



http://www.city.abiko.chiba.jp/

(毎月1日・16日発行) 平成28年(2016年) No.1410

携帯サイト http://www.city.abiko.chiba.jp/mob/ 編集・発行 我孫子市役所 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) FAX04-7185-1520

## 平和都市宣言

昭和60(1985)年12月3日制定

世界の恒久平和は、人類共通の願いである。しかしながら、今日なお世界の動きは、核戦争の危機をはらみ、誠に憂慮にたえない。わが国は唯一の被爆国として、核兵器の恐ろしさと、被爆者の苦しみを全世界の人々に訴え、再び広島・長崎の惨禍を繰り返してはならない。我孫子市は市民の生命と安全を守るため、いかなる国のいかなる核兵器に対しても、その廃絶を求め、ここに平和都市を宣言する。

# ごみみの減量にトライ!

台所から出る生ごみは、可燃ごみの約20パーセントを占めています。生ごみは水分を切るなどちよつとした工夫や気配りで減量できます。カラスの被害に遭わないためにも、ごみの減量を心がけましょう。  
☎ クリーンセンター ☎718710015

## カラス被害防止のために

最近、ごみ集積所のごみが散乱しているのを見掛けませんか。ほとんどはカラスによる被害です。集積所に出される生ごみは、カラスの大好きな「脂肪分」が自然界よりも多く含まれています。カラスの被害に遭わないために、餌となる生ごみを減らしましょう。また、防止ネットを正しく使用しましょう。

## 飛散防止ネットを無償で貸与します

市では、清潔で快適な環境を確保するため、カラスや猫などからの可燃ごみ散乱防止対策および容器包装その他プラスチック類の飛散防止対策として、飛散防止ネット(縦3m×横4m、四隅に鉛のロープ入り)を無償で貸与しています。詳しくはお問い合わせください。

### 注意事項

- 防止ネットを利用する場合は、自治会または利用者が責任を持って管理してください。
- ごみ出しは、曜日・時間を守り、防止ネットは収集日のみ使用してください。
- ごみが荒らされていたらすぐに片付けてください。
- 防止ネットに穴が開くなど、破損した場合は新しい



間違った使用例



正しい使用例

物に交換してください。  
● 防止ネットは正しく使用してください(写真参照)。



残りがすや汚れの付着したもの

資源に適したもの

「その他プラスチック類」の分別徹底を「プラスチック類」の資源化にご協力を! 汚れがあるものは水ですすぐなど、中身が残らないようにしてください。

## 「生ごみ処理容器等の購入補助制度」を活用ください

ごみの減量化対策としてコンポストやボカシ容器、機械式生ごみ処理機などを購入する方に補助金を交付していますので積極的に活用ください。

補助金額 本体価格の3分の2(上限5000円)※1人当たり1年度1基まで

## 生ごみを出さない工夫を

生ごみを少しでも減らすために、ごみの分別の徹底や食材を計画的に使い切ることを、買い過ぎ・食べ残しをしないことなど、生ごみを出さない工夫をしてください。

## 循環型社会の構築を目指して「3R活動」の推進

3Rとは、Reduce(リデュース)、Reuse(リユース)、Recycle(リサイクル)の頭文字を取った言葉です。市では、資源化の推進とごみの減量を図るため3Rを推進し、焼却量(CO<sub>2</sub>)を削減するなど、地域にも地球にも優しい環境負荷の少ない資源循環型社会を目指しています。

● リデュース(発生抑制) : 物を大切にし、ごみを減らすこと。(例: 必要以上に買わない、買い物袋を利用するなど)  
● リユース(再使用) : 使えるものは、繰り返し使う(例: 人に譲る、詰め替え品を利用するなど)  
● リサイクル(再生利用) : 再び資源として利用する(例: 店頭回収を利用する、再生品を利用するなど)

## 新たな焼却施設の整備について

市の焼却施設は、昭和48年に建設され42年が経過し、老朽化が進んでいます。市では、地元の協力を得て現在のクリーンセンター敷地内に新たな焼却施設を建て替えるための準備を進めています。詳しいことが決まり次第、市ホームページ、広報あびこなどでお知らせします。

## 募集

# 「水の館」の新しい愛称を募集します

市では、手賀沼親水広場の水環境保全啓発施設(現在の愛称「水の館」)の改修工事を進めています。平成29年4月(予定)のリニューアルオープン後は、展示物などを一新し、新たに農産物直売所と飲食施設を設け、水環境保全意識の啓発と地域の賑わいづくりを目的とする施設に変わります。市内外の皆さんに親しまれ、利用されるよう、改修工事後の施設の愛称を募集します。



▲水の館外観(改修工事前)

改修工事後の水環境保全啓発展示物のイメージ

見も可※その場合は理由を記載◎応募作品に著作権などの問題が生じた場合は、全て応募者の責任になります◎応募者の個人情報等は、愛称募集の目的以外には使用しません  
**表彰** 最優秀賞1点、優秀賞2点(同一作品が複数あった場合は抽選)※入賞者には記念品を贈呈  
**抽選** 郵送、ファクス、ちば電子申請サービス。住所、氏名、年齢、電話番号、愛称案(読み方)とその説明(100字以内)を明記し、〒270-1192 市役所手賀沼課(住所省略可) 愛称募集係 ☎7185-11484

## 第27回「みどりの愛護」功労者 国土交通大臣表彰を受賞

6月12日に開催された第27回全国「みどりの愛護」のついで、市内7団体が「みどりの愛護」功労者国土交通大臣表彰を受賞しました。

※「みどりの愛護」功労者国土交通大臣表彰…「みどりの日」の制定の趣旨を踏まえ、花と緑の愛護に顕著な功績のあった民間団体をたたえ表彰するものです。

☎ 公園緑地課・内線287

**受賞団体** ●市民の森&古利根みどりのボランティア ●おやじ&おふくろの会 ●特定非営利活動法人手賀沼トラスト ●花かご会 ●癒しとやすらぎのガーデンクラブ ●妻子原の森を守る会 ●船戸の森の会



### 市職員を募集 (平成29年4月1日採用予定)

職種・採用予定数 ○一般行政職事務職(上級)…14人○一般行政職事務職(上級:自己推薦)…若干名○一般行政職技術職(土木)…5人○福祉総合職(社会福祉士)…3人○保健師…若干名○文化財主事(埋蔵文化財)…若干名○学芸員(鳥類)…若干名○司書…若干名○消防士(救急救命士含む)…3人

試験日 9月18日(日) 試験会場 中央学院大学

受付期間 8月12日(金)まで(消印有効)

申込方法 試験申込書等(総務課、各行政サービスセンターに用意。市ホームページからダウンロード可)に長形3号の返信用封筒(392円切手を貼付し宛先を明記)を同封の上、〒270-1192市役所総務課(住所省略可)へ簡易書留で郵送(持参不可)。\*受験資格、提出書類など詳しくは市ホームページまたは総務課へお問い合わせください。

☎ 総務課・内線232

## 「原爆写真と折り鶴」展と「被爆71周年平和祈念式典」のご案内

戦争を知らず、広島と長崎に原爆が投下されたことも知らない世代が増え、戦争や被爆の記憶が薄れつつある今日、唯一の原爆被爆国民として、戦争や原爆の恐ろしさを忘れることなく永く後世に伝えていくことが大切です。恒久平和と核兵器廃絶を願い、ぜひお誘いあわせの上ご来場ください。

「原爆に関する写真と平和祈念の折り鶴」展  
期間 8月8日(月)～22日(月)  
場所 アビスタ1階ス

「被爆71周年平和祈念式典」  
日時 8月13日(土)午前9時30分～  
場所 手賀沼公園内「平和の記念碑」前(雨天実施)  
内容 祈念式典、献花、黙とう(テント・椅子を用意)\*※ノーネクタイでご参加ください。  
費用 無料(申込不要)  
被爆71周年平和祈念式典DVD上映会

