



人生のいろいろな場面で マイナンバー(個人番号)

マイナンバー(個人番号)とは、日本に住み票のある全ての方(外国人を含む)が持つ12桁の番号です。「社会保障」「税」「災害対策」の3分野で、複数の機関に存在する個人の情報が同一人物のものであることを確認するために活用します。個人の特定を確実・迅速に行うことで、「利便性の向上」「公平・公正な社会の実現」「行政の効率化」を図ります。



あなたの人生と共に歩むマイナンバー



マイナンバーを提供するときは 次のいずれかが必要です

- ①マイナンバーカード
 - ②通知カード+運転免許証・パスポートなど
 - ③マイナンバー記載の住民票+運転免許証・パスポートなど
- 電話でマイナンバーの提供を求めることはありません。行政機関や金融機関をかたる不審な電話にご注意ください。
- マイナンバーの利用は、法令で定められた範囲に限定されています。マイナンバーの提供を求められた場合は、利用目的をご確認ください。

次頁はマイナンバーカード特集! ●住民票の写しなどのコンビニ交付を開始 ●マイナンバーカードの申請方法 ●マイナンバーカードQ&A

令和4年1月4日(火)から 我孫子市に住民登録がある方の 住民票の写しなどのコンビニ交付を開始



いつでも取れて、便利になるうな〜!

時間 午前6時30分～午後11時※メンテナンス時などを除く

場所 マルチコピー機(多機能端末機)がある全国のコンビニなど

対象 利用者証明用電子証明書を搭載しているマイナンバーカードをお持ちの方※15歳未満の方、成年被後見人の方、住民票発行制限をしている方は利用不可

取得できる証明書 住民票の写し(本人および同一世帯分※住民票コード・履歴を記載したもの)、住民票の除票は取得不可)、印鑑登録証明書(本人分のみ)、課税(非課税)証明書(本人の現年度分のみ)

費用 1通300円※証明書の交換・返金や手数料の減免は不可

取得方法 ①店舗内に設置されているマルチコピー機のタッチパネルで行政サービスを選択 ②証明書交付サービスを選択 ③マイナンバーカードを所定の場所に置く ④証明書交付市区町村を選択 ⑤利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁)を入力※1 ⑥カードを取り外す(これ以降カードは使いません) ⑦証明書の種別を選択 ⑧証明書の交付種別を選択(住民票の場合) ⑨証明書に記載する項目を選択(住民票の場合) ⑩証明書の必要部数を入力 ⑪入力内容の最終確認 ⑫マルチコピー機に手数料を入金 ⑬証明書が印刷される ⑭証明書・領収書を受け取る

※1 暗証番号を3回間違えると、カードにロックがかかります。市民課・各行政サービスセンターで、ロックの解除と暗証番号の再設定をしてください。



▲マルチコピー機

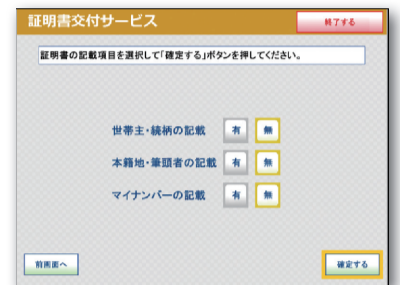


▲タッチパネルで行政サービスを選択

マルチコピー機のタッチパネルで「行政サービス」を選択し、画面に従って進むと簡単に取得できます。



▲詳しくは市ホームページをご覧ください



▲タッチパネルの画面例(取得方法⑨)

マイナンバーカードの申請方法

市民課窓口では、マイナンバーカードの申請に必要な写真を無料で撮影します。また、月2回ほど休日開庁をしています。まだカードをお持ちでない方は、ぜひご利用ください。

申請方法 ①申請時来庁方式(QRコード参照)…市民課・各行政サービスセンターで申請し、後日、本人限定受取郵便でカードを受け取る方法。※行政サービスセンターで申請する方は、写真(縦4.5cm×横3.5cm)を持参してください。※我孫子行政サービスセンターでの申請手続きは、平日午前9時～午後5時です。

②交付時来庁方式(QRコード参照)…スマートフォンや郵送で申請を行い、カードを市民課で受け取る方法。※インターネット・電話で事前予約できます(当日予約は不可)。

持ち物 交付通知書(交付時来庁方式の方)、通知カード(窓口で回収)、住民基本台帳カード(お持ちの方)、本人確認書類(下記から2点)※有効期限内で記載事項が最新のもの

◎運転免許証・運転経歴証明書(平成24年4月1日以降に交付したもの)・パスポート・身体障害者手帳・在留カード・特別永住者証明書・健康保険証・介護保険証・年金手帳・学生証・子ども医療費助成受給券・預金通帳など

※15歳未満の方が申請する場合、必要書類が異なります。また、本人と法定代理人の来庁が必要です。詳しくはお問い合わせください。



▲①申請時来庁方式



▲②交付時来庁方式

証明書自動発行機は12月28日(火)で廃止しますが、市民課・各行政サービスセンター窓口で印鑑登録証明書を取得する際は、引き続き「印鑑登録証・あびこ市民カード」の提示が必要です。



マイナンバーカード Q&A

Q マイナンバーカードを持つメリットが分かりません。

A マイナンバーカードは、顔写真付きの公的身分証明書として利用できるほか、令和4年1月からは住民票の写しなどのコンビニ交付も始まります。また、マイナポータルからぴったりサービスを使った電子申請もでき、健康保険証としても利用できます。今後もさまざまな用途での活用が見込まれています。

