

市民憲章

- 水と緑と土のおいがいっばいの住みよいあびこにします
- 心と体をきたえ 生き生きと働き伸びゆくあびこにします
- 老人を大切にし 子どもの夢を育て幸せなあびこにします
- ふるさとを愛し 文化を高め豊かなあびこにします
- みんなで話しあい きまりを守り明るいあびこにします

危機的状況が続く国民健康保険

このままでは06年度は6億円の赤字

国民健康保険(以下「国保」)は、保険料収入が増えない中で医療費などの支出が急増し、厳しい運営が続いています。一般会計からの補てんだけでは赤字分を補えないため、昨年4月に保険料率を改定しましたが、さらに赤字補てんの増額と保険料率の改定が必要になっています。

伸びない保険料と増える医療費

国保の収入は、加入者の皆さんが負担する保険料と、法令で定められた国・県・市の負担が主な財源です。支出は、入院や通院したときに医療機関に支払われる医療費が約7割で、ほかに老人保健への拠出金や介護保険に使われる介護納付金などがあります。

5年ぶりに改定

市では法令外負担として、国保会計の赤字を一般会計の税金で補てんしてきました(図1)。また、昨年4月には、5年ぶりに保険料率を引き上げました(図2)。しかし、老人保健への

一方、医療費は、加入者の高齢化や医療技術の高度化、慢性疾患の治療の長期化などにより、37%も増えています。そのほか老人保健への拠出金は23.5%の増、介護納付金は53.5%の増となっています。

国保運営協議会から答申

収納対策を強化

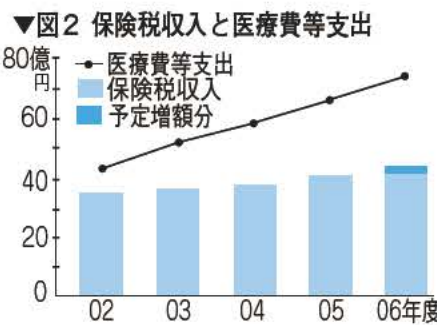
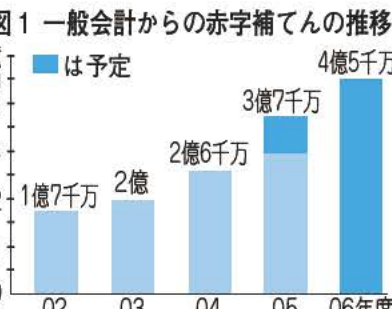
06年度予算の編成にむけ市の国保運営協議会は、保険料率の引き上げはやむを得ないとしながらも、「一般会計からの繰入金も、適正な税率により06年度予算を策定すべき」と答申しました。市では、答申内容を踏まえて、赤字分6億円のうち、4億5000万円を一般会計から補てんし、残りの1億5000万円分は保険料率改定で加入者に負担をお願いすることにしました。3月の定例市議会に平均5.5%の保険料率引き上げを提案する予定です。

医療保険の一元化が必要

市長 福嶋浩彦

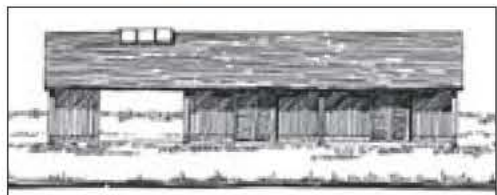
この3年間の国保加入者の内訳は、一般が5.8%増、退職が52.6%増で、退職被保険者が急激に伸びています。

所得が少なく、かつ多くの医療を必要とする人だけを中心にした保険制度が成り立つはずはなく、一般会計からの赤字補てんが大幅に増え、国保税の引き上げも2年連続となる見通しです。



岡発戸・都部の谷津の作業小屋

外観デザインが決定



岡発戸・都部谷津ミュージアムの田んぼ広場に建設する作業小屋の外観デザインを募集したところ、6名の応募がありました。

市の景観アドバイザーや農村環境の専門家、谷津ミュージアムの会代表などが、機能性やシンボル性、景観との調和、居心地などの観点から審査した結果、小山和則さん(布佐在住)の作品(上図)が選ばれました。

切り妻屋根の片面が伸びて吹き放しの下屋をつくるデザインで、天窗のついた土間空間を挟んで水回りと倉庫を分ける構成や、里山の風景に静かにたたずんでいる建物の姿がよく表現されている点が高く評価されました。

図 手賀沼課 ☎7185-1484

建設作業の参加者を募集

作業小屋の建設は、岡発戸・都部谷津ミュージアムの会をはじめ、市民の皆さんと一緒に進めていきます。市では、作業小屋の建設作業に参加していただける方を募集します。

期間 2月中旬から3月下旬の土曜日ほか

※日程の詳細は参加者に別途連絡します。

内容 軽作業

申し込み・☎ ハガキ、電話、ファクス、Eメールのいずれかで、住所、氏名、連絡先を明示し、2月10日必着で〒270-1192市役所手賀沼課(住所省略) ☎7185-1484/FAX7186-5222 Eメール teganuma@city.abiko.chiba.jpへ

NPO法人をめざすための説明会と事例報告会

NPO法人をめざす方を対象に、5市合同で説明会と事例報告会を行います。

日時・場所 2月17日(金)午後2時から4時20分、松戸市民会館(松戸駅東口から徒歩7分)

内容 第1部(説明会)「NPOとは何か」「法人格取得のメリット・デメリット」「法人設立申請の手続き」

第2部(法人格を取得した団体による認証手続きの事例報告)...

NPO法人こばてい子ども参画インシアティブ(松戸市)、NPO法人Wink(柏市)

定員 先着120人

参加費 無料

主催 我孫子市、松戸市、柏市、流山市、鎌ヶ谷市

申し込み・☎ 電話またはEメールで氏名、連絡先を明示し、市民活動支援課 ☎7185-1467 Eメール shiminkatsudou@city.abiko.chiba.jpへ

ようこそ地域活動~50代・60代のためのインターンシップ 受入団体を募集します

50代・60代の皆さんに、ボランティアやNPO、コミュニティビジネスなど、地域のさまざまな活動を気軽に体験していただくため、市ではインターン(体験者)を受け入れていただける団体を募集します。

昨年実施した「地域活動インターンシッププログラム」では、51の受入団体に対して約30人が体験しました。体験後に団体に入会して、生き生きと活動している方もいます。

新しい仲間を迎えるきっかけとして、多くの団体のご協力をお待ちしています。

受入期間 4月から2007年2月

主催 我孫子市

申し込み・☎ 電話またはEメールで団体名、担当者名、連絡先を明示し、2月20日までに市民活動支援課 ☎7185-1467 Eメール shiminkatsudou@city.abiko.chiba.jpへ

昨年の様子を市民活動フェアで紹介 昨年のインターンシッププログラムの様子を、市の展示ブースで詳しく紹介します。

日時・場所 2月4日(出)・5日(日)午前10時から午後4時、アピスタ(入場無料)

※フェアの詳細はホームページhttp://www.geocities.jp/abikosmkdf/でご覧になれます。

税の申告はお早めに

還付申告の受け付けは始まっています

市県民税と所得税の申告期間は、2月16日から3月15日までです。ただし、所得の還付申告は、すでに柏税務署で受け付けています。2月19日と26日の日曜日も申告を受け付けますので、「利用ください」。

