

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。

戸籍の証明書が新しくなります

平成 20 年 1 月 21 日から戸籍事務のコンピュータ化を開始

市では、1月21日(月)から戸籍事務のコンピュータ化を開始します。戸籍事務はこれまで、手書きやタイプライターでの記載、コピーによる謄抄本の発行など多くが手作業で行われていたため、戸籍作成や証明書の交付に時間がかかっていました。これからはコンピュータ化により、戸籍事務が迅速になり、窓口サービスが向上します。

戸籍の証明書が見やすく分りやすく

これまでの戸籍証明は紙の原本をコピーして作られ、全員を証明するものを「戸籍謄本」、個人を証明するものを「戸籍抄本」と呼んでいました。コンピュータ化する戸籍謄本が「全部事項証明書」(左下表参照)、戸籍抄本が「個人事項証明書」という名称になり、書式も文章体記述式の縦書きから項目別の横書きになります(下表参照)。

今までの紙に書かれた戸籍の原本は、平成に改製された戸籍「平成改製原戸籍」となり10年間保存することになります。コンピュータ化以前の戸籍が必要な場合は、「平成改製原戸籍」を請求してください。(1通750円)

今までの紙に書かれた戸籍の原本は、平成に改製された戸籍「平成改製原戸籍」となり10年間保存することになります。コンピュータ化以前の戸籍が必要な場合は、「平成改製原戸籍」を請求してください。(1通750円)

今までの紙に書かれた戸籍の原本は、平成に改製された戸籍「平成改製原戸籍」となり10年間保存することになります。コンピュータ化以前の戸籍が必要な場合は、「平成改製原戸籍」を請求してください。(1通750円)

今までの紙に書かれた戸籍の原本は、平成に改製された戸籍「平成改製原戸籍」となり10年間保存することになります。コンピュータ化以前の戸籍が必要な場合は、「平成改製原戸籍」を請求してください。(1通750円)

今までの紙に書かれた戸籍の原本は、平成に改製された戸籍「平成改製原戸籍」となり10年間保存することになります。コンピュータ化以前の戸籍が必要な場合は、「平成改製原戸籍」を請求してください。(1通750円)

中央学院大学箱根駅伝応援バスツアー 予選会を1位で通過

第84回箱根駅伝の応援バスツアーを行います。中央学院大学は10月20日立川市で行われた予選会に出場し、個人成績で2位・4位に入るなど全員が安定した走りを見せ、6年連続9回目の箱根駅伝への出場権を獲得しました。

日時・集合場所 平成20(2008)年1月2日(木)午前6時我孫子駅南口集合(午後8時30分帰着予定)

応援場所 往路スタート付近(読売新聞東京本社前)と箱根ゴール付近

定員 先着200人

費用 5,000円(昼食弁当・飲み物・芦ノ湖遊覧付き)

申し込み 専用の申し込み用紙(商工会、市役所、体育館、各行政サービスセンター、アピスタ、各近隣センターに用意)に必要事項を明記し、郵送またはファクスで送付

☎ 我孫子市スポーツ振興応援団事務局(我孫子市商工会内) ☎7182-3131



▲ゴールを目指す木原真佐人選手

中央学院大学箱根駅伝応援写真展

日時・場所 12月18日(火)~24日(月) (18日は午後1時から、24日は午後6時まで)、けやきプラザ(入場無料)

内容 予選会応援風景や普段の練習風景を写真で紹介

☎ 中央学院大学・学生課 ☎7183-6518

▼コンピュータ化後の「全部事項証明書」(例)

(1の1)		全部事項証明
本籍名	千葉県我孫子市東西五丁目3番地	甲野 太郎
戸籍事項	【改製日】平成20年1月20日 【改製事由】平成6年法務省令第51号附則第2条第1項による改製	
戸籍に記載されている者	【名】太郎 【生年月日】昭和46年5月12日 【配偶者区分】夫 【父】甲野義太郎 【母】甲野花子 【続柄】長男	
身分事項	【出生日】昭和46年5月12日 【出生地】千葉県我孫子市 【届出日】昭和46年5月20日 【届出人】父	
婚姻	【婚姻届】平成15年2月3日 【配偶者氏名】乙野梅子 【従前戸籍】千葉県我孫子市東西二丁目2番地 甲野義太郎	

☎ 市民課・戸籍専用電話 ☎7185-1884

▼正字への置き換え例(一部)

膝	⇨	藤	邊	⇨	邊
齋	⇨	齋	藏	⇨	藏
邊	⇨	邊	伊	⇨	伊

▼戸籍証明書の変更事項

項目	今まで	コンピュータ化後
名称	戸籍謄本 戸籍抄本	戸籍の「全部事項証明書」 戸籍の「個人事項証明書」
サイズ	B4判横長(袋綴)	A4判縦長
書式	文章体縦書き	項目別横書き
用紙	白紙	地紋入り偽造防止用紙
公印	朱肉印	黒色の電子印
手数料	1通 450円	1通 450円

市議会定例会が開会

日程(予定)
 12月6日(木) 本会議(議長選挙など) (午後1時開会)
 12月11日(火)から13日(木) 本会議(一般質問) (午前10時開会)
 12月14日(金)から19日(水) 委員会(午後1時開会)
 12月20日(木) 予算審査特別委員会

員会(午後1時開会)
 12月21日(金) 本会議(採決など) (午後2時開会)
 ※開会時間は変更になる場合がありますので、傍聴の際はお問い合わせください。
 ※定例会の日程は、市のホームページでもご覧いただけます。
 ☎ 議会事務局・内線260

図書館の検索コンピュータで本やCDの予約が可能に

1月5日からスタート、12月1日から事前申請を受け付け

平成20(2008)年1月5日(出)から、図書館内検索コンピュータで本やCDなどの予約サービスがスタートします。また、本人の貸出状況や予約状況も確認できます。サービスを利用するにはパスワード発行の申請が必要です。予約可能数 本・雑誌20冊まで、CD・カセットテープ5点まで
 利用資格 我孫子市民図書館利用カード登録者で中学生以上の方
 持参 図書館利用カード、身分を証明できるもの(運転免許証・健康保険証・学生証など)

パスワード発行窓口 市民図書館(アピスタ内)、湖北台分館、布佐分館(移動図書館そよかぜ号では不可)
 ※窓口でパスワードを発行するため、必ずご本人が申請してください。
 ※12月1日から、我孫子市在住・在勤・在学の方を対象にパスワードの発行を開始します。(利用は1月5日から)
 ※市内在住・在勤・在学以外の利用者の方は、1月5日から申請を受け付けます。
 ☎ 市民図書館 ☎7184-1110、湖北台分館 ☎7187-3055、布佐分館 ☎7189-1311

平成20(2008)年度から 市県民税が変わります

問 課税課・内線334・335

1 地震保険料控除が創設されました

これまでの損害保険料控除を改め、新たに地震保険料控除が創設されました。地震保険契約に係る保険料などが控除の対象となります。

また、損害保険料控除は廃止されましたが、経過措置として平成18年末までに締結した長期損害保険契約等に係る保険料等については、地震保険料控除の対象となります。

◎地震保険料控除の控除額

その年に支払った保険料等の金額に応じて、次により計算した金額が控除額となります。

区分	年間の支払保険料の合計	控除額
①地震保険料	50,000円以下	支払い金額の1/2
	50,000円超	25,000円
②旧長期損害保険料	5,000円以下	支払い金額の全額
	5,000円超、15,000円以下	支払い金額×1/2+2,500円
	15,000円超	10,000円
地震保険料と旧長期損害保険料の両方がある場合	—	①、②それぞれの方法で計算した金額の合計額(最高25,000円)

