

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と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。

# 広報 あびこ

# 8.1

毎月1日・16日発行

我孫子市役所総務部広報室

☎ 04-7185-1111 代表

〒 270-1192 我孫子市我孫子 1858 番地

市ホームページアドレス

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

## 安全・安心・新鮮な農産物を届けたい

# あびこエコ農産物



▲上図は、金色のシール。この他、オレンジ色のシールと、緑色のシールがあります

金シール	栽培期間中、化学合成農薬と化学肥料不使用で栽培した農産物
オレンジシール	栽培期間中、化学合成農薬使用回数と化学肥料窒素成分量の双方を県内慣行レベルの50%以下で栽培した農産物
緑シール	化学合成農薬使用回数と化学肥料窒素成分量の双方とも県内慣行レベル以下で栽培した農産物で、この協議会の趣旨に賛同して栽培した農産物

市内の農地は、約1357ヘクタールで、市面積の31.4%をしめています。農地は、農作物の生産の場であると同時に、自然環境を保全する大切な機能をもっています。この市民にとってかけがえのない農業として農地を、市民と農家が力をあわせて守り、発展させようという取り組みが始まっています。今号では、農産物の「地産地消」(ちさん・ちしょう)の取り組みについてお知らせします。

### あびこ「エコ」農産物

また、県農林振興センターやJA東葛ふたばとも連携して、減農薬・減化学肥料などの栽培サポートも行っていきます。さらに、市では、JAS法に基づく有機栽培農家(金シールに該当)や、特別栽培等農家(オレンジシールに該当)への補助事業など、独自の支援も開始します。

### 定期即売会の開催

「あびこエコ農産物」は、毎月第2・第4日曜日の朝9時から12時30分頃まで、「アピスタ」前で定期即売会を行っています(雨天時も実施)。

### 農業サポーター育成

農家の高齢化や担い手不足、農地の遊休化などの問題は、農家だけでは解決できません。すでに農業支援のボランティア団体も生まれていますが、市では今年度「援農ボランティア(第一期)養成講座」を開き、農業サポーターを育成します。

### 剪定した枝木を堆肥に

市では、公園や街路樹から発生する剪定枝木のチップを使った堆肥化事業を進めています。昨年は、農業青年会議と協力し、堆肥化の研究を続けていきます。

### 学校給食に地元農産物

農業青年会議の協力を得て、平成14年12月から、湖北中学校、湖北小学校、新木小学校の3校をモデル校として、ナスやトマト、玉ネギ、ジャガイモなどの地元農産物を学校給食に取り入れています。

### 農産物直売所の設置

市では、「あびこエコ農産物」の育成、定期即売会などを進めながら、今年度には公設民営の農産物直売所の基本計画を作ります。



アピスタ前での定期即売会

農政課・内線513



## 生活安全パトロール車を導入

市は7月に、青色灯とスピーカーを装備した生活安全パトロール車を導入しました。このパトロール車は、市や防犯協議会の防犯活動をはじめ、交通安全対策や不法投棄の防止の活動に使用します。

さらに、自治会などによる地域での自主的な防犯・安全活動にも貸し出します。

市民活動支援課・内線217



## 夏の夜空を彩る約1万6000発 手賀沼花火大会

8月7日(土)午後7時から8時30分 ※雨天時は8日(日)、21日(土)に順次延期



手賀沼浄化の願いを込めて、我孫子市、柏市、沼南町の2市1町合同で、手賀沼花火大会を開催します。

夏の夜空を彩る約1万6000発の花火をご家族おそろいでお楽しみください。日時 8月7日(土)午後7時から8時30分(雨天・荒天の場合は、8月8日(日)、21日(土)に順次延期)

会場周辺で午後6時から9時、八坂神社から会場までは6時から9時30分まで交通規制が行われます(上図参照)。

アピスタは午後3時から全館閉鎖します

花火大会当日、アピスタは午後3時から臨時休館し、駐車場も含め利用できません。(トイレのみ午後6時から利用可)

※花火大会が延期の場合は、開催日が臨時休館となります

アピスタ ☎ 7182・0511

## 「あびこ楽校」の学習事業にマーク

今回の広報から、「あびこ楽校」の学習事業には、事業名の前に「楽」マークが付きます。

(例) 楽健康づくりうんどう教室



# 地区計画の住民申出制度ができました

## まちづくりの主役はあなたです

「地区計画」制度は、まちづくりのルールを地区レベルの小さな単位で定めることが可能な制度で、皆さんに最も身近なまちづくりの方法の一つです。ここでは、地区計画制度の概要と地区計画の案の申出方法などについてお知らせします。

### 地区計画制度

「地区計画」は、町丁目や街区単位といった小さなまとまりで都市計画を定め、その地区だけのまちづくりを可能にする制度です。

市の都市計画には、建築物の種類を制限する用途地域という制度や、建築物の大きさを制限する建ぺい率・容積率の制度など、さまざまなルールがありますが、どれも市全体を眺めたもので、そのルール作りは全国共通です。

しかし、皆さんが住み、働き、憩う「まち」は、本来もつと身近な地区単位でのまとまりであり、それぞれの地区によって、成り立ちも、めざす将来のまちの姿も一つ一つ異なっています。

地区計画制度を活用することで、地区の皆さんがめざす将来像や特性に応じたまちづくりが可能になります。

**地区計画の効果**  
皆さんがお住まいの地域を見回して、気になることはありませんか。「このごろ、家の周りの土地が新たに開発されて、小さな敷地や住宅が増えた感じがする」「以前には無かったアパートや高層の住宅が建つようになってきた」といったようなこととです。

地区計画では、例えば次のようなルールを定めることができ、その地区の特性に応じたまちなみを誘導することができ、建てられる建物用途の制限、建物のボリュームの制限（敷地内の空間の確保と、ゆとりの創出）