今年の1月1日現在、市内にお住まいで、税法上ご自分の扶養にもなっていない方は、市県

民税または所得税のどちらかの申告が必要です。

所得税を計算して納税となる方や所得税の還付を受けようとする方は確定申告を、所得税額のない方は市県民税の申告をし

てください。ただし、所得が給与所得1カ所のみの方で、勤務先で年末調整を行い、かつ勤務先が市役所に給与支払報告書を提出している場合は、どちらの申告も不要です。

市県民税の申告

市役所課税課市民税担当
7185-1111 (代)

市県民税の申告が必要な方

次のいずれかに該当する方は、市県民税の申告をしてください。ただし、2005年分の確定申告をする方は、確定申告が市県民税の申告を兼ねているので必要ありません。

- ①勤務先から市に給与支払報告書が提出されていない方
- ②給与所得者で2005年中に退職し再就職していない方
- ③事業所得、不動産所得、一時所得、雑所得などがある方
- ④医療費控除、雑損控除などの所得控除を受けようとする方
- ⑤市外に居住している、市内に家屋敷や事務所などがある方
- ⑥非課税所得(遺族年金・障害年金・失業給付金など)だけの方
- ⑦市外に居住する人の扶養になつていない方
- ⑧税法上ご自分の扶養にもなっていない方
- ⑨国民健康保険の被保険者

申告会場

市が開設する市民会館や市内の出張会場で受け付けます(表1)。

会場は大変混雑しますので、できるだけ郵送による申告をお願いいたします。郵送の場合は、必要書類を添付して市役所課税課市民税担当へお送りください。

申告用紙

市県民税の申告が必要と思われる方には、1月20日に市県民税申告書を発送しました。申告書が届いていない方は、ご連絡いただければ郵送します。

申告書は市役所課税課、各行政サービスセンター、我孫子駅前行政連絡所、申告会場(開設時のみ)にも用意してあります。なお、各行政サービスセンターと我孫子駅前行政連絡所では、

▼表1 市が開設する会場

日程	場所	内容
2月16日(木)・17日(金)・19日(日)	市民会館	○市県民税の申告受け付け ○作成済みの確定申告書の預かり(柏税務署へ回送)
2月20日(月)	新木近隣センター	○簡単な確定申告書の作成指導
2月23日(木)	湖北地区公民館	※次の方の確定申告はこちらの会場では指導できません。柏税務署へご相談ください。
2月26日(日)	市民会館	* 収入計算が必要な事業所得者(自営業、農業、不動産業、作家など)
2月27日(月)	布佐南近隣センター	* 土地、建物、株式などの譲渡所得の申告をする方
2月28日(火)～3月3日(金)	市民会館	* 青色申告、過年分の申告、平均課税の申告をする方
3月6日(月)	湖北台市民センター(駐車場はありません)	* 住宅借入金等特別控除、雑損控除、外国税額控除を受ける方
3月7日(火)～10日(金)、3月14日(火)・15日(水)	市民会館	

※上記各会場の受付時間は9:00～11:30、13:00～15:30です。

日程	場所	内容
2月20日(月)～24日(金)	市民プラザ	○市県民税の申告受け付けのみ

※市民プラザ会場の受付時間は10:00～12:00、13:00～15:30です。

▼表2 税理士会による無料申告相談会

日時	場所
2月1日(水)・2日(木) 9:00～12:00 13:00～15:30	市民会館
2月6日(月)～8日(水) 9:00～12:00 13:00～15:30	柏市沼南支所(旧沼南町役場)
2月20日(月)～24日(金) 10:00～12:00 13:00～15:30	市民プラザ

※市民プラザは午前10時まで入れません。駐車場は、立体駐車場をご利用ください。
※混雑状況により、終了時間前に受け付けを締め切る場合があります。
※譲渡所得、住宅借入金等特別控除などの複雑な申告や贈与税の相談は行っていません。柏税務署へご相談ください。

税理士会による無料申告相談会

千葉県税理士会柏支部では、税理士による無料申告相談会を開催しますので、ご利用ください(表2)。

相談の対象は、小規模納税者の所得税・消費税の申告と、年金受給者・給与所得者の所得税の申告です。

所得税の申告(確定申告)

柏税務署個人課税部門
7146-2321 (代)

所得税の申告が必要な方

1 土地、建物、株式などの譲渡があった方や、事業所得、不動産所得、配当所得、一時所得、公的年金等の雑所得などがある方で、2005年分の各種所得金額の合計額から扶養控除、基礎控除などの所得控除を差し引き、その金額に基づいて計算した税額から配当控除額と定率減税額を差し引いて残額のある方

2 給与所得のある方で、①2005年中の給与収入が2000万円を超える方 ②給与を1カ所から受けていて、給与所得と退職所得以外の所得の合計額が20万円を超える方 ③給与を2カ所以上から受け、年末調整

をしていない給与の収入と、給与所得と退職所得以外の所得の合計額が20万円を超える方 ④同族会社の役員やその親族などで、その同族会社からの給与のほか貸付金の利子、店舗・工場などの賃貸料などの支払いを受けた方 など

確定申告で所得税が戻る方 次のいずれかにあてはまる方で、源泉徴収された所得税が納め過ぎになっている方は、還付を受けるための申告ができます。

①給与所得者で、医療費控除や雑損控除、寄付金控除、住宅借入金等特別控除などを受けることができる方 ②2005年の中途で退職し、年末調整を受けなかった方 ③退職所得を含めて申告することによって、源泉徴収された所得税から定率減税を受けられることができる方 など

申告会場 柏税務署(柏駅西口から徒歩10分)で受け付けます。税務署では、2月19日と2月26日の日曜日も申告書用紙の配布や申告書作成のアドバイス、申告書の受け付けを行います。

申告書に必要書類と手引きは、税務署に用意されています。税務署から送られてきている方は、必ずその用紙をお使いください。申告用紙は、国税庁のホームページから印刷したものも使用できます。

申告期限までは、市役所課税課と出張申告会場(開設時のみ)にも申告書のほとんどが用意されています。各行政サービスセンターと我孫子駅前行政連絡所には、一部の申告用紙(確定申告書A・B、医療費の明細書、住宅借入金等特別控除の関係書

類、収支内訳書など)しかありませんので、ご了承ください。申告に必要なものをおおむね市県民税の申告と同じですが、雑損控除、住宅借入金等特別控除などを受ける場合は必要書類があります。事前に税務署へご確認ください。

還付金の受け取りは、口座への振り込みをご利用ください。通帳や口座番号のメモなど、振込口座のわかるものをご用意ください。

ホームページで申告書の作成を 国税庁のホームページ「確定申告書作成コーナー」http://www.nta.go.jp/申告書の作成ができます。

画面案内に従って必要事項を入力し、印刷して必要書類を添付するだけです。ご自宅でも作成でき、用紙のみの印刷もできますのでご利用ください。

ごみ収集車の火災が多発!