※上記は、市県民税の控除額です。所得税の控除額は異なります。

注) 1. 一つの損害保険契約等で、①、②の両方の契約を含む場合には、いずれか一方の契約のみ控除対象となりますので、ご自身で判断し選択してください。

注) 2. 経過措置の対象となる「長期損害保険契約」とは、満期返金を支払う旨の特約のあるもので、保険期間または共済期間が10年以上ある損害保険契約などをいいます。

2 所得税から住宅ローン控除を引ききれなかった方は申告が必要です(住宅借入金等特別税額控除) …平成20年度分から平成28年度分までの住民税に適用されます

税源移譲で所得税が減少することにより、住宅ローン控除額が所得税額より大きくなり、所得税から控除しきれなくなる場合があります。

このため、経過措置として平成11年から平成18年末までに入居した方に限り、所得税から控除しきれなくなった差額分を平成20年度分以降の住民税から控除します。なお、この控除を受けるには毎年申告していただく必要があります。

対象者	次の①または②に該当される方 ①税源移譲により所得税額が減少する結果、住宅ローン控除限度額が所得税額より大きくなり控除しきれなくなった方 ②住宅ローン控除額が大きく、これまでも控除しきれなかったが、税源移譲により控除しきれない額が大きくなった方
計算方法	住宅ローン控除額 = 次①、②のいずれか少ない金額 ①前年分の所得税の住宅ローン控除限度額 ②税源移譲前の税率で算出した前年分の所得税額 - 税源移譲後の税率で算出した前年分の所得税額
申告	対象となる方は、その年の3月15日(平成20年は3月17日)までに、市役所に申告書を提出した場合にこの控除の適用があります なお、確定申告書を提出する場合は、税務署を通して申告書を提出してください。

※申告書は1月上旬から市役所に用意する予定です。

3 所得変動に伴う住民税の還付を受けるためには申告が必要です(税源移譲時の年度間の所得の変動に係る経過措置) …平成19年度の住民税のみに適用されます

平成19年中の所得が大きく下がり平成19年分の所得税が課されなくなった方で、下記の条件を満たす場合には平成19年度の住民税増加分を税源移譲前の税額まで減額します。

対象者	次の①と②の条件を満たす方 ① 平成19年度住民税の課税所得金額(申告分離課税分を除く) ② 平成20年度住民税の課税所得金額(申告分離課税分を含む) > 所得税との人的控除額の差の合計額(下表参照) ≦ 所得税との人的控除額の差の合計額
計算方法	平成19年度の合計課税所得金額について、税源移譲後の税率を適用し調整控除を行った後の金額から、税源移譲前の税率を適用した税額を差し引いた金額を減額します。既に納付済みの場合は、還付または充当します。
申告	対象となる方は、平成20年7月1日から平成20年7月31日までの間に平成19年1月1日現在の住所所在地(平成19年度住民税が課税されている)の市区町村に申告書を提出する必要があります。

▼主な人的控除の内容と控除差額例

控除の内容	住民税控除額	所得税控除額	控除額の差	
配偶者控除	一般	33万円	38万円	5万円
	老人	38万円	48万円	10万円
扶養控除	一般	33万円	38万円	5万円
	特定	45万円	63万円	18万円
	老人	38万円	48万円	10万円
	同居老親等	45万円	58万円	13万円
基礎控除	33万円	38万円	5万円	

4 65歳以上の方に対する非課税措置廃止に伴う経過措置が廃止になりました

65歳以上の方で前年の合計所得金額が125万円以下の方に対する非課税措置が廃止となったことに伴い、平成17年1月1日現在で65歳に達していた方で、前年の合計所得金額が125万円以下の方については、経過措置として次のとおり平成18年度分および平成19年度分限り市県民税が減額されていましたが、平成20年度分からは全額課税となります。

区分	平成18年度分	平成19年度分	平成20年度分
均等割	県民税1,000円→300円 市民税3,000円→1,000円	県民税1,000円→600円 市民税3,000円→2,000円	県民税1,000円 市民税3,000円
	所得割額の2/3を減額した金額	所得割額の1/3を減額した金額	所得割額の全額

湖北駅北口のエレベーター・エスカレーターの設置工事にご協力を

湖北駅構内のエレベーターが完成

湖北駅北口のエレベーター(1基)の設置工事を進めています。12月1日から湖北駅北口のエレベーター(1基)の設置に合せて、視覚障害者の方々が安心して利用できるよう、点字誘導ブロックも設置されました。

湖北駅構内のエレベーターが完成しました。JRが進めていた、湖北駅構内のエレベーター(1基)工事が完了し、11月19日から利用できるようになりました。エレベーターは、11人乗り車いす対応型で、エレベーターの設置に合わせて、視覚障害者の方々が安心して利用できるよう、点字誘導ブロックも設置されました。

と上り用エスカレーター(1基)の設置工事を行っています。また、視覚障害者を持つ方が安心して駅を利用できるように、点字誘導ブロックと音声誘導装置も整備します。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。工事期間 12月1日から平成20(2008)年3月末を予定

平成20(2008)年度予算の編成過程の公開 皆様のご意見をお待ちしています

市では平成20(2008)年度の予算案編成過程で、新規事業についてどの事業を採択するかしないかのホームページで公開し、市民の皆様のご意見をお聴きします。

市が取り組まなければならない事業は数多くありますが、限られた予算ですべての事業を実施することは不可能です。このため、事業の目的や必要性、事業費などを明らかにし、事業採択の透明性を高め、説明責任を果たしていきます。

また、第4期実施計画策定(平成20(2008)年度から22(2010)年度)および今後5年間に予定される大規模事業の概要を公開します。

ホームページ掲載日程

◎12月中旬…各部署から出されたすべての新規事業一覧表(約270事業の概要や予算要求額などで、事業の優先度を4段階に分類)

◎12月下旬…事業の優先度を精査した一覧表(事業の優先度や予算要求額をさらに絞り込み)

◎20(2008)年1月下旬…事業採択の一覧表

◎2月上旬…事業採択の一覧表(最終結果)

◎2月下旬…事業採択した事務事業評価表

※公表資料は、市役所行政情報資料室、各行政サービスセンターなどでご覧になれます。

企画調整担当 ☎7185-1426

我孫子市市民活動サポート委員会の「人財バンク」登録者を募集

我孫子市市民活動サポート委員会では、人財バンクをリニューアルし再スタートするのに先立ち、市民活動支援の分野で、相談員やアドバイザーとして登録していた方を募集します。

人財バンクは、さまざまな知識・技能を持つ市民の方々に登録していただき、市民活動団体や市民から相談や講師依頼があった際に対応していただくシステムです。

詳しくは、12月13日(休)に募集説明会を行います。

◎今回募集する分野

①市民活動団体が作成する広報や会報の編集、チラシ、ポスターなどのレイアウト・デザインについてアドバイスが出来る方、もしくは団体
②市民活動団体にパソコン操作やホームページ作成の指導やアドバイスが出来る方、もしくは団体