追悼と平和を祈り黙とうを  
8月15日は「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。また、8月6日は広島に、9日は長崎に原爆が投下された日です。それぞれの日には、戦没者・原爆死没者の追悼と恒久平和を祈り、黙とうをささげましょう。  
☎ 社会福祉課・内線645

### マイナンバー業務 休日開庁日のお知らせ

日時 8月27日(土)午前9時～午後4時  
場所 市役所市民課(本庁舎1階)  
受付業務 マイナンバーカードの交付・申請、市役所に郵送戻りになった通知カードの交付  
\*マイナンバーカードの申請は任意です。  
☎ 市民課・内線406、422

### 子ども医療費助成受給券の年度更新について

0歳～中学3年生のお子さんを対象に、県内の医療機関を受診する場合、健康保険証と一緒に提示すると、窓口での自己負担が200円または無料となる「子ども医療費助成受給券」を発行しています。  
8月1日から使用できる新しい受給券は、7月25日に対象となる方に郵送しました。届いていない場合はお問い合わせください。  
☎ 子ども支援課・内線852

### 「児童扶養手当」 現況届を忘れずに!!

「児童扶養手当」の認定を受けている方は、毎年8月に現況届を提出する必要があります。対象の方には、案内を送付しましたので、期限内に必ず提出してください。届出がないと、8月分以降の手当を受給することができません。また、2年間届出がないと手当を受ける権利がなくなりま

受付期間 8月1日(月)～31日(水)  
場所 子ども支援課(市役所西別館2階)午前8時30分～午後5時(平日のみ)  
\*郵送や各行政サービスセンターでの受付不可  
提出書類 児童扶養手当証書(平成27年度)、印鑑、振込登録先預貯金通帳、平成28年度所得証明書(平成28年1月2日以降に我孫子市に転入され

た方のみ)、健康保険証(親子全員分)  
\*所得の申告がない場合、受付できませんので必ず申告してください。\*現況届出用紙は子ども支援課に用意してありますので、その場でご記入ください。  
◎児童扶養手当とは  
父母の離婚などにより、父親または母親と一緒に生活していない児童について、その育成を援助するために手当を支給する制度です。ひとり親家庭の生活の安定と自立を助け、次代の社会を担う児童の心身の健全な成長を図ることを目的としています。手当は所得制限があり、受給するためには申請が必要です。詳しくはお問い合わせください。  
☎ 子ども支援課・内線850

### ご存じですか? 人権擁護委員

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。  
7月1日付けで、人権擁護委員として山宮文昭さんが新たに委嘱され、蒲田知子さん、根本八重子さんが再任されました。  
人権相談は無料で、秘密は固く守られます。虐待や差別など、人権に関する問題で困りの方は、お気軽にご相談ください(事前電話予約の方優先)。  
日時 毎月第4木曜日 午前10時～午後3時  
場所 市役所西別館2階相談室  
☎・☎ 電話で社会福祉課・内線432

- ◎市の人権擁護委員(敬称略)  
山宮 文昭(新任)  
蒲田 知子(再任)  
根本八重子(再任)  
寺山 竜介(任期中)  
木川 敏子(任期中)  
中嶋 康貴(任期中)  
菅藤 行雄(任期中)  
高橋 英俊(任期中)

### バリアフリーの商店を募集 バリアフリーおでかけマップ「らっく楽! あびこ」に掲載しませんか?

障害のある方や高齢の方、小さなお子さん連れの方などの外出の助けになるよう、市内施設の情報をバリアフリーおでかけマップ「らっく楽! あびこ」として市ホームページで紹介しています。  
このマップに新たに掲載を希望する商店などを募集します。詳しくはお問い合わせください。  
※「バリアフリーおでかけマップ」は市ホームページ右側「よく利用される情報」に掲載しています。  
対象店舗 不特定の人が利用でき、次のバリアフリー基準のうち、2項目以上に該当している商店など  
バリアフリー基準 ①入口に2cmを超える段差がない、またはスロープを設置し、車いすでも利用できる。②入口が自動ドアである。③入口の幅が80cm以上で、車いすが通過できる。④施設内の通路幅が広く(主要な通路が80cm以上)、車いすでも移動できる。⑤エレベーターやエスカレーターがある。⑥手すりがついたトイレがある。⑦車いすでの利用に対応した広さのトイレがある。⑧オストメイトや乳幼児に配慮したトイレがある。⑨障害者専用の駐車スペースがある。⑩点字誘導ブロックが設置されている。⑪点字案内による表示がある。⑫手話ができる店員がいる。⑬テーブルやいすが移動可能で、車いすでも利用できる。⑭車いす利用者や高齢の方が利用しやすい低いカウンター(70cm～80cm程度)がある。⑮貸し出し用の車いすがある。⑯バリアフリー以外で、障害を持つ方や高齢の方に対する配慮をしている。  
☎・☎ 専用の申込用紙(障害者福祉センターに用意、または市ホームページからダウンロード)を8月15日(月)必着で、〒270-1112新木1637障害者福祉センターへ郵送。☎7185-1124

空家等の実態調査を実施～ご理解・ご協力をお願いします～  
市内における空家の実数および状態を把握し、今後の空家等の対策を検討するため、実態調査を実施します。  
調査範囲 市内全域 調査方法 調査員による外観調査  
調査期間 8月中旬～平成29年3月下旬  
\*調査は市が委託した業者の調査員が行います。調査員は、市発行の調査員証を携帯し、腕章・名札などを着用しています。  
☎ 市民安全課・内線486

庭木、枝の茂み、崖、戸袋、土中などに巣をつくり、春先から秋にかけて活発に活動します。特にスズメバチなどは、8〜10月にかけて巣を守るため攻撃性が強くなります。ハチを刺激しないことが重要です。巣に近づいたり、むやみに近づいたりしないでください。

**ハチは益虫**

ハチは、人を刺すため害虫と思いがちですが、庭の木や草、畑などの害虫を食べたり、花の受粉を助けたりする益虫です。身近な場所に巣を作られた場合は早めの駆除が必要ですが、生活に支障がない場所であればそっとしておきましょう。

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

**応急処置の方法**

刺されたときは、刺されたところに針が残っていないか確認し、残っていたらピンセットなどですぐに取り除く(ミツバチの場合)。指輪をして指を刺されたときはすぐに指輪を取り外す。刺された部分を指でつまむなどして、毒を絞り出す。傷口を流水で洗い流し、水でよく冷やす。抗ヒスタミン剤の入った虫刺され薬などの軟こうを塗る。

**ハチにご注意!!**  
夏は攻撃性が高まる季節です



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

**主なハチ駆除業者**

- ◆ダスキンスターミニックス あびこ東支店 ☎0120-8716474 ◆有有限会社イシイ ☎090-9316164 ◆シーアイ シー ☎7192-2471
- ◆蜂バスターズ ☎090-781216996 ◆千葉県害虫防除協同組合 ☎043-221-0064
- ◆東京企業株式会社 ☎047-496-6315
- ◆常陽メンテナンス株式会社 ☎0297-72124

手賀沼課・内線465

**加入しませんか? 交通災害共済**

本日から受付

市では、交通事故による被害者を救済するため、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、みなさんに加入していただき、会費を出し合って被害者を救済する相互扶助の制度です。現在加入している方も8月31日で共済期間が終了しますので、更新手続きをお願いします。

**加入できる方** 9月1日時点で市内に住民登録している方とその扶養者

**共済期間** 9月1日～平成29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)

**年会費** 1人700円

**共済見舞金** 死亡…150万円、傷害…2～50万円、身体障害(1級または2級障害)…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

**申込方法** 年会費を持参し、市民安全課(市役所地階)・各行政サービスセンターで随時受付

☎ 市民安全課・内線485

**中高年向け 再就職 支援セミナー**

日時 9月1日(木)午前10時～午後0時30分

場所 あびこ市民プラザ

内容 応募書類の書き方(充実した経歴書)、面接対策

対象・定員 40歳～65歳の就職活動中の方、先着20人(要予約)