スプレー缶は使い切って空き缶袋へ

ごみ収集車の火災が、昨年11月29日、12月22日、今年1月10日に発生しました。これらの火災は、使い切っていないスプレー缶が雑芥ごみとして出され、収集車が圧縮したときに発生したものです。

収集車の火災は、車両故障の原因になるだけでなく、場合によっては廃車につながることもあります。

スプレー缶は必ず使い切ってから、資源回収日に空き缶用の袋に入れて出



1月10日の車両火災(若松)

してください。なお、中身の入ったスプレー缶は、危険なので穴を開けず使い切ってから出してください。

クリーンセンター ☎7187-0015

2006
4/1

障害福祉制度が大きく変わります

障害者自立支援法が施行。障害者施策を3障害一元化、サービス利用料や公費負担医療費は原則1割負担に

2006年4月から、障害者自立支援法が施行されます。

これまで3障害(身体、知的、精神障害)は、それぞれ別の法律に基づいてサービスが提供されてきましたが、障害者自立支援法により、障害の種類が異なっても、同じ制度で同じサービスが受けられるようになります。

また、現在の支援費制度のサービスメニューが、「介護給付」、「訓練等給付」、「地域生活支援事業」に再編され(下表参照)、福祉サービスや公費負担医療が必要に応じて複合的に利用できるようになります。

現在、支援費の支給を受けている方、または更生医療や精神通院医療費公費負担制度の支給を受けている方で、4月1日以降も引き続き支給を受ける場合は、改めて申請手続きが必要になります。申請書は、すでに個別に送付しましたので早めに提出してください。新しい受給者証は3月中旬に交付する予定です。

▼障害者自立支援法のサービスの種類

自立支援給付	介護給付	○居宅介護(ホームヘルプ) ○行動援護(ガイドヘルプの一部) ★重度訪問介護 ★療養介護(療養介護、生活介護) ○児童デイサービス ○短期入所 ★重度障害者等包括支援 ★共同生活介護(ケアホーム) ほか
	訓練等給付	★自立支援(機能訓練、生活訓練) ★就労移行支援 ★就労継続支援(雇用型、非雇用型) ○共同生活援助(グループホーム)
自立支援療養	自立医療	○身体障害者更生医療(現行) ○育成医療(現行) ○精神通院医療公費(現行)
	補装具費	★身体障害者補装具費の支給
地域生活支援事業	市町村実施	★相談支援 ★移動支援(ガイドヘルプの一部) ★福祉ホーム ★コミュニケーション支援(手話通訳・要約筆記者等の派遣) ★日常生活用具の給付 ★地域活動支援センター ほか
	都道府県実施	★広域支援 ★人材育成 ほか

※○は、従来からのサービスです。
★は10月1日から始まるサービスです。

4月から精神通院医療費公費負担制度が変わります

4月から障害者自立支援法が施行されることにより、精神通院医療費公費負担制度が変わります。主な変更点は以下のとおりです。

- 自己負担は原則として1割負担(これまで一律5%負担)となりますが、所得の低い方には月当たりの負担額に上限額を設定します。
- 所得の低い方以外についても、継続的に相当額の医療費負担が発生する方(重度かつ継続)には、月当たりの負担額に上限額を設定します。なお、申請にあたっては、所定の診断書が必要です。

<「重度かつ継続」の範囲>

- 疾病等から対象になる方…統合失調症、躁うつ病、うつ病、てんかん、認知症などの脳機能障害、薬物関連障害(依存症など)、3年以上の精神医療の経験を有する医師によって、集中的・継続的な通院医療を要すると判断された方
 - 医療保険の高額療養費で多数該当の方
- ※現在、精神通院医療費公費負担制度を利用して通院している方は、4月から自立支援医療制度に切り替えていただくため、2月上旬までにはご案内の通知を郵送します。

☎ 福祉総合相談室・内線385

市長のほのめ 箱根駅伝で中央学院大出場を応援

市民スポーツ応援団に参加



▲スタート風景(写真:中央学院大学提供)

福嶋市長は1月2日、中央学院大学が箱根駅伝(7回目)する第82回箱根駅伝の応援に参加しました。



昨年までもスタート付近や東海道線各駅付近で応援をしていましたが、今回の応援は、昨年10月に発足した市民スポーツ応援団(福嶋市長は名誉会長)

の応援ツアーに、市民応援団(バス2台80人)の一員として参加したものです。スタート地点の大手町では、応援団が作製したのぼり旗を立てて応援(写真下)、その後、2区の横浜駅前まで応援しました。

駅伝の後市長は「シード権は取れませんが、1区を走った1年生の木原選手、8区を走った4年生の杉本選手が区間賞をとるなど、多くの市民に感動を与えてくれました。また来年に期待します」と話しました。

年間利用申請を受け付けます

2006年度学校体育施設・地域交流教室

学校体育施設

教育委員会では、スポーツ活動やPTA活動を行う団体を対象に、小学校の運動場と体育館、中学校の体育館と武道場を無料で開放しています。学校の休業日や終了後に年間を通じて定期的に利用することができます。

※短期間利用は随時の受け付け
※2005年度の利用団体には、申請書を送付済みです。
小学校運動施設の開放日時
運動場 ○土曜日:午後1時から5時
○学校休業日:午前9時から午後5時

地域交流教室
教育委員会では、地域におけるサークルなどの生涯学習活動を支援するため、小学校の余裕教室を「地域交流教室」として無料で開放しています。地域交

9時 ○学校休業日:午前9時から午後9時
○土曜日:午後1時から9時

大地震 あなたの備え 大丈夫?

第30回消費生活展

2月11日(出)・12日(日) 午前10時30分から午後4時30分、市民プラザ(入場無料)

- *展示 ○大地震 次はどこ? ○グラツキきたら ○家の中の危険防止策 ○そろえておこうこれだけは ○飲み水 食べ物の確保 ○身近な農産物を大切に ○衣・食・住の水・洗う
- 地震の時の給水体制 ○契約前にひと呼吸 ○耐震診断しましたか ○住まいのことなら信頼できる地元業者に! ○人に愛 電気に技術 ○命を救う応急手当 ○地震の時、安心機器・ガスメーターで安全確保 ○忘れていない?
- 「171」 ○自分たちのまちは自分たちで守る



*プレゼント アンケートに答えた方…「あびこエコ農産物」などを両日先着400人
②スタンプラリーに参加した方…「あびこ産エコ米」などを抽選で両日先着400本
主催 我孫子市、第30回我孫子市消費生活展実行委員会
☎ 商工観光課・内線329

第25回子どもの放課後を考える集い

パフォーマンスショーと大野靖之コンサート

日時 2月26日(日)午後1時開場

場所 市民会館(入場無料)

※入場には整理券が必要です。整理券は、学童保育関係の方は各学童保育室、一般の方は市役所保育課で配布しています。

内容 「じっさい」と「ごっくん」によるパフォーマンスショーと大野靖之コンサート、学童保育室の紹介・作品展示

※未就学児・障害のあるお子さんの保育を希望される方は予約が必要です。

予約は電話で、学童保育関係の方は各学童保育室、一般の方は市役所保育課へ

主催 我孫子市学童保育連絡協議会、我孫子市

☎ 保育課・内線447



▲じっさい ▲大野靖之さん

春 春の運動会

フルールの
ヤゴ救出大作戦

夏

組体操に花がさ
者頭、河童音頭
楽しかった運動会

今、助けて
あげよう
からぬ。

1年生から6年生まで
みんなが学校をきれいに
しています。6年生は、よく
働く学校のどきどき
です。

つめたくて学校持ちいね
が人ばておよいぞ!