③ 建築物の敷地面積の最低限度を規定（小さな敷地の発生と居住環境の悪化を防止）

④ 建築物の高さの最高限度を規定（統一感のあるまちなみを形成）

⑤ 建築物の色や仕上げ、形などを規定（調和したまちなみを形成）

現在5つの地区が制度を利用している。市内では、地区計画制度を利用したまちづくりが現在5つの地区で進められています。つくし野北、つくし野西、つくし野5丁目、新木駅南側、高野山宮



地区計画で美しいまちなみを

## 手賀沼写真コンクール 入選作品決まる

8月6日から19日まで アピスタに展示

クリーン手賀沼推進協議会が主催する「手賀沼写真コンクール」の審査会が、7月6日に行われ、応募総数330点の中から、山下要さん（古戸）の作品「かわたれ時」（写真）が最優秀賞に選ばれました。



そのほかの賞の入選者は次のとおりです。（敬称略）  
\*優秀賞 大光明（柏市）、河野吉久（守谷市）、富田順二（船橋市）  
\*入賞 遠藤哲夫（高野山）、大野陽子（天王台）、東郷美砂

入選作品をアピスタ1階ストリートに展示します。手賀沼の美しい自然や、手賀沼と人とのふれあいをとらえた、素晴らしい作品をお楽しみください。  
日時 8月6日（金）から19日（木）午前9時から午後9時（19日は4時30分まで）  
手賀沼課・内線467

## 地区計画の市民講座を開催

### まちづくりをしてみませんか

地区計画制度をもっと知っていただくために、地区計画の市民講座を開催します。

「まちづくりをしてみませんか」と題し、モデル地区をもとに、実際に地区計画を作ります。

日時・内容 下表参照  
場所 アピスタ（参加無料）  
対象 市内に在住・在勤・在学で全日程出席できる方  
定員 先着18人（5・6人程度のグループでの参加も可）  
申し込み・電話で8月2日午前8時30分から都市計画課・内574へ

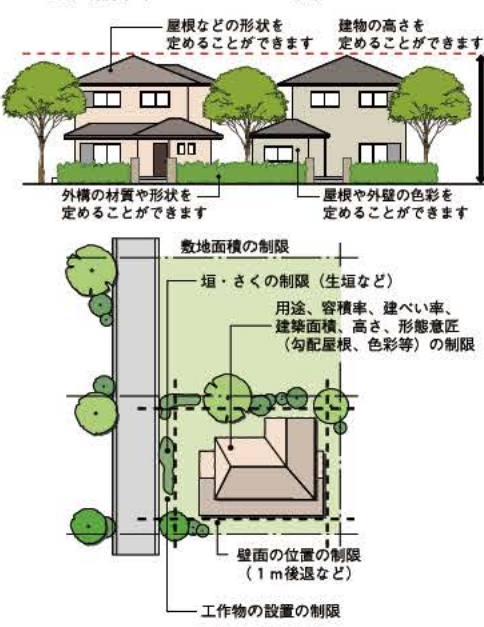
日程	内容
① 9月18日（土）	まちづくりとは？（都市計画の概要）
② 10月2日（土）	身近なまちづくり（地区計画の概要）
③ 10月16日（土）	まちなみ探検Ⅰ（地区計画の視察）
④ 10月30日（土）	まちなみ探検Ⅱ（モデル地区検証）
⑤ 11月13日（土）	どんなまちにしたい？（地区計画を考案）
⑥ 11月27日（土）	こんなまちができた！（地区計画の完成）

\*時間は①②⑤⑥は9:15～11:15、③は8:30～12:15、④は9:15～11:45。

市は、皆さんが申出をしやすいように、申出を行おうとする方に、案の内容を検討するにあたっての助言や、合意形成に向けての支援などを行います。

都市計画課・内線574

### ▼地区計画のルールの例



### 案の作成・申出が可能に

これまでの地区計画は、皆さんからの相談や要望を受けて市が案を作成したり、市が提案を行ったりして、地区の皆さんの同意を得て決めました。しかし、市民自らが地区計画の案を作成することや、それを市に申出することができませんでした。

そこで、市は「我孫子市地区計画等の手続に関する条例」を改正し、皆さんが、その地区ならではのまちづくりに主体的に取り組むことができるよう、地区計画の案の作成・申出できるようにしました。

申出できる区域は、おおむね5000㎡以上のまとまった区域で、申出できる方は、自治会その地区の住民や権利者などで作られた団体、開発を行う方の三者です。地区計画を新たに定めたいというだけでなく、既に地区計画が定められている地区の方が、計画を変更したいという申出もできます。

## 手賀沼公園のポプラを伐採

倒れる危険があるため、やむなく

手賀沼公園のポプラは昭和40年に植えられ、昭和62年に19本あったものが台風などで倒れ、現在は7本になっています。

平成15年2月「ポプラ健全度調査」を行い、10月には市民の皆さんを対象に現地現況報告会を開催しました。

この結果「倒れる危険があるため、公園内の樹木としての安全性を考えると、伐採せざるを得ない」という結論になり、8月23日から28日の間に伐採

する予定です。手賀沼公園のシンボルであるポプラですが、今回の措置にご理解をお願いします。

なお、伐採後は水辺・風・病害虫に強く、公園のシンボル性も考慮して、メタセコイアを植える予定です。

公園緑地課・内線544  
※伐採したポプラをお譲りします（運搬費用などは譲られた方の自己負担）。希望者は事前に公園緑地課にご連絡ください。

## まちづくり交付金を活用して高野山まちづくりを

高野山地区は、昭和45年に区画整理を前提に市街化区域に編入しましたが、区画整理が実現されず、都市基盤が未整備な地区となっています。そのため、市では、道路、公園などを計画的に整備し、地区計画を活用した良好なまちづくりを進めることにしています。

この、市が進めている高野山まちづくりが、平成16年度に国が創設した「まちづくり交付金」の交付事業として採択されました。交付期間は16年度から20年度までの5年間です。

この交付金は、地域の特性を活かした個性あふれるまちづくりを実施し、地域住民の生活の質の向上を図ることを目的とし、市が作成した

都市再生整備計画に基づいて実施する事業に交付されます。計画にまちづくりの目標とその達成状況を評価する指標を設定し、計画期間終了後に評価し、公表することが大きな特徴です。