募集説明会

日時・場所 12月13日(休)午後2時から3時、市民活動ステーション
我孫子市市民活動サポート委員会 ☎7185-6300

市内各地で防犯パトロール

我孫子市の刑法犯発生件数は、平成19(2007)年9月現在で、前年同期よりも16%減少しています。しかし左表のとおり、空き巣や自動車盗、車上ねらいなどが多発しています。

地域の防犯活動

地域では、自治会から選出されたボランティアの防犯指導員や、教育委員会から委嘱された少年指導員、また、各自治会単

位で自発的に発足したグループが各地域のパトロールを実施しています。

青パト車によるパトロール

市では、平成16(2004)

年に青パト(青色回転灯装着パトロール車)1台を購入し、防犯団体、自治会、PTAなど地域で活動する団体へ貸し出し、防犯活動、交通安全運動、防災訓練などに活用しています。

我孫子警察署の活動

我孫子警察署では、我孫子市民と協力して、「どうしたら犯罪にあわないか」「犯罪はどんな時におこるのか」など被害の予防策として、自治会単位で防犯講話を開催したり、侵入盗の泥棒から家を守る「家屋の防犯診断」を実施しています。また、赤色灯車両(パトカーなど)による、

また、本年度は着脱式青色回転灯を10基(内3基は教育委員会)を購入し、市の公用車に装着し市内の防犯パトロール時に活用しています。

入盗が多く発生する住宅街での警戒パトロールを実施しています。
市民安全室・内線486、我孫子警察署 ☎7182-0110

▼19年9月までの刑法犯認知件数

罪種・手口	件数	前年比
殺人	0	-1
強盗(うち路上強盗)	6	4
放火	0	-2
暴行	11	-2
傷害	22	4
恐喝	7	7
侵入盗	80	-51
空き巣ねらい	34	4
忍込み	11	0
事務所荒し	13	-10
出店荒し	19	-11
その他侵入盗	39	-12
自動車盗	29	-15
オートバイ盗	239	-19
自転車盗	107	-31
非侵入盗	13	5
車上ねらい	46	-25
ひったくり	12	1
部品ねらい	228	-9
自販機ねらい	48	-3
その他非侵入盗	1	0
詐欺	8	1
その他知能犯	15	-16
住居侵入	49	-20
占有離脱物横領	118	-19
その他	1,155	-220
総数		

防犯講話を開催したり、侵入盗の泥棒から家を守る「家屋の防犯診断」を実施しています。また、赤色灯車両(パトカーなど)による、

窓ガラスに対する主な対策例

- 空き巣の侵入手口は、窓ガラスを割って侵入するケースがもっとも多く、次に無施錠窓からの侵入が多くなっています。
- ◆防犯フィルムの貼付(窓を突き破りにくくします)
- ◆補助錠の設置(安価で設置も簡単です)
- ◆窓の振動を感知する刑法プザー(設置も簡単で効果は大です)
- ◆センサーライトを付ける(犯行がしにくくなります)

子育ての悩みを1人でかかえていませんか

～地域や夫婦で支えあい、子どもが楽しいと思える家庭を～

市では昨年、子育て・子育てに関するアンケート調査を行いました。

◎乳幼児の母親の悩みは「自分の時間がない」、「子どもにあたってしまう」

乳幼児の母親のうち3人に1人が「自分の時間がとれず自由がない」、「子どもを怒鳴ったり、辛くあたってしまう」ことに悩んでいます。

また、近所づきあいが希薄になり、親子で行き来したり、気軽に相談できる相手がなくなっています。このため、母親が一人で子どもの相手をし、自分の時間がとれず、心のゆとりがなくなってしまうようです。

◎お父さんからねぎらいの言葉を。家族の会話が楽しい家庭を

母親が子どもと笑顔で過ごすためには、母親がリフレッシュできる自分の時間を持つように父親が家事や育児を交代したり、「家事や育児に頑張ってくれて

るね」と言葉をかけることが心の支えとなります。

夫婦が支えあい、家族の会話が楽しくなると、親子関係も良くなります。家庭を楽しいと思う理由として、子どもたちの半数以上が「家族の会話が楽しい」、3人に1人は「親が自分の話を良く聞いてくれる」と回答しています。一方、家庭が楽しくない理由の半数以上は「親が口うるさい」です。

子ども課までお気軽に相談を

子ども課では、経験豊かな相談員や子育てコーディネーターが悩みをじっくりとお聞きし、一緒に考えていきます。匿名でも電話相談できますので、一人で悩まずに相談してみませんか。相談は、面談(来所、訪問)もお受けしています。
☎相談先 子ども課 ☎7185-1821(直通)



年末年始に快速「エアポート常磐」(上野〜成田空港)が運行

JR東日本東京支社は11月21日に、年末年始に常磐沿線から成田空港へ乗り換えなしで行ける快速「エアポート常磐」を運行すると発表しました。都心から常磐線・成田線を経由して成田空港へ直通運行する列車ははじめてのことです。



▲エアポート常磐号のイメージ写真提供...JR東日本東京支社

私は、市長就任以来、まちづくりを進めるうえで鉄道の利便性向上が最優先課題であると考へ、「特別快速」の我孫子駅停車、快速電車の東京駅乗り入れ、成田線の増発、成田空港へのアクセス向上を強くJR東日本に働きかけてきました。今回、年末年始限定とはいえ「エアポート常磐」の実現は、常磐線・成田線の利便性向上に取り組みうえで、大きな意義があると考えています。

「エアポート常磐」は、12月29日から31日と来年1月3、5、6日の6日間で、午前と午後に上り下り各2本が運行され、停車駅は上野、北千住、松戸、柏、我孫子、成田空港、成田です。1月3、5、6日の上り列車は成田駅にも停車します。

男女共同参画メモ 13



アンパイドワーク(無償労働)

労働には有償労働と無償労働があります。今号では、アンパイドワーク(無償労働)について説明します。アンパイドワークとは、賃金や報酬が支払われない労働や活動のことです。具体的に、家事、育児、介護・看護ボランティアなどの社会的活動、農業や自営業などでの労働など、報酬はないけれども時間を費やし、社会の維持や生活のために欠かすことのできない労働です。女性はこれらの無償労働のほとんどを担っています。社会的にも経済的にも過少に評価され、そのため女性は無償労働の経済的貢献が認められないまま、男性との経済格差が生じている現状があります。

内閣府の「男女共同参画社会に関する世論調査」(平成19(2007)年8月調査)によると、「夫は外で働き妻は家庭を守る」という固定的性別役割分担については、反対が5割を超えました。「仕事」「家庭生活」「地域・個人の生活」の関わり方について、女性も男性も「仕事と家庭生活をともに優先したい」が多くなっていますが、希望とは異なり、現実には男性は「仕事を優先している」が多く、女性は「家庭生活を優先している」が多くなっています。

家庭生活も大切にしたいと思っている男性がアンパイドワークに従事しにくい理由の一つは、男性の長期間労働と考えられ、家事や育児、介護、ボランティアなどの活動をやりたくてもできないという状況です。今後は、男女ともに働き方を見なおすことにより、無償労働と有償労働のアンバランスを改め、ともに家事と生活の調和(ワークライフバランス)を目指していくことが求められます。

男女共同参画担当・内線293

冬の交通安全運動実施

「～油断せず いつも心に 初心者マーク～」 「～危ないよ わたれるつものり その横断～」をスローガンに、12月10日から12月31日まで交通安全運動が実施されます。◎飲酒運転は重大な事故を引き起こす要因になるので、絶対にしないでください。◎年末は忘年会など飲酒の機会が多くなるので、家庭や職場で飲酒運転を「しない、させない、見逃さないこと」を徹底してください。

