

## 知らせ合う 早めのライトと 反射材

# 9月21日(水)～30日(金)は 秋の交通安全運動



秋は日没時刻が早まり、夕暮れ・夜間の事故が増加します。一人一人が交通ルールを守り、思いやり・譲り合いの気持ちで交通事故防止に努めましょう。  
 〇 市民安全課・内線485、我孫子警察署☎7182-0110

### 歩行者の安全意識

信号を守り、横断歩道を渡る時は手を上げる・アイコンタクトをするなど、横断する意思を運転者に伝え、自動車が完全に止まってから渡りましょう。  
 高齢の方は、加齢に伴う身体機能の変化を正しく認識し、無理のない横断をしましょう。



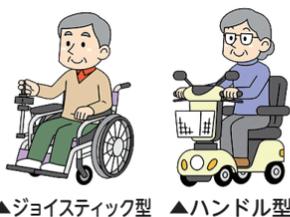
### 運転者の安全意識

信号無視・ながらスマホ・速度超過などは重大事故につながります。また、飲酒運転やお酒運転などの妨害運転は極めて悪質な違反行為です。家庭や職場など、あらゆる場所で「絶対しない・させない・許さない」を徹底しましょう。



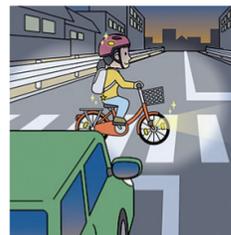
### 電動車いす(シニアカー)利用時の注意

シニアカーは歩行者として通行するため、歩道を通るか、歩道が無い道路では道路の右端を通らなければいけません。  
 走行中は携帯電話を使用しない、二人乗りをしない、飲酒後はシニアカーの使用を控えるなど、利用上のルールを守りましょう。



### 夕暮れ・夜間の事故防止

夕暮れ時は自動車や自転車などのライトを早めにつけましょう。対向車・先行車がない場合や夜間はハイビームを活用してください。  
 歩行者は明るく目立つ色の服装を心掛け、反射材用品などを活用しましょう。



## 7月1日から自転車保険の加入が義務化されました

自転車は誰でも利用できる便利な乗り物ですが、誰もが事故の加害者や被害者になる可能性があります。事故を起こした場合、刑事上の責任や被害者への損害賠償責任が生じます。通勤や買い物など、日常生活で自転車を利用する方は必ず自転車保険に加入してください。また、事故を起こさないためにも、「ながら運転・飲酒運転をしない」「原則として車道の左側を通行」「ヘルメットを着用」などの交通ルールを守り、安全運転を心掛けましょう。



### 約1億円の損害賠償が生じることも



9,521万円

歩行者後遺障害  
小学生の前方不注意

9,266万円

自転車運転者後遺障害  
高校生による通行違反

6,779万円

歩行者死亡  
男性による衝突

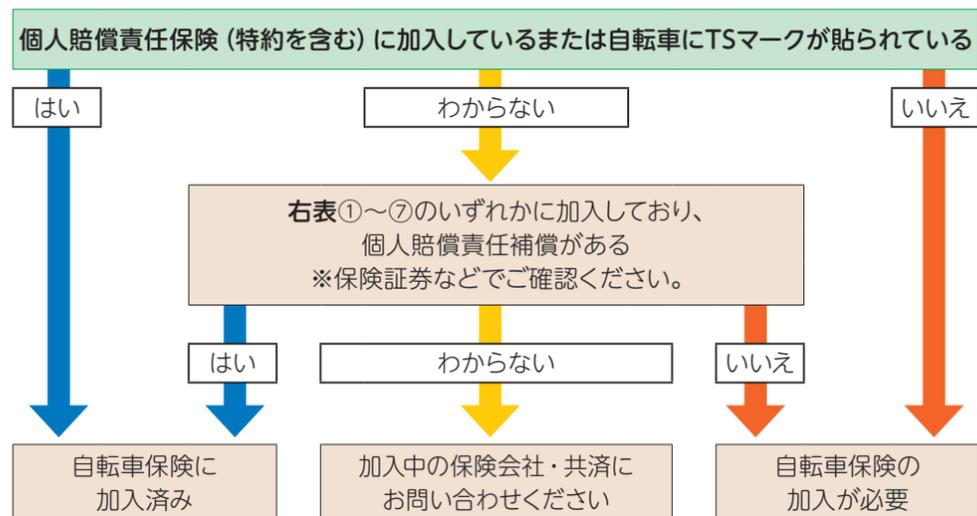
出展：(一社)日本損害保険協会

### 18歳未満の方の自転車利用

自転車事故が起こったときに、**加害者が未成年の場合、損害賠償は保護者に課せられます。**18歳未満の方が自転車を利用するときは、必ず保護者が自転車保険に加入してください。