Q マイナンバーカードで5年ごとに電子証明書の更新が必要になるのはなぜですか。

A マイナンバーカードに搭載されている電子証明書は、5年に1度更新を行います。電子証明書を使った手続きを利用する方は更新が必要です。電子証明書の安全性は暗号技術により担保されていますが、使用期間が長くなるほどコンピューターの性能向上や暗号解読技術の進歩により、使用した暗号が解読される恐れがあるため、有効期限を発行日から5回目の誕生日までとしています。なお、有効期限の3カ月前に更新の通知が届きます。

Q マイナンバーカードの紛失や情報漏えいが不安です。

A マイナンバーカードのICチップには、券面に記載されている情報(住所、氏名、生年月日、性別、マイナンバー、顔写真)および電子証明書などが記録されています。税や年金、預金残高などプライバシー性の高い情報は含まれていません。万が一カードを紛失した場合でも、コールセンターを通じて24時間365日、いつでも機能を停止することができます。また、マイナンバー流出の恐れがある場合には、マイナンバーを変更することができます。コンビニ交付では、個人情報他人に知られることのないようさまざまな対策が講じられています。



☎ ◎コンビニ交付…市民課・内線422 ◎印鑑登録証・あびこ市民カード…市民課・内線360 ◎マイナンバーカード…市民課・内線693 ◎課税(非課税)証明書…課税課・内線457 ◎マイナンバーカードの紛失・盗難など…マイナンバー総合フリーダイヤル☎0120-95-0178(24時間365日)

保育園などの令和4年4月入園の申込開始

申込期間 公立…11月1日(月)～30日(火)、私立…1次11月1日(月)～15日(月)・2次12月1日(火)～20日(月)※土・日曜日、祝日は除く※内定した園をキャンセルして他の園に申し込むことはできません。

対象 保護者が次のいずれかに該当し、家庭での保育が困難な子ども(令和4年4月1日に対象年齢に達する場合も可) ①1日4時間以上かつ月16日以上働いている②就学・職業訓練中(1日4時間以上かつ月16日以上のカリキュラムで学校教育法に規定された学校などに限る)③出産月をはさむ前後2カ月にある(双子以上は前4カ月)④病気または身体に障害がある⑤長期にわたり病人である同居の親族を常時介護している⑥災害の復旧にあたっている⑦求職活動中(私立園のみ可。原則1カ月間)

申込方法 入園申込書類(認定申請書、入園申込書、保育の必要性を証明する書類など)を、公立園は保育課(市役所西別館2階)へ、私立園は第1希望園へ持参。必要書類について詳しくは「令和4年度保育園等4月入園のご案内」または市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

※入園申込書類は、各保育園・保育課・子育て支援センター(アビクオーレ2階)で配布。

※マイナポータルで電子申請する場合は、別途就労証明書などの提出と面接が必要です。

※私立園は上記1次・2次の申し込みに関り保育課で利用調整を行うので、第2希望以下も記入してください(公立園との混在記入は不可)。

※申込期間後も空き状況により、公立園は令和4年2月10日(火)まで、私立園は令和4年3月18日(金)まで随時受け付けます。私立園に12月21日(火)以降に申し込む場合は、入園申込書に第1希望園のみ記入し、希望園へ提出してください。

公立・私立保育園などの一覧

種類	園名	場所	電話番号	入園月齢	
公立	保育園	寿	寿1の13の11	7182-9552	57日
	湖北台	湖北台3の1の16	7188-2405	57日	
	つくし野	つくし野4の17の2	7184-8822	6カ月	
私立	保育園	湖北	中峠1423	7188-1059	9カ月
		慈紡	湖北台3の13の13	7188-0874	57日
		双葉	新木野1の2の28	7188-0665	8カ月
		天王台双葉	柴崎182の16	7185-0555	8カ月
		川村学園女子大学附属	下ヶ戸997の2	7183-5995	6カ月
		アンジェリカ	我孫子2の8の1	7181-8500	6カ月
		つばめ	中峠3047の1	7187-5005	57日
		禮和	布佐1857の10	7189-0879	6カ月
		ぽけっとランド	我孫子1の19の13	7184-5700	57日
		あびこ			
	天王台さくら	柴崎台4の9の7	7197-7093	6カ月	
	めばえの森	白山2の7の5	7151-2388	8カ月	
	あびこ菜の花	台田2の2の8	7186-7087	6カ月	
	聖華みどり	緑1の6の2	7182-1059	57日	
	東あびこ聖華	東我孫子1の9の31	7183-3165	6カ月	
	天王台ななほ	柴崎133の2	7186-7740	6カ月	
	ミルキーホーム	柴崎台1の1の47	7181-0011	57日	
	天王台園				
	根戸	根戸967の2	7182-5572	6カ月	
	布佐宝	布佐2318	7189-2799	6カ月	
認定こども園 (保育認定枠)※1	恵愛こども園	湖北台8の17の9	7188-7771	57日	
	柏鳳	中峠台30の9	7188-3338	7カ月	
小規模保育事業所 ※2	わかかさこども園	中里515 ※3	7188-2026	1歳	
	ぴくしーらんど	天王台1の12の21	7126-0013	6カ月	
	あびこ若松	若松170の1の1A	7136-1845	6カ月	
	我孫子さくらっ子	寿1の3の27	7170-0208	6カ月	

※1 認定こども園とは、幼稚園と保育園の機能を併せ持つ施設です。認定こども園の幼稚園枠(満3歳児以上)には保育要件はありません。

※2 小規模保育事業所は0～2歳児が対象です。

※3 令和4年4月1日に近隣地(若草幼稚園から徒歩1分程度)へ移転します。

☎ 保育課・内線446

旧井上家住宅 臨時休館

敷地内電気線工事のため臨時休館します。

期間 11月1日(月)～12月15日(火)