また、歩行者・自転車の交通事故も多発しています。夕暮れ時、自転車や車は早めにライトを点灯し、夜間の歩行時や自転車利用時には、明るい服装や反射材などを活用し、安全対策をとりましょう。

みなさん一人ひとりが交通ルールとマナーを守り、交通安全を心がけましょう。

重点目標 飲酒運転の根絶

高齢者の交通事故防止

夕暮れ時と夜間の走行中・自転車乗車中の交通事故防止

市民安全室・内線486、我孫子警察署 ☎7182-0110



人権について考えてみませんか

あなたの人権は守られていますか 他人の人権を侵していませんか

12月4日から10日は 人権週間です

人間は、だれでも「幸福な生活を送る権利」を持っています。この権利が人権といわれるもので、人間らしく生きていくために、なくてはならない権利です。

法務省と全国人権擁護委員連合会では、人権について正しく理解し、相手の立場を考えた明るい社会を築くため、人権週間に特設人権相談などを行います。

に配慮しよう
* インターネットを悪用した人権侵害は止めよう
* 性的指向を理由とする差別をなくそう
* ホームレスに対する偏見をなくそう

に配慮しよう
* 性同一性障害を理由とする差別をなくそう
* 北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めよう

特設人権相談所を開設
日時・場所 12月6日(木)午前10時から午後3時(費用無料)
生活支援課(市役所西別館2階)
相談内容 いじめ、親子・夫婦・相続などの家庭問題、借地・借家・名誉・差別・いやがらせなど人権上の問題や悩みごとなど
相談員 人権擁護委員
申し込み・電話で生活支援課・内線377へ

新たに私道を提供された方へ 固定資産税が軽減されます

土地を私道として利用している場合、その幅員や利用形態により固定資産税が軽減されますので申告してください。ただし、敷地内の通路や、敷地延長部分は除きます。

軽減される私道の要件(いずれか)
◎公道から公道に通じ抜けできる私道

◎建築基準法により、公道から後退(セットバック)した土地
◎袋小路の場合は幅員が4m以上で、そこを通らなければ公道に出られない家屋が2戸以上ある私道

申告期限 12月21日(金)
税額軽減時期 平成20(2008)年度課税分から
提出先 課税課(市役所本庁舎1階)
課税課・内線339

12月10日から16日は 北朝鮮人権侵害問題啓発週間

北朝鮮当局による人権侵害問題に関する国民の認識を深めるとともに、国際社会と連携しつつ北朝鮮当局による人権侵害の実態を解明し、人権侵害を抑制することを目的として、平成18年6月に「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行されました。

国や地方公共団体の責務が定められるとともに、毎年12月10日から16日までを「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」と定めています。

拉致問題の解決を始めとする北朝鮮当局による人権侵害問題への対処が、国際社会を挙げて取り組む課題とされる中、この問題への関心と認識を深めていくことが大切です。

生活支援課・内線377

市民の為の マンション セミナー



日時 12月22日(土)午後1時から4時30分
場所 中央学院100周年大学記念館
内容 ◎基調講演「管理組合が

できることは？」富田路易さん(独立行政法人住宅金融支援機構・住宅総合調整室首席研究員)
◎報告「まちづくりとマンション」地域コミュニティの視点から「福岡浩彦さん(中央学院大学客員教授、前我孫子市長)
◎グループ相談会(分科会)対象 東葛地区のマンション管理組合
費用 無料
申し込み・問い合わせ先
中央学院大学社会システム研究所・事務局 ☎7183・652
2F ☎7182・6137
Eメール cgu-kenkyusyo@cgu.ac.jp

住宅用火災警報器や消火器等の 不適正訪問販売にご注意!

消防法と我孫子市の火災予防条例により、すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。
これにより、悪質な訪問販売や電話によるセールスが増えることが考えられます。断る勇気を持ちましょう。



悪質な訪問販売や 電話によるセールスの手口

・消防職員や市の職員を装う
・特別価格を強調する(値段の相場は4000円から7000円位が中心です。)
・「設置しないと罰則がある」とおどす(罰則はありません)
※消防署や市で販売することはありませんので注意してください。
また、最近各地で企業を狙った消火器の不適正な点検による高額請求の被害が多発しています。

トラブル防止のポイント

・契約業者が確認し身分証明書の提示を求める
・不審に思ったらはっきりと点検を拒否する
・契約書に印鑑を押さない
※同様な手口で、一般住宅でも発生していますので、ご注意ください。
クーリングオフ対象商品です。
消防本部予防課 ☎7181・7702

野焼きは禁止です



野焼き(農林漁業に必要な焼却、宗教・慣習による焼却などは除く)は、不完全燃焼による一酸化炭素やダイオキシンなどの有害物質の発生や、煙による人や樹木などへの被害、火災の危険があり廃棄物処理法で禁止されています。

また、廃棄物処理法で定める構造基準を満たしていない「家庭用焼却炉」、「事業所用小型焼却炉」、「ドラム缶」、「一斗缶」などは使用できませんのでご注意ください。
家庭ごみは、分別して収集日にごみ集積所へ出してください。事業所から出たごみは、クリーンセンターに直接搬入するか、許可業者に依頼し適正に処理するようにお願いします。



野焼きを発見した場合は、クリーンセンターまで連絡してください。
クリーンセンター ☎7118
7・0015

我孫子のCO2を減らそう!



「インターネット環境家計簿」を使ってみませんか

市では、我孫子市のCO2を減らすために、東京電力のTEPOREサイトを利用したCO2家計簿への参加を、市民の皆さんに呼びかけています。次の手順で利用できます。

- 1 東京電力のTEPOREサイト <http://www.tepore.com/co2diet/> に会員登録をする
 - 2 光熱費データを入力する(団体IDはabikoと入力)
 - 3 CO2量を確認して、エネルギーの使い方を見直す
- ※入力方法など詳しくは、市のホームページをご覧ください。

CO2削減のため できることから始めよう

自動車の使い方でも減らそう! ～エコドライブをしよう～

停車や駐車時のアイドリングを無意識のうちにしていませんか?アイドリング時にも、ガソリンは1分あたり約14mlも消費されています。1日5分のアイドリングを止めると、年間(240日として)16.8ℓが節約されます。特に仕事などで車を頻りに使う方ほど、削減量も大きくなり、ガソリン代も節約になります。

「限られた資源をムダなく、大切に。停車中はエンジンをオフ。」習慣づけが大切です。

手賀沼課・内線462

大気汚染防止のための 冬期対策にご協力を

冬は大気がよどみやすい気象条件になり、千葉県、市町村、工場、事業所などでは、平成20(2008)年1月31日まで大気汚染を防止するための冬期対策を行っています。皆さんのご協力をお願いします。

- ◎マイカー通勤を控え、電車やバスを利用しましょう
 - ◎一人乗りは不経済なうえ、交通量を増やすので、同乗を心がけましょう
 - ◎アイドリング・ストップに努めましょう
 - ◎車を買い換える際は、環境にやさしい低公害車を選びましょう
- 空気を汚す大きな原因の一つである窒素酸化物(NOx)は、自動車から排出される量が一番多く、全体の約半分をしめています。