### 保険の加入状況をご確認ください



### TSマーク

自転車安全整備士が点検した車両に貼るシールです。色により賠償責任の補償限度額が異なります(青色1,000万円、赤色1億円)。 ※点検日から1年間有効

自転車保険(自転車損害賠償保険など)の主な種類	
個人賠償責任保険	①自転車向け保険 ②自動車保険(特約)
団体保険	③火災保険(特約) ④傷害保険(特約)
クレジットカード	⑤会社の団体保険 ⑥PTAの保険
共済	⑦クレジットカードの付帯保険
TSマーク付帯保険	全労災、県民共済など
	自転車の車両に付帯した保険

※千葉県市町村交通災害共済は自転車保険に該当しません。



## 成人式の新名称 「二十歳成人式」に決定

市内各中学校区から選出された代表者による企画運営会議で、成人式の新名称が「二十歳成人式」に決定しました。

今後は「二十歳成人式」として、20歳の方を対象に毎年1月に開催します。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

☎ 教育委員会生涯学習課 ☎7182-0511



## 意見の要旨は都市計画審議会に提出します 都市計画生産緑地地区 変更案の縦覧

期間 9月30日(金)までの月～金曜日午前8時30分～午後5時※祝日を除く

対象 市内在住の方(法人を含む)、利害関係がある方

意見の提出方法 9月30日(金)(消印有効)までに任意の様式で都市計画課に郵送・持参

場所・☎ 〒270-1192市役所都市計画課(東別館1階、住所省略可)・内線593

## マイナンバーカードでマイナポイント(第2弾)

9月30日(金)までにマイナンバーカードを申請すると、最大で20,000円分のマイナポイントを取得できます。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。



対象	申請方法	申請期間
マイナンバーカードを新規取得した方(最大5,000円分)※令和3年12月までの第1弾に申請し5,000円分のポイント付与を受けた方は対象外	①マイナポイントアプリ(パソコン・スマートフォンが必要)	マイナンバーカード…9月30日(金)まで
マイナンバーカードを健康保険証として利用登録した方(7,500円分)	②郵便局・携帯ショップ窓口など	マイナポイント…令和5年2月28日(火)まで
公金受取口座を登録した方(7,500円分)	③市民課窓口(市役所本庁舎1階)	日(火)まで

☎ 市民課・内線693

## 無料で写真を撮影します マイナンバーカードの出張申請(事前予約制)

予約 9月21日(水)～市民課 ☎7185-4326(月～金曜日午前9時～午後5時※祝日を除く)

日時 9月27日(火)午後1時30分～4時

場所 我孫子南近隣センター 定員 先着40人※代理申請不可

持ち物 通知カード(申請時に回収)、ID入り申請書(お持ちの方)、住民基本台帳カード(お持ちの方)、本人確認書類2点

◎本人確認書類 運転免許証・運転経歴証明書(平成24年4月1日以降に交付したもの)・パスポート・障害者手帳・在留カード・特別永住者証明書・健康保険証・介護保険証・年金手帳・学生証・子ども医療費助成受給券・預金通帳など

※15歳未満の方が申請する場合、必要書類が異なります。また、法定代理人の同伴が必要です。

※マイナンバーカードは作成までに約1カ月かかります。

☎ 市民課・内線693

## 成田線活性化推進協議会 成田線沿線地域クリーンアップ大作戦2022

成田線沿線の地域活性化のため、駅周辺の美化活動を行います。参加者にはオリジナルグッズをプレゼントします(数量限定)。

日時 9月25日(日)午前10時～※荒天中止

場所 湖北駅北口ロータリー集合 費用 無料

☎ 企画政策課・内線568

## 応急手当普及員講習

日時 10月7日(金)～9日(日)午前9時～午後5時(全3回)

場所 消防本部大会議室

対象 次の全てに該当する方…①全回受講できる②市内在住・在学・在勤で18歳以上③上級救命講習を修了済み

定員 先着12人 費用 無料

☎ 9月22日(水)午前9時～消防本部警防課 ☎7181-7701

## 仲間と一緒に汗を流しませんか 第19期援農ボランティア養成講座

日にち	内容
10月15日(出)	開講式(スケジュール・概要説明、座学)
10月22日(出)・29日(出)、11月5日(出)	市内農家でボランティア実習(ハウス内での作業、野外での草取り、苗の植え付けなど) ※指定場所に集合し、車で移動
11月12日(出)	閉講式

