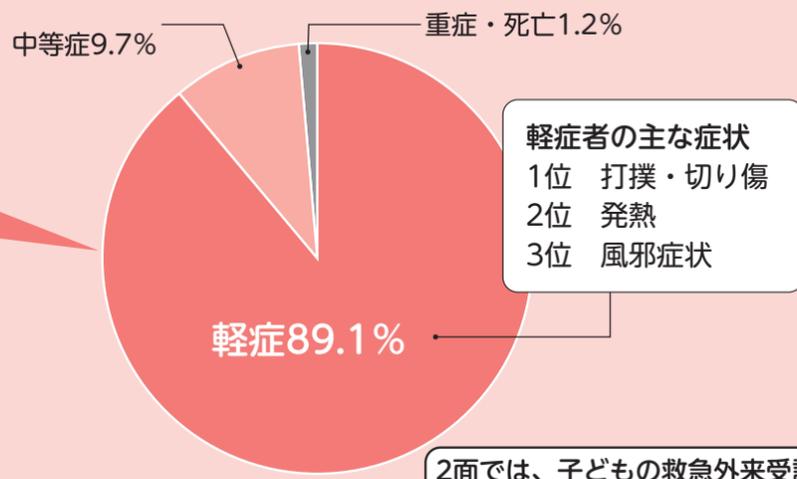


救急要請の増加により、子どもの救急体制が逼迫しています

近年、救急車の出動件数や救急搬送人数が増加しています。4月から、国による医師の働き方改革の新制度が導入され、救急受け入れ体制の確保が難しい状況です。特に小児科医が不足しているため、子どもの救急対応が必要な場合は、市内だけでなく市外・県外の病院に搬送することもあります。日頃から一人一人ができることを心掛け、救急受け入れ体制の確保にご協力をお願いします。
 問 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

子どもの救急の現状 (令和5年1月～12月)

救急要請のうち入院の必要がない**軽症者**が子ども(15歳未満)では**9割**を占めています



打撲・切り傷、発熱、風邪症状など、緊急性の低い救急要請が軽症者の大半を占めています。このような場合でも、小児科医がいる市外・県外の病院へ搬送することがあります。

子どもの救急件数の増加により重症者の対応が遅れ、小児救急医療体制の逼迫が懸念されます。

2面では、子どもの救急外来受診の目安などを紹介しています>>>

現場の医師の声 ～救急科専門医として～



我が国の小児医療は、ここ数年その体制を中心に社会問題化してきています。初期患者の地域基幹病院集中による勤務医の過剰労働や、今後予想され得る医師の働き方改革に伴う医師の労働時間の削減などに代表される医療者側からの問題、少子化や核家族化など社会の構造変化に伴う完結的な医療への要望の強さなどに代表される受療者側からの問題の2点が挙げられます。

子どもの救急の現状を見ると、9割が入院や手術

の必要がない軽症者であることが分かっていて、慌てずに翌日の受診でもよいことが多いといわれています。夜間や休日などに発熱などで救急車を要請したところ、搬送先の病院で小児科専門医でなく内科医が診察したことに不満を口にされる方がいらっしゃることをよく耳にしますが、小児科専門医が常に待機している病院は限られており、初期患者に関しては、内科医を含む救急担当の医師で十分に対応可能です。入院やさらなる処置が必要な症例に関しては、医師同士の連携により転送を検討します。

少ない医療資源を有効に活用し、必要な小児救急医療体制を確保するために、家庭内で何ができるかを考えていただきたいと思います。

名戸ヶ谷あびこ病院
 副理事長・医師 高橋一昭

子どもの命を守るために一人一人ができること

診療時間内に受診しましょう

休日・夜間の救急は、診療時間外の緊急事態に備えて対応しています。症状が軽いにもかかわらず慌てて受診したり、「夜の方が受診しやすい」などの個人的な理由による「コンビニ受診」が増加すると、救急治療が必要な患者に対応できなくなります。

また、割増料金が加算されて医療費が増え、保険料の引き上げなどにつながります。



かかりつけ医を持ちましょう

日頃から診察してくれるかかりつけ医がいると、これまでどのような病気になったか、どのような病気になりやすいかなどお子さんの体質を把握してもらえ、適切な治療を受けられます。症状の変化や対処法をあらかじめかかりつけ医に相談しておくことで、急に体調が悪くなった場合に家庭内でも適切に対処できます。

かかりつけ医の休診日に、どの医療機関を受診するかを考えることも大切です。事前に各医療機関の診療時間を確認しておきましょう。厚生労働省ホームページの「医療情報ネット(ナビイ)」で、県の医療機関・薬局を検索できます。



▲医療情報ネット(ナビイ)

電話相談・ウェブサイト・アプリなどを活用しましょう

～休日・夜間に急に体調が悪くなった方、すぐに医療機関を受診すべきか迷った方など～

こども急病電話相談(千葉県)

相談には、看護師が対応します。必要に応じて、小児科医に電話を転送します。

相談日時 毎日19時～翌8時
電話番号 #8000 または
☎043-242-9939

子どもの急病ガイドブック

症状による緊急性の判断や家庭での対処法を記載したガイドブックです(県ホームページからダウンロード可)。



▲県HP

ウェブサイト「こどもの救急」

お子さんの該当する症状などを選択すると、診療時間外に緊急で受診すべきかどうかの目安が表示されます。

☎ 生後1カ月～6歳の子ども

該当する症状を選んでチェック



▲こどもの救急(日本小児科学会HP)