費用 無料

申込 電話で企業立地推進課 ☎7185-1421

**8月 市民相談・県民相談** ※予は予約制です。

|               |   |
|---------------|---|
| 弁護士法律相談☎      | 9日(火)、16日(火)、18日(木)、23日(火)、25日(木) 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～) |
| 人権相談(☎優先)     | 25日(木)10時～15時 相談室(西別館2階) 社会福祉課・内線432  |
| 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～)                                   |
| 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☎7166-2015(平日13時～16時。予約は18日(木)まで)                      |
| 年金・労働無料相談☎    | 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)                               |
| 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  |
| 生活相談          | 土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 西別館2階 社会福祉課・内線393  |
| 健康相談          | 土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 保健センター 健康づくり支援課☎7185-1126  |
| 交通事故巡回相談☎     | 8日(月)10時～15時(先着4組。予約は1日(月)8時30分～) 市民安全課(本庁舎地階)・内線485  |
| 子ども総合相談       | 土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 西別館1階 子ども相談課☎7185-1821   |
| 結婚相談(☎優先)     | 第1・3土曜日、第2・4日曜日、毎週木曜日 10時～19時 我孫子市結婚相談所(けやきプラザ11階)☎7157-3900                                |
| 母子・婦人相談(ひとり親) | 土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 子ども支援課(西別館2階)・内線849  |
| DV相談          | 土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 社会福祉課(西別館2階)・内線394   |
| 心の相談☎         | 22日(月)午後 相談室(西別館2階) 障害福祉支援課・内線421   |
| もの忘れ相談☎       | 9日(火)13時30分～16時30分 相談室(西別館3階) 高齢者支援課☎7185-1112  |
| 若者就労支援相談☎     | 22日(月)10時～16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        | 土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時(12時～13時は求人閲覧のみ)サンビーンズビル6階(我孫子駅南口) 我孫子市地域職業相談室☎7165-2786              |
| 介護とこころの相談☎    | 火～日曜日10時～16時 県福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ6階)☎7165-2886   |
| 住宅改修相談☎       | 金曜日10時～16時(5週目は休み) 県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 県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   |

**谷津の魅力がいっぱい**

**岡発戸・都部の谷津展**

日時 8月13日(土)・14日(日)午前10時～午後5時(14日は4時まで)

場所 アビスタ(入場無料)

内容 ◎実物展示…谷津の植物、樹脂標本、昔の農機具◎写真展示…谷津の昆虫・植物・風景 ※ワークショップ(シュロの葉を使って草バッタを作る)あり

主催 我孫子市岡発戸・都部谷津ミュージアムの会

☎ 谷津ミュージアムの会事務局(手賀沼課)・内線465

▲昨年のワークショップの様子

▲昔の農機具

**市内ふれあい体験農園の利用者募集**

市内農家が開設している以下のふれあい体験農園で新規利用者を募集しています。興味がある方は各申込受付先または農政課までお問い合わせください。 ※農園を新規開設したいという農家の方も募集しています。

☎ 農政課・内線510

| 農園名            | 場所   | 利用年額    | 申込受付先             |
|----------------|------|---------|-------------------|
| 野口善左衛門ふれあい体験農園 | 布施   | 1万円     | 仲原 ☎090-2632-3844 |
| 伝習農場「むそう塾」     | 北新田  | 1万5000円 | 玉根 ☎090-3476-8417 |
| 根戸新田ふれあい体験農園   | 根戸新田 | 9000円   | 農政課・内線510         |
| 日暮ふれあい体験農園     | 根戸新田 | 9000円   | 農政課・内線510         |
| 後藤ふれあい体験農園     | 久寺家  | 8000円   | 後藤 ☎080-3501-9560 |
| 飯塚ふれあい体験農園     | 中峠   | 8000円   | 飯塚 ☎7188-2129     |
| 中峠アグリクラブ       | 中峠   | 1万円     | 渡辺 ☎090-2643-4677 |
| 南新木ふれあい体験農園    | 新木   | 9000円   | 増田 ☎7188-2268     |
| 秋田ふれあい体験農園     | 布佐   | 8000円   | 秋田 ☎7189-3465     |
| 鈴木ふれあい体験農園     | 江蔵地  | 8000円   | 鈴木 ☎7188-3033     |
| 谷ツ山ふれあい体験農園    | 江蔵地  | 9000円   | 野口 ☎090-1994-7663 |



# 高齢者文化祭の参加者

日時・場所・内容 下表参照

**対象** 老人クラブ会員または市内在住で60歳以上の方  
**締切日** 8月10日(水)必着  
**申込** ハガキに住所、氏名、電話番号、性別、年齢、参加部門、種別、題目を明記(囲碁・将棋大会)

参加者は段・級位を、演芸大会参加希望者(1人1演目に限る)は参加人数を明記)し、〒270-1192 市役所高齢者支援課(住所省略可)・内線411  
※老人クラブ会員は会長に直接申し込んでください。

|         | 日時・場所   | 内容  |
|---------|---|---|
| 作品展覧会   | 8月25日(木)・26日(金)9時~18時(26日は16時まで)<br>アビスタ第2学習室 | 絵画・書道・写真・手工芸(ちぎり絵など)※いずれも額装幅が80cm以内・短歌、俳句(表装したもの)など                   |
| 囲碁・将棋大会 | 9月3日(土)9時30分~<br>老人福祉センター「つつじ荘」               | 囲碁...リーグ戦<br>将棋...リーグ・トーナメント戦   |
| 演芸大会    | 9月30日(金)9時45分~<br>けやきプラザふれあいホール               | 舞踊(フラダンスなどを含む、2人以上)・合唱(3人以上)・民謡・その他の演芸※発表時間1組4分以内※カラオケは不可※応募者多数の場合は抽選 |

## ロコモティブシンドロームを予防しましょう

ロコモティブシンドローム(ロコモ)とは、骨・関節・筋肉などの身体を支えたり動かしたりする運動器の機能が低下したために、要介護や寝たきりになる可能性が高い状態をいいます。

次の①~⑦の項目に1つでも当てはまるとロコモの危険性があります。

- ①家のなかでつまずいたり滑ったりする
- ②階段を上するのに手すりが必要である
- ③15分くらい続けて歩けない
- ④横断歩道を青信号で渡りきれない
- ⑤片脚立ちで靴下がはけない
- ⑥2キログラム程度の買い物(1リットルの牛乳2個程度)をして、持ち帰るのが困難である
- ⑦家のやや重い仕事(布団の上げ下ろしなど)が困難である

ロコモの予防方法にはウォーキングやストレッチ、健康体操などがあります。市ホームページ「我孫子市健康づくり動画」では健康体操やウォーキング方法などを紹介した動画を掲載しています。動画を見ながら繰り返し行い、みなさんの健康づくりにお役立てください。DVD版の貸し出しも行っていきます。



▲QRコード

健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

| 日にち        | 場所                   |
|------------|----------------------|
| 8月 8日(月)   | 我孫子南近隣センター(けやきプラザ8階) |
| 8月 23日(火)  | 近隣センターふさの風           |
| 9月 2日(金)   | 近隣センターこもれび           |
| 9月 13日(火)  | 湖北台近隣センター            |
| 10月 4日(火)  | 我孫子北近隣センター並木本館       |
| 10月 17日(月) | 天王台北近隣センター           |
| 11月 9日(水)  | アビスタ※1時間以上の駐車は有料     |
| 11月 29日(火) | 布佐南近隣センター            |

※使用する機器は医療機器ではなく、医学的診断はできません。

**頭に元気を測定**  
機器を使った7分程度の簡単なテストで短期の記憶力などを測定します。もの忘れが気になる方、興味がある方は「頭の元気度・活発度」を測定してみませんか?  
**日にち・場所** 左表参照  
**時間** 午前10時~11時  
**定員** 各回先着10人(予約不要)  
**費用** 無料  
**申込** 高齢者支援課 ☎7185-1126

**認知症の方の家族のつらさを知ろう!**  
**日時** 8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** 介護方法や日ごろの悩みなどの情報交換  
**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(予約不要)  
**申込** 高齢者支援課 ☎7185-1126

**認知症を防ぐ生活習慣「笑い編」〜笑いヨガで、大笑いしましょう!〜**  
**日時** 8月25日(木)午前10時~正午  
**場所** 近隣センターこもれびホール  
**講師** 小此木真理子さん(社)日本シニアリンクラフトレーナー(要申込)  
**費用** 無料  
**定員** 先着40人(要申込)  
**申込** 天王台地区高齢者なんでも相談室 ☎7182-1400

## 障害&持病のある方のための婚活パーティー参加者募集

障害や持病があることで、婚活をあきらめていませんか?障害や持病を持っていてもお互いに支えあい、幸せな家庭を築きたいと思っている方のためのパーティーです。将来のパートナーを探してみませんか?

