

健康寿命を延伸 脳ドックを受けましょう

認知症や脳血管疾患は、他の疾患より介護度が高い傾向にあります。脳ドックを受け、脳の状態を把握しましょう。

期間 令和6年3月30日(出)まで

契約医療機関 ほしの脳神経クリニック☎7182-7171、我孫子東邦病院健診センター☎070-5469-6563、名戸ヶ谷あびこ病院☎7157-2233、平和台病院予防医療センター☎7189-1119※直接予約し、受診日に誓約書兼同意書に記入

内容 MRI・MRAの同時検査

対象 受診日に市に住民登録があり、令和6年3月31日時点で年齢が40歳以上で5の倍数の方(右表参照) ※年齢上限なし ※自覚症状がある方、脳血管疾患で治療中・経過観察中の方は対象外 ※ペースメーカー・人工関節・手術用クリップなど体内に金属が入っている方は、受けられない場合があります。主治医・医療機関にご相談ください。

対象生年月日
昭和58年4月1日～59年3月31日(40歳)
昭和53年4月1日～54年3月31日(45歳)
昭和48年4月1日～49年3月31日(50歳)
昭和43年4月1日～44年3月31日(55歳)
昭和38年4月1日～39年3月31日(60歳)
昭和33年4月1日～34年3月31日(65歳)
昭和28年4月1日～29年3月31日(70歳)
昭和23年4月1日～24年3月31日(75歳)
昭和18年4月1日～19年3月31日(80歳)
昭和13年4月1日～14年3月31日(85歳)

自己負担額 市の助成額(上限1万円)を差し引いた額※医療機関により異なります。

持ち物 本人確認書類(運転免許証・健康保険証など)、検査費用

☎健康づくり支援課☎7185-1126

4月2日は「世界自閉症啓発デー」 4月2日～8日は「発達障害啓発週間」

自閉症をはじめとする発達障害について知る・理解することは、発達障害があるだけでなく、誰もが幸せに暮らせる社会の実現につながります。

◎自閉症を知っていますか？

自閉症の方は自分の殻に閉じこもっているわけではありません。気持ちをうまく伝えることや相手の言葉の意図を理解することが苦手なため誤解されやすいですが、とても真つすぐな感性を持っています。自閉症の方の行動や態度の意味を理解し、愛情をもって支援していただくようお願いします。

☎障害者支援課・内線389

ひきこもり家族相談会

日時 4月9日(日)、5月7日(日)午後1時～4時

場所 アビスタ

対象 ひきこもりの方の家族・障害がある方の家族で、親の死後の不安を抱える方

定員 各日先着6組

費用 無料

☎・☎ 開催日前日までに東葛市民後見人の会・藪下☎7184-6918

4月 各種健診と健康教室

◎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

項目	日にち	対象など
しあわせママパパ学級☎	1・8・15日(出)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
育児相談(乳幼児の育児)	19・26日(出)	にこにこ広場
4カ月児相談	11・18日(出)	令和4年11月生まれ
1歳6カ月児健康診査	13日(木)	令和3年9月1日～9月18日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	20日(木)	令和2年8月生まれ
3歳児健康診査	13日(木)	令和元年9月1日～9月17日生まれ
5歳児歯科健診	20日(木)	平成30年4月2日～5月4日生まれ
離乳食教室(4～6カ月児向け)☎	28日(金)	乳児の保護者、先着30人
後期離乳食教室(8～9カ月児向け)☎	12日(水)	令和4年7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

問い合わせ先をご確認ください。

◎心の健康に関する教室

場所 保健センター3階
☎障害者支援課・内線421

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

◎遊ぶうんどう教室

時間 午前10時～11時 ※雨天中止
☎高齢者支援課☎7185-1112

日にち	場所
12日(水)	布佐南公園
18日(火)	湖北台中央公園
21日(金)	天王台西公園

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。

☎…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

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「Seeds place」☎4月3日(月)・19日(水)10時～12時(1組50分) 内何かを始めたい方の相談の場 対20歳～50歳代 定各日先着2組 申開催日前日まで
 - ②助成金活用講座 ☎4月8日(出)13時30分～16時45分 内民間の助成金活用、市の公募補助金説明会 師原田正隆さん 定先着10人
 - ③スマホの困り事何でも相談会 ☎4月13日(木)・27日(木)9時～16時(1人60分) 師グループハマダ・ヤマダ 対60歳以上の方 定各日先着6人
 - ④移動子育て交流スペース「cafeネスト」☎4月25日(水)10時～11時30分 内講演「日本古来の子育て」、子育ての情報交換、自分や子どものことを安心して話せる場 師小竹かつらさん 対未就園児と保護者※保護者単独可 定先着5組 申4月22日(出)まで
- 〈共通〉所①②③市民活動ステーション④近隣センターふさの風 費①②③無料④300円 申・☎市民活動ステーション☎7165-4370