全国版救急受診アプリ「Q助」

該当する症状などを選択すると、緊急度に応じて必要な対応が表示されます(総務省消防庁ホームページからダウンロード可)。



▲消防庁HP

子どもの救急外来受診の目安

- 生後3カ月以内の子どもで、38度以上の発熱がある
- 嘔吐や下痢を繰り返す、12時間以上排尿がない
- けいれんが5分以上続いている
- 顔色が悪い、笑わない、眠ってばかりいる
- 呼吸が不規則・胸がぺこぺこへこむ・鼻の穴がひくひくするなど、呼吸がおかしい
- 出血が止まらない・頭を強く打ち反応が悪いなどの外傷がある
- たばこ(3分の1本以上)・医薬品・洗剤・ボタン電池などを誤って飲み込んだ

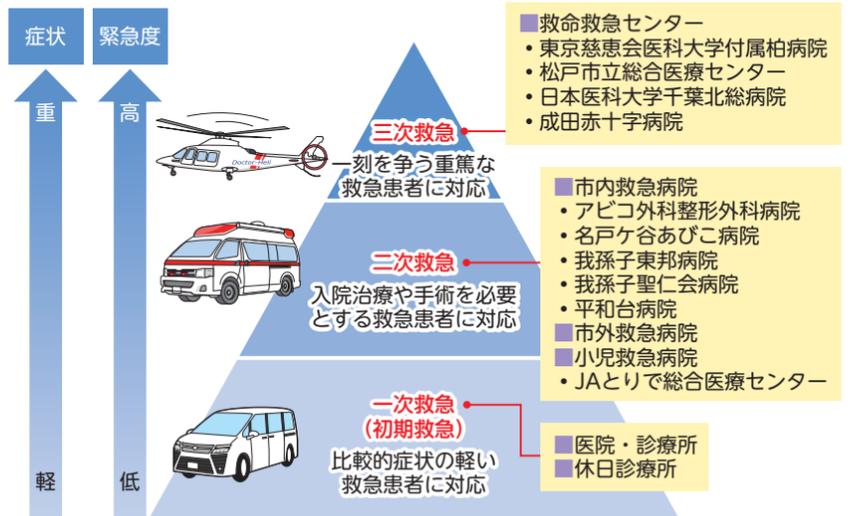


上記の症状がある場合は早めの受診が必要ですが、それ以外の多くの場合、翌日の受診で間に合います。インフルエンザなどでは急な高熱が出ますが、すぐに受診しても検査はできず、再度の受診が必要となります。普段から解熱剤などを準備し、冷静な判断をお願いします。

すずきこどもクリニック
院長 鈴木大雅(小児科専門医)



市の救急医療体制



軽症者を受け入れる「医院・診療所」や「休日診療所」などの一次救急、入院が必要な患者を受け入れる各救急病院の二次救急、さらに高度な治療や重篤患者を受け入れる三次救急で対応しています。

●歯の救急：休日・夜間に歯が痛くなった場合、救急車を呼んでも処置できることがほとんどありません。虫歯や歯周病は、初期の段階では痛みを伴わないため、定期的な歯科健診を受け、早期発見・早期治療を心掛けましょう。 ☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

【いざというときに適切に対処できるよう、自宅の目につく場所にこの2面を貼っておきましょう】

7月1日(月)は市制施行日 利用料・入場料が無料

◎市民体育館

時間 9時～21時(ナイターは有料)

所 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

所 手賀沼公園

所 シルバー人材センター ☎04-7188-2204(月～金)、☎090-4520-3603(土日)

◎水の館プラネタリウム

時間 ①14時～②15時～(上映約20分)

定 各回先着50人

券 上映60分～10分前に水の館3階手賀沼課

所 水の館 ☎04-7184-0555



湖北行政サービスセンター 8月27日(火)に閉鎖

利用者の減少により、湖北台行政サービスセンターと統合するため、閉鎖します。近隣にお住まいの方は、湖北台・新木行政サービスセンターをご利用ください。

所 市民課・内線316

会計年度任用職員

公立保育園職員 募集

任期 令和7年3月31日まで※再任あり 勤務場所 市内公立保育園

区分	勤務日時	採用予定数	報酬
給食調理員	(月～金)8時30分～16時30分(週5日)	2人	時給1,100円
保育士(フルタイム)	(月～金)6時45分～19時15分のうち7時間45分(シフト制、出勤勤務あり)	若干名	月額21万1,773円
保育士(パートタイム)	(月～金)8時30分～16時30分(出勤勤務あり)	若干名	時給1,300円
保育補助員(時間外勤務)	(月～金)6時45分～8時45分、16時30分～19時15分(週2～5日、シフト制、出勤勤務あり)	若干名	時給1,140円

※ 保育士…保育士、幼稚園・小学校・養護教諭、保健師、看護師、准看護師のいずれかの有資格者または子育て支援員研修修了者(地域保育コース)