高野山まちづくりでは、「住む人に安心とゆとりをもたらす快適な住環境の創出」を目標とし、事業の効果に対する住民評価など4つの指標を設定しました。市は目標の達成に向けて、事業を計画的に推進し、その進捗状況と計画期間終了後の事後評価を広報あびこでお知らせします。\*我孫子市都市再生整備計画（高野山東地区）は市のホームページでご覧いただけます。

都市計画課・内線577



# 交通災害共済に加入しましょう

市では、交通事故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。この制度は、皆さんに任意で加入していただき、被害者を救済するための相互扶助制度です。

**対象** 9月1日現在、市内に住民登録または外国人登録している

る方とその扶養者  
 年会費 1人700円  
 共済期間 9月1日から1年間  
**対象となる事故** 自動車・オートバイ・自転車運転中の事故、歩行中の事故(人身事故のみ)  
 共済見舞金 \*死亡:150万円 \*傷害:2万円から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  
**申し込み** 年会費を持参し、8月10日から31日までに交通整備課(土・日曜日を除く)  
**◎支所での出張受け付け**  
 つくし野支所:17日(火) 湖北支所:18日(水) 湖北支所:19日(木) 布佐支所:20日(金)  
**時間** 午前9時から11時30分、午後1時から4時  
**交通整備課**・内線330

## 芸術文化ふれあい事業 ダンスの森「ストリートダンス」



ストリートダンスを体験して楽しい時間を過ごしませんか。市民ミュージカルの振付を担当した大西裕貴さんの指導で、気持ちよく踊りましょう。

講師たちによる、ストリートダンスのショートタイムもあります。保護者の見学も歓迎します。  
**日時** 8月22日(日)午前10時30分から正午・小学生、午後2時から3時30分・中学生・高校生  
**場所** 市民プラザ

**対象・定員** ヒップホップ・フリースタイルダンス初心者小学生40人、中学生・高校生40人(応募者多数の場合は抽選)  
**参加費** 無料  
**申し込み** ハガキ、ファクス、Eメールのいずれかで、「ストリートダンス」、住所、氏名、学校名、学年、電話番号、Eメールアドレス(ある方のみ)を明記し、8月13日必着で〒270-1166我孫子1684教育委員会文化課☎7182・5867 Eメール bunka@city.abiko.chiba.jp  
**主催** 我孫子市文化体験プログラム実行委員会  
**教育委員会文化課**☎7185・1601

## 谷津ミュージアムで遊ぼう！探そう！見つけよう！



**日時** 8月22日(日)・23日(月)午前9時30分から11時  
**集合場所** 中央学院高校校人口計前  
**活動場所** 岡発戸・都部谷津ミュージアム  
**内容** 谷津のお話と自然観察、ザリガニつり、ネーチャージャーム、谷津の声を聞こう

**対象・定員** 原則として2日間参加できる小・中学生(親子での参加も可)、20人(応募者多数の場合は抽選)  
**参加費** 無料  
**持参** タオル、水筒、帽子、筆記用具、色鉛筆、バインダー(持っている方)  
**申し込み** 往復ハガキに「谷津ミュージアム」、住所、氏名、学年(年齢)、電話番号を明記し、8月9日必着で〒270-1114若松26の4我孫子地区公民館へ  
**主催** 我孫子市教育委員会  
**我孫子地区公民館**☎7182・0511

## 詩吟の広場

### おなかの底からうそを出そう

漢詩や和歌に節をつけてうたう「詩吟」。江戸時代後期に起こり、明治時代には剣舞や琵琶歌と結びつき発達しました。詩吟の歴史や心に触れ、うたってみませんか。  
**日時** \*基礎編:9月18日・25日

**日**、10月2日 \*実践編:10月9日・16日・23日(いずれも土曜日、午後1時から2時30分)  
**場所** 湖北地区公民館  
**指導** 日本吟道学院我孫子吟詠会  
**対象・定員** 原則として全日程参加できる小学校4年生から高校生(親子などでの参加も可)、30人(応募者多数の場合は抽選)  
**参加費** 無料  
**申し込み** ハガキ、ファクス、Eメールのいずれかで、「詩吟の広場」、住所、氏名、学校名、学年、電話番号、Eメールアドレス(ある方のみ)を明記し、8月16日必着で〒270-1116我孫子1684教育委員会文化課☎7182・5867 Eメール bunka@city.abiko.chiba.jp  
**教育委員会文化課**☎7185・1601

## 高齢者文化祭 出演者を募集

**日時** 場所・内容 下表参照  
**対象** 市内在住で60歳以上の方、老人クラブ会員  
**申し込み** ハガキに住所、氏名、電話番号、性別、年齢、参加部門、種別、題目、囲碁・将棋大会参加者は段・級位を明記し、8月16日必着で〒270-1119市役所介護支援課(住所省略可)へ  
 ※老人クラブ会員は、各会長に申し込み。  
**介護支援課**・内線413

### ▼高齢者文化祭

部門	日時	場所・内容
作品展覧会	9月8日(水)9:00~21:00 9日(木)9:00~16:00	アビスタ…絵画(10号以内)、書道、写真、手工芸(ちぎり絵等10号以内)、短歌・俳句(表装したもの)など
囲碁・将棋大会	9月11日(土)9:30~	老人福祉センター「つつじ荘」
演芸大会	9月18日(土)9:30~	市民会館…舞踊、合唱、民謡、その他の演芸(合唱は3人以上で出演可。カラオケ出演不可) 発表時間は1組4分以内

## また我孫子で映画の撮影をしたい 市内出身・在住の川本さん主演映画「CHARON」が完成



映画で、その内容は、多重生活を送る女性「カロン」の心の闇を、2人の男が旅をしながら突き止めていくというヒューマン・ラブストーリー。  
 5月にはカンヌ国際映画祭に出品され、今後も国内外の映画祭に出品される予定です。  
 「地元で映画を撮ること、世界に発信できる映画を作ること、二つの夢が同時にかないました。ぜひ、また我孫子で映画の撮影をしたい」と川本さん。この映画を機に立ち上がった「あびこ映画倶楽部」の一員として、映画撮影の誘致などにも力を注いでいます。