手賀沼課・内線569

子どものための舞台鑑賞事業



「バーレルセルの森にて」
1月20日(日)午後2時30分開演
けやきプラザ

現代の機械化された生活の中で薄れがちな、人と人とのつながりや相手を思いやる気持ちを表現力豊かな人形たちで、丁寧に繊細に紡いだファンタジー。小さな子どもたちから大人まで、すべての年齢層にやさしく語りかけ、心豊かになる作品です。

日時 平成20(2008)年1月20日(日)午後2時開演、午後2時30分開演
場所 けやきプラザふれあいホール
作・美術 山本由也さん
演出 かわせみ座
対象・定員 5歳以上の方、500人
入場料 1000円(全席自由)
※12月1日から発売開始です
入場券販売場所 けやきプラザ内福祉ショップ&軽喫茶ほぼら、荒井書店、ミリオン楽

器我孫子市、東京事務器、写真のおちあい、教育委員会文化課 ※教育委員会文化課で、前売り券10枚をお求めの方には、1人分の付添券をお付けします。無料送迎バス 市内の10人以上の子どもの中心の団体は、無料送迎バスが利用できます。希望する団体は、教育委員会文化課(平日午前8時30分から午後5時)へ電話で申し込みください。(定員になり次第締め切り)
託児室 2歳以上就学前のお子様で託児を希望する方は1月10日まで文化課へ電話で申し込みください。(無料・保育士付)
主催 我孫子市教育委員会
運営 我孫子市子どものための舞台鑑賞事業実行委員会(子ども育成連絡協議会、あびこ子ども劇場、子ども文化連絡会、文化課)
教育委員会文化課 ☎7185・1601

第28回郷土芸能祭

美しき 我孫子の感性



市内に古くから伝わる民俗芸能と日本古来の伝統的な笛・太鼓によるお囃子の祭典「郷土芸能祭」を開催します。



今回も、民俗芸能を伝承している市内の団体のほか、小・中学校の郷土芸能クラブが参加します。

また、今年は「天使のような美声」の持ち主の笛吹奈保子さん(写真)をゲストとしてお招きしています。

日時・場所 12月2日(日)午前10時30分開演、11時開演、湖北地区公民館(入場無料)

出演(出演順)・演目
*湖北小学校郷土芸能クラブ：「仁羽」
*布佐小学校郷土芸能クラブ：「仁羽」「投合」

*古戸はやし連中：「三隻三番五人囃子」
*笛吹奈保子さん(ゲスト)：「浜辺のうた」「Maunaleo」
*布佐中学校郷土芸能講座：「仁羽」「投合」
*あびこふるさと会：「大杉囃子」「仁羽」「五囃子」「獅子舞」
*我孫子第四小学校伝統芸能クラブ：「仁羽」
*ひよっこ睦：「昔比上使」
販売 白樺派のカレー(500円・予定)、我孫子農産物直売所
主催 我孫子市教育委員会
教育委員会文化課 ☎7185・1601

第49回企画展 日本の鳥コーナー ~図鑑とちがう標本になった鳥たち~

今回の企画展では、鳥の博物館が収蔵する約300種の鳥類標本を一堂に展示します。鳥の博物館が収蔵する標本

は、不慮の事故や病気で命を落としてしまった鳥です。中には、幼鳥や換羽中の個体などさまざまな時期の鳥の姿が見られます。標本が拾得された時期や場所を確かめながら図鑑に描かれている図版との違いを見て考えてみませんか。

日時・場所 12月8日(土)から平成20(2008)年3月30日(日)、鳥の博物館2階企画展示室
鳥の博物館 ☎7185・2212

第15回巣箱教室



鳥の博物館フロアスタッフイベント
巣箱を作ってシジュウカラの子育てを観察してみませんか？

日時 12月8日(土)午後1時30分から4時
場所 鳥の博物館多目的ホール
内容 巣箱作り、巣箱のかけ方・手入れ、観察のコツなど
対象 市内在住で小学校3年生以上(小学校2年生以下は保護者同伴で)

※ご家族での参加歓迎
定員 先着20組
持ち物 かなづち、プラスドライバー、キリ、軍手、巣箱を持ち帰るための大きな袋
参加費 600円(材料代)
申し込み・参加 12月7日まで
電話で鳥の博物館 ☎7185・2212へ

2008年版 手賀沼カレンダー 12月6日に配布

配布場所・時間	配布日
つくし野コミュニティホール	12月6日(木)当日のみ
湖北市民センター	配布場所・時間 左表参照 配布上の注意 ■配布部数は配布場所にお越しいただいた方1人につき1部 ■部数がなくなり次第配布終了 ■電話予約や郵便での申し込みは不可 ■配布場所付近は路上駐車しないでください ■配布場所と時間をよく確認のうえお出かけください。
湖北地区公民館	
布佐市民センター本館	
近隣センター(根戸・久寺家・天王台北・こもれび・新木・布佐南)	
アビスタ	
けやきプラザ2階ふれあいホール	
水の館(親水広場)	
3階研修室	
手賀沼課・内線467	

今月のギャラリー

催し名・問い合わせ	日時
利根陶房作品展 桑島 ☎7139-4928	~12月5日(水) 10時~18時
新芸術協会 四人展(油彩) 松田 ☎7182-4891	7日(金)~12日(水) 10時~18時(7日は13時から)
グリーンキルターズ パッチワーク・キルト展2007 窪田 ☎7189-2564	15日(土)~18日(火) 10時~17時
2007日本画展 近藤 ☎7182-1778	21日(金)~25日(火) 10時~18時(21日は13時から、25日は16時まで)

場所	作品・作者	展示期間
湖北台分館	あみもの…松永ナナコとシルバー人材センターの仲間たち	1日(土)~28日(金)
布佐分館	水彩画「クリスマス」…山本雅子	

けやきプラザ

場所	催し名・問い合わせ	展示期間
第1・第2	ケイ&MEME 親娘展 佐藤 ☎7169-1245	~12月2日(日) (第2ギャラリーは10時から17時)
第1	中央学院大学箱根駅伝応援写真展 同大学学生課 ☎7183-6518	18日(火)~24日(休) (18日は13時から、24日は16時まで)
第2	R.HAMA 展 濱 ☎7126-2030	18日(火)~24日(休) 10時~19時30分 (18日は12時から、24日は17時まで)

アビスタストリート

催し名・問い合わせ	日時
手賀沼カレンダー写真展 手賀沼課 ☎7185-1484	~12月11日(火) (11日は15時まで)

けやきプラザ県民講座

講座名・講師・対象・定員	日時
「三代交流・遊びの道場⑧ 手づくりおもちゃであそぼ」講師…川上千里さん 定員…先着15組(未就学児と保護者で1組)	12月8日(土) 10時~12時
「高齢社会を生き抜く知恵②~成年後見制度の利用の仕方~」講師…小川裕二さん(権利擁護センターばあとなあ千葉運営委員長) 定員…先着50人	12月14日(金) 10時~12時
「高齢社会を生き抜く知恵③~独りになったときに使える地域の社会資源~」講師…松谷浩光さん(我孫子市地域包括支援センター) 定員…先着50人	1月23日(水) 14時~16時
「往診医が見た在宅の現場・連携で支える在宅リハビリテーション」講師…飯島治さん(亀戸大島クリニック院長・整形外科医) 定員…先着30人(介護専門職対象講座)	12月9日(日) 13時~17時
「サービス提供責任者指導業務(SV研修)講師…西野雅信さん(介護実習センター専門職研修担当) 定員…先着20人(介護専門職対象講座)	12月15日(土) 13時~17時
「リハビリの中での福祉用具の有効的な活用のためのヒント」講師…西野雅信さん(介護実習センター専門職研修担当) 定員…先着20人(介護専門職対象講座)	12月23日(祝) 13時~16時