※給食調理員・保育補助員は資格不問

選 書類、面接

申 登録申込書(市ホームページからダウンロード可)、資格・修了証の写し(保育士のみ)を郵送・持参。〒270-1192市役所保育課(西別館2階、住所省略可)・内線464



▲市HP

浸水防止工事費用 助成

※ 次のいずれかに該当する方…○過去に浸水被害に遭い、市が被害状況を把握している ○あびこハザードマップの浸水実績・道路冠水実績がある箇所に在住している

対象工事 令和7年3月31日(月)までに完了が見込まれ、次のいずれかに該当する工事…○かさ上げ(給湯器・エアコン・温水器などの設備機器、駐車場のコンクリート・砂利など、建物基礎部・敷地の盛り土、玄関先・店舗内・事務所内などの室内外の床面) ○防水措置(住宅などの出入り口・敷地内のコンクリート布設・ブロック積み・ブロック壁設置など)

※販売目的で所有する建物・土地の工事は対象外

助成額 工事費用の2分の1(上限30万円)※工事が複数の場合は合算

※工事実施前に要申請

※令和6年度に助成を受けた方は、令和10年度以降新たに申請可

申 申請書(市ホームページからダウンロード可)に必要書類を添えて郵送・持参。〒270-1192市役所市民安全課(本庁舎地階、住所省略可)・内線522



▲市HP

令和5年度 情報公開の実施状況

情報公開制度は、市民の方の求めに応じて、市が保有する情報や会議(一部除く)を公開するものです。

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などを目的とし、自己に関する情報の開示・訂正・利用停止を請求できます。

情報公開・個人情報開示の状況

情報公開の決定件数は161件で、決定に対する審査請求が1件ありました。個人情報開示の決定件数は44件でした。

請求に対する決定状況

区分	件数	決定状況		
		公開	部分公開	非公開(不存在含む)
情報公開	161件	74件	59件	28件
個人情報開示	44件	31件	8件	5件

情報公開請求の主な内容

実施機関	内容
企画総務部	文書主管課に引き継がれた「ファイル基準表」のうち、保管単位治水課の平成27～令和元年度分など
財政部	公共施設包括管理業務委託に係る企画提案書・参考見積書、地方自治法施行令第167条の第2第1項第3号に係る契約一覧など
市民生活部	市民プラザ・市民活動ステーション指定管理者の応募に関する事務文書、住居表示届出書受付台帳など
健康福祉部	特定の事案に対する市の対応経過
子ども部	学童保育室・あびこ子クラブ運営管理業務委託に係るプロポーザル書類の事務文書など
環境経済部	旧クリーンセンター解体設計・土壌汚染状況調査業務委託における入札に係る資料、柴崎地区の産業用地に設置する調整池に関する協議情報など
建設部	道路・下水道・治水などに係る設計等委託業務の金入り設計書、関連図書など
都市部	建設工事に係る資材の再資源化等に関する法律第10条第1項の規定による届け出の台帳、建築基準法に基づく報告書・道路中心線位置図、実施設計業務委託に関する金入り設計書など
水道事業管理者	実施設計業務委託に関する金入り設計書
消防長	危険物施設・少量危険物施設設置の有無など
教育委員会	平成14年5月定例会教育委員会会議録、工事に関する金入り設計書など
選挙管理委員会	市議会議員選挙に関する選挙事務所の責任者の一覧資料など
議会	昭和60年代の道路法第8条第2項および第4項の市議会の議決の書類の写しなど

会議の公開

審議会などの会議は274回開催しました。公開した会議は110回(一部公開含む)で、傍聴人に発言の機会を設けた会議は45回、傍聴人があった会議は28回でした。傍聴人の総数は48人で、発言者は4人でした。非公開とした会議は164回で、主なものは介護認定審査会の109回でした。

情報公開・個人情報開示の請求手続き

行政情報資料室(市役所本庁舎1階)・情報公開コーナー(水道局、消防本部、教育委員会)に請求書を提出してください(郵送可)。個人情報の開示請求には、本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証など)が必要です。

行政情報資料室をご利用ください

市政情報、パブリックコメントの募集案件・寄せられた意見、市が作成した計画書・刊行物などを閲覧できます。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。

☎ (月～金)9時～17時(12時15分～13時は行政資料の閲覧のみ)

〈共通〉 所 行政管理課・内線237

災害時における2協定を6月6日に締結

我孫子市災害ボランティアセンターの設置・運営等に関する協定

社会福祉法人我孫子市社会福祉協議会と「我孫子市災害ボランティアセンターの設置・運営等に関する協定」を締結しました。この協定は、市の災害時応急対応活動として行うセンターの設置およびボランティア活動を円滑に実施し、被災者の生活支援に寄与することを目的としています。

災害時における通信設備復旧の連携等に関する基本協定

東日本電信電話株式会社千葉事業部と「災害時における通信設備復旧の連携等に関する基本協定」を締結しました。この協定は、災害による広範囲な通信障害発生時において迅速な通信手段の確保を目的としています。