☎ 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1583



杉村楚人冠記念館 企画展とポスター展

企画展「禅」が結んだ人びと — 釈宗演と楚人冠の周辺 —

禅の普及に貢献した円覚寺管長釈宗演と、彼のもとに参禅した杉村楚人冠をはじめ「禅」が結んだ人びとの交友を紹介します。

期間 令和4年1月16日(日)まで午前9時～午後4時30分(入館午後4時まで)

場所 杉村楚人冠記念館

休館日 月曜日(休日の場合翌平日)、12月29日(火)～令和4年1月3日(月)

入館料 300円(高校・大学生200円、中学生以下無料)

開館10周年記念ポスター展

場所・期間 ◎アビシルベ…10月26日(火)まで午前9時～午後6時(最終日午後3時まで) ◎湖北地区公民館…11月1日(月)～14日(日)午前8時30分～午後9時(初日午前10時30分～、最終日午後3時30分まで)

内容 10年間の展示を振り返るポスター展

費用 無料

☎ 杉村楚人冠記念館 ☎7187-1131



▲釈宗演



▲開館当時のポスター

我孫子の豊かな文化資源を紹介 「あびこコレクション」開催

日時・場所 10月23日(土)～11月4日(日)①アビスタ…午前9時～午後9時②図書館アビスタ本館…午前9時30分～午後8時※休館日を除く

内容 ポスター展示で振り返る杉村楚人冠記念館開館10周年と白樺文学館開館20周年、我孫子ゆかりの作品に登場する鳥の解説展示、我孫子の文人と鳥との関わりを示す本の特集

☎ 教育委員会生涯学習課 ☎7182-0511



▲杉村楚人冠が我孫子の書斎から朝日新聞本社への連絡に使っていた伝書鳩

年末調整説明会の取りやめ 給与支払報告書の配布

新型コロナウイルス感染症などの影響により、令和3年以降の年末調整説明会は取りやめます。年末調整説明会会場で配布していた給与支払報告書は、11月4日(日)以降、市役所課税課で配布します。なお、各行政サービスセンターでは配布しません。

☎ 給与支払報告書…課税課・内線365、年末調整関連…国税庁 ☎https://www.nta.go.jp/

ご存じですか? 人権擁護委員 人権相談をご利用ください

人権擁護委員は、市民の中から市長が推薦し、法務大臣が委嘱する民間のボランティアで、人権相談や人権尊重のための啓発活動などを行っています。10月1日付けで、新たに2人を委嘱しました。

◎市の人権擁護委員 石井美文さん(新任)、市橋望さん(新任)、蒲田知子さん、根本八重子さん、山宮文昭さん、菅藤行雄さん、中込登喜子さん、鈴木喜也さん

◎次回の人権相談

人権相談は無料で、秘密は固く守ります。虐待や差別など、人権に関する問題でお困りの方は、電話で予約状況を確認の上、気軽にご相談ください。

日時 11月25日(木)午前10時～午後3時

場所 市役所西別館2階相談室

☎・☎ 社会福祉課・内線432

赤い羽根共同募金にご協力を

地域の助け合いのための募金運動で、毎年10月1日～翌年3月31日の期間に全国各地で行われます。

集まった募金は市で7割、県で3割が使われます。自治会、学校、商店、企業などで募金運動を行いますので、ご協力をお願いします。

☎ 我孫子市社会福祉協議会 ☎7184-1539

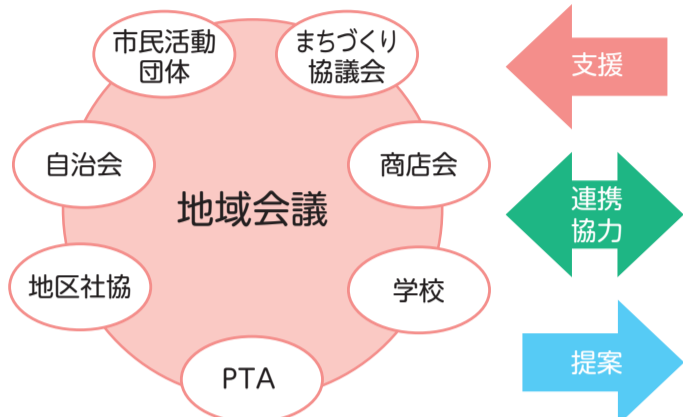


「地域会議」でつくる 地域の輪

「地域の困り事を解決したい」「地域をにぎやかにしたい」「子どもたちが安全で安心して過ごせるようにしたい」「災害時に備え協力する仕組みをつくりたい」など、地域のさまざまな団体が話し合い、つながりを深め、地域のまちづくりに取り組むことは大切です。

市では、コミュニティ活性化の一つの仕組みとして、地域内での話し合いの場「地域会議」の取り組みを進め、現在、5つの地区が取り組んでいます。

☎ 市民活動支援課・内線214



「地域コミュニティ活性化基本方針」を策定し、地域会議の仕組みを通して、地域の特性を生かしたまちづくりを進めています。

8月から、市内の商業施設が少ない地域を巡回する移動販売が開始されましたが、新木地区の地域会議で「買い物環境の支援」をテーマに話し合われたことが一つのきっかけとなりました。

市民の皆様が、地域に関心を持ち、地域の活動に参加し、協力しながら、暮らしやすいまちをつかっていくことは大切なことです。それぞれの地域で活動が活発に展開されることで、市全体がより暮らしやすくなります。