我孫子、柏、流山、沼南を中心に撮影された映画「CHARON」(カロン)「高橋玄監督」が完成しました。主演俳優で、プロデューサーの一人、川本淳市さん(写真左)が我孫子出身・在住だったことから、この地域での撮影が行われました。この映画はプロが作った自主

あびこあれこれ

### ごみの行方確かめてみませんか

## 一日体験乗車

**日時・場所** 8月23日(月)・24日(火)のいずれか1日、午前8時30分から午後3時(雨天の場合は翌週に延期)、クリーンセンター  
**内容** ごみの収集、施設見学、座談会(ごみと資源について)  
 ※昼食は主催者が用意。  
**対象** 13歳以上の方(18歳未満の方は保護者の承諾が必要)  
**定員** 各日10人(応募者多数の場合は抽選)  
**参加費** 無料  
**申し込み**・☎ 電話で8月10日までにクリーンセンター☎7187-0015へ

## 雨水抑制施設の設置費用を補助

市では、雨水の貯留や地下への浸透など、雨水の流出を抑制する効果のある施設を設置する方に補助金を交付します。  
**対象** 市内に所有する300㎡未満の敷地に建てられた家屋、店舗などに①浸透ます②浸透トレンチ(設置する長さが1m以上)③雨水貯留槽(貯留量150ℓ以上)のいずれかを年度内に設置する方(①、②は地形や地質により補助金の交付対象外となる区域があります)  
**補助額** 設置に要した額(1000円未満切り捨て)で、1施設につき3万円、2施設以上の場合は5万円を限度  
 ※申請方法や対象外となる区域など、詳しくは治水課・内線557へお問い合わせください。

## スポーツ活動で関東大会や全国大会への出場者に助成金

市では、スポーツ活動で関東大会や全国大会に出場する選手を支援することを目的に、助成金を交付します。  
**対象** 市内在住・在勤・在学の個人または市内に所在する事業所・学校等に属するクラブその他の団体で、我孫子市、千葉県または日本の代表として、全国大会等に出場する方  
**助成額** 関東大会…1人1万円(原則として1年度につき1競技1大会)  
 申請方法 大会終了後次の書類を体育課に持参①予選と全国大会等の要項と大会結果が分かるもの②全国大会等の出場推薦書とエントリー表または出場申込書③決算書④印鑑⑤振込先の分かるもの(申請者と違う場合は健康保険証が住民票)  
**☎ 教育委員会体育課** 7187-7555



# 情報ひろば



タイトルの背景が色付きのものは、市や官公庁の主催・共催です。黒は、市民団体の記事です。各項目は、欄外のように省略しています。

## でかけて

### みませんか

ミューストコンサート  
8月21日(土)14時開演  
湖北地区公民館

内 女声合唱団ミューズ、アンサンブル・レオーネ  
内 はたおむし、サンタ・ルチア、風の子守歌ほか  
費 300円(全席自由)

岩崎佳子トリオ Bossa Nova & Jazz Night  
8月14日(土)18時開演  
所 平和台病院5階レストラン

久寺地区まちづくり協議会  
みんなの夏まつり  
8月8日(日)14時~20時  
久寺近隣センター(雨天実施)

## 天王台ふれあい夏祭り

8月21日(土)14時30分~20時  
30分(雨天の場合は翌日に延期)

所 天王台駅北口(旭土地不動産ビル前)

※実行委員会では、①御輿の担ぎ手(100人)、②盆踊りの踊り手(500人)、③運営協力者(50人)、④夜店・フリーマーケットの出店者を募集します。申し込みは電話で①②③は塚本7182・2286、④は間中7185・1010へ。

湖北地区まちづくり協議会  
湖北台夏まつり  
8月22日(日)10時~14時  
湖北台近隣センター(雨天実施)

新木地区まちづくり協議会  
ふれあいサマーフェスタinあさき  
8月8日(日)14時20分~18時、新木近隣センター  
18時~20時40分、新木小学校校庭(雨天時は近隣センター館内)

布佐南地区まちづくり協議会  
サマーフレンドフェスティバル  
8月22日(日)15時~19時  
所 布佐南近隣センター

内 15時~19時:各種遊びと体験、模擬店 17時~19時:盆踊り、演芸ほか  
布佐南近隣センター7189・3740

青空共同保育の会「どんぐり」  
写真展「22年の記録」  
8月17日(火)~23日(月)10時~20時(23日は16時まで)

柏そごう8階連絡通路催事場  
田村7134・7362

## 参加して

### みませんか

### おやこ野外教室・デイキャンプ

8月22日(日)10時~20時  
所 ボーイスカウト我孫子第1団新野営場(五本松公園近く)

我孫子市史研究センター  
歴史講演会  
8月15日(日)14時~16時  
所 市民会館  
内 「常盤を旅した女たち」講師:柴桂子さん(桂文庫主宰)  
費 無料

湖北地区公民館  
創立22周年記念講演会  
8月8日(日)13時湖北地区公民館前集合(参加無料)

内 13時~13時30分:湖北小学校郷土資料館見学 13時30分~15時:講演「民具から学ぶ」講師:小川浩さん(日本民俗史学会常任理事、昭和女子大学講師)

万葉集講座  
筑波山と高橋虫麻呂  
9月10日(金)14時~16時  
所 市民プラザ

講師 針原孝之さん(文学博士、二松学舎大学副学長)  
費 1000円(テキスト代)

## 体験教室

### すずの木ハンドベル

8月11日(水)10時~12時、17日(火)10時~12時、19日(木)14時~16時、鈴木音楽教室(湖北台3の10の17)

対 各回先着20人程度  
費 1回1000円(教材費)

我孫子理容組合チャリティー  
カラオケ&文化祭  
9月7日(火)10時開演、湖北地区公民館(入場無料)