〈共通〉 所 市民安全課・内線522

【各項目は次のように省略しています】

☎…日時 所…場所 内…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

手賀沼花火大会2024 ガバメントクラウドファンディング・有料席販売

日 8月3日(出)19時～20時10分(打ち上げ19時10分～)※予定

皆さんの寄付をお待ちしています「ガバメントクラウドファンディング」

ふるさと納税の寄付金の使い道を手賀沼花火大会の運営費などに充てるため、クラウドファンディングを実施中です。寄付にご協力いただいた方は、税金の控除が受けられます。市外在住の方は返礼品も選択できます。

目標金額 100万円

日 8月31日(出)までにふるさと納税ポータルサイト「ふるさとチョイスGCF」



▲ふるさとチョイスGCF



有料席販売

手賀沼公園などに有料席を設けます。金額や購入方法など、詳しくは広報あびこ7月1日号・花火大会ホームページをご覧ください。

販売開始日時 7月1日(月)12時

〈共通〉 日 商業観光課・内線664



▲大会HP

ふるさと納税返礼品協力事業者 募集

市外在住の方が市にふるさと納税の寄付をした場合に、市内で生産・製造した商品やサービスなどを返礼品として提供する事業者を募集しています。返礼品はふるさと納税ポータルサイトに掲載されるため、全国に商品をPRできます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

※ふるさと納税ポータルサイトへの掲載料・手数料、返礼品の送料などは市が負担します。

日 財政課・内線300



▲市HP

女性向け再就職支援セミナー・個別相談

日 7月19日(金)①10時～12時②13時30分～16時(1人30分)

所 鎌ヶ谷市総合福祉保健センター

内 ①セミナー(女性の就職状況、自己分析、応募書類の書き方、面接対策など)②個別相談

日 ①再就職を希望する女性②セミナー参加者

定 先着①30人②4人

託児も承ります

日 未就学児 定 先着5人 日 7月5日(金)まで

〈共通〉 日 無料

日 鎌ヶ谷市商工振興課 ☎047-445-1240

株式会社千葉薬品と包括連携協定を締結

市内でヤックスドラッグを運営する株式会社千葉薬品と協定を締結しました。この協定は、市と株式会社千葉薬品の連携を緊密化し、協働による活動の推進により、地域の活性化や市民サービスの向上を図ることを目的としています。

今後は、これまで行われていた健康づくりに関する取り組みに加え、買い物に困難な方の支援や高齢者の居場所づくりの一環としての移動スーパー事業、災害時の物資提供、広報あびこの配架、情報発信の場の提供など、幅広い分野で連携していきます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

日 企画政策課・内線568



▲市HP

3部制で開催

はたち二十歳成人式

日にち	時間※各回30分前開場	場所	区分
令和7年 1月12日(日)	10時30分～11時10分	けやきプラザ	我孫子・湖北台中学校区在住の方
	12時30分～13時10分		白山・布佐中学校区在住の方 我孫子特別支援学校卒業の方
	14時30分～15時10分		久寺家・湖北中学校区在住の方

日 平成16年4月2日～17年4月1日生まれの方

※市内在住の方には12月中旬に案内を送付

※市外在住で市内に在住・在学歴がある方は要申込

※車いす専用スペース、優先席(介助者2人まで同席可)あり

※舞台上の手話通訳あり

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

日 教育委員会生涯学習課 ☎04-7182-0511



▲市HP

被爆79周年 平和の願いを千羽鶴に

「平和祈念の折り鶴」の寄贈をお願いします

「折り鶴づくり運動」を行います。寄贈された千羽鶴は、奉納・展示に活用します。

募集期間 7月19日(金)まで※千羽鶴の状態でご寄贈してください。

奉納・展示 8月6日(火)…原爆死没者慰霊式・平和祈念式(広島市)への奉納、8月8日(木)～22日(木)…平和祈念の折り鶴展(アビスタ)、8月10日(土)…平和祈念式典(アビスタ)

◎千羽鶴の作り方

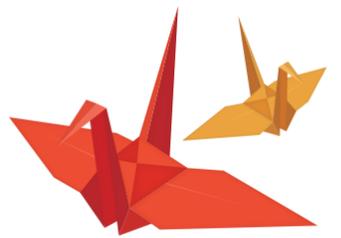
①1辺10～15cmの紙(色紙・広告紙など)

を使用して折り鶴を作る

②折り鶴は広げず、たこ糸などの丈夫なひもで長さ1m程度にまとめる

③数本を束ね、フックに吊るすための輪を作る
※千羽鶴には名前の入った短冊を結び付けることもできます。

回収場所 日 社会福祉課(市役所西別館3階)・内線377



原子爆弾被爆者見舞金

日 被爆者健康手帳の交付を受けており、7月1日(月)時点で市の住民基本台帳に登録されている方(外国人含む)

