

すこやかちゃん



隈 律葵ちゃん
(若松・1歳3カ月)
マイペースで甘えん坊なりつき♡よく食べてよく寝てたくさん遊んで元気に育ってね☆



菅谷 美琴ちゃん
(柴崎・1歳4カ月)
食べるの大好き笑顔が可愛い美琴ちゃん◎家族みんなの宝物だよ☆すくすく大きくなあれ

オンライン男女共同参画連続講座

doからbeの肩書きへ
～仕事の肩書きだけでない自分に出会う～

「do」は英語の動詞の「ドゥー」、「be」はbe動詞の「ビー」のことです。この講座では、会社などの名刺に記された社名・部署名・役職名などを「do」の肩書き、それに対し、自分らしさを伝えるための肩書きを「be」の肩書きと表現します。社会や家庭の中での役割や肩書きだけではなく「自分」に出会えるはずですよ。

日にち	時間	内容
11月27日(土)	10時～12時	基調講演 公私混同のススメ～私のbeの見つけ方～ 講師 小笠原祐司さん ※Zoom使用
12月11日(土)	10時～12時	ワークショップ 「beの名刺」づくりにチャレンジ! 講師 野際里枝さん ※Zoom使用
令和4年1月22日(土)	14時～16時	交流会 「beの名刺」交換会(対面式) ゲスト 村田修治さん ※一部Zoom使用

※連続講座のため原則3日間ともお申し込みください。

※基調講演とワークショップは、申込者限定で見逃し配信を行います。

※Eメールアドレスをお持ちの方に限ります。開催期間中の連絡はEメールで行います。

※Zoomの視聴などにかかる通信費は個人負担です。

※交流会は市民活動ステーションで開催予定です。

定員 先着50人

費用 無料

目 市ホームページ(QRコード参照)

問 秘書広報課男女共同参画室 ☎7185-1752



▲小笠原祐司さん

▲野際里枝さん



我孫子ベースボールフェスティバル

日にち 11月28日(日)

	遊びまくり(ボール遊び)	野球教室
時間	9時～12時	①9時30分～10時30分 ②11時～12時
場所	市民体育館野球場 ※雨天時は我孫子東高校体育館	市民体育館サブアリーナ
内容	市内4校の高校野球部員と一緒にボール投げ遊び、内野遊び、外野遊び、バッティング遊び	千葉ロッテマリーンズによる野球教室
対象	小学生以下	小学3年生以下の野球未経験者
定員	先着100人	各回先着20人

費用 無料

持ち物 運動できる服装、室内用運動靴、飲み物、タオル

目 11月24日(水)までにちば電子申請サービス(QRコード参照)

問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1604



我孫子市公認スポーツ指導者養成講習会

検定試験合格者には、我孫子市公認スポーツ指導者認定証・日本スポーツ協会公認スポーツリーダー認定証を発行します。

日時 ①12月5日(日)②12日(日)③19日(日)午前9時～午後5時30分

※検定試験合格には、原則全3回受講が必要です。

場所 ①③教育委員会大会議室②市役所分館大会議室

内容 集合講習、自宅講習、検定試験

対象 市内在住・在学・在勤で18歳以上の方

定員 先着15人

費用 テキスト代4000円、認定料2500円

持ち物 公認スポーツ指導者養成テキスト【共通科目Ⅰ】((公財)日本スポーツ協会発行)

目 11月19日(金)までにちば電子申請サービス(QRコード参照)

問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1604

やれることから始めよう!
10月は「食品ロス削減月間」

食品ロスとは、まだ食べられるのに廃棄される食品のことです。日本では、年間2531万トンの食品が廃棄されています。このうち、まだ食べられるのに廃棄される食品は600万トンで、国民一人当たり換算すると、毎日茶わん1杯分の食品が廃棄されています(平成30年度推計)。

大切な資源の有効活用や環境負荷に配慮し、食品ロス削減に取り組みましょう。

◎買い物 ①買い物の前に家にある食材をチェック ②家にある食材を優先的に使う ③使い切れる分だけ買う ④すぐに使うものは、商品棚の手前にあるものを「てまえどり」する

◎保存方法 ①買ったらずすぐに下処理 ②冷凍は新鮮うちに! 解凍後はすぐ調理 ③使う時のことを考えて保存方法を工夫 ④冷凍できる食品を知る

◎エコクッキング ①作りすぎないようにする ②在庫一掃の日を作って食べ切る ③残った野菜をリメイクする ④ハウレンソウの根元、ダイコンの葉、ニンジンの皮なども一緒に食べる

問 消費生活センター ☎7185-1469



子育てQA 151

斜頸

Q 生後2カ月の子どもの向き癖が心配です。原因として斜頸があると知ったのですが、どのようなものですか。

A 斜頸とは、常に首が左右一方へ曲がり、首をかしげた状態になることです。斜頸には、首の筋肉が原因で起こる筋性斜頸や、奇形、中耳炎、眼などが原因による斜頸があります。診断は首の傾き、こぶの有無やレントゲン検査などで行います。また、眼や耳が原因の場合には、眼科や耳鼻咽喉科の医師の診察などで判断します。

この月齢で多い筋性斜頸は生後約1週間で向いている方と反対の首にこぶができることが多く、生後2～3週間で大きくなった後、1歳頃までに小さくなり改善するとされています。2～3歳で改善しない場合は手術が必要なこともあります。

筋性斜頸の対応は、傾きと逆側から赤ちゃんをあやしたり、呼び掛けることで自ら振り向かせます。原因によって対応方法が異なるため、向き癖がある場合は小児科・整形外科を受診しましょう。

問 健康づくり支援課 ☎7185-1126

松戸保健所(松戸健康福祉センター) 各種無料相談・検査 11月

相談名	用は要申込	日時	目・問
思春期相談	電話(申込不要)	月～金曜日 9時～17時(祝日を除く)	047-361-2138
	来所申		
精神保健福祉相談申		4日(木)、15日(月)14時～16時	
酒害相談申		18日(木)14時～16時30分	
DV相談	電話(申込不要)	月～金曜日 9時～17時(祝日を除く)	047-361-6651
	来所申		

※我孫子連絡所の業務は当面の間休止しています。

※エイズ検査は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止します。