夏休み子ども  
ツールペイント体験会  
8月26日(木)13時30分~15時30分、我孫子郵便局1階コミュニティルーム(天王台)

内 コルクボードや星形プッシュピンへの色付け  
対 小学生、先着12人(2年生以下は保護者同伴)  
費 1500円

星空散歩  
8月19日(木)13時~15時、手賀沼親水広場「水の館」

②8月20日(金)18時30分~20時30分、五本松運動広場  
内 ①お手軽マイプラネタリウム製作 ②天体望遠鏡で星空ウォッチング

## 小中高生囲碁教室

毎月第1・3土曜日14時~16時、湖北台近隣センター

対 小学校4年生~高校生、当日先着20人  
費 無料

オーバーナイトハイク  
8月28日(土)23時湖北駅改札口集合、29日(日)5時30分湖北中央公園解散(小雨実施)

ハンギングバスケット講習会  
9月11日(土)13時30分~15時30分、千葉県立北総花の丘公園緑の相談所(印西市原山)

ハンギングバスケット講習会  
9月11日(土)13時30分~15時30分、千葉県立北総花の丘公園緑の相談所(印西市原山)

小中高生囲碁教室  
毎月第1・3土曜日14時~16時、湖北台近隣センター

オーバーナイトハイク  
8月28日(土)23時湖北駅改札口集合、29日(日)5時30分湖北中央公園解散(小雨実施)

相談名	日時	場所	問い合わせ
法律相談	3日(火)、5日(木)、10日(火)、12日(木)、17日(火)、19日(木)、24日(火) 9:30~15:30 ※予約は8月2日(月)8時30分から電話で秘書課へ	市民相談室(本庁2階)	秘書課 内線269
県民無料法律相談(民事)	6日(金) 13:00~16:00 ※予約は8月2日(月)9時から電話で右記へ	東葛飾県民センター	東葛飾県民センター ☎047-365-3008
税務相談	20日(金) 10:00~15:00 ※予約は8月16日(月)8時30分から電話で収税課へ	収税課	収税課 内線341
人権相談	26日(木) 10:00~15:00	西別館2階相談室	生活支援課
行政相談	26日(木) 10:00~12:00	市民相談室	秘書課
不動産相談	今月はお休みです。	消費生活センター	都市計画課
交通事故相談	9日(月) 10:00~15:00	交通整備課	交通整備課
心の相談	5日(木) 13:30~15:30	福祉総合相談室	福祉総合相談室
4カ月児相談	3日・10日(火) 9:00~9:50受付	保健センター	保健センター ☎7187-1131
育児相談	18日(水) 9:15~10:00受付	保健センター	保健センター ☎7187-1131
療育相談	26日(木) 13:00~14:00受付	保健センター	保健センター ☎7187-1131
未熟児等発達相談	2日・16日(月) 14:00~16:00	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
アルコール悩みごと相談	6日(金)、9日(月)、18日(木)、23日(月) 14:00~16:00	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
心の健康相談	6日(金)、9日(月)、18日(木)、23日(月) 14:00~16:00	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
女性のための健康相談	今月はお休みです。	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
不妊相談	12日(木) 13:00~15:00	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
健康相談	6日(金) 10:00~11:15 13日(金) 10:00~11:15	つつじ荘 西部福祉センター	つつじ荘 西部福祉センター
健康生きがいづくり相談	月~金曜日 9:00~15:00	社会福祉協議会	社会福祉協議会
心配ごと相談	2日・16日・30日(月) 9:00~15:00 9日(月) 9:00~15:00 23日(月) 9:00~15:00	保健センター 布佐南市民センター 社会福祉協議会	保健センター 布佐南市民センター 社会福祉協議会 ☎7184-1539
結婚相談	1日(日) 10:00~14:00	社会福祉協議会	社会福祉協議会

相談名	日時	場所	問い合わせ
法律相談	3日(火)、5日(木)、10日(火)、12日(木)、17日(火)、19日(木)、24日(火) 9:30~15:30 ※予約は8月2日(月)8時30分から電話で秘書課へ	市民相談室(本庁2階)	秘書課 内線269
県民無料法律相談(民事)	6日(金) 13:00~16:00 ※予約は8月2日(月)9時から電話で右記へ	東葛飾県民センター	東葛飾県民センター ☎047-365-3008
税務相談	20日(金) 10:00~15:00 ※予約は8月16日(月)8時30分から電話で収税課へ	収税課	収税課 内線341
人権相談	26日(木) 10:00~15:00	西別館2階相談室	生活支援課
行政相談	26日(木) 10:00~12:00	市民相談室	秘書課
不動産相談	今月はお休みです。	消費生活センター	都市計画課
交通事故相談	9日(月) 10:00~15:00	交通整備課	交通整備課
心の相談	5日(木) 13:30~15:30	福祉総合相談室	福祉総合相談室
4カ月児相談	3日・10日(火) 9:00~9:50受付	保健センター	保健センター ☎7187-1131
育児相談	18日(水) 9:15~10:00受付	保健センター	保健センター ☎7187-1131
療育相談	26日(木) 13:00~14:00受付	保健センター	保健センター ☎7187-1131
未熟児等発達相談	2日・16日(月) 14:00~16:00	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
アルコール悩みごと相談	6日(金)、9日(月)、18日(木)、23日(月) 14:00~16:00	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
心の健康相談	6日(金)、9日(月)、18日(木)、23日(月) 14:00~16:00	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
女性のための健康相談	今月はお休みです。	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
不妊相談	12日(木) 13:00~15:00	柏健康福祉センター(柏保健所)	柏健康福祉センター(柏保健所) ☎7167-1255
健康相談	6日(金) 10:00~11:15 13日(金) 10:00~11:15	つつじ荘 西部福祉センター	つつじ荘 西部福祉センター
健康生きがいづくり相談	月~金曜日 9:00~15:00	社会福祉協議会	社会福祉協議会
心配ごと相談	2日・16日・30日(月) 9:00~15:00 9日(月) 9:00~15:00 23日(月) 9:00~15:00	保健センター 布佐南市民センター 社会福祉協議会	保健センター 布佐南市民センター 社会福祉協議会 ☎7184-1539
結婚相談	1日(日) 10:00~14:00	社会福祉協議会	社会福祉協議会