※令和5年度に申請した方には、7月上旬に申請書を送付します。

見舞金額 年額1万円

日 7月31日(火)(消印有効)までに申請書、被爆者健康手帳の写しを郵送・持参。〒270-1192市役所社会福祉課(西別館3階、住所省略可)・内線377

バスやタクシーの割引証・利用券を発行

運転免許証自主返納者 公共交通機関優遇制度

高齢ドライバーの交通事故を未然に防ぐための制度です。

日 阪東バス・あびバス免許返納割引証(運賃半額で4年間有効。アイバスでも使用可)、タクシー利用券(4,000円分)を交付

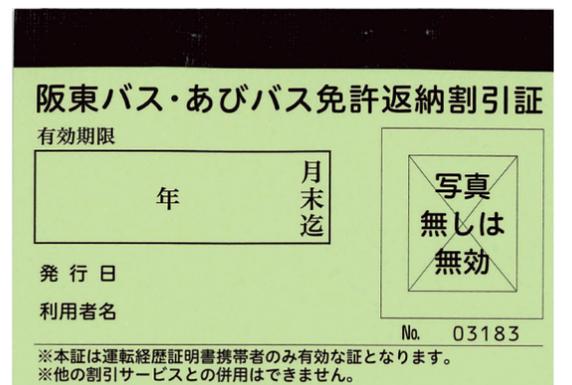
※障害者割引などと併用不可
交付回数 1回※再発行・更新不可

日 市内在住の70歳以上で運転経歴証明書(発行時期不問)をお持ちの方

日 運転経歴証明書、顔写真(縦3cm×横2.4cm)を交通政策課に持参

※代理人が申請する場合、代理人の本人確認書類も持参

日 交通政策課(市役所東別館2階) ☎04-7185-1369、運転経歴証明書の発行…我孫子警察署 ☎04-7182-0110



ジャパンバードフェスティバル2024 出展者募集

「人と鳥の共存をめざして」をテーマに開催するジャパンバードフェスティバル(JBF)には、鳥を愛する人、自然環境を大切に人が集います。



日 11月2日(土)・3日(日)※雨天実施

所 手賀沼親水広場、水の館、アビスタなど

内 鳥や自然環境に関する研究・活動の発表、物販、飲食など

申 7月26日(金)まで※費用・申込方法など詳しくはJBFホームページをご覧ください。

問 手賀沼課 ☎04-7185-1484



▲JBF HP

ハチに注意

ハチは、軒下・屋根裏・庭木などに巣を作り、春先から秋にかけて活発になります。特にスズメバチは、8月～10月にかけて巣を守るために攻撃的になります。巣にいたずらをしたたり、むやみに近づいたりしないでください。

◎刺されたときは 気分が悪い・全身が痒い・動悸・呼吸が苦しいなどの症状が出た場合は、速やかに医療機関を受診してください。

◎応急処置 ○針が残っていないかを確認し、残っている場合はピンセットなどで抜く(ミツバチの場合) ○指輪をしている指を刺された場合は、指輪をすぐに外す ○刺された部分を指でつまみ、毒を出す ○水で洗い流し、よく冷やす ○抗ヒスタミン剤入りの虫刺され薬などの軟こうを塗る

※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 巣がある土地の所有者が専門業者に依頼してください。

巣が小さいと費用を抑えられるため、早期に発見し駆除しましょう。専門業者の電話番号など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP

問 生活衛生課 ☎04-7185-1130

書き損じはがきを集めています

世界には学校に通えない子どもが2億4,400万人、読み書きのできない大人が7億6,300万人います。ユネスコの「寺子屋運動」は年齢、宗教、性別にかかわらず「全ての人が平等に教育の機会を得られるよう応援する運動」です。カンボジアでは、書き損じはがき17枚または未使用切手900円分で、1人がひと月学校に通えます。皆さんのご協力をお願いします。

※書き損じはがきの宛名、住所は油性ペンなどで塗りつぶしてください。

回収箱設置場所 アビシルベ、市民プラザ、AIRA事務局

令和5年12月～6年2月に実施した「書き損じはがきユネスコ募金キャンペーン」では、未使用切手301枚、200円の印紙2枚、書き損じはがき1,259枚が集まり、5万8,611円分の切手を送りました。ご協力ありがとうございました。

問 我孫子市国際交流協会(AIRA)事務局 ☎04-7183-1231

おうちでできるSDGs

太陽光パネル・蓄電池 共同購入キャンペーン

県が実施する「みんなのおうちに太陽光」は、多くの人が一緒に太陽光パネルや蓄電池をお得に購入できるキャンペーンです。電気代の削減が期待でき、災害時の電気も確保できます。市の補助金で対象外の新築住宅も対象です。

※市の補助金と併用可

※無料オンライン説明会など、詳しくは公式ホームページをご覧ください。

申 8月28日(木)までにみんなのおうちに太陽光事務局 ☎0120-758-300(月～金)10時～18時※祝を除く)



▲公式HP

アビコでなんでも学び隊

わくわくおもしろじっけん

日 7月6日(土)13時30分～15時 所 アビスタ

内 身の回りの不思議な現象を実験し、保護者と一緒に科学の面白さを体験

師 佐野史尚さん(東京理科大学特任教授)

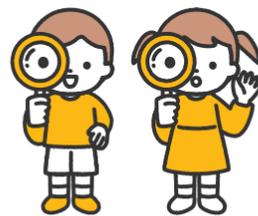
対 小学1～3年生の子どもと保護者※対象児以外の子どもの同伴不可

定 20組(抽選)※市内在住・在学の方優先

費 1組450円

申 6月24日(月)までにちば電子申請サービス

問 我孫子地区公民館 ☎04-7182-0622



▲ちば電子申請サービス

子どもと大人で一緒につくり上げます

げんきフェスタ2024

詳しくはげんきフェスタホームページをご覧ください。



▲フェスタHP

日 6月30日(日)9時45分～15時15分(受付9時30分～)