※健康者の方でご理解いただける方も参加できます

**日時** 9月25日(日)午後3時~5時30分  
**場所** 我孫子市結婚相談所あびここいこハート(けやきプラザ11階)  
**内容** 自己紹介・ゲーム・フリータイムほか  
**対象** ①障害(身体・精神・知的)や持病のある方で参加者との交流ができる45歳までの独身の方②相手の障害について理解がある45歳までの独身の方  
**定員** 男女各12人(応募多数の場合は抽選)  
**費用** 1200円(介助者800円)※ケーキ・お茶代  
**申込** 8月31日(水)までに電話・Eメール。住所・氏名・生年月日・連絡先・障害種別または病名を明示し、我孫子市結婚相談所 ☎7157-3900、wedding@abiko-shakyo.com

## 8月 各種健診と健康教室

| 項目                | 日程                                       | 対象・内容など                     |
|-------------------|--|-----------------------------|
| 乳幼児の各種健診・相談・教室    | ☎は予約制です。                                 | 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126 |
| しあわせママパパ学級        | 6・20・27日(土)                              | 妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方        |
| 4か月児相談            | 2・9日(火)                                  | 平成28年3月生まれ                  |
| 育児相談(乳幼児の育児)      | 3・10日(水)                                 | 子育て支援センター「にこにこ広場」、先着10人     |
| 1歳6か月児健康診査        | 31日(水)                                   | 保健センター                      |
| 2歳8か月児健康診査        | 4日(木)                                    | 平成27年1月1日~1月20日生まれ          |
| 3歳児健康診査           | 23日(火)                                   | 平成25年12月生まれ                 |
| 5歳児健康診査           | 18・25日(木)                                | 平成25年1月1日~2月10日生まれ          |
| 5歳児健康診査(未就園児)     | 23日(火)                                   | 平成23年8月生まれ                  |
| 5歳児健康診査(未就園児)     | 25日(木)                                   | 平成23年4月2日~24年4月1日生まれ        |
| 離乳食教室(4~6か月児向け)   | 26日(金)                                   | 乳児の保護者、先着30人                |
| 後期離乳食教室(8~9か月児向け) | 24日(水)                                   | 平成27年11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<br>☎ 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~16時                            |                             |
| デイケアクラブ           | 時間 午前10時~11時55分<br>☎ 障害福祉支援課 ☎7185-1124  |                             |
| 教室名               | 日・所                                      |                             |
| あびこ               | 24日(水)アビスタ第2学習室                          |                             |
| こほり               | 10日(水)湖北台近隣センター調理室(湖北駅南口集合)              |                             |
| 遊具うんどう教室          | 時間 午前9時30分~10時30分<br>☎ 高齢者支援課 ☎7185-1112 |                             |
| 開催日               | 場所                                       |                             |
| 19日(金)            | 天王台西公園 *雨天中止                             |                             |

## 健康メモ 380 オキシトシン

オキシトシンは脳の下垂体後葉というところから分泌されるホルモンです。私が医学生時代に習った主な働きは、分娩時に子宮を収縮させたり、乳汁分泌を促すなどです。最初は女性に特有なホルモンとして発見されましたが、その後、男性にも存在することが分かりました。そして近年、他にも様々な働きのあることが、わかってきました。例えば不安や恐怖心を減少させ幸せな気分させたり、ストレスを緩和させたり、関節などの痛みを緩和させるなどです。ではどのようにすればオキシトシンを分泌出来るのでしょうか?意外と簡単です。スキンシップによりオキシトシンを分泌させることができます。例えば信頼し合える人と抱擁する、手をつなぐ、また背中をさするなどの行為です。またペットをなでることで効果があります。「飼い主とイヌが触れ合うことで互いにオキシトシンが分泌される」という筑波大学による論文が、アメリカ『サイエンス』誌に掲載されています。最近希薄になってきている肌の触れ合いを意識することで、幸せな気分になれたり、痛みを緩和できたり出来るなんてすばらしいですね。  
くらさわクリニック 倉沢 卓見  
☎ 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。※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、祝日、年末年始

# すこやかちゃん



佐藤 愛希ちゃん  
(日秀・1歳2カ月)

我が家の癒し三男坊♡  
最近では恐竜の様な悲鳴を上げる事もあるけど、元気に大きくなってね!



菅井 彩羽ちゃん  
(白山・1歳2カ月)

人の笑顔が大好きで、毎日笑顔を絶やさない我が家のアイドル♡可愛く優しい女の子になってね◎

## 楽 白樺サロンのひととき~夏~

休日の午後をゆったり過ごしてみませんか。学芸員による白樺派や民藝についての小話と市民スタッフによる「柳兼子のピアノ」生演奏をお楽しみいただきます。

日時 8月28日(日)午後2時~1時間程度  
場所 白樺文学館1階ピアノサロン  
定員 先着20人(要申込)  
費用 無料(ただし入館料がかかります)  
申・問 白樺文学館 ☎7185-2192



※イベント開催時とはいすや機の配置は異なります

## 楽 発掘お宝ミニ展示会(2)



### 我孫子の縄文土器

期間 8月2日(火)午前9時~15日(月)午後4時まで  
場所 アビスタ2階 オープンスペース展示ケース  
内容 ミニ展示会第2弾。並塚東遺跡から出土した縄文土器を展示します。ぜひご覧ください。  
問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1583

## おまつりスタンプラリー開催中

下表のおまつりでスタンプを集めると、抽選で「うなぎち賞」として5万円分の旅行券のほか、市内商業者が提供する豪華景品が当たります! さらに4地区のまつりのスタンプを集めると「ぐるっと我孫子賞」が当たるダブルチャンスもあります!!