対象 修了後に援農ボランティアとして活動できる方(市外在住の方も可)※年会費1,000円

定員 先着10人 費用 無料

☎・☎ 10月6日(水)午後5時までに電話・ファクス・Eメールで氏名、電話番号を明示。あびこ型「地産地消」推進協議会 ☎7128-7770 ☎7128-7771 ☎abiko.chisanchisyokyo@sky.plala.or.jp



## ふれあい体験農園 利用者募集

どなたでも利用できる農園です。市内農家が開設・運営します。

農園名	場所	年額	申・問
体験農園「むそう塾」	北新田	15,000円	玉根 ☎090-4022-3165
根戸新田ふれあい体験農園	根戸新田	9,000円	農政課 ☎7185-1481
日暮ふれあい体験農園	根戸新田	9,000円	
第1岡田ふれあい体験農園	高野山	9,000円	岡田 ☎7182-0767
第2岡田ふれあい体験農園	高野山新田	12,000円	
五本松ふれあい体験農園	岡発戸	10,000円	竹井 ☎7182-3363
飯塚ふれあい体験農園	中峠	8,000円	飯塚 ☎7188-2129
南新木ふれあい体験農園	新木	9,000円	増田 ☎090-5445-9950
秋田ふれあい体験農園	布佐	8,000円	秋田 ☎7189-3465
谷ツ山ふれあい体験農園	江蔵地	9,000円	野口 ☎090-1994-7663

体験農園を新たに開設したい農家の方も募集します。詳しくは農政課にお問い合わせください。

☎ 農政課 ☎7185-1481

## 地産地消を推進! あびこ農産物直売所あびこん イベント情報

新米フェア

日時 9月24日(出)午前9時30分～午後6時

内容 新米1割引(チーパスとの併用不可)、1,000円以上購入で新米2合(先着500人)・3,000円以上購入で卵10個(先着100人)プレゼント

場所・☎ あびこ農産物直売所あびこん ☎7168-0821

地元あびこの食と農を再発見(体験交流)

日時 10月16日(日)午前8時45分～午後1時※雨天中止

場所 あびこ農産物直売所あびこん集合後、徒歩で農地へ移動(約5分)

内容 大根・カブの種まき、サツマイモ・落花生の収穫(持ち帰り可)

対象 市内在住の子どもと保護者 定員 先着20人

費用 2,500円(昼食、保険代込み)※小学生以下2,000円

持ち物 汚れてもよい服装

☎・☎ 9月17日(出)～30日(金)午前10時～午後5時に(株)あびベジ ☎7168-0832(28日(水)を除く)

## 会計年度任用職員 放課後対策事業スタッフ(サブリーダー) 募集

任期 令和5年3月31日まで※再任あり

勤務時間 午後1時～7時、一日保育…午前7時45分～午後7時(シフト制)

勤務場所 各あびっ子クラブ、学童保育室(一小・並木小・高野山小・湖北台西小・湖北台東小・湖北小・布佐小・布佐南小)

内容 放課後・長期休業日の児童保育、生活指導など

対象 資格など条件あり 定員 6人

報酬 時給1,240円 選考 書類、面接

☎・☎ 10月14日(金)(消印有効)までに登録申込書(市ホームページ(QRコード参照)からダウンロード可)を郵送・持参。〒270-1192市役所子ども支援課(西別館2階、住所省略可)・内線845



健康をテーマにした6つの講座(申込不要)
川村学園女子大学 公開講座2022

詳しくは大学ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。



食と健康-食べる力は生きる力-

日時 10月1日(土)午後0時50分~2時20分

内容 減塩、食習慣

講師 永嶋久美子さん(生活文化学科教授)

子どもの食事-「噛むこと」は健康への第一歩-

日時 10月1日(土)午後2時30分~4時

内容 子ども期の適切な咀嚼習慣、食育のポイント

講師 叶内茜さん(生活文化学科講師)

運動・スポーツと健康

日時 10月8日(土)午後0時50分~2時20分

内容 疾病予防につながる運動条件、簡単なトレーニング方法

講師 松本祐介さん(児童教育学科准教授)

リズム活動と健康

ノンバーバル(非言語)コミュニケーション「ボディパーカッション」を通して-

日時 10月8日(土)午後2時30分~4時

内容 手拍子を中心としたボディパーカッションのワークショップ

講師 奥田順也さん(児童教育学科准教授)