所 湖北地区公民館、湖北小学校

※公共交通機関をご利用ください。

内 リズムワークショップ&コンサート、大道芸、音楽、ダンス、人形劇など

問 七戸 ☎090-8558-9916、子ども支援課・内線447



広告

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

申・問 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

申・問 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

申・問 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

【広報あびこに掲載する広告を募集】 会社やお店のPRにご活用ください。広報あびこは新聞折り込みや公共施設などで配布しています。

発行部数 3万7,000部 規格 1枠：縦11.5cm×横8cm※最大3枠 掲載料 1枠：2万円 申 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

※広告内容は市が推奨するものではありません。応募者多数の場合、掲載の優先順位および抽選で決定します。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP

すこやかちゃん



ほんま ゆず
本間 柚ちゃん
(1歳3カ月)

わが家の怪獣おてんばぶりでいーな柚ちゃん♡悩殺笑顔でこれからもみんなを癒してね!



たくみ
拓実ちゃん
(1歳2カ月)

拓実の成長が家族みんなの幸せ♡いっぱい食べていっぱい遊んで大きくなあれ~♡



さわ
沙和ちゃん
(1歳3カ月)

絵本とごはんが大好きな沙和ちゃん♡これからもたくさん食べて遊んで元気に育ってね!



さとう こうえつ
佐藤 光悦ちゃん
(1歳2カ月)

納豆ご飯と2人のお姉ちゃんが大好き♡清く、優しく、より高く! きょうだい仲良かね♡

献血・骨髄ドナー登録にご協力を

日本赤十字社の献血ウェブ会員サービス「ラブラッド」で予約も可能です。

☎ 7月8日(月)①10時~11時45分②13時~16時※ドナー登録は①11時15分まで②15時30分まで

所 市役所本庁舎ロビー

☎ 男性45kg以上・女性40kg以上で16歳~69歳の方※65歳以上の方は60歳~64歳の時に献血経験がある方

☎ 献血カード(お持ちの方)、本人確認書類(マイナンバーカード・健康保険証など)

☎ 社会福祉課・内線377



▲ラブラッド



子育てQ&A 第183回

虫歯予防とおやつ

Q 4歳の子どもです。甘いお菓子やジュースが大好きで、虫歯にならないか心配です。日頃から気を付けることはありますか。

A 虫歯の予防には、おやつ時間を決めてだらだらと食べない・飲まない、食事に影響しないように食べることが大切です。おやつには心の満足感を得ることやエネルギーの補給という意味があるため、小さいおにぎりや季節の果物など、甘い飲食物以外のものを食べましょう。スポーツドリンクや野菜ジュースには糖質が含まれており、虫歯になりやすいため注意が必要です。体調不良のときや汗をかいたときを除き、普段の飲み物は水やお茶にし、甘い飲食物を口にしたときは歯磨きをする習慣をつけましょう。保護者による毎日の仕上げ磨きや歯科医院での健診・フッ素塗布を定期的に受けることも大切です。

☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

各種がん検診 実施中

胃・子宮頸・乳・大腸・前立腺がん検診を実施しています。日本人の2人に1人が生涯に一度はがんを患っています。健康管理のため、年に1回は検診を受けましょう。

各種がん検診は、集団(保健センターなどで受診)と個別(医療機関に直接予約して受診)がありますが、同じ検診は受診できません(年度内に1回のみ)。集団と個別の両方を予約した方は、必ず一方をキャンセルしてください。

☎ 健康づくり支援課(保健センター) ☎04-7185-1126

市の国民健康保険に加入中の40歳~74歳の方へ

健診費用助成 申請は令和7年3月31日(月)まで

令和6年度に市の助成を受けずに自費で人間ドックなどの健康診断(特定健診と同等の検査項目を全て含む)を受診した方は、健診結果を提出すると健診費用の助成を受けられます。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP

☎ 次の全てに該当する方…①受診日~申請日に継続して市の国民健康保険に加入している ②受診日に40歳~74歳 ③令和6年度に市の特定健診・短期人間ドックなどを受診しない ④健診費用を自己負担した

助成額 上限5,000円

☎☎ 令和7年3月31日(月)(必着)までに申請書、受診票(市ホームページからダウンロード可)、健診結果の写し、健診費用の支払いを証する書類の写しを郵送・持参。〒270-1192市役所国保年金課(本庁舎1階、住所省略可)・内線482※各行政サービスセンターでは申請不可

読む得! 在宅医療と介護の連携 第25回

~身近な事例から~

食べる楽しみの支援 管理栄養士に相談し在宅生活を継続できたケース

1人暮らしで、ひきこもり状態だった70代男性。毎日の食事の支度や買い物が面倒になっていました。日に日に体重が減り、気力や体力も低下したため、施設入所を考えるようになりました。

そこで高齢者なんでも相談室から紹介があり、管理栄養士による電話相談や訪問支援を受けることにしました。本人の意向や状況を踏まえて目標を立て、簡単な調理法やコンビニでの食材選び、配食サービスなどを取り入れることで、徐々に栄養状態が改善しました。その後は食べるのが楽しくなり、趣味も再開し、自宅での生活を続けています。