自慢の花だん

きれいな花が
いっぱいです。
水やり、草刈りなど、
栽培部が
がんばっています。

ほうす
では

我孫子第一小学校

教育目標

社会の変容に主体的に対応し、
自ら学ぶ意欲を持ち、豊かな心で
たくましく生きる人間の育成をめざす。

★一小のお友だち★

- ・明るいあいさつができます。
- ・なかよしで高学年は低学年のめんどうを
みています。

学校
大好き!

♪コンサートに向けて一生懸命練習♪

器楽部

合唱部

きれいな歌声がひびきました。

秋の一小祭

秋風 おち葉も
仲間たぞ
楽しさいはいー小祭♪

はいても
はいても
おちてくる...

たくさんのおち葉を
かき集めてみんなで遊んでいます。

書き初め大会

「おはよう」
に書いて喜んで!

音楽発表会
in市民会館

きれいな歌声がひびきました。

秋

我一、児童会

冬

陸上部

マラソン大会

子どもページ 我孫子第二小学校

★ **楽しさい、ばい** -我孫子第二小学校- ★

... (米) ... (作) ... (り) ... (5年生) ...

〈稲刈り〉
収穫が
たくさん!!
260kg
とれました。

〈田うえ〉
たくさん
とれます
ように!!

〈収穫祭〉
お世話になった方
を招待!!
おいしかった
つきたてのおもち

1年	秋と遊ぼう!
2年	昔の遊び
3年	あから大豆
4年	リスとオウゴン の仲間たち
5年	米・各地の 特産物
6年	歴史 自然
地、おけなしの部屋 理科の備前工	

〈豆の料理作り〉3年

〈せんくりにご31年〉
★班で1イキーク★

戦場原で
No.1リッ!

我二小児童会

二小祭最高!!

自然たっぷり
修学旅行

現地集合・班別行動

動物とふれあう

〈3年生〉山羊

〈2年生〉小動物

動物ランド

わくわく

王者クロッキー(羊)
〈4年生〉

くじやく

見せにきこ下さい

まだいるよ

アビコシ・ハワイアン・フェスティバル(仮称)に向けて

ウクレレ無料体験

日時・場所 3月4日(出)午前10時から11時30分、アビスタ(参加無料)
内容 ウクレレの楽しさを体験します。
講師...永野亜紀さん
※ウクレレは無料で貸し出します。
対象・定員 小学校3年生から中学校3年生、先着20人

フラダンス無料体験

日時・場所 3月11日(出)午後1時30分から3時30分、アビスタ(参加無料)
内容 フラダンスの楽しさを体験します。
講師...山岸初美さん
対象・定員 小学校3年生から中学校3年生、先着40人



主催 我孫子市教育委員会
申し込み・問い合わせ 2月15日まで
電話、ファクス、Eメールのいずれかで教室名、住所、氏名、学校名・学年、電話番号を明示。文化課 ☎7185-1601、FAX7182-5867、Eメールbunka@city.abiko.chiba.jp

アビコシ・ハワイアン・フェスティバル(仮称)って何

アビコシ・ハワイアン・フェスティバル(仮称)は、7月下旬に利根川ゆうゆう公園「水上ステージ」を舞台に、市内・外のハワイアンバンドによるライブ演奏やフラダンスチームによるダンスの披露などが行われます。また、プロによるバンド演奏やフラダンスも行われます。



ミュージカル「Freddie」少年フレディの物語
「フレディ」は、ベストセラーとなった絵本「葉っぱのフレディ」の原作である「The Fall of Freddie the Leaf」(レオ・バスカリア作)がミュージカルとなったものです。
日時 2月11日(祝)午後1時30分
開場、2時開演
場所 市民会館
スタッフ 作詞...山川啓介さん
台本・演出...忠の仁さん 配役...島田歌穂さん(フレディ)、堀米聡さん(ダニエル)、大須賀ひでさん(パパ)、友里倅子さん(ママ)、谷絵利香さん(クレア)ほか バンドメンバー

我孫子市子どもための舞台鑑賞事業

島田歌穂さんからのメッセージ
2000年から公演を続けているミュージカルです。今まで全国のたくさんの方々にご覧いただきました。今回、我孫子市で公演できることを大変うれしく思っています。「いのち」という普遍的なテーマでありながら、ほっと温まるこの作品を心を込めてお届けします。
店(我孫子駅南口)、荒井書店(天王台駅南口)、東京事務器(湖北駅南口)、写真のおちあい(布佐)
主催・問い合わせ 教育委員会文化課 ☎7185-1601



▲フレディ役の島田歌穂さん

Table with 2 columns: 催し名・問い合わせ and 日時. Lists various community events like art exhibitions and festivals.

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
おはなし会 ミッフィータイム (対象:1歳~3歳児)
場所 市民図書館 9日・23日(祝) 10:40~11:00
内容 絵本の読み聞かせほか

ABIKO チャレンジ・ウオーク 2006 実行委員とガーディアンを追加募集



「ABIKOチャレンジ・ウオーク」は、子どもたちが6~7人のグループでキャンプをし...

ながらゴールをめざす体験活動で、昨年度からスタートした「我孫子市子ども総合計画」の事業です。子ども総合計画推進本部(本部長・福島市長)では、市民も加わった実行委員会を作ります。実行委員会は、計画の策定、実施に向けた準備、当日の運営、実施後の整理まで、事業のすべてを行います。

Table with 2 columns: 係名 and 主な仕事内容. Lists roles like 研修・備品, 広報・記録, コース・サポーター, and 保健衛生.

※報酬などはありません。
申し込み 応募要項(市役所、教育委員会、アビスタ、湖北地区公民館、市民プラザ、各行政サービスセンター・近隣センター)に用意。
※市ホームページからメールでの応募もできます。
教育委員会社会教育課 ☎7185-1604

環境と科学を考える講座3
地球温暖化による将来の世界
「温暖化による将来の世界」ほんとは何がわかってるのか?
日時 2月18日(出)午後1時30分から4時05分
場所 アビスタ(入場無料)
内容 ①「最近の台風は温暖化の影響?」講師:筒井純一さん
②「温暖化による100年後の世界」気温、降水、かんばつ講師:西澤慶一さん
③「温暖化によって深層海流は止まるか?」講師:仲敷憲和さん

地球温暖化による将来の世界
「温暖化による将来の世界」ほんとは何がわかってるのか?
日時 2月18日(出)午後1時30分から4時05分
場所 アビスタ(入場無料)
内容 ①「最近の台風は温暖化の影響?」講師:筒井純一さん
②「温暖化による100年後の世界」気温、降水、かんばつ講師:西澤慶一さん
③「温暖化によって深層海流は止まるか?」講師:仲敷憲和さん