応募資格 対象のおまつりのうち、2地区以上かつ3つ以上のおまつりスタンプを集めた方※応募は1人1回

応募方法 応募用紙(商業観光課、アビシルベ、各近隣センター、各おまつり会場で配布)に、住所・氏名・電話番号・年齢・性別を明記し各おまつり会場に設置した応募用ポストに投函

締切 布佐もみじまつり開催日の正午まで  
※布佐もみじまつりで、公開抽選会を行います。  
当選者には後日当選ハガキを送付します。

問 商業観光課 ☎7185-1475



| まつり ( )内は地区     | 実施日       | 場所       |
|-----------------|-----------|----------|
| 天王台ふれあい夏祭り(天王台) | 8月20日(出)  | 天王台駅北口周辺 |
| 天王台地区市民まつり(天王台) | 8月27日(出)  | 天王台西公園   |
| あびこカップまつり(我孫子)  | 8月27日(出)  | 我孫子駅南口周辺 |
| ほくほくサンバ(湖北)     | 9月25日(日)  | 湖北駅南口周辺  |
| 我孫子地区市民まつり(我孫子) | 10月1日(出)  | 我孫子駅南口周辺 |
| 我孫子市産業まつり(湖北)   | 10月16日(日) | 湖北台中央公園  |
| 布佐もみじまつり(布佐)    | 11月5日(出)  | 布佐駅東口周辺  |



## 楽「ママへのごほうびフェスタ 2016」 講座参加者

日にち 9月3日(出)  
場所 アビクオーレ3階アビホール(イトーヨーカドー我孫子南口店)  
対象 就学前の乳幼児と保護者(市外の方も参加可)  
費用 無料 主催 我孫子市、株式会社イトーヨーカ堂  
申・問 9月1日(休)までに子育て支援センターにここ広場窓口または電話 ☎7185-8882(火曜日を除く午前10時~午後5時)

### ☆0歳前から乳幼児へ送るファーストコンサート☆ ~ひなたなほこの「優しい心を育てるうた」~

前回すぐに満員になった大人気のコンサートです。あかちゃんやお子さんと一緒に、ぜひお楽しみください。プレママも大歓迎!

時間 午前10時30分~11時30分(開場10時10分~)  
出演 ひなたなほこさん(シンガーソングライター)、佐藤めぐみさん(ピアニスト)  
定員 先着100組



▲ひなたなほこさん



▲佐藤めぐみさん

### ☆笑顔いっぱい!親子のスキンシップ リズム親子ヨガ☆



お子さんと一緒に楽しめる簡単なヨガです。歌やリズムに合わせて親子の絆を深めましょう!  
時間 午後1時30分~2時15分(開場1時10分~)  
定員 先着50組  
講師 柴崎秋子さん(NPO法人親子サロンmano & mano インストラクター)ほか

## 楽 第1回楚人冠講座

### 大正の我孫子に暮らした人々

図書館市民スタッフによる朗読で杉村楚人冠の作品を味わい、杉村楚人冠記念館職員による解説で歴史を知る、昨年までの読書会をあらためて「楚人冠講座」として開催します。第1回は杉村楚人冠の随筆『白馬城』から、大正時代の我孫子の人々の様子を取りあげます。

日時 9月4日(日)午前10時~ 場所 アビスタ第2学習室  
定員 先着40人(要申込) 費用 無料  
申込方法 8月2日(火)午前9時30分から前日までに市民図書館アビスタ本館 ☎7184-1110へ電話またはアビスタ本館カウンターで受付※当日講座終了後、希望者の方に杉村楚人冠記念館でガイドツアーを開催します(要入館料)。  
問 杉村楚人冠記念館 ☎7182-8578、市民図書館アビスタ本館 ☎7184-1110



▲杉村楚人冠著白馬城

## 8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

●公立保育園子育て支援クラブけやきキッズ ☆今月はお休みです。

### 楽 広場でパパを楽しもう! (対象)市内在住の乳幼児とパパ

◎体操、ふれあい遊びなどを楽しみます

| ここに広場             | 日時                        | 定員       | 申・問        |
|-------------------|---------------------------|----------|------------|
| パパとあそぼう           | 28日(日)10:30~11:45         | なし(要予約)  | ☎7185-8882 |
| すくすく広場(すくすくバタム)   | 6-13:20-27日(出)11:00~11:20 | なし(予約不要) | ☎7185-1936 |
| わくわく広場(わくわくファミリー) | 20日(出)11:00~11:45         | なし(要予約)  | ☎7185-2196 |

### ふたごちゃん・みつごちゃんの会 (対象)市内在住のふたご以上のお子さんとその保護者

時間 10時30分~11時30分 参加費 無料  
すこやか広場 日にち 8月8日(月) (予約不要) 問 ☎7185-2247 (日曜日を除く9時~16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。

意、千葉県歯科衛生士会ホームページからダウンロード可 健康づくり支援課 ☎7185-1126

◆平成28年度近隣騒音防止ポスター・カレンダーのデザイン

環境省では、近隣騒音(拡声機音、電気機器や楽器・音響機器の音、階上の足音、給排水音、ペットの声、室外機や屋外給湯機の音、自動車のアイドリングなど)防止のために、互いに気を配り、気持ちよく生活できる社会にしていくことを呼びかけるポスターを募集中です 応募期限10月14日(金) ※詳しくは環境省ホームページへ (HP http://www.env.go.jp/air/ippan/kinrin.html) 手賀沼課・内線569

お知らせ

◆猫犬譲渡会

日8月7日・21日、9月4日・18日いずれも(日)11時~14時 所市役所駐車場(雨天実施) ※持ち込みは要事前連絡。保護犬猫の引き取り不可。詳しくはお問い合わせください ねこわんこ ☎080-8723-9550

◆ホテルマークワン「敬老の日」無料宿泊プレゼント

宿泊日9月19日(祝) 所ホテルマークワンアビコ(1泊朝食付き) ツイン・トリプル5室(10人)、シングル10室(10人) 対市内在住の70歳以上の方(応募者多数時は抽選) 申・閩八ガキに住所、電話番号、氏名、年齢(2人部屋の場合は2人の氏名・年齢) 禁煙・喫煙の希望を明記し、8月12日(金)必着で〒270-1176柴崎台1の9の14ホテルマークワンアビコ ☎7186-1717

◆我孫子市都市計画審議会の公開

日8月18日(木)10時~(傍聴人受付9時40分~10時) 所議会棟第1委員会室 内「市街化調整区域における地区計画運用基準」「我孫子新田地区地区計画」(報告・協議) 定当日先着10人(発言なし) 閩都市計画課・内線585

◆緑のリサイクル情報

引越しなどで不要となった庭木の情報や、ゆずってほしい庭木の情報を市ホームページに掲載しています。◎ゆずりたいとき…樹木の種類、本数、高さ(3m以内)、花の色など ◎ゆずってほしいとき…希望する樹木の種類、本数、高さ、花の色など※電話でご連絡ください。掘り取り・運搬は、原則としてゆずってもらう方が行ってください 閩公園緑地課・内線545

◆市民体育館トレーニングルームリニューアル

トレーニングルームを拡張し、マシンを5台増設しました 費1時間利用券…市内・市外(一般190円、学生・65歳以上90円)、1回利用券…市内(一般400円、学生・65歳以上200円)、市外(一般500円、学生・65歳以上300円) 閩市民体育館 ☎7137-9030(9時~21時、最終月休館)

◆多重債務相談窓口

借金の返済でお悩みの方に解決のための助言を行い、必要に応じ法律専門家を紹介します。※相談無料、秘密厳守 受付時間(月~金)の8時30分~12時、13時~16時30分(祝日除く) 申・閩財務省千葉財務事務所債務相談窓口 ☎043-251-7830

◆8月は電気使用安全月間

経済産業省では、感電死傷事故発生の最も多い8月を電気使用安全月間と定め、電気事故防止を主唱しています。電気は正しく安全に使いましょう 閩関東電気保安協会柏事業所 ☎7166-8720

◆広報あびこの訂正について

広報あびこ7月16日号7面(情報ひろば)に掲載した、「第20回記念フルートコンサート 午後のひとときをフルート音楽で」の出演者のふりがなに誤りがありました。正しくは「播博さん」です。お詫びして訂正します 閩秘書広報課 広報室 ☎7185-1269

まち協情報

◆根戸地区まちづくり協議会

◎第26回 根戸地区ふるさと祭り

日8月20日(土)・21日(日)(雨天実施) 内模擬店…13時30分~18時、ふるさと踊り…18時~20時、親子みこし…13時30分~15時(21日のみ)、ゲーム…15時30分~17時(21日のみ) ※車の来場はご遠慮ください 所・閩根戸近隣センター ☎7183-5363