これからも、まちづくり協議会や地域で活動するさまざまな団体の皆様のまちづくりを支えていきます。

市長 星野 順一郎



久寺家地区

合同防災訓練実施のきっかけは、6自治会それぞれの特長を生かし、お互いに補完し合うことで地域全体の防災力を高めようという共通認識でした。他の地域課題でも生かせるモデルではないかと思えます。



6自治会合同防災訓練

共助による防災対策を進めようという機運が高まり、6自治会と地域会議事務局と有志の方々とで合同防災訓練を実施しました。

訓練には約400人が参加し、各世帯で安否確認カードの掲示、班ごとの安否確認、二階堂高校校庭への避難誘導、搬送・救命・救護、水消火器体験、仮設トイレ・段ボールベッドの設置を行いました。

また、災害に対する住民の防災知識・意識の向上を図るため、「防災だより」を発行しています。

本年度は「6自治会協議会」を発足し、地域の防災活動に持続的に取り組むことになりました。



事務局 久保田さん

あび北フォーラム (我孫子北地区)

防災対策としてのマイ・タイムライン

地域の共通課題「防災」をテーマに、自治会アンケートから課題を抽出し、防災講習や災害図上演習、避難所視察など、地域住民の防災意識の向上に取り組んでいます。

また、毎年活動内容を小冊子にまとめ、自治会に配布しています。



7月11日に開催した第10回あび北フォーラムでは、利根川下流河川事務所の地域防災調整官を講師に招き、台風や大雨の予報から川が氾濫するまでの行動計画について考える「マイ・タイムライン」の作成に取り組みました。余裕を持って安全に避難するため、各自がいざという時の行動を考えました。

近年、風水害が多発しているため、作成した「マイ・タイムライン」が地域減災の一助になることを期待しています。今後は防災だけではなく、地域の課題を皆さんと一緒に考え、安全で安心なまちづくりに取り組みます。



事務局 武藤さん、榎山さん、浅井さん、平井さん



広告

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

規格 縦11.5cm×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)

申・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

規格 縦11.5cm×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)

申・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

広告掲載枠

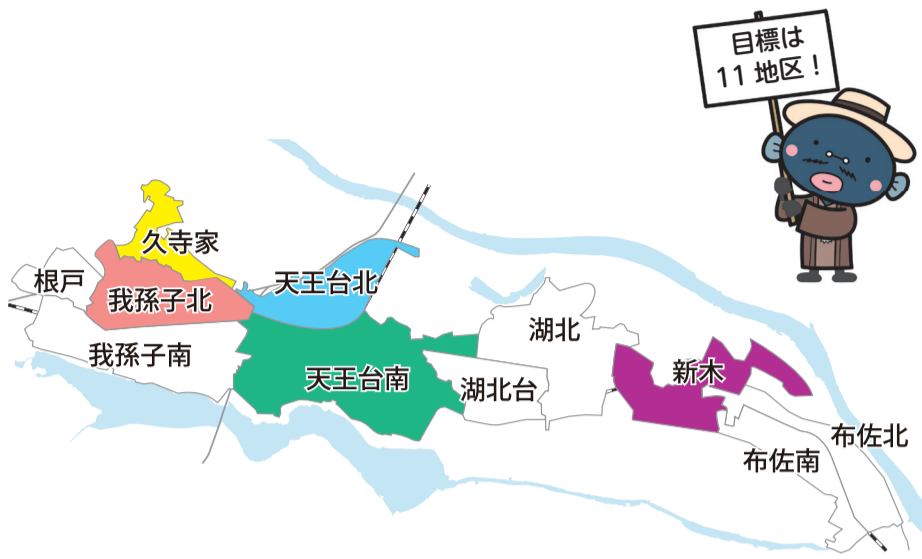
会社やお店のPRにご活用ください

規格 縦11.5cm×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)

申・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

安全で安心、暮らしやすい地域をつくるための取り組みを紹介します



現在、地域会議は5地区で設置しています。未設置地区においても、自治会やサークルの懇談会を開催したり、自治会連合会や社会福祉協議会などと連携して活動を行ったり、それぞれの地区に合ったコミュニティーの活性化に取り組んでいます。

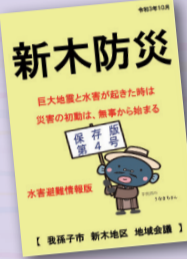
新木地区

移動スーパーの運行が実現

本年度は「安全・安心住みよいまちづくりに向けて」をテーマに開催しています。6月20日に開催した地域会議では、地震・水害・防災について意見交換を行い、自助・共助・公助の大切さを再確認しました。

また、新木地区では高齢者などの買い物弱者や買い物難民が問題となっていました。そこで、平成30年度に「買い物環境の支援」をテーマに地域会議を開催し、市にも支援を働きかけ議論を重ねた結果、8月から移動スーパーの運行が実現しました。

地域会議は6年目となり、これまで3つのテーマで話し合いを進めてきました。まず、防災では「新木防災」を3回発行し、新木地区の全世帯に配布しました。次に、買い物環境の支援では、送迎サービスなどの組織化や移動スーパー運行の実現に貢献しました。また、子ども支援については、地域の中の子ども環境や大人とのつながり方などについて意見交換を行い、認識を深めました。