## 今月のふれあい工房

◎夏休み「ふれあい工房体験フェスタ」  
日時 8月1日(日)10時~15時  
場所 ふれあい工房(青山450番地)  
内容 竹細工、糸のこ、木工、ツールペインティング、ビーズあそび、布あそび、毛糸織り、裂き織り、布ぞうり、牛乳パックでハガキづくりほか  
参加費 無料  
※当日車で来館する方は、NEC駐車場をご利用ください。  
※開催時間中は、一般の方は作業できません。

教室名	日時	定員	参加費	持参・備考
布ぞうり作り教室	20日(金) 10:00~12:00	8人	300円	シーツ半分ぐらいの布、ハサミ
牛乳パックでハガキ作り教室	25日(水) 10:00~12:00	5人	300円	バスタオル2枚

申し込み・電話で月曜日を除く毎日9時から17時までふれあい工房運営協議会 ☎7186-5500へ(いずれも定員になり次第締め切り。キャンセルの場合は必ずご連絡を。キャンセル待ちの方は開催日の前日にご連絡ください)





**井川 友稀ちゃん**  
(我孫子・1歳2カ月)  
氷が大好き♡。ママの目を盗んで冷凍庫へダッシュ！「いっせいの後はニッコリ笑顔。」

### すこやかちゃん



**木野内 杏ちゃん**  
(新木野・1歳4カ月)  
歌と踊りとトマトが大好き。おしゃべりも少しできるようになりました。

### 鳴く虫とホタルウォッチング

8月28日(土)19時~20時50分  
県立手賀の丘少年自然の家  
内 クロマドボタルの観察ほか  
対 小学生以上の方、先着40人  
費 無料

### ぼしゅう

**市職**  
職種・採用予定数 一般行政職 上級:2人、一般行政職女性:2人、建築(二級建築士):1人、管理栄養士:2人、保健師:3人、保育士:2人、司書:1人、消防士:3人(救急救命士資格取得者を含む)  
受付期間 8月2日~13日の9時~16時(土・日曜日は除く)  
受験手続 自筆の試験申込書(総務課、各消防署、各支所に用意)に写真を貼付し総務課へ  
※郵送は8月13日消印分まで。  
一次試験の日・所 9月19日(日) 白山中学校  
※受験資格など詳しくは、総務課・内線232へ。市ホームページでもご覧になれます。

受付期間 8月2日~13日の9時~17時(土・日曜日は除く)  
一次試験の日・所 9月26日(日) 千葉大学  
※受験資格など詳しくは、千葉県人事委員会 ☎043-223-3713へ。

**柏市美術展出品作品**  
対 16歳以上の柏市近郊に在住・在勤・在学の方  
規格 絵画(洋画、日本画、水彩、版画など):M20~S50号  
費 1500円(1人2点まで)  
応募期限 10月10日  
展示の日・所 11月17日(水)~22日(月)10時~20時(17日は13時から、22日は18時まで)、柏市民ギャラリー(柏高島屋ステーションモール8階)  
※応募方法など詳しくは、(助)寺島文化会館・栗俣 ☎7167-6153へ。

●歯磨きはコップの水で  
●食器はため水洗いで  
●北千葉広域水道企業団企画課 ☎047-345-7311  
**夏の夜には映画をどうぞ**  
**市の視聴覚ライブラリー**  
視聴覚ライブラリーでは、31点の16ミリフィルムと、45本のビデオテープ(VHS)を所有しています。  
無料で貸し出していますので、ご家庭や子ども会などで映画会を開いてみませんか。  
なお、16ミリ映写機を操作するためには、16ミリ映写機操作講習修了証が必要です。  
●教育委員会社会教育課 ☎7185-1602

**8月10日は「道の日」**  
8月10日は「道の日」です。また、8月は道路ふれあい月間となっています。  
道路は、私たちの毎日の生活を支える大切な施設ですが、あまりにも身近な存在であるため、その重要性を見過しがちです。道路を守るの一人ひとりの心がけ。「道の日」を契機に、もう一度道路の大切さを見直してみたいものです。  
●道路課・内線532

**農地実態調査**  
8月1日は、農地実態調査の基準日です。調査票に記入のうえ、返信用封筒に入れて8月6日までにポストに投函してください。  
不明な点は、農業委員会事務局へお問い合わせください。  
●農業委員会事務局・内線362

**公共施設利用の継続的な活動**  
は、優先的に場所が確保されているものではありません。  
●141

**英会話サークル会員**  
日・所 毎月第2・4火曜日、13時30分~15時30分、久寺家近隣センター  
対 先着5人程度(見学可)  
費 月額1000円  
持 NHKラジオテキスト「レッススピーク」  
申・☎ 電話かファクスで「楽しい英会話」・金田 ☎718-3-1847

**水道使用開始などの申し込み**  
インターネットからでもできます  
水道の使用開始・中止の申し込みは、これまで電話で受け付けていましたが、8月1日からインターネットからもできるようになりました。  
水道局ホームページのアドレスは <https://secure11hs.kddi.ne.jp/abiko.suidou.jp/>です。  
なお、従来どおり電話で申し込みすることもできます。  
●水道局経営課 ☎7184-0114

**節水にご協力を**  
普段、何気なく使っている水は、限りある貴重な資源です。夏は一年中で最も水を使う季節。水を上手にムダなく使って、節水にご協力ください。  
●蛇口の閉閉はこまめに  
●風呂の残り湯を洗濯や掃除などに再利用  
●洗車はバケツ洗いで

**我孫子都市計画を変更**  
変更日 平成16年7月16日  
内 我孫子都市計画生産緑地地区:112号新木君作第1生産緑地地区の一部廃止に伴う変更  
※関係図書は、都市計画課(東別館1階)でご覧になれます。  
●(閉庁日を除く) 都市計画課・内線574