情報ひろば



タイトルが色付きのものは、市や官公庁主催・共催のものです。黒は市の後援、補助団体の記事です。各項目は、欄外のように省略しています。

をお楽しみいただけます 費用 無料
料 阿部 090・8081・7827
参加してみませんか

でかけてみませんか

長寿大学大学祭

日2月19日(日)9時30分～16時
所湖北地区公民館 内各学年、クラブ、同窓生の舞台発表と作品展示 費用無料 湖北地区公民館 ☎7188・4433

我孫子吹奏楽団 第17回定期演奏会

日2月19日(日)14時開演 所市民会館 曲目「民謡」、「プスタ4つのジプシー舞曲」、吹奏楽のためのラプソディー、ハンガリー狂詩曲、デイズニードレーほか 出我孫子吹奏楽団、後藤忠之さん(指揮) 費500円、小・中学生300円、未就学児は無料 入場券販売所市民会館内売店「ひろがり」、すばる書店(我孫子駅南口)、荒井書店(天王台駅南口)、東京事務器(湖北駅南口) 中村 ☎7187・0799

布佐台幼稚園 ミュージックステップコンサート

日2月17日(金)10時30分～13時 所柏市民文化会館 内幼稚園児によるシンセサイザーを使ったオーケストラ演奏、布佐台合唱団(06年東京ヴォーカルアンサンブルコンテスト参加)の合唱、マリア・ポミアノフスカさん(ポーランド)との共演ほか 費用無料 布佐台幼稚園 ☎7189・0231

第24回商工会女性部 踊りと唄の発表会

日2月4日(土)10時30分開演 所市民会館 費用無料 商工会事務局 ☎7182・3131

第55回昭和の演歌 歌と踊り新春大会

日2月12日(日)11時～16時 所市民会館 内懐メロから最近の話 題曲まで、歌と踊りと特別企画 対先着40人 費用無料 申・園甲 ☎7182・0435

第4回ハートいけばな展

日2月18日(土)・19日(日)9時～17時(18日は14時から) 所アピスタ 内もうすぐ桃の節句・ひなまつり!! 近づく春をいけばなで寿ぎます。いけばな子ども教室の生徒も参加します 費用無料 園由良 ☎7182・0435

茶道連盟茶会

日2月12日(日)10時～15時 所湖北地区公民館 席主岡野宗繁さん(江戸千家)、島淡月さん(大日本茶道協会) 費2席で1000円 園亀山 ☎7183・0608

天王台地区まちづくり協議会 子どものための映画会

日2月4日(土)13時～16時 所天王台近隣センター 内「ハリポッターとアズカバンの囚人」 費用無料(大人も可) 園天王台北地区まちづくり協議会 ☎7182・9988

家庭でやる「地球温暖化防止活動」

日2月26日(日)14時～16時 所アピスタ 内日常生活の中で行う分かりやすい温暖化防止の方法を勉強。当日に、ガソリン、ガス、水道、電気、灯油などの領収書をお持ちくださればその場で自宅のCO2排出量を算定します 対先着30人 費用無料 申・園電話でエコライフあびこ・鈴木 ☎7185・3366

やさしい体験型環境講座

日2月4日(土)10時～16時 所さわやかちば県民プラザ 内地球環境の学習(10時～12時)、CO2削減体験学習(13時～16時) ①街角のCO2の量を測定②あなたの発電でテレビをみる③エンジン排熱でパンを焼く④太陽の恵みでお茶を(当日の天候により中止することがあります) ⑤省エネゲームと環境家計簿 対先着40人 費用無料 申・園甲 ☎7182・0435

市長杯争奪囲碁大会

日2月11日(祝)9時～9時30分受け付け 所湖北台近隣センター 競技方法スイス方式、5クラス4回戦(優勝、準優勝、3位、敢闘賞あり) 費2000円、小・中学生1000円(昼食代含む) 申・園電話で奥 ☎7184・0490

湖北台健康教室⑥

日2月5日(日)13時45分～16時 所湖北台近隣センター 内歯周病について、歯のブラッシング指導 出尾上匡史さん(歯科医師)、歯科衛生士 園湖北台地区まちづくり協議会 ☎7187・1122

「こもれびまちづくり協議会 花ごし講習会

①着物着付講習会 日2月17日(金)13時30分～16時 所近隣センターこもれび 内初歩の着付けからお太鼓結びまで 対先着15人 費300円 持着物、帯、帯揚げ、帯締め、帯枕、帯板、長襦袢、腰巻き、肌着、足袋、紐3本、伊達締め2本 ②基本のちらし寿司作り 日2月23日(木)9時30分～14時 所近隣センターこもれび 内家庭料理のちらし寿司、潮汁、青菜の芥子和え 対先着12人 費800円 持エプロン、三角巾、タオル、ふきん数枚 申・園①②とも電話で近隣センターこもれび ☎7165・2011(10時以降)

歌声喫茶in湖北台

日2月19日(日)17時～19時30分 所湖北台近隣センター 内元「ともしび」のアカordeイオン奏者・青柳常夫さんを迎え、昔懐かしいロシア民謡、唱歌などを一緒に 対先着100人 費1500円(飲み物、つまみ、軽食つき) 申・園2月5日10時から湖北台近隣センター ☎7187・1122へ会費持参

普通救命講習会

日2月19日(日)9時～12時 所久寺近隣センター 内バイスタンダー(その場に居合わせた応急処置のできる人)を目指し、訓練人形を使って心肺蘇生法(人工呼吸や心臓マッサージ)、止血法、自動体外式除細動器(AED)の操作方法などの習得 対市内在住・在勤・在学中で健康な方、先着25人 申・園直接または電話で消防本部警防課 ☎7181・7701(土・日、祝、夜間は ☎7184・0119)

ちびっこ探検学校ヨロイ島

日3月28日(火)～4月4日(日)泊8日 所鹿島島嶼島内イカダ漕ぎ、星砂探しほか 対小学校2年生～6年生 費12万1000円 ※申し込み方法など詳しくは、財団国際青少年研修協会 ☎03・3359・8421へ。

来た、来た冬鳥くん あびこ自然観察隊

日2月18日(土)9時～12時 所9時に鳥の博物館駐車場に集合後、県のバスで手賀の丘へ(雨天中止) 内手賀の丘公園や手賀沼周辺で冬に見られる野鳥観察、鳥の博物館市民スタッフと鳥の博物館友の会ボランティアによるやさしい自然解説 対小学生以上、先着30人(小学生は保護者同伴) 費用無料 服装寒いので防寒対策をお願いします 申・園電話で鳥の博物館 ☎7185・2212

「経済計画講座」

日2月11日(祝)13時～16時 所千葉県教育会館新館(千葉市中央区中央4の13の10) 内「これからの家庭経済」生活設計から具体的な遺言書のつくり方まで 申・園 ☎7182・0435

ライフプランセミナー

日2月11日(祝)13時～16時 所千葉県教育会館新館(千葉市中央区中央4の13の10) 内「これからの家庭経済」生活設計から具体的な遺言書のつくり方まで 申・園 ☎7182・0435