スイーツ婚活

☎4月23日(日)①10時～12時②14時～16時 対男性…①50歳代②30歳代、女性…制限なし 定①②男女各12人(抽選) 費3,000円(会員2,500円) 所・申・☎4月10日(月)までに我孫子市結婚相談所あびここいこハート☎7184-8100

パソコン・スマホのマンツーマン相談

☎4～9月の第2金曜日①9時20分～②10時40分～(1人60分) 所けやきプラザ 内初心者相談 定各回先着3人 費1,200円 持相談したい機器 申・☎パソコン楽しみ隊・小西☎7149-5243 ☎https://pasotai.org/guidance/

第26回懐しの映画ポスター展

☎4月15日(土)～24日(月)9時～18時(最終日16時まで) 所アビシルベ 内吉永小百合特集(提供…青柳隆久さん) 費無料 内懐しの映画ポスター友の会・吉澤☎090-3343-2014

第20回大正浪漫ウオークin手賀沼

☎4月29日(祝)8時30分～15時30分※荒天中止 所手賀沼公園集合 内6km・10km・18km・32kmコース※小学生以下は保護者、障害のある方は介助人同伴 費800円(我孫子・柏市民は700円。事前申し込みは500円)※中学生以下無料 申・☎4月15日(出)までに北総歩こう会・平野☎7133-1589

我孫子市茶道連盟 月釜

☎4月16日(日)10時～14時30分 所アビスタ 席主中野宗信さん 費1,000円 内中野☎080-1066-1368

我孫子市バドミントン連盟 第50回春季ダブルス大会

☎4月29日(祝)9時～ 所市民体育館 内男女別ダブルス(1・2部…オープン、3・4部…市内在住・在学・在勤または連盟会員初心者) 費1,500円(連盟会員1,000円) 申4月20日(木)まで 内佐々木☎7183-2306※申込方法など詳しくは連盟ホームページ参照

生涯現役ときわ会創立30周年記念 音楽フェスタ

☎4月23日(日)14時～16時 所スターツおおたかの森ホール 内ゴスペル、ビッグバンド、混声コーラスなど 内Swing Beat Team♪HIROSHI、榎原道子さん・暁さん、松戸スウィングセピアほか 対6歳以上の方 定先着500人 費1,000円 申・☎4月22日(出)までに中川☎090-7813-6178

「鏡の中のぼく」上映会&作者講演会

☎4月29日(祝)14時～15時 所千葉市生涯学習センター 内馬場啓介さん 定200人 費1,000円(原作絵本付き2,000円)※18歳以下無料(絵本無し) 申☎https://bit.ly/3Z341pq 内金子☎090-8268-0693

講演・講座・教室

甲種防火管理新規講習

☎①5月30日(火)・31日(水)②6月1日(木)・2日(金) 所市民プラザ 定各先着100人 費8,000円 申①4月3日(月)～10日(月)②4月4日(火)～11日(火)※日本防火・防災協会ホームページ参照 内消防本部予防課☎7181-7702

高齢者のためのなないろいきいき教室

☎①4月11日(火)、5月9日(火)②4月18日(火)、5月16日(火)③4月26日(水)、5月24日(水)10時～12時(全2回) 内スマホ教室(基礎、応用) 対市内在住で65歳以上の方 定各先着4人 費無料 所・申・☎我孫子北地区高齢者なんでも相談室☎7179-7360

危険物取扱者試験・受験者講習会

☎6月11日(日) 所千葉経済大学 費甲種6,600円、乙種4,600円、丙種3,700円 申4月14日(金)までに消防試験研究センターホームページ※書面申込は4月3日(月)～17日(月)(願書は各消防署・分署で配布) 内消防試験研究センター千葉支部☎043-268-0381

◎受験者講習会(希望者) ☎5月16日(火) 所船橋市中央公民館 定先着130人 費3,700円(必要な方は別途テキスト代) 申・☎4月17日(月)～21日(金)に費用持参の上、消防本部予防課☎7181-7702

湖北地区公民館(コホミン)講座

◎第22回あびこ陶友会・コホミン合同陶展 ☎4月15日(出)・16日(日)10時～17時(最終日15時まで) 費無料