食事内容に不安がある方は管理栄養士にご相談ください

高齢期の低栄養は、体力低下から衰弱への悪循環により要介護状態になる原因になります。予防には「栄養」「運動」「社会参加」の3つをバランスよく行うことが大切です。中でも「栄養」は大切な土台です。食事内容に不安がある方は、一人で悩まず早めにご相談ください。

☎ 高齢者支援課・内線616



7月 各種無料相談・検査 千葉県松戸保健所(健康福祉センター)

相談・検査名	日時	申し込み・問い合わせ
思春期相談	電話 来所 ☎ (月)~(金)9時~17時※祝を除く	☎047-361-2138
精神保健福祉相談 ☎	4日(木)14時~16時	
酒害相談 ☎	18日(木)14時~16時30分	☎047-361-2139 ※申し込みは検査日の属する週の(月)9時~
HIV・性感染症・肝炎ウイルス検査 ☎	①11日(木)・25日(木)受付13時30分~14時 ②25日(木)受付17時40分~18時 ※検査可能な項目…HIV、梅毒、クラミジア、淋菌、B型・C型肝炎	
DV相談	電話 来所 ☎ (月)~(金)9時~17時※祝を除く 原則(金)9時~17時	☎047-361-6651

☎ 我孫子連絡所(保健センター3階) ※一部の申請書類の配布・預かりのみ
☎ (月)~(金)9時~11時30分、12時15分~15時30分※祝を除く
☎ 千葉県松戸保健所(健康福祉センター) ☎047-361-2121

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

入会費 月会費 年会費

★ イベント

市民活動ステーション主催事業

①ばそすまサロンあびこ 6月19日(水)10時～16時 ②絵本よみがたりタイム 6月27日(木)11時～12時

③あなたの始めたいを聴く場 7月1日(月)・17日(水)10時～12時(1組50分) ④活動を始めたい方の相談の場 20歳～59歳の方

⑤あなたの始めたいを聴く場 7月1日(月)・17日(水)10時～12時(1組50分) ⑥活動を始めたい方の相談の場 20歳～59歳の方

⑦あなたの始めたいを聴く場 7月1日(月)・17日(水)10時～12時(1組50分) ⑧活動を始めたい方の相談の場 20歳～59歳の方

販売会 湖北「夏の市」

6月27日(木)・28日(金)11時～13時 所セブンパークアリオ柏

採って食べよう夏野菜！～農家と市民の交流イベント～

7月6日(土)10時～13時※雨天中止 所湖北特別支援学校正門集合

おやこdeオペラ 「ヘンゼルとグレーテル」

8月25日(日)14時～15時20分 所湖北地区公民館

講演・講座・教室

お元気まんてん教室

6月28日(金)14時～16時 所介護予防のためのスクエアステップ運動

高齢者のためのなないろいきいき教室

7月18日(木)14時～15時30分 所市民プラザ

お知らせ

定例教育委員会

6月25日(火)10時～※変更の場合あり 所水道局4階会議室

弁護士・税理士・司法書士 合同無料相談会

6月29日(土)13時30分～16時30分(1人30分) 所松戸商工会議所

まち協情報

我孫子北まちづくり協議会

◎地域コミュニティづくりのための映画会 7月4日(木)②12日(金)13時30分～15時25分

布佐南地区まちづくり協議会

◎うたごえ喫茶 7月7日(日)13時30分～16時

我孫子南まちづくり協議会

◎親子で運動あそび 7月7日(日)10時～11時30分

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

腰痛・肩凝り・膝痛などの無料施術体験 6月30日(日)まで。TANAKA天王

台整体院。04-7169-4274 歌声クラブ 6月17日(月)・7月5日(金)13時30分～15時

昭和歌謡・懐メロの集い 6月19日(水)14時～16時(開場13時30分)

社交ダンスパーティー 6月21日(金)13時10分～16時

ハンドメイドバザー 6月22日(土)10時～16時

混声コーラス 6月26日(水)13時～14時30分(開場12時30分)

あびショップ 6月28日(金)10時～

18時、29日(土)10時～17時。イトーヨーカドー我孫子南口店

パソコンスマホなんでも相談会 7月4日(木)・17日(水)9時～12時(1人60分)

クラシックコンサート&安来節 7月7日(日)9時40分～11時30分

会員・仲間募集

我孫子囲碁同好会 毎週(火)13時～17時

東葛坐禅クラブ 毎月第1日・第2日(土)9時～10時30分

納付のお知らせ

項目	納期限(口座振替日)
上下水道料金	6月27日(木)
市県民税・森林環境税第1期 介護保険料第1期 国民健康保険税第1期 下水道受益者負担金第1期	7月1日(月)

市の人口

	6月1日時点	前年同月比
人口	131,440人	+421人
うち外国人	3,376人	+925人
男	64,340人	+169人
女	67,100人	+252人
世帯	62,886世帯	+1,176世帯