事務局 青山さん▶

天王台北地区

地域の見守りをエコバッグとポスターで

「防災」「見守り」などをテーマに毎月地域会議を開催しています。これまでに、近隣センターでの防災フェスタや、我孫子第三小学校の引き渡し訓練に合わせて、煙体験や水消火器体験ができる防災体験会を実施し、地域の防災力の向上に努めてきました。昨年度は、地域の見守り活動として、エコバッグとポスターを作成し、各自治会と参加団体へ配布しました。ポスターには、子どもから高齢者まで地域の見守りをみんなで、安心・安全なまちにしようという思いが込められています。



▲事務局 須藤さん

天王台北地区は5自治会と商店会、社会福祉協議会、我孫子第三小学校が参加し、地域の共通の問題などを中心に話し合っています。各団体だけではなかなか解決できない問題も情報を共有することで、良い方向に向かうことが多いと感じています。今後も地域のために活動していきます。

天王台南地区

3つの地域課題に取り組んでいます

天王台南地区には、5~1000世帯を超える大小38の自治会があります。高齢化が進んでいたり、マンションの自治会もあつたり、その特徴もさまざまなので、どのように地域会議に関心を持ってもらうか工夫しています。

「防災・防犯」「子ども健全育成」「地域活性化」の3つに課題を絞り、分科会を設置し、活動しています。

現在はコロナ禍で中止していますが、毎月10日は駅前であいさつ運動に取り組んでいました。あいさつで人と人の距離を縮め、犯罪の予防や災害時の共助につながることを期待し、再開を検討しています。また、地域住民の手で天王台駅前の花壇の整備もしており、ごみのないきれいな駅前広場を目指しています。地域会議の発案で作成・設置したごみ集積所のネットサークルも好評で、カラス被害が減少して道路がきれいになり、ごみ出し作業も容易になったとの声が届いています。



◀事務局 吉村さん

広告

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

規格 縦11.5cm×横8cm
 掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)
 申・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

規格 縦11.5cm×横8cm
 掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)
 申・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

規格 縦11.5cm×横8cm
 掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)
 申・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

すこやかちゃん



隈 律葵ちゃん
(若松・1歳3カ月)
マイペースで甘えん坊なりつき♡よく食べてよく寝てたくさん遊んで元気に育ってね☆

菅谷 美琴ちゃん
(柴崎・1歳4カ月)
食べるの大好き笑顔が可愛い美琴ちゃん♡家族みんなの宝物だよ☆すくすく大きくなあれ

オンライン男女共同参画連続講座

doからbeの肩書きへ
～仕事の肩書きだけでない自分に出会う～

「do」は英語の動詞の「ドゥー」、「be」はbe動詞の「ビー」のことです。この講座では、会社などの名刺に記された社名・部署名・役職名などを「do」の肩書き、それに対し、自分らしさを伝えるための肩書きを「be」の肩書きと表現します。社会や家庭の中での役割や肩書きだけではなく「自分」に出会えるはずですよ。

日にち	時間	内容
11月27日(土)	10時～12時	基調講演 公私混同のススメ～私のbeの見つけ方～ 講師 小笠原祐司さん ※Zoom使用
12月11日(土)	10時～12時	ワークショップ 「beの名刺」づくりにチャレンジ! 講師 野際里枝さん ※Zoom使用
令和4年1月22日(土)	14時～16時	交流会 「beの名刺」交換会(対面式) ゲスト 村田修治さん ※一部Zoom使用

※連続講座のため原則3日間ともお申し込みください。

※基調講演とワークショップは、申込者限定で見逃し配信を行います。

※Eメールアドレスをお持ちの方に限ります。開催期間中の連絡はEメールで行います。

※Zoomの視聴などにかかる通信費は個人負担です。

※交流会は市民活動ステーションで開催予定です。

定員 先着50人

費用 無料

目 市ホームページ(QRコード参照)

問 秘書広報課男女共同参画室 ☎7185-1752



▲小笠原祐司さん

▲野際里枝さん



我孫子ベースボールフェスティバル

日にち 11月28日(日)

	遊びまくり(ボール遊び)	野球教室
時間	9時～12時	①9時30分～10時30分 ②11時～12時
場所	市民体育館野球場 ※雨天時は我孫子東高校体育館	市民体育館サブアリーナ
内容	市内4校の高校野球部員と一緒にボール投げ遊び、内野遊び、外野遊び、バッティング遊び	千葉ロッテマリーンズによる野球教室
対象	小学生以下	小学3年生以下の野球未経験者
定員	先着100人	各回先着20人

費用 無料

持ち物 運動できる服装、室内用運動靴、飲み物、タオル

目 11月24日(水)までにちば電子申請サービス(QRコード参照)

問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1604



我孫子市公認スポーツ指導者養成講習会

検定試験合格者には、我孫子市公認スポーツ指導者認定証・日本スポーツ協会公認スポーツリーダー認定証を発行します。

日時 ①12月5日(日)②12日(日)③19日(日)午前9時～午後5時30分

※検定試験合格には、原則全3回受講が必要です。

場所 ①③教育委員会大会議室②市役所分館大会議室

内容 集合講習、自宅講習、検定試験

対象 市内在住・在学・在勤で18歳以上の方

定員 先着15人

費用 テキスト代4000円、認定料2500円

持ち物 公認スポーツ指導者養成テキスト【共通科目Ⅰ】((公財)日本スポーツ協会発行)

目 11月19日(金)までにちば電子申請サービス(QRコード参照)

問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1604

やれることから始めよう!
10月は「食品ロス削減月間」

食品ロスとは、まだ食べられるのに廃棄される食品のことです。日本では、年間2531万トンの食品が廃棄されています。このうち、まだ食べられるのに廃棄される食品は600万トンで、国民一人当たり換算すると、毎日茶わん1杯分の食品が廃棄されています(平成30年度推計)。