06年度千葉県生涯大学校 入学2次募集

入学資格社会参加意欲のある県内在住の60歳以上(昭和21年4月1日以前の生まれ)の方 募集学科福祉科、生活科、園芸科、陶芸科 授業料一般課程：年1万8000円、通信課程：年4000円 入学案内配布場所市介護支援課、各県民センター、各健康福祉センター、県高齢者福祉課 願書受付2月10日(金)～28日(火) 申・園 ☎7182・0108

「あびこ楽校」の事業です。

市役所の電話番号 ☎7185-1111 市役所のホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp>

病について、歯のブラッシング指導 出尾上匡史さん(歯科医師)、歯科衛生士 園湖北台地区まちづくり協議会 ☎7187・1122

「こもれびまちづくり協議会 花ごし講習会」 ①着物着付講習会 日2月17日(金)13時30分～16時 所近隣センターこもれび 内初歩の着付けからお太鼓結びまで 対先着15人 費300円 持着物、帯、帯揚げ、帯締め、帯枕、帯板、長襦袢、腰巻き、肌着、足袋、紐3本、伊達締め2本 ②基本のちらし寿司作り 日2月23日(木)9時30分～14時 所近隣センターこもれび 内家庭料理のちらし寿司、潮汁、青菜の芥子和え 対先着12人 費800円 持エプロン、三角巾、タオル、ふきん数枚 申・園①②とも電話で近隣センターこもれび ☎7165・2011(10時以降)

歌声喫茶in湖北台 日2月19日(日)17時～19時30分 所湖北台近隣センター 内元「ともしび」のアカordeイオン奏者・青柳常夫さんを迎え、昔懐かしいロシア民謡、唱歌などを一緒に 対先着100人 費1500円(飲み物、つまみ、軽食つき) 申・園2月5日10時から湖北台近隣センター ☎7187・1122へ会費持参

06年度千葉県生涯大学校 入学2次募集 入学資格社会参加意欲のある県内在住の60歳以上(昭和21年4月1日以前の生まれ)の方 募集学科福祉科、生活科、園芸科、陶芸科 授業料一般課程：年1万8000円、通信課程：年4000円 入学案内配布場所市介護支援課、各県民センター、各健康福祉センター、県高齢者福祉課 願書受付2月10日(金)～28日(火) 申・園 ☎7182・0108

ライフプランセミナー 日2月11日(祝)13時～16時 所千葉県教育会館新館(千葉市中央区中央4の13の10) 内「これからの家庭経済」生活設計から具体的な遺言書のつくり方まで 申・園 ☎7182・0435

「あびこ楽校」の事業です。 市役所の電話番号 ☎7185-1111 市役所のホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp>

「あびこ楽校」の事業です。 市役所の電話番号 ☎7185-1111 市役所のホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp>

「あびこ楽校」の事業です。 市役所の電話番号 ☎7185-1111 市役所のホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp>

「あびこ楽校」の事業です。 市役所の電話番号 ☎7185-1111 市役所のホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp>

「あびこ楽校」の事業です。 市役所の電話番号 ☎7185-1111 市役所のホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp>

「あびこ楽校」の事業です。 市役所の電話番号 ☎7185-1111 市役所のホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp>

「あびこ楽校」の事業です。 市役所の電話番号 ☎7185-1111 市役所のホームページアドレス <http://www.city.abiko.chiba.jp>

今月の市民相談

※相談名が色付きのものは予約制です。

- ▶法律相談(予約制) 7日(火)、9日(木)、14日(火)、16日(木)、21日(火)、28日(火) 9時30分～15時30分 市民相談室(本庁2階) 秘書課(予約は2月1日(木)8時30分から) ☎7185-1714
- ▶人権相談 23日(木)10時～15時 面談室(西別館2階) 生活支援課 内377

- ▶税務相談(予約制) 17日(金)10時～15時 収税課(予約は2月13日(月)8時30分から) ☎7185-1349
- ▶行政相談 23日(木)10時～12時 市民相談室(本庁2階) 秘書課 ☎7185-1714
- ▶不動産相談(予約可) 10日(金) 市民相談室(本庁2階) 住宅課 ☎7185-1541
- ▶住宅相談(増改築等) 10日(金) 市役所B会議室 住宅課 ☎7185-1541

- ▶消費生活相談 土・日、祝日を除く平日 10時～15時 消費生活センター ☎7185-0999
- ▶福祉総合相談 土・日、祝日を除く平日 8時30分～17時 西別館2階 福祉総合相談室 内393
- ▶健康相談 3日(金)10時～11時30分 つつじ荘 ☎7188-0123
- 10日(金)10時～11時30分 西部福祉センター ☎7185-5818
- 6日(月)9時15分～10時受付 保健センター ☎7185-1126

- ▶育児相談 6日(月)9時15分～10時受付 保健センター 保健センター ☎7185-1126
- ▶4カ月児相談 1日(水)・7日(火) 9時～9時50分受付 保健センター ☎7185-1126
- ▶家庭児童相談 土・日、祝日を除く平日 10時～16時、西別館2階 子ども課 ☎7185-1821
- ▶交通事故相談 13日(月)10時～15時 交通整備課 内330
- ▶結婚相談 5日・19日(日)10時～14時 社会福祉協議会 ☎7184-1539

- ▶青少年悩み相談(面接は予約制) 土・日、祝日を除く平日 9時～16時30分 少年センター ☎7184-1900
- ▶母子・婦人相談(ひとり親) 土・日、祝日を除く平日 9時～16時、西別館2階 保育課 内447
- ▶DV相談 土・日、祝日を除く平日 10時～17時 男女共同参画担当 内293
- ▶心配ごと相談 6日・20日(月)・社会福祉協議会 13日(月)・保健センター 27日(月)・布佐市民センター いずれも9時～15時 社会福祉協議会 ☎7184-1539

- ▶心の相談(予約制) 1日(木)13時30分～15時30分 福祉総合相談室 内線393
- ▶認知症に関する医療相談(予約制) 16日(木)13時30分～15時45分 西別館3階 介護支援課 ☎7185-1112
- ▶高齢者職業相談 毎週火～金曜日9時～17時 市民会館2階 高齢者職業相談室 内312
- ▶無料職業紹介所(相談は予約可) ひとり親・障害者・若者の就職を応援 毎週火～金曜日9時～17時 市民会館2階 無料職業紹介所 内450



水戸部 吉航ちゃん (東我孫子・1歳2カ月)

すくすくやちちゃん



山本 優来ちゃん (台田・1歳2カ月)

総務省 電気通信サービスモニター 募集人数150人程度 応募資格...

日本語ボランティア講師・託児ボランティア

総務省関東総合通信局電気通信事業課電気通信サービスモニター...