場所 けやきプラザ内ふれあいプラザ(本町3の1の2)
参加費 無料(材料費など実費が必要な場合あり)
申・参加 電話がファクスで住所、氏名、電話番号を明示し、けやきプラザ内福祉ふれあいプラザ ☎7165-2881 fax7165-2882へ

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。

でかけてみませんか

第2回音楽のおくりものわいわいコンサート

12月15日(土)14時開演 所アピスタ 内おはなしミュージカル「眠れる森の美女」ほか 出演 出剛さん、恩澤紗織さん、須田永子さん、中村由美さん、鳴瀬有香さん、宮本文恵さん、山本梨央さん、大野敦子さん(語り手) 対当日先着150人 費無料 主・園教育委員会文化課 ☎7185・1601

東葛・葛南特別支援学校 11校合同作品展

12月5日(水)〜11日(火)9時〜16時(10日)は休館、11日(火)は14時まで) 所さわやかちば県民プラザ(柏市柏の葉4の3の1) 内学校紹介パネルの展示、絵画、工作、書道、写真、作業製品などの作品展示 園県立我孫子特別支援学校・稲見 ☎7187・0831

布佐地区社協まつり

12月9日(日)10時〜14時30分(荒天中止) 所布佐地区社会福祉協議会 内バンド演奏「そねねくらぶ」、郷土芸能、手話ダンス、健康コーナー(骨年齢測定・背骨検査・体脂肪/筋力量チェック、健康相談ほか)、もちつき、市内作業所物販販売ほか 費入場無料 園布佐地区社会福祉協議会 ☎7189・2

チャリティー・フリーマーケット

12月2日(日)(雨天時は9日)10時〜15時 所アピスタ前広場(手賀沼公園入口) 内飼

中央学院大学吹奏楽団 第13回定期演奏会

12月8日(土)16時開演 所柏市民文化会館 曲アルメニアダンスパート1、パイレーツ・オブ・カリビアンほか 出中央学院大学吹奏楽団、平野智之さん(指揮) 費無料(全席自由) 園中央学院大学・学生課 ☎7183・6518

室内合奏団クレメンティア 第6回演奏会

12月9日(日)15時開演 所カトリック豊四季教会 内「早川りさこ」ハープの世界(お話しと演奏)、「室内合奏団によるモーツァルトとロバートの音楽演奏 曲フルート・ヴィオラ・ハープのためのソナタ(ドビュッシー)ほか 出早川りさこさん(ハープ)、湯川和雄さん(フルート)、加藤えりなさん・古川沙織さん(ヴァイオリン)、植村理一さん(チェロ)、松本ゆり子さん(チェロ) 費3500円(全席自由)〈当日券4000円、会員3000円、小・中・高校生1000円、身障介助者2000円 チケット券販売場所すばる書店、ミリオン楽器、荒井書店、紀伊国屋(おたかの森駅そば)、浅野書店 園室内合奏団クレメンティア友の会・山中 ☎7187・0960

ABBYY Christmas Stage

12月9日(日)13時30分開演 所アビイクトール(イトーヨーカドー3階) 出オルフェウスウィンドアンサンブル、柿のへた、前原圭輔さん、あびこ少年少女合唱団、キヤラバン、サウンドユニット「あぶん」 ※同日12時から、エントランスホールにて「すずの木ハンドルクワイア」の演奏あり。 費無料 主・園アビイクトール ☎7182・1351

第15回フロンテア ニューイヤークンサート

平成20(2008)年1月20日(日)15時30分開演 所柏市民文化会館 曲ヴァイオリン協奏曲二長調 作品77(ブラームス)ほか 出新日本フィルハーモニー交響楽団、梅田俊明さん(指揮)、渡辺玲子さん(ヴァイオリン) 対我孫子市・柏市・流山市在住の方、1400人(応募多数時は抽選、未就学児の同伴は不可) 費無料 申・園往復ハガキに住所、氏名(2人分) 持・持参 申・申し込み(記載のないものは申し込み不要) 主・主催・共催 園・問い合わせ

昔のレコードを聴こう

平成20(2008)年1月26日(土)10時 内・所家で眠っているレコードを湖北地区公民館のホールで聴いてみませんか? 約5分ほどのアナログレコードを持参していただき、昔懐かしい音楽を楽しみます。対先着20人(応募多数時は抽選) 費無料 申・園直接、またはハガキかファクスかEメールに住所、氏名、歌手名、曲名、電話番号を明記し、12月10日必着で〒270-1122中里81の3湖北地区公民館 対先着60人 費無料 申・園電

再就職準備セミナー

平成20(2008)年1月13日(日)10時〜12時 所さわやかちば県民プラザ(柏市柏の葉4の3の1) 内「再就職はじめてのステップ」私のライフワークを見つめるために」講演:栗原知女さん(シニア産業カウンセラー) 対先着60人 費無料 申・園電

12月の市民相談 ※相談名が色付きのものは予約制です。

Table with 2 columns: 相談種別 (e.g., 法律相談, 人権相談, 税務相談) and 実施日時・場所 (e.g., 6日(木) 11日(火) 13日(水) 18日(月) 20日(水) 25日(日) 9時30分〜15時30分 市民相談室(本庁2階) 秘書課(予約は12月3日(月)8時30分から) ☎7185-1714)

参加してみませんか

返信面にあて先を明記し(応募は1人1回)、12月18日消印有効で〒277-8539柏市新十条二五三協フロンテア株式会社 ニューイヤークンサート事務局 ☎7133・6666へ

公立保育園子育て支援クラブ 「はやくさくら」

12月18日(火)9時30分〜11時30分 所アピスタ 内クリスマスマスキングの製作 対未就学児とその保護者、先着50組 費無料 申・園電話で保育課・内線322へ(初めて申し込まれる方は12月3日(月)〜2回目以降の申し込みの方は12月5日(水)の受付) 無料 園野口 ☎7185・3993

生涯学習講座 「たまゆらの会」

12月13日(木)10時〜11時30分 所さわやかちば県民プラザ 内「あとしまつく整理上手は生き方上手」講師:水野美樹子さん(家庭倫理の会) 対当日先着30人 費無料 園野口 ☎7185・3993

第4回世界の家庭料理 マレーシアの家庭料理を学ぼう!!