大切な資源の有効活用や環境負荷に配慮し、食品ロス削減に取り組みましょう。

◎**買い物** ①買い物の前に家にある食材をチェック ②家にある食材を優先的に使う ③使い切れる分だけ買う ④すぐに使うものは、商品棚の手前にあるものを「てまえどり」する

◎**保存方法** ①買ったらずすぐに下処理 ②冷凍は新鮮うちに! 解凍後はすぐ調理 ③使う時のことを考えて保存方法を工夫 ④冷凍できる食品を知る

◎**エコクッキング** ①作りすぎないようにする ②在庫一掃の日を作って食べ切る ③残った野菜をリメイクする ④ハウレンソウの根元、ダイコンの葉、ニンジンの皮なども一緒に食べる

問 消費生活センター ☎7185-1469



子育てQA 151

斜頸

Q 生後2カ月の子どもの向き癖が心配です。原因として斜頸があると知ったのですが、どのようなものですか。

A 斜頸とは、常に首が左右一方へ曲がり、首をかしげた状態になることです。斜頸には、首の筋肉が原因で起こる筋性斜頸や、奇形、中耳炎、眼などが原因による斜頸があります。診断は首の傾き、こぶの有無やレントゲン検査などで行います。また、眼や耳が原因の場合には、眼科や耳鼻咽喉科の医師の診察などで判断します。

この月齢で多い筋性斜頸は生後約1週間で向いている方と反対の首にこぶができることが多く、生後2～3週間で大きくなった後、1歳頃までに小さくなり改善するとされています。2～3歳で改善しない場合は手術が必要なこともあります。

筋性斜頸の対応は、傾きと逆側から赤ちゃんをあやしたり、呼び掛けることで自ら振り向かせます。原因によって対応方法が異なるため、向き癖がある場合は小児科・整形外科を受診しましょう。

問 健康づくり支援課 ☎7185-1126

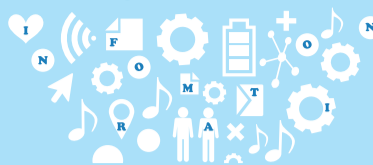
松戸保健所(松戸健康福祉センター) 各種無料相談・検査 11月

相談名	用は要申込	日時	目・問
思春期相談	電話(申込不要)	月～金曜日 9時～17時(祝日を除く)	047-361-2138
	来所申		
精神保健福祉相談申		4日(木)、15日(月)14時～16時	
酒害相談申		18日(木)14時～16時30分	
DV相談	電話(申込不要)	月～金曜日 9時～17時(祝日を除く)	047-361-6651
	来所申		

※我孫子連絡所の業務は当面の間休止しています。

※エイズ検査は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止します。

情報ひろば



市や官公庁主催・共催・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。

日…日時、所…場所、内…内容、師…講師、演…出演、対…対象、定…定員、報…報酬・報償、選…選考方法、費…費用、券…入場券販売所、持…持ち物、申…申し込み(記載のないものは申込不要)、問…問い合わせ

イベント

第7回ソーラークッカー全国大会

10月30日(土)9時30分～15時30分
清水公園(野田市) ソーラークッカーの展示・実演、防災クッキング
無料 問太田☎7185-1094

講演・講座・教室

人生100年時代の心の健康づくりセミナー

◎高齢者の関節痛の軽減技術の現状と今後の展望 10月16日(土)13時30分～15時30分
齋藤琢さん(東京大学大学院整形外科准教授)
◎着取りにおける心のケアについて考える 11月4日(木)10時～12時
葛西好美さん(医療創生大学国際看護学部教授)

〈共通〉 けやきプラザ7階研修室 定先着40人 無料 申・問NPO法人ACOBアイいき生活倶楽部まほろば ☎7181-9701

市民のチカラまつり企画部門講演会

◎秋の谷津で生きものを観察しよう 10月30日(土)10時～12時※雨天時31日(日)
岡野戸・都部の谷津(作業小屋集合) 生き物を観察しながら自然の豊かさを感じる
柄澤保彦さん 定先着20人 無料 申・問谷津を愛する会・田島☎7188-8778

◎新日本婦人の会講演会 11月27日(土)13時45分～16時
我孫子北近隣センター並木本館 スマホの長時間使用による脳と視覚へのダメージを知り、対策を考える
大谷良光さん 定先着60人 無料 申・問新妻☎7184-8874

老後の安心講座 ～終活のすすめ 10時間コース～

11月5日(金)・12日(金)10時～16時(全2回)
けやきプラザ7階研修室 消費者ホットライン188、介護保険法の改正・施行、相続・遺言など
20歳以上の方 定先着30人 費1000円 申・問11月1日(月)(必着) までにはがき・ファクス・Eメールに講座名、住所、氏名、電話番号を明記。
〒270-1108 布佐平和台4の4の22認定NPO法人東葛市民後見人の会・豊田とし子 ☎7189-6347 abiko@t-shimin-kouken.org

湖北地区公民館(コホミン)講座

◎千葉伝統の技「太巻きまつりずし」 11月21日(日)13時～15時
カタツムリ巻き 川合美津子さん(元学校栄養士) 定16人(抽選) 費800円
エプロン、三角巾、布巾2枚、まきす(大・小)、食品用ラップ、飲み物、持ち帰り用容器、筆記用具 申・問11月3日(祝)(必着) までに湖北地区公民館 ☎7188-4433 ※ホームページ