希望者と相談の上、成立した場合は公園緑地課へご連絡ください。

希望者と相談の上、成立した場合は公園緑地課へご連絡ください。

おしらせ

ホームページに「ゆずりたいたい庭木の情報コーナー」を開設

市では、引越など不要となった庭木の情報をお知らせする「ゆずりたいたい庭木の情報コーナー」をホームページに開設しました。

ゆずりたいたい庭木のリストは、ホームページに常時掲載するほか、広報でも年に数回お知らせします。

庭木をゆずりたいたい方 庭木の種類、本数、高さ(原則として樹木は3m以内)、花がある場合は色などを電話でご連絡ください。

庭木の掘取り・運搬は、原則として受け取り希望者に行っていただきます。

あびこPCカレッジをリニューアルのため閉講

市民プラザでは、95年から初心者を対象としたパソコン教室を開講してきましたが、06年3月15日をもって、リニューアルのため閉講いたします。

4月以降に、運営方法を変更して新たにスタートします。また、パソコン開放時間も利用条件を変更しますので、より幅広く皆さまにご利用いただけるようになります。

詳しくは、3月16日号の広報あびこをご覧ください。

実施)から自治会などが選択できるようになりました。

06年度実施に伴う意向調査の結果は次の通りです。

なお、意向調査は自治会などの実状に対応していくため、毎年度実施します。

0015

Table with 3 columns: 団体数, 世帯数, 集積所数. Rows include ①を選択した自治会等, ②を選択した自治会等, ③を選択した自治会等, 合計.

これに伴い、事業者説明会が開催されます。

2月16日(木)13時30分 所東葛飾県民センター(松戸市小根本7)

フリーフリー・テレフォン事業

「フリーフリー・テレフォンちば」では、仕事と家庭との両立を支援するため、育児介護・家事代行のサービスなどに関する地域の具体的な情報を、相談員が「ワンポイントアドバイス」を加えて、電話により無料で提供しています。

相談日(月)(金)(祝を除く)9時30分~16時30分 相談・園(財)21世紀職業財団千葉事務所043-225-2020

が多発しております。 ◎不審に思ったら 東京電力や関連会社などが事前連絡なしに訪問し、調査などで費用をいただくことはありませんので、不審に思ったら、東京電力、関係会社や財団東電気保安協会の「勤務証」を必ず確認してください。

特に不審に思える場合は、家へあける前に東京電力へお問い合わせください。

0120・99・5552、0120・99・5556

00円。NPO法人生きがい学園・高田07188-7774

2月3日(金)・10日(金)10時~12時 根戸近所。一緒に、健康体操で汗を流しませんか。ご参加をお待ちしております。入1000円、030000円。武石07184-0474

「昭和初期彫刻の鬼才たち 寺畑助之丞と構造社」展

2月26日(日)まで9時30分~17時(入館は16時30分まで、月)と2月24日(金は休館) 所松戸市立博物館 内戦前のユニークな作家団体「構造社」に参加した彫刻家たちの活動を紹介(作品点数98点) 費400円、高大学生200円、小・中学生100円 園松戸市立博物館047-384-8181

このコーナーに掲載を希望する方は、広報掲載依頼書(市役所広報室に用意または我孫子市のホームページからダウンロード)に必要事項を記入のうえ、掲載希望日の1カ月前までに広報室へ提出してください。

掲載内容はイベント名・日時・場所・内容・費用・問い合わせ先などです。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。

公共施設利用の活動は、優先的に場所が確保されているものではありません。

今月のふれあい工房

Table with 4 columns: 教室名・定員, 日時, 参加費, 持参・備考. Rows include 牛乳パックでハガキ作り, おしゃれ教室/ちりめんの古布でお雛様作り, 布ぞうり作り教室, 木工教室/背付きイス, おしゃれ教室/傘の布でレジ袋作り, パッチワーク教室/布切りバサミケース, 裂き織り教室.

◎リサイクル・家具バザー 日時 2月26日(日)10時~11時(家具抽選会は11時15分) 場所 ふれあい工房(我孫子市青山450) ※当日は、NEC(日本電気)駐車場をご利用下さい。

柏健康福祉センター(保健所) 7167-1255 (色文字は予約制)

Table with 2 columns: 相談内容, 日時. Rows include 未熟児等発達相談, 療育相談, 心の健康相談, アルコール悩みごと相談, アルコール家族教室, 酒害教室, エイズ相談・HIV抗体検査, 水質検査, 腸内細菌検査(検便), 女性の健康相談, 不妊相談, DV相談(面接).

◆柏児童相談所 7131-7175 来所相談...月~金曜日9時~17時(事前に電話確認) 電話相談...7134-4152(月~金曜日9時30分~16時) ◆県民無料法律相談(民事) 9日(木)13時~16時(予約は6日(月)9時から) 東葛飾県民センター047-365-3008

◆第24回東葛しぜん観察会 2月19日(日)10時我孫子駅南口ロータリー集合(雨天中止)。小学生以上1000円。あれば双眼鏡など、ルーペ、飲み物など持参。暖かい服装で。東葛しぜん観察会・鈴木07182-3067

◆つるし雛祭り 2月7日(火)3月5日(日)10時~18時。はなあかり(寿1の17の5)。共催店パン工房ペティ・ボア、子供服トラックにて期間中スタンプリーズプレゼントあり。はなあかり07183-1395

健康と福祉

高齢社会への対応を探る会 公開講座

認知症? どうしたらいい?

認知症は、家族や近所の方が、症状を正しく理解し適切に対応すれば、混乱を最小限に抑え症状の進行を緩和できます。

日時 2月23日(休)午後1時30分から3時30分
場所 アピスタ (参加無料)
内容 認知症の症状についての知識と、「家族」「近所の方」は認知症の方にどう接すべきか
講師 宮崎聡さん(介護福祉士、認知症ケア専門士)
定員 当日先着150人
☎ 遠藤 ☎7182-0387

柏地区障害児学級合同
花と太陽と希望の作品展
日時 2月17日(金)から20日(月)午
前10時から午後8時(20日は午
後2時30分まで)
場所 柏市民ギャラリー(柏高
島屋S館8階) (入場無料)
内容 我孫子市、柏市の障害児
学級で学ぶ子どもたちの作品
(絵画、工芸、習字など)約2
40点の展示
☎ 7166・5700

シルバー人材センター 生きがいづくり講座

日時 2月20日(月)・21日(火)・22
日(水)(全3回) いずれも午前9
時30分から午後3時
場所 湖北台隣センター(参
加無料)
内容 介護入門講座「高齢者の
介護講習・予防気功体操」
対象・定員 55歳から65歳くら
いの方、先着20人
持参 昼食(動きやすい服装で
ご参加を)
申し込み・☎ 往復ハガキに講
師名、郵便番号、住所、氏名、
年齢、電話番号、返信用のあて
先を明記し、〒270-0112
1中時2607(社)我孫子市シル
バー人材センター ☎7188・
2200へ

第26回 「健康・生きがい探検講座」

日時・場所 2月26日(日)午後2
時から4時、市民プラザ
内容 「肥満と生活習慣病」
健康イエローカードの肥満に注
意しましょう。
講師 家重勝久さん(NPO法
人日本ホリスティック医学協会
生活習慣病予防指導士)
定員 先着30人
参加費 500円(資料代ほか)
申し込み・☎ 電話またはファ
クスで我孫子健康・生きがいづ
くりアドバイザー協議会・栗原
☎7169・9672