◆布佐南地区まちづくり協議会

◎サマーフェスティバル2016

日8月21日(日)10時~ 内午前…子ども遊びの広場(プラバン作り、ヨーヨー釣り、ゲームなど)、模擬店(焼きトウモロコシ、かき氷など)、午後…演芸大会(ジャズ演奏、ハワイアン演奏、フラダンス、マジック) 費入場無料 所・閩布佐南近隣センター ☎7189-3740

◆こもれびまちづくり協議会

◎そば打ち教室

日9月11日・25日、10月9日いずれも(日)9時~13時30分(全3回) 対・定全日程参加できる方、10人(応募者多数の場合は抽選) 費1回1700円 持エプロン、バンダナまたは三角巾、タオル、持ち帰り容器(タッパーなど) 所・閩往復八ガキに教室名、郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、8月26日(金)必着で〒270-1144東我孫子1の41の33近隣センターこもれび ☎7165-2011(10時~17時)

◆ふさの風まちづくり協議会

◎ふさの風サマーコンサート

日8月28日(日)13時開演(12時30分開場) 出演布佐中学校吹奏楽部、アンサンブルルミエール、片倉やす子さん・川田怜子さん(叙情歌) 定当日先着110人 費無料 所・閩近隣センターふさの風 ☎7181-6211

AIRAからのお知らせ

「日本語の教え方」講座

日時 9月20日~毎週(火)午後1時30分~3時30分(全20回) 場所 中央学院大学\*我孫子駅北口から無料スクールバスあり 内容 日本語ボランティア講師へのファーストステップ 講師 椿文緒さん(インターカルト日本語学校講師)ほか 定員 15人(定員に満たない場合は開講しません) 費用 3万8880円(教材費別途) ※受講の際はAIRA会員になっていただきます。講座終了後は、修了証を発行します。 申込方法 8月31日(水)必着で往復ハガキ、ファクス、Eメール。

第18回 国際交流スピーチ大会 参加者を募集

日時 9月25日(日)午後1時~(終了後にティーパーティーあり) 場所 あびこ市民プラザホール テーマ 国際交流について ※演題自由。5分以内。日本人は英語、外国人は日本語での発表 対象・定員 中学生以上で市内在住・在学または在勤の方、20人(国籍不問。応募者多数の場合は実行委員会による一次審査あり) ※各賞および副賞あり 申込方法 9月7日(水)までに参加申込書(我孫子市国際交流協会(AIRA)ホームページからダウンロード。アビシルベ、あびこ市民プラザにも用意)を郵送、ファクス、Eメール、持参。 ※スピーチ原稿はA4サイズで9月14日(水)までに提出。



〈共通〉 閩 〒270-1166我孫子4の11の1我孫子市国際交流協会(AIRA)事務局(あびこショッピングプラザ3階) ☎7183-2005、✉info@e-aira.jp、HP http://e-aira.jp/、☎7183-1231(水・祝を除く午前10時~午後4時)

印西市市制施行20周年記念花火大会開催に伴う 県道の交通規制について

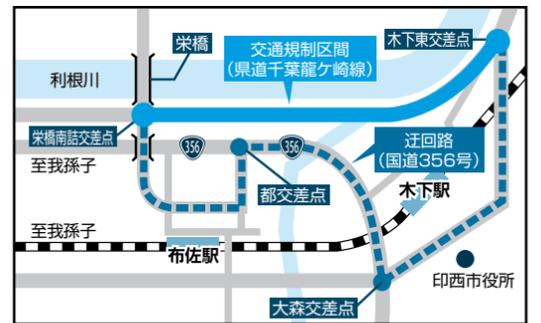
大会の開催に伴い、車両通行規制が行われます(下図参照)。ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

日時 8月27日(土)午後6時~10時(予定)。

※時間内は自動車やバイク、自転車などの車両は通行できません。

※当日は、混雑が予想されますので、あらかじめご注意ください。

閩 印西市役所経済政策課 ☎0476-42-5111・内線352



楽 8月のふれあい工房

閩 ☎7186-5500 青山450番地

●8月のリサイクル教室はお休みです。 ●工房案内…開館時間:9時~17時 休館日:毎週月曜日、年末年始 使用料:200円/4時間(小中学生まで無料)

リサイクルアドバイザー来館日 閩ふれあい工房 ☎7186-5500 ☎7165-2430

■「木エドバイザー」 休館日を除く毎日 9時30分~16時30分  
■「おもちゃの病院」[傘の修理] 毎週日曜日 13時~16時

★不用品情報★「ふれあい工房」のホームページに「不用品譲ります・譲ってください」情報を掲示できます。ぜひご利用ください。不用品情報を登録したい方はハガキまたはファクスで「ふれあい工房」までお申込みください。詳しくは、「ふれあい工房」のホームページをご覧ください。HP http://www.abiko-fureaikoubou.com

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

## 情報ひろば

「情報ひろば」の掲載記事は、市や官公庁主催・共催・市の後援、補助団体の記事です。案…あびこ案校事業です。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…持参、固…申し込み(記載のないものは申し込み不要)、固…問い合わせ

### イベント

#### ◆朗読劇「この子たちを忘れない2016 -1945ヒロシマ・ナガサキ-」

日8月21日(日)①13時～②15時～ 所旧吉田家住宅(柏市花野井974の1) 内広島・長崎で被爆された方々の手記を通して平和の尊さ、命の大切さを語り継ぐ。被爆者の体験の手記で構成した朗読劇 対・定小学生以上、先着各60人(要申込) 費500円※要入場料(団体・大人160円)※障害者の介助者1人無料 固見城☎7182-5227

#### ◆市内チーム卓球大会

日9月15日(日)9時受付 所市民体育館 内男子の部2単1複(1チーム2～3人)、女子の部1単2複(1チーム5人以上)の団体戦。予選リーグ後、順位別決勝トーナメント 費連盟登録チーム…男子1500円・女子3500円、その他…男子2000円・女子4000円※保険は各自で 固・固8月26日(日)必着で、ハガキに大会名、団体名、代表者の住所・氏名・電話番号と参加者全員の氏名を明記し、〒270-1145高野山466の8徳永礼子☎7184-4848

#### ◆第47回 一般男女(6人制)

##### バレーボール市民大会

日9月19日(祝) 所市民体育館 対男女別オープン 費1チーム2000円 固・固8月31日(日)までに電話で濱田☎080-6802-5078

#### ◆我孫子市空手道連盟 第2回練成大会

日9月3日(土)9時～ 所市民体育館メインアリーナ 内1チーム5人のリーグ戦(上位4チームにメダル授与) 費1人2000円 固勝野☎7183-3226

#### ◆フルーツアンサンブル紙ふうせん 第9回定期演奏会

日9月4日(日)14時開演(13時30分開場) 所アミューゼ柏クリスタルホール 曲目「水上の音楽」より(ヘンデル)、昭和・平成の歌謡曲特集、シングほか 指揮細山友子さん 費無料(全席自由) 固須田☎7154-7413

#### ◆コールヴォンネ 第7回定期演奏会

日9月10日(土)14時開演(13時30分開場) 所けやきプラザふれあいホール 内レクイエム(M.ハイドン)、古典派の合唱曲ほか 出演…コールヴォンネ(合唱)、モーツァルト・アカデミー・トウキョウ(管弦楽)、小笠原美敬さん(指揮)、鈴木美登里さん・上杉清仁さん・谷口洋介さん・小藤洋平さん(ソリスト) 費2000円(全席自由)※アビシルベ、軽喫茶ばぼらでチケット販売 固湊☎7182-9646

### 講演・講座・教室

#### ◆甲種防火管理新規講習

日9月8日(休)・9日(金) 所我孫子南近隣センターホール(けやきプラザ9階) 費6500円 定先着各74人 持上履き、下足入れ 固申込用紙(日本防火・防災協会のホームページからダウンロード、消防本部および各消防署・分署で配布)に必要事項を明記し、8月3日(水)～5日(金)に千葉県消防設備協会にファクス(☎043-223-6610)、または持参(千葉市中央区道場南1の9の15千葉県電工会館2階) 固千葉県消防設備協会☎043-306-3871、消防本部予防課☎7181-7702