から申込可

遺言書の作成・生前贈与セミナー

11月4日(木)9時30分～11時30分
我孫子南近隣センター 財産や思いを安心して家族に引き継ぐポイント
近津恵三子さん 定先着20人 費500円 申・問NPO法人老いじたくあんしんねっと・松村 ☎080-6685-3506

上級救命講習

11月6日(土)9時～17時
消防本部大会議室 成人・小児に対する心肺蘇生法、AEDの使い方、止血法、異物除去法、傷病者管理など※救命技能適正者には修了証を交付
市内在住・在学(小学5年生以上)・在勤の方 定先着12人 無料 申・問10月21日(木)9時～消防本部警防課 ☎7181-7701

募集

求職者支援訓練12月生

パソコン、IT、デザインなどのコース。雇用保険を受給できない方も受講可
無料(別途テキスト代) 申・問10月19日(火)～11月16日(火)までにハローワーク松戸 ☎047-367-8609

高齢者支援課 会計年度任用職員

任期令和4年3月31日まで※再任あり 勤務日時平日8時30分～16時45分(月21日、勤務時間応相談)
高齢者や家族の相談支援 ①社会福祉士②社会福祉主事③介護福祉士のいずれかの資格を有し自動車運転ができる方 定2人 報酬時給①1310円②1210円③1310円 面接 勤務場所・申・問登録申込書(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。
〒270-1192市役所高齢者支援課(住所省略可)・内線396

お知らせ

定例教育委員会

10月26日(火)10時予定(議案内容により変更あり)
水道局4階会議室 10月21日(木)以降にお問い合わせください
教育委員会総務課 ☎7185-1110

B.B.BASE手賀沼が布佐駅にやってくる

成田線開業120周年を記念して、10月16日(土)・17日(日)にサイクルトレイン「B.B.BASE手賀沼」が布佐駅にやります。
市内で初めて運行される車両ですので、興味がある方はぜひご覧ください
布佐駅到着時間9時9分 布佐駅出発時間15時44分
成田線活性化推進協議会事務局(企画課) ☎7185-1426

講師登録説明会

①10月30日(土)②令和4年1月8日(土)9時30分～
①松戸市勤労会館②流

山市生涯学習センター 我孫子・松戸・柏・野田・流山・鎌ヶ谷市で小・中学校の講師を志望する方 申・問葛飾教育事務所 ☎047-361-2124

歯の何でも電話相談

11月8日(月)までの平日10時～16時
歯科・口腔に関する相談 県内在住の方 問千葉県保険医協会 ☎043-248-1617

利根川河川敷清掃中止

新型コロナウイルス感染症の影響により、令和3年度の利根川河川敷清掃は中止します
治水課・内線640

建設業退職金共済制度

中小企業退職金共済法に基づく退職金制度です。掛け金は事業主負担ですが、国から掛け金の助成があり、全額非課税です。事業主が変わっても企業間を通算して退職金が支払われます
問建退共千葉県支部 ☎043-246-7379

市民伝言板

詳しい内容の確認は、当事者間で行うようお願いいたします。
近セ…近隣センター、師…講師、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

▼日本の再生を語る会 10月17日(日)13時～16時。
けやきプラザ10階会議室。1部…なゼドイツは独り勝ちを続けられるのか。2部…スウェーデンカフェ：日本のオンブズマン。300円。
問上原 ☎070-5541-7855

▼硬式テニス無料体験会 10月21日(木)・28日(木)、11月4日(木)10時30分～

12時。10月23日(土)、11月13日(土)14時～15時30分。
湖北中央公園テニスコート。問我孫子市TC伊藤 ☎7185-2057

▼体験登山 丹沢(大山) 11月13日(土)6時15分我孫子駅改札前集合。1日4時間以上山歩きができる方。交通費3500円。弁当、飲み物、雨具持参。
申・問10月31日(日)までに中易 ☎090-2452-1295

会員・仲間募集 やってみよう

▼木の笛コカリナ愛好者 11月9日(火)13時～。
毎月第2・4(火)我孫子南近セ。木の澄んだ音色が魅力。見学大歓迎。費3000円。問あびこコカリナ「けやき」・鈴木 ☎090-9840-1962

納付のお知らせ	
項目	納期限(口座振替日)
上下水道料金	10月25日(月)
市県民税 第3期 介護保険料 第5期 国民健康保険税 第5期 後期高齢者医療保険料 第4期	11月1日(月)

我孫子市の人口		
	10月1日現在	前年同月比
人口	131,550人	-175人
うち外国人	1,972人	+98人
男	64,473人	-141人
女	67,077人	-34人
世帯	59,912世帯	+154世帯

文芸だより

○俳句

元気かと孫が顔出す良夜かな

【評】陰暦八月十五日のことを良夜といふ月のよい夜のことである。まさに名月となれば年若い孫も祖父と共に月をめでたいとたづねたのである。

佐藤 麻績 選 (投稿数15句)

柏谷 達夫

○短歌

荒草の上に斑をなす木洩れ日に見まがふまでを小灰蝶舞ふ

【評】夏の旺盛が去ると淡い秋の風情となります。草に降る木漏れ日が揺れ、よく見るとそれはシジミチョウが舞っているのです。感性の光る一首。

榊原 敦子 選 (投稿数10首)

新藤 道子

萬かづら小さき崖より懸りをり緑の瀧の落つる如くに

道に散る桜もみじに落ち蝉の紛れてあれば掃くをためらう

カメラ手に大谷翔平追いかける田んぼの中のかかしなれども

笠 伴 矢部 重夫

浩子 一雄



市からのお知らせをメールで配信しています。右記 QR コードを読み込むか、我孫子市携帯サイト (<http://www.city.abiko.chiba.jp/mob/>) へアクセスしてください。パソコンからは、市ホームページ内「メール配信サービス」をご覧ください。