**柏市**  
ストリートウエディング  
日 8月8日(日)15時~18時  
所 柏二番街カフェ&ランチナ  
ルシマ前特設ステージ  
内 結婚にかかわるエピソードの披露と結婚式の開催  
●柏市商工課 ☎7167-1

**流山市**  
流山花火大会  
日 8月21日(土)18時30分~20時  
(雨天・荒天時は28日に延期)  
所 流山1~3丁目地先の江戸川堤(総武流山電鉄「流山駅」、「平和台駅」下車徒歩5分)  
内 約3500発の花火の打ち上げほか  
※当日は会場周辺で交通規制が行われますので、電車やバスをご利用ください。  
●流山花火大会実行委員会 ☎7158-6114

**第3回めるへん文庫**  
**創作童話作品**  
募集作品 夢があふれる内容の童話を400字詰め原稿用紙10枚(ワープロの場合はA4判の用紙で4000字)以内  
応募資格 小学生の部:小学生 中学生の部:中学生 高校生の部:昭和61年4月2日~平成元年4月1日生まれの方  
応募期限 8月31日  
※申し込み方法など詳しくは、教育委員会文化課 ☎7185-1601へ。

**我孫子市民文化事業企画**  
**ACCPP2005対象事業**  
採用内定数 2件以内(該当なしの場合もあり)  
募集内容 芸術・芸能文化分野の発表や展示の企画で、今までにない新たな創造性のあるもの  
事業実施時期 平成17年4月1日~18年3月31日  
事業予算 100万円以内  
※申し込み方法など詳しくは、教育委員会文化課 ☎7185-1601へ。

**市民プラザギャラリー** 入場無料  
催し名・問い合わせ 日 時  
第7回写遊量(ばけ)アウトフォーカス写真展 7月30日(金)~4日(水) 10:00~19:00 (4日は17時まで) 新井 ☎7188-2285  
千葉県書作家連盟 第1回我孫子支部展 7日(土)~11日(水) 10:00~17:00 (11日は16時まで) 今村 ☎7183-0655  
姉妹創作人形展 季節に遊ぶ人形たち 赤崎 ☎7188-3441 (20日は14時から)  
「岡発戸・都部の谷津」写真展 28日(土)~31日(火) 10:00~19:00(29日14時からギャラリーツアーあり) 市手賀沼課・内線464

**図書館だより**  
市民図書館 ☎7184-1110  
湖北台分館 ☎7187-3055  
布佐分館 ☎7189-1311  
移動図書館 ☎7187-0909

**移動図書館そよかぜ号** 荒天(雨天・強風など)は中止  
曜日 日 場 所 時間  
水 4 中峠 亀田 谷公園 13:20~13:50  
18 浅野 谷3号公園 14:10~14:40  
柴崎 台北公園 15:00~16:00  
木 5 森の公園 13:20~13:50  
19 新木 北公園 14:10~14:40  
天王 台東公園 15:00~16:00  
金 6 根戸 近隣センター 13:20~13:50  
20 久寺家 あけぼの公園 14:15~14:45  
つくし野 4号公園東側入口 15:00~16:00  
水 11 ケンタッキーフライドチキン 駐車場 14:00~14:40  
25 台田 池尻公園 15:00~16:00  
木 12 あびこショッピングプラザ前広場 14:00~15:00  
26 白山 中学校裏門入口 15:20~16:00  
金 13 東屋 敷公園 14:00~14:30  
27 つくし野 4号公園東側入口 15:00~16:00

**おはなし会**  
森 ミッフィータイム(対象:1歳~3歳児)  
場所 日 時 内容  
市民図書館 12日・26日(木) 10:40~11:00 手あそび、絵本の読み聞かせほか  
森 パーバタイム(対象:4歳~9歳児)  
場所 日 時 内容  
市民図書館 5日・19日(木) 16:00~16:30 素話、絵本の読み聞かせほか  
湖北台分館 13日(金)  
布佐分館 12日・26日(木)

**ミニギャラリー**  
場所 作品・作者 展示期間  
湖北台分館 折り紙色紙(3点)「クレマチス」「ヒマワリ」「アサガオ」…中村美佐、高垣多与子 8月11日(水)~  
布佐分館 油絵(3点)「日光東照宮」「尾瀬水芭蕉」「鱈飼」…伊原三一 9月12日(日)



# 健康と福祉

## 結婚50周年記念祝賀会

市では、結婚50周年を迎えられたご夫婦をお祝いし、祝賀会を開催します。

日程 10月13日(水) (開催時間は後日通知)

場所 湖北地区公民館

内容 記念写真撮影、式典ほか

対象 市内在住で昭和29年9月1日から30年8月31日までに結婚した夫婦(この期間以前に結婚した夫婦でも、昨年までの祝賀会に参加していない場合は対象となります)

## 痴ほうに関する医療相談

日時・場所 8月19日(木)午後1時30分から3時45分、在宅介護支援センター相談室(市役所西別館3階) (予約制)

内容 専門医師による無料相談

対象 痴ほうの方を介護している家族

申し込み・電話で介護支援課 ☎7186・1411へ

## 親子で学ぶ手話講座

日時・場所 8月14日(土)午後1時30分から4時30分、市民会館

定員 先着15組

参加費 一人200円

主催 我孫子市社会福祉協議会

申し込み・電話でボランティア・市民活動コーディネーター ☎7185・5233へ

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 特別児童扶養手当

特別児童扶養手当

特別児童扶養手当

特別児童扶養手当

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 心の輪を広げる体験作文募集

障害のある方とない方が、学校や社会生活の中で、心のふれあいを通じて学んだことや感じたこと、社会に訴えたいことなどの作文を募集します。

テーマ 出会い、ふれあい、心の輪、障害のある人とならない人の心のふれあい体験を広げよう (題名は自由)

対象 小学生以上(盲学校、聾学校、養護学校の小学部、中学部、高等部の児童生徒を含む)