#### ◆千葉県男女共同参画センターフェスティバル2016&ネットワーク会議

日8月7日(日)9時45分～16時30分 所

千葉県青少年女性会館(千葉市) 内講演会「心のストレッチ～笑顔で明日を迎えるために～」講師…佐久間レイさん(声優・歌手)、ワークショップ、ネットワーク会議 定先着300人(要申込)

固・固電話で千葉県男女共同参画センター☎043-252-8036(月休)

#### ◆木造住宅の耐震セミナー・相談会

日8月13日(土)10時～11時30分(受付9時45分～) 所市役所分館2階会議室 内セミナー「木造住宅の耐震について」、木造住宅耐震診断および耐震改修工事の助成制度説明、木造住宅耐震相談会 対・定市内在住の方、先着20人 費無料 固・固8月12日(金)までに電話で建築住宅課・内線529

#### ◆認知症サポーターの方へのフォローアップ講座

日8月27日(土)14時～16時 所あびこ市民プラザホール 内認知症サポーターのためのレベルアップ講座。せつかくのオレンジリング、活用して多くの皆さんに知っていただく! 講師…柳澤美恵子さん・五十嵐裕子さん(我孫子地区高齢者なんでも相談室) 対・定「認知症サポーター養成講座」受講修了者、50人 費無料 持オレンジリング(お持ちの方) 固・固8月19日(金)までに電話・ファクス・Eメールで住所・氏名・電話番号を明示。我孫子北地区社会福祉協議会☎☎7165-3434、☎kita@abiko-shakyo.com

### 募集

#### ◆第35回 我孫子市産業まつり出店者

日10月16日(日)10時～15時(荒天中止) 所湖北台中央公園 定市内事業者優先で100区画(応募者多数の場合は抽選) 費1区画(間口約2m)4000円、電気コンセント1個2000円 固・固8月15日(月)までに電話・ファクス。祐☎090-5194-1079 ☎7188-2258

#### ◆取手グリーンスポーツセンター

#### 8月～12月定期教室参加者

内大人向けスポーツ教室(ヨガ・ボクシングシェイプ・フラダンスなど)、キッズ・ジュニア対象スポーツ教室(水泳・体操・サッカーなど)、カルチャー教室(着付け教室など) ※詳しくは窓口、またはホームページ参照 固・固8月17日(水)必着で、往復ハガキ。〒302-0032取手市野々井1299取手グリーンスポーツセンター☎0297-78-9090 ☎http://www.toride-green-spocen.com

#### ◆わが家の犬・猫写真コンクール

飼育している犬・猫の写真L判3枚まで。しつけなど適正飼育についてのコメント(400字以内)を添え、全ての写真裏面に住所・氏名・電話番号を明記し、8月20日(土)必着で郵送。※応募作品は返却不可 対県内在住の方(ブロ、アマ、年齢不問) 固・固〒260-0001千葉市中央区都町463の3(公財)千葉県動物保護管理協会☎043-214-7814 ☎043-214-7818

#### ◆自衛官

受付期間9月8日(休)(必着)まで 職種①一般曹候補生②自衛官候補生③航空学生 対平成29年4月1日時点で18歳以上27歳未満(③は21歳未満)の方※詳しくはお問い合わせください 固自衛隊柏募集案内所☎7163-6884

#### ◆「かむ子・のびる子・元気な子」料理コンクール

テーマ千葉県の農水産物を利用し、手軽につくれる子ども向きの弁当メニュー(材料費は1人分で500円前後) 対県内に在住、在勤、在学で11月20日(日)のコンクール当日に参加可能な方 応募方法9月16日(金)(消印有効)までに郵送。応募用紙に2人分のお弁当の献立を記入し自作のお弁当の写真を添え、返信用封筒(82円切手貼付、宛先記入)を同封し〒261-0002千葉市美浜区新港32の17千葉県歯科衛生士会まで※応募用紙は保健センターに用

## 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します。

市民伝言板は、次の通り省略しています

近セ=近隣センター・市セ=市民センター・布佐ステ=布佐ステーションホール・入=入会金・月=月会費・年=年会費・固=申し込み・固=問い合わせ

### 講演・催し たのしもう

▼英語で絵本を作ってみよう! 8月3日(水)・5日(金)10時～12時(2回コース)。高野山3の15。英語の絵本作りに挑戦してみましよう。小学生対象。無料。固・固村田☎7133-9567

▼心の歌を唄う「すみれの会」 8月6日(土)14時～16時。近セこもれびホール。500円。固伊藤☎090-2903-4141

▼第23回 柏水彩会展 8月10日(水)～14日(日)9時～18時(初日12時～、最終日17時まで)。さわやかちば県民プラ

ザギャラリー1・2階。入場無料。固町田☎7163-6354

▼平成会名画鑑賞会「選返めぐりあい」 8月10日(水)12時30分開演(12時開場)。アビスタ。主演シャルル・ボワイエ、アイリーン・ダン(1939年恋愛映画の原点、モノクロ字幕)。先着40人(申込不要)。200円。固中村☎7187-2934

▼早稲田大学グリークラブ合唱&中島清香朗読音楽劇「フランダースの犬」 8月11日(木)14時～。けやきプラザふれあいホール。2000円(小・中学生1000円)。固中島☎7183-0100

▼陶芸七人展「遊・再び」 8月16日(火)～19日(金)10時～18時(初日13時～)。

柏市民ギャラリー(パレット柏)。固吉田☎7172-8631

▼あびこ平和フェスティバル あびこ市民プラザホール。8月19日(金)13時～18時(展示)、20日(土)10時～(展示)・13時30分～(講演) 安保法と緊急事態条項。講師…長浜有平弁護士。無料。固実行委・中村☎7184-2670

▼久遠苑納涼大会 8月20日(土)18時～。特別養護老人ホーム久遠苑庭(雨天時館内)。各種アトラクション、模擬店、打ち上げ花火など。駐車場に限りあり。固久遠苑☎7187-3141

▼東葛地区看護職合同就職説明会 8月26日(金)10時～15時。アミューゼ柏。固看護部・菊地☎7189-1545

▼ウインドウズ10を学ぼう 初級と中級合わせて1000円、上級500円、テキストは会計時にEメールで送付。8月27日(土)13時40分～16時40分。けやきプラザ8階録音室。要予約。固今泉☎090-4715-2905

### 会員・仲間募集 やってみよう

▼リードソシアルダンス 毎週(月)13時30分～。久寺家近セ。多少踊れる方歓迎。見学可。講師2人男女。月3000円。佐野☎090-1212-3015

▼社交ダンスサークルラベンダー 毎週(水)15時～17時。けやきプラザ7階。多少踊れる男女。リズムを大事に分かりやすく、繰り返しレッスン。見学大歓迎。入1000円。月3500円。固金子☎080-5696-1163

▼いきいき麻雀講習会(初級コース) 毎週(土)13時30分～16時。東京事務所向かい2階(湖北駅南口徒歩1分)。教材と実践で講習を行います。1回500円(計12回)。固ほし☎7184-3155

▼カラオケ教室 毎月第2・4(木)13時30分～。我孫子南近セ。元NHKラジオプロデューサー、現在茨城放送プロデューサー、作曲家が親切に指導。2000円。固鈴木☎7189-7826



メール配信サービス

市からのお知らせをメールで配信しています(事前登録が必要)。  
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。  
携帯電話からは、右の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。



8月のギャラリー & 県民講座

あびこ市民プラザ

◆夫婦で写真を楽しむ会

日時 3日(火)9時~18時(最終日17時まで)

問 田谷☎7183-2785

◆日本の風景 水彩画展

日時 5日(金)~9日(火)10時~17時(初日13時~、最終日16時まで)