12月15日(土)10時〜14時 所湖北地区公民館 内家庭で作れるマレーシアの代表的な家庭料理を学ぶ(チキンカレー、揚げ揚げのサラダ、小豆とサグのココナツツミルク和えほか)、講師:山中韻晶さん 対20人(応募者

そば打ち講習会

12月9日(日)10時〜15時 所布佐地区社会福祉協議会 内そば打ちの講習 対先着20人 費1000円 申・園電話で同センター ☎7189・3740へ

手作りメ飾り講習会

12月26日(水)9時30分〜12時、13時30分〜16時 所布佐地区社会福祉協議会 対①②各先着15人 費700円 申・園電話で同センター ☎7189・3740へ

親子で☆星空うつちんぐ

日12月1日(土)17時30分〜19時30分 所我孫子第三小学校校庭(集合は体育館) 内天体望遠鏡での星の観望とお話(雨天時「体育館」は、お話のみ) 費無料 持上履き、寒くない服装 ※行き帰りの送迎は、保護者のご協力をお願いします。車での来場はご遠慮ください。

クリスマスツキキを作ろう! 日12月16日(日)9時〜12時 所湖北地区公民館 対小学校3年生、6年生、先着16人 費300円 主・申・園ファクスで「ツキキ作り」、住所、氏名、学校名、学年、電話番号を明記し、青少年相談員・今井R7188・1159090・3346・8614へ

天王台北地区まちづくり協議会 大人のクリスマスパーティー

日12月15日(土)17時〜20時 所天王台北近隣センター 内ミュージカルナンバーと映画音楽のエンターテインメント演奏、ダンスタイムほか 費1000円(飲み物・軽食付き) チケット販売所・園天王台北近隣センターR7182・9988

おしらせ

市税・国保税の特別納税相談

平日、仕事などで窓口に来られない方を対象に、市税(市県民税、固定資産税、軽自動車税)と国民健康保険税の納税相談・納付の受け付けを行います。日12月8日(土)・9日(日)9時〜16時 所収税課(市役所本庁舎1階) 園収税課・内線366(市税)、内線378(国保税)〈当日はR7185・1349〉

平成19(2008)年工業統計調査

工業の実態を明らかにするため、製造業を営む事業所を対象に、毎年12月31日現在で工業統計調査を実施しています。12月中旬から調査員(調査員証を携帯)が伺いますので、ご

税務署には 駐車場はありません

柏税務署の駐車場は、確定申告用のプレハブ設置のため、12月上旬から4月上旬まで使用できません。来署の際は、電車やバスをご利用ください。 ※身体の不自由な方は、専用駐車場にご案内しますので、お申し出ください。

住まいの増改築・修繕に 地元の施工業者を紹介

住まいの増改築・修繕などで、どこに頼んでよいかかわからずお困りの時、我孫子市住宅センター協議会を通じて、信頼できる工事施工業者をご紹介します。工事の種類 設計、耐震診断、建築・屋根・建具・塗装・内装・電気設備工事、造園工事ほか 園住宅課・内線529

全国一斉多重債務者 無料相談会

日12月12日(水)10時〜16時 所千葉県庁中庁舎(千葉市中央区市場町1の1)、東葛地区会場は柏市消費生活センター(柏市柏4の9の7) 内弁護士・司法書士による法的解決に向けた多重債務の相談(予約優先) 申・園千葉県庁・県民生活課R043・223・2292、柏市消費生活センターR7163・5853(12月3日(月)9時〜土・日曜日を除く)へ



石坂 青空ちゃん (白山・1歳3カ月)

大好きなお姉ちゃんと泣いたり笑ったり。パパとママはそんな2人が大好きです。



加藤 涼音ちゃん (南新木・1歳3カ月)

3人兄弟の末っ子だけど、負けてないのよ。チャームなほっぱは、ヘアのえくぼ。

申・園電話で千葉県弁護士会松戸支部R047・366・1211(12月3日(月)10時)へ 第8回「ちば環境再生基金」公募助成 募集期間12月3日(月)〜28日(金) 対象活動◎自然環境の保全・再生 ◎体験的環境学習 ◎省資源・リサイクル 対象事業の実施期間平成20(2008)年4月1日〜平成21(2009)年3月31日 助成金額助成対象経費の2分の1以内か50万円以内 ずれか低い額を限度とする ※申し込み方法など詳しくは、助千葉環境財団環境再生基金チームR043・246・2091へ。

市民伝言板

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。掲載する内容はイベント名・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、当事者間でを行うようお願いいたします。 園 広報室R7185-1269 R7185-0127

講演・催し

- ▼作業所のフリーバザー 12月2日(日)10時〜15時(雨天中止)。けやきプラザ1階広場。市内福祉作業所の作品、製品、食品、リサイクル品ほか。かつばの家・佐藤R7182・9901
▼第3回北総里山タウンミーティング 12月9日(日)10時。白井市桜台センター。関健志さん講演「企業の社会的責任と環境」。12時〜谷田地区見学。2000円。弁当持参。北総里山クラブ・丹澤R047・345・9992
▼ベビーピクス&アフターピクス 12月10日(月)・27日(水)10時〜。湖北地区公民館。2カ月以上▼第1・小さなコンサートシリーズ 北駅前。親切・丁寧・楽しく習える初心初級クラス、点数計算ができるようになる中級クラス、ゲーム交遊会。先生3人常駐。1回500円。詳しくは電話で佐々木R7183・0700

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. Includes activities like '糸のこ教室/トナカイ・5人' and '木工教室/ペン立てとメモ用紙入れ・5人'.

◎リサイクルアドバイザー来館日 「木工アドバイザー」…休館日を除く毎日10時〜17時 「おしゃれ相談日」…毎週(水)・(木)10時〜15時(5週を除く) 「おもちゃの病院」…毎週(日)13時〜16時 「裂き織り相談日」…第2(金)10時〜15時 申・園ふれあい工房R7186-5500(休館日(月曜日)を除く9時〜19時) ※年末年始の休館日は、12月29日(土)〜1月4日(金)です。

柏健康福祉センター(保健所) R7167-1255 (色文字は予約制)

Table listing health services: 未熟児発達相談, 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.

県福祉ふれあいプラザ R7165-2886

Table listing consultation services: こころの相談室, 住宅相談.

◎柏児童相談所 R7131-7175 来所相談…月〜金曜日9時〜17時(事前に電話確認) 電話相談…R7134-4152(月〜金曜日9時30分〜16時) ◎県民無料法律相談(民事) 14日(金)13時〜16時(予約は10日(月)9時から) 東葛飾県民センターR047-365-3008

健康と福祉

「認知症サポーター」養成講座
 日時・場所 12月4日(火)午後2時から3時30分、近隣センター「こもれび」
 内容 認知症を正しく理解し、認知症の方やそのご家族を温かく見守る応援者として「認知症サポーター」を養成
 定員 先着40人(参加無料)
 持参 筆記用具
 申し込み 当日直接会場へ
 会場 エスポワールわが家 7188・9766 (午前9時から午後4時)

第9回 福祉のまち みんなのつどい
 日時 12月1日(土)、午前11時から午後2時30分
 場所 湖北地区公民館
 内容 *ゲーム、紙とんぼ、ブ

臨時歯科衛生士を募集
 勤務時間 週1日から2日(おにも木曜日)、1日3時間から4時間程度
 業務内容 幼児の歯科健診と相談業務
 会場 千葉県弁護士会 043・227・8431

中高年のための健康サポートクラブ21

第4期生を募集

我孫子市と千葉県が共同で実施する、中高年の方のための健康づくり教室「健康サポートクラブ21」の参加者を募集します。一人ひとりに合った運動や栄養をITを活用して提供し、口腔ケアの実践やメンタルヘルスの相談をお受けします。

日程 平成20(2008)年4月から平成21(2009)年3月までの原則毎週水曜日(月4回程度)
コース・時間 表1参照
場所 千葉県福祉ふれあいプラザ(我孫子駅南口徒歩2分)
内容 エアロバイク(固定式自転車)や筋肉トレーニングなどのITを活用した運動プログラムや栄養指導、その他口腔ケアの実践やメンタルヘルスなどの相談も行います。
対象・定員 県内在住の40歳以上の方、各コース20人(応募者多数の場合は抽選)
参加費 月額2500円(システム使用料など(初回は3カ月分を徴収)、歩数計5250円は別途実費)