ワインと健康-「フレンチ・パラドックス」再考-

日時 10月15日(土)午後0時50分~2時20分

内容 ワインと健康の関係

講師 江口智子さん(観光文化学科講師)

こころの健康とストレスマネジメント

日時 10月15日(土)午後2時30分~4時

内容 ストレスが身体に与える悪影響に対する適切な予防・対処法

講師 佐藤哲康さん(心理学科准教授)

〈共通〉費用 無料

場所・図 川村学園女子大学 ☎7183-0111

中峠城の御城印 販売中

中峠城の御城印が新たに作られました。県や千葉城郭保存活用会が観光物産協会などと連携し、山城ガールむつみさん(千葉城郭保存活用会副代表、歴史山城ナビゲーター)のデザインで御城印を作成しています。

◎中峠城(芝原城)

現在の中峠の古利根沼南岸にあった中世の山城です。当時、中峠は芝原という地名だったため、「芝原城」と呼ばれていました。

16世紀半ばに、河村氏が芝原城を修築・居城し、城の名前を芝原城から中峠城に改めました。それ以降、河村氏が治める地域を「中峠郷」と呼ぶようになり、現在の中峠の地名になったといわれています。

販売場所 アビシルベ(毎日午前9時~午後6時) 費用 1枚300円

図 御城印...千葉城郭保存活用会・小室 ☎090-3084-1258、販売...アビシルベ ☎7100-0014、中峠城...教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1583



◎山城ガールむつみ

白樺文学館からのお知らせ

臨時休館

期間 9月27日(火)~30日(金)

企画展「甲斐仁代と原田京平-志賀直哉邸に集う画家たち-」

期間 10月1日(土)~令和5年1月29日(日)午前9時30分~午後4時30分

内容 甲斐仁代、原田京平作品展

学芸員ギャラリートーク 稲村雑談

日時 10月8日(土)・29日(土)午後2時~3時

内容 「志賀直哉 リズム」「山陰の旅」ほか

定員 各日先着10人

図 9月19日(土)午前9時~

白樺サロンのひととき

日時 10月15日(土)午後2時~3時

内容 柳兼子愛用ピアノによるミニコンサート

定員 先着10人

図 9月19日(土)午前9時~

〈共通〉費用 無料 入館料 300円(高校・大学生200円、中学生以下無料)

場所・図・図 白樺文学館 ☎7185-2192 ※月曜休館(祝日の場合は翌平日)



▲左から原田京平、甲斐仁代、原田麻那、原田睦

第65回市民文化祭

◎オープニングセレモニー(けやきプラザ)

日時 10月1日(土)①午後1時~2時②2時~

出演 ①ゲスト...吉田真澄さん(ソプラノ)、増田みのりさん(ピアノ)②けやきウインドアンサンブル

◎展示(水の館1階手賀沼ステーション、3階ミニギャラリー)

日時 10月1日(土)~11日(火)午前9時~午後5時(最終日正午まで)

内容 絵画、華道、書道、短歌、俳句、鈴木喜三男さんの寄贈絵画展

Table with 4 columns: Department, Date/Location, Time, Content. Lists various cultural activities like dance, martial arts, music, and exhibitions.

図 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1601

## すこやかちゃん



内藤 恭子ちゃん  
(白山・1歳3カ月)

好奇心旺盛な恭ちゃん。たくさんの方の温かさに触れて、笑顔をいっぱい咲かせてね。

樋熊 奏祐ちゃん  
(布佐平和台・1歳3カ月)

毎日たくさんの笑顔をくれるそうちゃん♡これからも一緒に楽しく過ごそうね◎

子育てって楽しい！子どもってかわいい！  
Babyのびのび親子学級

同じ時期に生まれた赤ちゃんの保護者同士で、楽しく学びませんか。

日時 10月21日(金)、11月1日(火)・18日(金)、12月3日(土)・16日(金)、令和5年1月13日(金)午前9時30分～11時45分(全6回)

場所 アビスタホール

内容 心配事の共有、ふれあい遊び、赤ちゃんの発達、産後ケア、先輩保護者の育児体験談

対象 4月1日以降に生まれた子ども(初回時1カ月健診受診後であること)と保護者(1人)

定員 20組(抽選)※市内在住の方優先 費用 800円(全6回分)

申込 10月5日(火) (必着) までに、ちば電子申請サービス(QRコード参照)またははがきに講座名、郵便番号、住所、保護者の氏名、赤ちゃんの名前・生年月日、日中連絡がつく電話番号、Eメールアドレスを明記。〒270-1147若松26の4我孫子地区公民館 ☎7182-0622