問 岡野☎7187-2221

◆「彩り」展 フォト・サークル「和」第34回写真展

日時 12日(金)~16日(火)10時~17時(初日13時~)

問 海老原☎090-5788-2181

◆「花音」和紙絵画展

日時 19日(金)~24日(火)10時~17時(初日13時~、最終日15時まで)

問 木村☎7182-4750

図書館 2日(火)~31日(水)

湖北台分館

◆樹脂粘土とリボンフラワー 土居美紀子

布佐分館

◆障害者福祉センター 絵画展 障害者福祉センター

アビスタストリート

開館時間:9時~21時 休館日:29日(月)

◆岡発戸・都部の谷津展

日時 7日(日)(最終日16時まで)

問 手賀沼課☎7185-1484

◆「原爆に関する写真」と「平和祈念の折り鶴」展

日時 8日(月)~22日(月)(初日11時~、最終日15時まで)

問 社会福祉課・内線645

◆第41回我孫子市高齢者文化祭 作品展覧会

日時 27日(土)~9月4日(日)

問 高齢者支援課☎7185-1112

けやきプラザ

第1ギャラリー

◆平成28年度 中央学院大学写真部夏期写真展

日時 9日(火)~14日(日)9時~17時(初日13時~、最終日15時まで)

問 今成☎090-2742-2953

◆認知症啓発イベント10周年記念

日時 16日(火)~21日(日)9時~17時(初日13時~、最終日16時まで)

問 介護実習センター☎7165-2886

◆第7回写真「手賀沼の仲間達」

日時 30日(火)~9月4日(日)9時~17時(初日10時~、最終日16時まで)

問 諸遊☎090-4940-8373

第2ギャラリー

◆水彩画を楽しむ会(ST会)作品展

日時 2日(火)~7日(日)9時~17時(初日13時~、最終日16時まで)

問 小島☎7183-1449

◆織りで楽しむコリエ

日時 9日(火)~14日(日)10時~16時(初日13時~、最終日15時まで)

問 ミエ☎7188-0880

◆武昭二卒寿祝書画展

日時 16日(火)~21日(日)10時~18時(最終日16時まで)

問 武☎7182-5286

◆蘆田松蔵絵画展

日時 23日(火)~28日(日)10時~17時(初日13時~、最終日16時まで)

問 蘆田☎7133-3376

アビシルベ

開館時間:日~木曜日 9時~18時、金・土曜日 9時~19時

◆懐かしの映画ポスター展 第14弾

「リオデジャネイロオリンピック開催記念 スポーツ映画ポスター展」

日程 8月5日(金)(最終日17時まで)

◆夏休み子ども自然教室~谷津の虫をみてみよう!~

日程 8日(月)~14日(日)

◆アビストリーム「アビストdeNight☆」公開生放送

日時 19日(金)18時~

◆ライブ・オン・アビシルベ 日時 21日(日)11時~16時

◆あびこカップまつりPR展示 日程 22日(月)~26日(金)

けやきプラザ県民講座・講習

◆地域で支える

日時 2日(火)10時~12時 場所 7階研修室

講師 黒岩亮子さん(日本女子大学社会福祉学専攻)

定員 50人(要申込)

◆ヨガでいつまでも健康に(初めての方対象)

日時 4日・18日・25日(いずれも休)9時30分~11時30分

場所 7階介護実習室

講師 児玉貴子さん(ヨガインストラクター)

定員 20人(要申込)

◆自分史のすすめ

日時 23日(火)10時~12時 場所 7階研修室

講師 渥美節子さん(自分史活用コーディネーター)

定員 50人(要申込)

けやきプラザ県民講座・講習 問・電 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 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。※けやきプラザ機械式駐車場は、定期点検のため8日(月)9時~17時まで利用できません。

8月6日(土) 手賀沼花火大会2016

日時 8月6日(土)午後7時~8時30分(打ち上げ7時10分~)

※荒天時は7日(日)に順延 交通規制 下図参照

我孫子駅をご利用の方へ

◎駅構内での待ち合わせは混雑するため、けやきプラザ前広場をご利用ください。◎帰りの時間帯、混雑時は安全確保のため我孫子駅への入場規制を行います。北柏駅(手賀沼公園から約3km)もご利用ください。

見どころ情報 手賀沼公園はかなりの混雑が予想されます。手賀沼ふれあいライン北柏方面には比較的混雑も少なく観覧できます。帰宅も北柏駅をおすすめします。

注意事項 ◎手賀沼公園内広場の観覧の場所取りは、前日の午後5時からです。規制前の道路・歩道などの場所取りは禁止です。見つけた場合は撤去します。◎手賀大橋上の観覧は禁止です。◎開催の有無は当日午前8時からテレホンサービス☎0180-991-155◎会場周辺での小型無人機(ドローン)の飛行・操縦は禁止です。

臨時閉館など

◎けやきプラザ…午後5時閉館(駐車場、自動発行機含む) ◎アビスタ…正午閉館(駐車場含む) ◎あびこ農産物直売所あびこ…午後3時閉店 ※6時ごろから観覧スペース(駐車不可・トイレあり)として一般無料開放。 ※模擬店あり ◎手賀沼公園駐車場…8月5日(金)正午~7日(日)午前8時30分まで閉場 ◎あびバス船戸・台田ルート…最終便が運休

◎阪東バス…車両通行止め区域を通るルートは運休・変更あり ◎ミニSL…8月5日(金)午後~6日(土)終日運休 ◎レンタサイクル市内3ステーション…8月6日(土)閉鎖 ※花火大会が順延の場合、施設などの臨時閉館・休館の予定も1日延びます

問 手賀沼花火大会実行委員会(商工会内) ☎7182-3131

※当日午後4時~10時は商業観光課☎7185-1475 ※あびバス、阪東バス(阪東自動車株) ☎7185-2771

〈交通規制図〉



ミュージアム・インフォメーション 問 鳥の博物館☎7185-2212

楽 テーマトーク ミソサザイってどんな鳥?こんな鳥

日時 8月13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 ミソサザイはとても小さな鳥ですが、意外とその生態は知られていません。分類や繁殖生態、最近の分布の変化などについて紹介し、ミソサザイの生態や魅力についてお話しします。

講師 齋藤武馬さん((公財)山階鳥類研究所自然誌研究室研究員)

定員 当日先着50人(申込不要) 費用 無料(ただし入館料がかかります)

入館料 一般300円、高校・大学生200円、中学生以下・70歳以上無料



▲さえずるミソサザイ

ふらり

あびこ 散策 57

五本松公園

みなさん、こんにちは。今回は谷津ミュージアムから南へ向かい五本松公園を目指します。五本松公園のまわりには五本松運動広場やふれあいキャンプ場が隣接し、アウトドアが好きな家族や仲間と賑わっています。緑豊かな園内にはバーベキューができる広場や、あずまやなどがあり、南斜面の上からは手賀沼が広がる景色を見ることができます。バーベキューやキャンプなどで、ご利用された方もいらっしやると思います。

この五本松公園一帯は「岡発戸新田貝塚」という遺跡の範囲になっており、弥生時代の手賀沼での生活が想像できます。貝塚とは、むかし暮らしていた人びとが食事の後、貝などをはじめとした生活のゴミを捨てた場所です。五本松運動広場の西側を発掘調査すると、実のところ貝は発見されませんでした。弥生土器の破片が出土しました。我孫子市内で弥生時代の土器が見つかることは珍しい例で、弥生時代の集落となると市内ではまだ確認できていません。もし、この周辺を発掘したら、かつてここに住んでいた弥生人たちの家の跡が見つかるかもしれません。

古代の人は、手賀沼が眼下に広がる景色のよい場所に集まって、楽しい食事の時間を過ごしたのでしょうか?そして、現代の私たちもバーベキューやピクニックをしながらその景色を楽しむことができるのが、この五本松公園なのです。



▲発掘された弥生土器