コース	①午前	②昼	③午後1	④午後2	⑤夕方
時間	9:30~11:00	11:15~12:45	13:00~14:30	14:45~16:15	16:30~18:00

内容	メディカルチェック	体力テスト
日時	①3月2日(日) ②3月9日(日)	③4月9日(水) ④4月16日(水)

いずれも午前9時から午後1時

不安がある方は、事前に主治医へご相談ください。
日時・場所 表2参照、保健センター(メディカルチェック)福祉ふれあいプラザ(体力テスト) 必要書類 1年以内に受けた生活習慣病健診や人間ドック、職場などでの健診結果のコピー(コピーは返却しません)
 ※必要書類がない方は、メディカルチェック実施日までに各自で健診を必ず受けてください。
 次の方は参加できません
 *以前参加された方(途中退会者を除く) *介護保険の要介護要支援の方 *疾病や低体力などにより自立した歩行・階段昇降・自転車の運転などの動作に苦勞する方 *時間を要する方 *糖尿病の合併症や心臓病、重

度不整脈、脳血管障害などの疾病、腰や膝の障害、未治療の高血圧や不整脈、心房細動などで運動により健康に問題が生じる恐れのある方 *普段から脈の乱れ、ひどい息切れ、めまい、身体の痛みや不快感が起こる方
申し込み 往復ハガキ(1人1枚・夫婦一緒に参加の場合は連名可)で住所、氏名、性別、生年月日、電話番号、希望コース(①から⑤・第3希望まで)、メディカルチェック(①または②どちらでも可)、体力テスト(③または④、どちらでも可)を明記し、1月8日必着で〒270-1132 湖北台1の12の16健康づくり支援課へ
健康づくり支援課 7185・1126

「市民後見人養成講座」の受講生募集

今後、認知症高齢者の増加や知的障害者など的高齢化により成年後見人が不足することが予想されます。この講座は家族や弁護士などの専門職の代わりに、財産管理や制度利用などの支援を行う市民後見人となる人材を養成するために開催します。(全国47都道府県で開催)

日時	右表参照
場所	けやきプラザ7階研修室(我孫子駅南口)
対象・定員	3回全て参加可能な方、先着50人
費用	3回分2,000円(テキスト代)
申し込み	ファクスで「後見人養成講座希望」、住所、氏名、年齢、電話番号、あればEメールアドレスを明記し、12月17日必着でFAX7185-2241NPO法人ACOB Aへ
会場	社会福祉法人エスポワールわが家・栗原 7188-9766(土・日曜日を除く9時から16時)

回数	日時(休憩1時間)
第1回目	12月21日(金)9:30~16:30
第2回目	平成20(2008)年1月27日(日)9:30~16:30
第3回目	2月27日(水)14:00~21:00

■事前研修としてDVD「成年後見制度～支えあう社会を作るために～」の上映
 日時 12月9日(日)18:30~20:30
 場所 けやきプラザ9階(参加無料)
 ※講座を受講しない方でも参加できます。

285 健康メモ 40が肝心(心臓病)

人生も折り返し地点の40代を過ぎると体力とは反対に責任や仕事量は増え、身も心もつらくなります。そういった方々の訴えの多くに動悸と胸部症状(胸痛、胸部違和感、胸部圧迫感など)があります。それらは、重大な不整脈や心臓病の可能性もあり、そのままにしておくと、ある日気がついたら、天国か集中治療室の中にいたなんてことにもなりかねません。
 動悸の場合には、①脈拍数が多いか、②脈が少なくて心臓の鼓動が強いのか、③脈が不規則か、④意識が遠くなるか、⑤呼吸困難を伴うかなどの自己チェックが必要です。
 脈拍数を測るには、安静時に座位か臥位で脈をとり、右手3本指で左手首の拍動する血管(橈骨動脈)に触れます。次にアナログ時計の秒針で6秒間脈を数え、その数に10を掛け1分間の脈拍数を概算で求めます。脈拍は安静時では50から100ぐらいが正常値で、40以下(徐脈)や140以上(頻脈)の場合は緊急を要します。100から140の場合も医療機関を受診して心電図検査をすると良いでしょう。
 最近、頻度の高い不整脈として心房細動が注目されています。心房細動は心臓の上の部屋(心房)が電氣的に乱れ、収縮しなくなり、心房内に血栓が出来たりして、脳梗塞や心不全が高確率で発症するもので、早急に専門医の適切な治療が必要です。元総理大臣や野球監督が脳梗塞で倒れた原因はこの不整脈であったことは有名な話です。
 胸部症状の場合、駅などの階段(40段位)を一気に早足で駆け上がり、もし胸痛があれば狭心症の可能性が高いので早めの循環器科受診をお勧めします。軽い労作後や食後に強い胸部症状が突然30分以上続いたら、急性心筋梗塞の可能性が高いので直ちに救急専門機関を受診することは言うまでもありません。
 我孫子市医師会 7188・5525

◎心の健康に関する教室

名称	日時	場所
心の健康クラブ	17日(月)14:00~16:00	保健センター
アルコール教室	7日(金)13:30~15:00	保健センター

◎健康づくりうんどう教室

日時	場所
12日(水)10:00~11:00	布佐南公園(雨天中止)
18日(火)10:00~11:00	湖北台中央公園(雨天時は保健センター)
21日(金)10:00~11:00	天王台西公園(雨天中止)

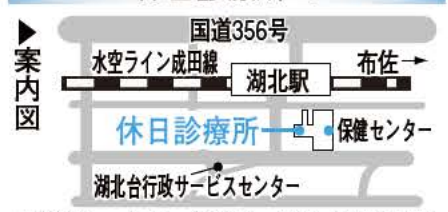
◎各種健診と健康教室

項目	期日	対象
あわせママパパ学級	7・14・21日(金)	妊娠20週以降の方とその夫、ご家族の方
ポリオ(小児マヒ生ワクチン投与)	4・11・18日(火)	生後3カ月~90カ月未満児
1歳6カ月児健康診査	20日(水)	平成18年5月1日~5月20日生まれ
2歳8カ月児歯科健診(希望者にフッ化物塗布)	27日(水)	平成17年4月生まれ
3歳児健康診査	6日(水)13日(水)	平成16年5月1日~6月10日生まれ
離乳食教室(4~6カ月児)	18日(火)	乳児の保護者(先着30人、要予約)
後期離乳食教室(8~9カ月児)	7日(金)	乳児の保護者(先着20人、要予約)
健康いきいき教室	10日(月)17日(月)	体を動かしたい方(13:00~13:30受付)

小児救急電話相談

土・日曜・休日、年末年始の19時~22時に、看護師や小児科医が電話相談に応じます。
 ☎#8000または043-242-9939

日曜・休日に病気・歯痛になったら 休日診療所へ



診療科目 内科、小児科、歯科(AMのみ)
 受付時間 9:00~11:30、13:00~16:30
 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 休日・夜間救急病院

- アビコ整形外科病院 我孫子4-22-22
 - 我孫子聖仁会病院 柴崎1300
 - 我孫子つくし野病院 つくし野131-1
 - 我孫子東邦病院 我孫子1851-1
 - 平和台病院 布佐834-28
- 小児救急病院
 取手協同病院 取手市本郷2-1-1
 ※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。