講演会「統合失調症、 家族ができること」

統合失調症の病気を理解し、
当事者との良い関係を築くため
の講演です。

傾聴ボランティアスタッフ養成講座

「傾聴」の技法・技能を習得し、高齢者宅への訪問活動を行
うボランティア養成講座です。

日時 2月22日から4月26日の毎週水曜日午後1時から5時
(初回のみ午後0時30分から) (全10回)
場所 市民会館、アピスタ (参加無料)
内容 専門講師による講義と実技
講師 NPO法人ホールファミリーケア協会ほか
対象・定員 全10回参加でき、講座受講後、傾聴ボラン
ティア活動ができる方、40人(応募者多数の場合は抽選)
主催 桜美林大学加齢・発達研究所、NPO法人ホールファミ
リリーケア協会、我孫子市社会福祉協議会、我孫子市
申し込み・☎ 電話で2月8日までに我孫子市ボラン
ティア・市民活動サポートセンター ☎7185-5233へ

福祉広報「ぼっかぼか」

編集委員を募集



市民の皆さんの
視点でわかり
やすい情報を提
供するため、福祉広報の編集委員
を募集します。

対象・定員 市内在住の18歳以
上の方、3人以内
任期 4月1日から平成19年3月
31日(編集委員会は年間12回程
度で、平日の昼間に開催)
報酬 1回500円

申し込み 郵送、Eメール、直接
持参のいずれかで「福祉広報で表
現したいこと」を800字以内にま
とめ、別紙に住所、氏名、志望動
機、電話番号を明記し、2月16日
必着で〒270-1192市役所福祉総
合相談室(住所省略可) Eメール
sougousoudan@city.abiko.chi
ba.jpへ
☎ 福祉総合相談室・内線476

交通遺児家庭へ奨学奨励金・ 激励金・図書券を交付

対象 陸上交通事故により保護
者を失った18歳未満の遺児を扶
養している家庭で、06年4月に
小学校・中学校へ入学、または
3月に中学を卒業される方のい
い方は、当日登録後に面談)
参加費 無料
申し込み 不要、直接会場へ
☎ 千葉県福祉人材センター ☎
043・248・1294

女性のための健康相談

日時・場所 2月16日(木)午後2
時から3時30分(1人30分程
度)、保健センター
内容 更年期障害や妊娠に関す
ることなど、女性特有の症状や
体の悩み・不安について、女性
の婦人科医師による無料相談
対象 市内在住の女性の方、先
着3人(予約制)
申し込み・☎ 電話で柏健康福
祉センター(柏保健所)地域保
健福祉課 ☎7160・1016

福祉の仕事土曜面談会

千葉県福祉人材センターでは、
求人のある社会福祉施設などの
代表者との個人面談会を行いま
す。
日時 2月4日(土)正午から午後
3時30分
場所 千葉県社会福祉センター
(千葉市中央区千葉港4の3)
対象 福祉施設などに就職を希
望する方で、人材センター来
所登録者(来所登録をしていな
い方は、当日登録後に面談)
参加費 無料
申し込み 不要、直接会場へ
☎ 千葉県福祉人材センター ☎
043・248・1294

生活支援ホームパレット 臨時職員募集

勤務時間 午前6時から9時、
午後4時から8時(いずれの時
間帯または両時間帯も可)
勤務場所 生活支援ホームパレ
ット(布佐934の2)
勤務内容 重度心身障害者・知
的障害者の日常生活のお手伝い
対象 障害福祉に理解がある30
歳までの方(ホームヘルパーの
資格のある方なお可)
時給 850円
申し込み・☎ 電話で鈴木 ☎
90・9306・5345

心臓の健康に関する教室

福祉総合相談室・内線421

名称	日時	場所
心の健康クラブ	20日(月) 14:00~16:00	保健センター
アルコール教室	3日・17日(金) 13:30~15:00	

健康づくりうんどう教室

保健センター ☎7185-1126

日時	場所
8日(木)10:00~11:00	布佐南公園 (雨天中止)
21日(火)10:00~11:00	湖北台中央公園 (雨天時は保健センター)
17日(金)10:00~11:00	天王台西公園 (雨天中止)

各種健診と健康教室

保健センター ☎7185-1126

項目	期日	対象
あわせ学級 (マタニティクラス)	3日・10日・ 17日(金)	妊娠20~27週の方 (3回目は両親、家族)
小児マヒ生ワクチン (ポリオ) 投与	7日(火)~平成17年8月生まれで一回目を投 与する方 14日(火)~平成17年11月15日 に一回目を投与した方	
1歳6カ月児健康診査	2日・9日(木)	平成16年7月生まれ
2歳8カ月児健康診査	16日(木)	平成15年6月生まれ
3歳児健康診査	2日・9日(木)	平成14年7月生まれ
離乳食教室 (要予約)	20日(月)	乳児のいる母親 (先着30人)
健康いきいき 教室	13日・ 27日(月)	体を動かしたい方 (13:00~13:30受付)

健康メモ 264

凍瘡 (しもやけ)

冬に急激に気温が下がりが寒冷
に曝されると、手足の指や耳な
どの抹消が赤く腫れ上がり、痛
痒くなります。抹消の毛細血管
が寒冷刺激で収縮し、組織内に
血球が漏れ、うっ血、浮腫が起
こっています。ひどくなると血
豆や、糜爛(潰瘍)になることも
あります。通常は学童期までは
よくできますが、成人以降はで
きにくくなります。ただし遺伝
の影響は受けやすいです。
治療は、寒冷を避けること。
手袋、厚手の靴下などによる保
温が最も重要です。その上で、
ビタミンEの内服とビタミンE
含有軟膏の外用を行います。通
常はこの治療で2~4週間で治
ります。重症例には、さらにブ
ロスタグランドイン製剤などの
血管拡張剤の内服薬を併用する
こともあります。足に深い潰瘍
を作り、痛みのため歩行困難に
なってしまう場合は、入院の
上、安静、血管拡張剤の点滴治
療を行います。
凍瘡自体はありふれた疾患で
す。ただし、成人以降一時でな
くなったのに、中期以降ある
年の冬に再発し、なおかつ、春
まで症状が続き治りにくい、夏
でも手足が冷たい場合、全身的
な基礎疾患を疑います。この場
合、膠原病の一種であるシェー
グレン症候群の可能性がありま
す。この疾患は更年期の女性に
好発します。涙腺と唾液腺が侵
されるため、目と口が渇きます。
ただし、全く乾燥症状が自覚さ
れない場合もあります。慢性関
節リウマチや橋本病(慢性甲状
腺炎)などの他の自己免疫性疾
患を合併していることが多いで
す。診断は、血液検査と眼科的
所見などを合わせて行います。
シェーグレン症候群の診断が
ついても、凍瘡に対する治療
は先述とまったく同様です。他
の症状には各々治療法を併用
します。
凍瘡が保温などの対策で改善
がない場合、是非、お近くの皮
膚科を受診なさってください。
☎ 我孫子市医師会 ☎7188
・5525

日曜・祝日に病気・歯痛になったら 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

アピコ外科整形外科病院	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。