アプリ「マチイロ」で広報あびこが閲覧できます。アプリは左記 QR コードからダウンロードできます。

新型コロナウイルス関連情報

※10月7日時点の情報です。

予約枠は今後減少します

ワクチン接種の予約枠は、国からのワクチン供給量が示されていないことや、2回目の接種を終えた方が増えてきたため今後は減少します。接種を予定している方は早めに予約してください。

追加接種(3回目接種)を予定しています

2回目のワクチン接種を終えた場合でも、時間の経過とともにワクチンの効果が低下することが海外で報告されています。国内でも2回目接種からおおむね8カ月以上経過後に3回目接種を行う方針が国から示されましたが、詳細はまだ決まっていません。3回目接種については、分かり次第市ホームページなどで随時お知らせします。

お子さんの接種の際に確認が必要な説明書

お子さんの接種については、厚生労働省「12～15歳のお子様の保護者の方へ 新型コロナワクチン予防接種についての説明書」(QRコード参照)をご一読ください。



ワクチン接種 Q&A

Q. 1回目と2回目で製造会社の異なる新型コロナワクチンを接種しても問題ないでしょうか。

A. 1回目と2回目の接種では、**原則同じ製造会社のワクチンを接種する必要があります**が、現在接種が進められている新型コロナワクチン(ファイザー社製・武田/モデルナ社製・アストラゼネカ社製)は、下記の場合に限り、1回目と異なるワクチンを2回目に接種すること(交接種)が可能です。

- ◎1回目のワクチン接種後に重篤な副反応が生じ、医師が2回目に同一のワクチンを接種することが困難であると判断した場合
 - ◎国内のワクチン流通の減少や接種を受ける方の転居などで、1回目と2回目で同一のワクチンを接種することが困難な場合
- ※交接種の場合、1回目と2回目の接種間隔は27日以上あける必要があります。



10月31日(日)は衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査の投票日

投票日時 10月31日(日)午前7時～午後8時

入場整理券 投票をスムーズに行うため、投票所入場整理券を普通郵便で送付します。**土曜日配達休止などの郵便サービスの一部変更に伴い、到着が遅くなる場合があります。入場整理券が届いていない場合や紛失した場合でも、選挙人名簿に登録されていれば投票できるので、投票所の受付にお申し出ください。**※入場整理券をお持ちでない方で31日(日)に投票する場合は、本人確認ができるもの(運転免許証など)をお持ちください。

投票できる方 次の要件を備え、市の選挙人名簿に登録されている日本国籍の方

- ①平成15年11月1日以前に生まれた方
- ②令和3年7月18日までに市に転入届を提出し、引き続き住民基本台帳に登録されている方
- ③公職選挙法に規定する選挙権と被選挙権の停止を受けていない方

投票方法

- ①小選挙区選挙…候補者の氏名を書いて投票
- ②比例代表選挙…政党などの名称を書いて投票
- ③最高裁判所裁判官国民審査…辞めさせたい裁判官に「×」を書いて投票

選挙公報 10月27日(水)～29日(金)ごろに新聞に折り込みます。広報あびこの宅配利用者には郵送します。また、公共施設でも配布します。

不在者投票 選挙期間中に市外に滞在している方は、滞在先で投票できるので、早めに選挙管理委員会へご連絡ください。また、入院中の方などは、その施設が不在者投票指定施設か確認してください。

投票状況・開票状況 投票状況は10月31日(日)午前9時～2時間おきに、開票状況は同日午後10時～30分おきに、市ホームページ・メール配信サービス(要事前登録)・市公式ツイッターでお知らせします。

☎ 選挙管理委員会・内線345

期日前投票は10月20日(水)から

投票所の「密」を避けるため、期日前投票もご検討ください。ただし、投票日前日は混雑する傾向にあるため、10月29日(金)までの投票をお勧めします。あらかじめ入場整理券裏面の宣誓書に記入するとスムーズに入場できます。

※場所によって期間や時間が異なります。ご注意ください。

我孫子市役所本庁ロビー

国道356号
消防本部
市役所(本庁舎1階)
鳥の博物館
西別館
水館
布佐

期間 10月20日(水)～30日(土)
時間 午前8時30分～午後8時

我孫子南近隣センター第1会議室(けやきプラザ8階)

我孫子駅
天王台
スーパー
銀行
国道356号

期間 10月20日(水)～30日(土)
時間 午前8時30分～午後8時

湖北地区公民館

国道356号
湖北地区公民館
湖北小学校
我孫子
湖北駅
布佐

期間 10月24日(日)～30日(土)
時間 午前9時～午後7時

近隣センターふさの風(2階会議室)

国道356号
スーパー
近隣センターふさの風(2階会議室)
銀行ATM
千葉電気
新木
布佐駅
木下

期間 10月24日(日)～30日(土)
時間 午前9時～午後7時

あびこ市民プラザ

国道6号
あびこショッピングプラザ3階
我孫子駅前郵便局
国道356号
我孫子駅
柏
天王台

期間 10月29日(金)・30日(土)
時間 午前10時～午後8時



投票所における 新型コロナウイルス感染症対策の取り組み

「手指消毒」「マスクの着用」「周囲との間隔を空ける」など、感染症対策にご協力をお願いします。投票所に備え付けの鉛筆は消毒しますが、持参した鉛筆も使用できます。ただし、ボールペン(特に水性のもの)はインクがにじむ可能性があるため、ご遠慮ください。