文芸だより

俳句

命の類緩みてゐたり初節句

【評】五月五日の端午の節句を初めて迎えた孫に祖父の類はすっかり緩み祖母ともども和やかに過ごされたのであろう。まさに幸せな光景の一句。

襟足の産毛まぶしき浴衣かな

荒東風やスクラムを組みあつくなる

ぬばたまの闇のとのふ螢かな

短歌

加工して瘦せ顔にするそのきみ写真じゃなくて現実を変えよう(新かな) 美山 陽翔

【評】写真ボックスなどで撮影した顔を修正している人に向けての一首と解釈しました。ただし、下の句は、三十代前半の作者自身に対する決意のようにも思えます。

いかばかり心をこめて折りたるか爪先ほどの襷子の折り鶴(新かな) 矢部 重夫

風呂場から娘の歌ふ声高らかに吾にもそんな青春ありき(新かな) 牛木 理恵

奥山に人目をさけて咲くゆりの姿は清し香りは高し(新かな) 秋場 悦子

佐藤 麻績選 (投稿数17句)

美山 陽翔

小林 光江

大堀 孝裕

相川 健

豊島 秀範選 (投稿数18首)

投稿方法 毎月20日(必着)までに、①LINE投稿②はがきに作品(1人1作)、住所、氏名、年齢を明記。〒270-1192市役所秘書広報課広報室(住所省略可)※作品は選者により添削する場合があります。※「青少年の部」(18歳以下)も募集しています。





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。

NECグリーンロケッツ東葛 シーズン結果を報告



▲3年間チームに尽力してきた田中選手へ星野市長から花束を贈呈

市内に練習拠点があるラグビーチーム「NECグリーンロケッツ東葛」の太田治ゼネラルマネージャーと田中史朗選手が「NTTジャパンラグビーリーグワン2023-24」の結果を星野市長に報告しました。

太田さんは「DIVISION1昇格は叶わなかったが、チームとして伸びた部分もあった。結果を真摯に受け止め、来シーズンはパワーアップし、昇格できるように頑張りたい」と語りました。また、田中選手は「ふがいない試合をしてしまった。今シーズンで引退するが来シーズンは結果を残せるようにチームにコミットしていきたい。日本ラグビーや我孫子市を盛り上げられるように頑張りたい」と、改めて昇格の目標を掲げました。星野市長は「今シーズンお疲れさまでした。ファンと一体となり来シーズンこそDIVISION1復帰を期待しています。頑張ってください」と今後の活躍を期待する言葉を送りました。



▲太田ゼネラルマネージャー(左から2人目)

☎ 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604

水の館プラネタリウム

星空コンサート「花束を君に」

☎ 6月22日(土)①13時～②15時～(各回45分)
※当日は定時の上映は行いません。
星空解説 駒井仁南子さん ☎ 各回先着50人 費 300円
券 上映60分～10分前に水の館3階手賀沼課
所 水の館 ☎04-7184-0555

消費生活センターだより 140回

リースバックの契約は慎重に！

事例 「自分の持ち家に住み続けながら、持ち家を売って1,200万円を得ることができる」と勧誘があった。代わりに、家賃として月9万円を払うことになる。年金だけでは生活が苦しいので契約しようと思うが信用できるか。

持ち家を不動産業者に売却して代金を受け取り、その後は家賃を払って家に住み続ける「リースバック」という取引があります。賃貸借契約の期間が定められている場合も多く、住み続けられる保証はありません。契約更新時に家賃を値上げされることや経済状況によっては家賃が払えなくなることもあります。

持ち家の売却はクーリングオフ制度が適用されません。契約前に仕組みをよく理解しましょう。一人で決めず、信頼できるところに相談してください。

相談受付 消費生活センター(アビイコオーレ2階イトーヨーカドー我孫子南口店) ☎04-7185-0999(月～金、第2・4(土)10時～17時30分)



まち活ライターの

「あびこ」みつけ 第2回

☎ 市民協働推進課・内線490

ぱそすまサロンあびこ

パソコンやスマホは便利ですが「やりたいことができない」など困ったことはありませんか？市民活動ステーションでは、相談はもちろん、ちょっとお喋りしたい方がいつでもふらっと立ち寄れる「ぱそすまサロンあびこ」を月1回開催しています。申込制ではなく、開催日であればいつでも参加できます。

専門的な内容から「インスタって何だろう」など素朴な疑問まで、ボランティアや参加者と会話を楽しみながら、新しい世界を広げてみませんか。「ぱそすまサロンあびこ」は、困ったときの身近な頼れる存在なので、気軽に立ち寄ってみてください。

まち活ライター 外園若菜

図書館員が選ぶこの一冊 No.75

『東京バンドワゴン』 集英社
小路 幸也/著



東京の下町で、明治18年から続く老舗古書店「東京バンドワゴン」が舞台のシリーズ。店を営む堀田家は、4世代が同居する大家族。「文化文明に関する些事諸問題なら、如何なる事でも万事解決」という、一風変わった家訓に従い、個性豊かな家族が近所の問題を解決していく。

番外編を含め、現在19巻まで出版されている長大作。ミステリーではあるが、ホームドラマのようで温かい気持ちになれる。語り手の堀田サチ(天国から見守る優しいおばあさん)と一緒に、堀田家を見守る気持ちで読んでほしい。