応募規定 \*小学生、中学生、高校生、一般市民の3部門(作品は未発表のもの1編) \*400字詰め原稿用紙(B4判縦書き)を使い、小・中学生は2枚から4枚程度、高校生・一般市民は4枚から6枚程度

表彰 部門ごとに、最優秀作品(1編)に内閣総理大臣賞と後援団体から5万円相当の副賞、優秀作品(3編)に内閣官房長官賞、佳作作品(5編)に記念品を贈呈

※最優秀作品受賞者は、12月9日の「障害の日」に表彰。

応募方法 題名、住所、氏名、年齢、生年月日、性別、職業、学校名(学年)、電話、フックス番号、障害の有無・程度を明記した用紙を応募作品に添付し、9月8日必着で〒260-0866 67県庁障害福祉課(住所省略可)へ郵送(作品は返却不可)

## 特別児童扶養手当 所得状況届をお忘れなく

「特別児童扶養手当」の受給資格のある世帯に所得状況届の届出書を郵送しますので、必要書類を添えて期限内に提出してください。届け出がないと、8月分以降の手当が受けられなくなります。

提出期間 8月11日(水)から9月10日(金)午前8時30分から午後5時(土・日曜日を除く)

提出先 市役所生活支援課(西別館2階)

持参 ①所得状況届 ②特別児童扶養手当証書 ③印鑑 ④その他必要書類

※資格がなくなっているのに手当を受給していると、さかぼって全額返還していただくこととなります。認定事項に変更があった場合は、すみやかに届け出てください。

生活支援課・内線384

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 健康食品とのつきあい方

健康不安を抱える現代人にとって、健康食品やサプリメント(両者を合わせて健康食品と記す)は手軽な体調管理手段として、すっかり定着した感があります。しかし日常臨床の現場では医薬品との相互作用等健康食品が絡むトラブルに悩まされるケースが少なくありません。多くの人が健康食品を利用して現在の現状は無視できません。そこで日本で現在、健康食品を利用する際に必要な知識と注意事項を記しておきます。

1 現在のところ効果と品質に関して国から一定のお墨つきを与えられているのは、「特定保健用食品(トクホ)」と「栄養機能食品」の2つのジャンルに属する製品だけである。輸入品を含めた健康食品の規格・基準に関する国の法整備が待たれるところである。

2 医療現場では健康食品と医薬品の相互作用が問題になるケースが多い。中には医薬品との相互作用により強い作用が発現する製品もあるだけに、「たかが食品」と甘く見るのは禁物。

3 健康食品が原因と考えられる相互作用が治療効果に悪影響を与える前に、かかりつけ医師と一緒に考えることが必要であるが、現在のところ、医師が尋ねないかぎり、患者が自分から服用中の健康食品について話してくれることはまずないと思っ

ていいようである。(筑波大付属病院で調査したところ、病院診療所が処方した薬と一緒に健康食品を摂ったことが「ある」と答えた人は52.4%であったが、そのうち90.4%が健康食品を服用中であることを医師には告げていなかったという。)

いずれにせよ、患者にとって一番身近な医師が専門家の目で正確な情報を提供し、危険から守ることが重要であろう。

我孫子市医師会 ☎7188・5525

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 敬老の日

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

敬老の日 9月20日(祝)

## 恒久平和を願って

### 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。

生活支援課・内線377

### 原爆の日記念行事

日時 8月22日(日)午前10時

場所 手賀沼公園内平和の記念碑前(雨天実施)

内容 献花、黙とう

被爆者の会・山田 ☎7182-4405

### ひまわり号

「電車に乗って旅がしたい」障害者のそんな願いを実現させようと「ひまわり号」が今年も走ります。

日程 10月31日(日)

行き先 葛西臨海公園(東京都江戸川区)

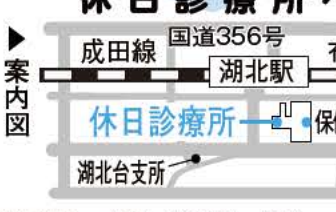
### ボランティア募集

内容 障害者への労働支援・生活支援

対象・定員 知的障害ほか障害者福祉に理解があり、障害者の福祉活動経験のある人、若干名

※賃金、勤務条件、申し込み方法など詳しくは、電話かFAXで8月9日までに同作業所 ☎FAX7186・0728へ。

### 休日診療所へ



診療科目 内科・小児科・歯科

受付時間 9:00~11:30、13:00~16:30

※歯科は午前中のみ

持参 健康保険証、診療費

休日診療所 ☎7187-7020

### 休日・夜間に病気になったら

7184-0119 (消防署)へ (救急車の要請は☎119へ)

### 休日・夜間救急病院

アピコ整形外科病院	我孫子264
我孫子聖仁会病院	湖北台461
我孫子つくし野病院	つくし野1311
我孫子東邦病院	我孫子18511
平和台病院	布佐83428

### 小児救急病院

取手協同病院 取手市本郷211

※休日や深夜等の診察料は、時間外加算のため割高になります

### 心の健康に関する教室

名称	日時	場所
心の健康クラブ	16日(月) 14:00~16:00	保健センター
アルコール教室	6日・20日(金) 13:30~15:00	

### 健康づくりうんどう教室

日時	場所
11日(水) 10:00~11:00	布佐南公園 (雨天中止)
17日(火) 9:30~10:30	湖北台中央公園 (雨天時は保健センター)
20日(金) 9:30~10:30	天王台西公園 (雨天中止)

### 各種健診と健康教室

項目	期日	対象
あわせ学級 (マタニティクラス)	6日・20日・27日(金)	妊娠20~27週の方 (3回目は両親、家族)
1歳6カ月児健康診査	5日・19日(木)	平成15年1月生まれ
2歳8カ月児健康診査	26日(木)	平成13年12月生まれ
3歳児健康診査	5日・19日(木)	平成13年1月生まれ
離乳食教室 (要予約)	31日(火)	乳児のいる母親 (先着30人)
健康いきいき教室	9日・23日・30日(月)	体を動かしたい方 (13:00~13:30受付)