誰かの未来をつなぐために  
献血・骨髄ドナー登録にご協力を

日時 9月30日(金)午前10時～11時30分(ドナー登録11時15分まで)、午後1時～4時(ドナー登録3時まで)

場所 市役所議会棟前

対象 男性45kg以上・女性40kg以上で16歳～69歳の方  
※65歳以上の方は60歳～64歳に献血経験がある方

持ち物 献血カード(お持ちの方)、本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証など)

☎ 社会福祉課・内線377



## 子育てQA 162

## 陰部を触る

Q 2歳の子です。時々陰部を触っています。やめさせたほうが良いですか？

A 幼児が陰部を触る行動は決して珍しいことではなく、自分の体に興味を持って触ることは悪いことではありません。退屈を紛らわせたり、気持ちを落ち着かせたり、感覚遊びの一つとなっていることもあります。続くようであれば、「だめ」と言ってやめさせるのではなく、新聞を破る・丸める、ボール遊び、お絵描きなどの両手を使う遊びに誘ってみると良いでしょう。また、おむつかぶれによるかゆみなどが原因の可能性もあるので、陰部を清潔に保つとともに皮膚の異常がないかを観察し、赤みやかぶれなどがある場合は医療機関を受診しましょう。成長とともに自然に落ち着くことが多いですが、不安に感じるときはご相談ください。

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

## あびこで子育て

## ママへのごほうびフェスタ2022

詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

開催日 9月24日(土)

アビクオーレ(イトーヨーカドー我孫子南口店)

[1階]

## ◎天井飾り展示

期間 9月14日～25日(日) 内容 子どもたちが塗った花火の絵

## ◎ケーキ・パン販売

日時 9月23日(祝)～24日(土)午前10時～午後6時

## ◎あびこで子育てパネル展示

期間 9月23日(祝)～25日(日) 内容 子育て支援センターなどの紹介

## ◎シルバニアファミリーワークショップ

日時 9月24日(土)午前10時～午後4時

内容 シルバニアファミリー人形(赤ちゃん)の衣装制作

対象 子どもと保護者 費用 1,000円(人形代、材料費込み)

## ◎こねこね石けんで遊ぼう

日時 9月24日(土)午前10時15分～午後0時30分、1時～3時 費用 無料

## ◎あなたの骨盤大丈夫？無料ゆがみチェック

日時 9月24日(土)午前10時～午後4時

## ◎ストリートピアノを弾こう

日時 9月24日(土)午前11時～午後0時30分、1時30分～3時

対象 ピアノの演奏ができる方(演奏時間約5分)※楽器の持ち込み・歌唱不可

定員 各回先着3人 費用 無料

申込 9月21日(木)までに子育て支援センター窓口または電話

[2階]

## ◎手形・足形アート

日時 9月24日(土)①午前10時10分～②午後1時40分～

当日券配布時間 ①午前10時～②午後1時30分～

対象 市内在住の未就学児と保護者

定員 事前申し込み…各回先着15組、当日…各回先着10組

費用 無料

申込 ここにご広場 ☎7185-8882

## ◎子どもの身体計測

日時 9月24日(土)午前10時～午後0時30分、1時30分～4時

対象 市内在住の未就学児と保護者 費用 無料

## ◎おもちゃの病院

日時 9月24日(土)午前10時～午後3時

内容 壊れたおもちゃの修理 費用 無料

[3階]

## ◎今取り組みたい ママのための骨盤底筋エクササイズ

日時 9月24日(土)①午前10時15分～11時②11時15分～正午

対象 市内在住の0歳～2歳の子どもの母親

※母親単独参加可 ※妊娠中の方は不可

※きょうだいの同伴は未就学児まで

定員 各回先着20組 費用 無料

申込 9月22日(木)午前9時までにちば電子申請サービス(QRコード参照)※空きがあれば当日参加可

## ◎うたおう！あそぼう！たんさいぼう

日時 9月24日(土)午後2時30分～3時30分

内容 あそび歌バンド「たんさいぼう」による楽しいあそび歌ライブ！

対象 市内在住の未就学児と保護者(2人まで)

定員 先着40組 費用 無料

申込 9月22日(木)午前9時までにちば電子申請サービス(QRコード参照)※空きがあれば当日参加可

## ◎乗車体験

日時 9月24日(土)①午前10時～正午②午後1時～3時※雨天中止

内容 ①パトカー、移動交番車②消防車、救急車

費用 無料

〈共通〉 ☎ 子育て支援センター(イトーヨーカドー我孫子南口店2階) ☎7185-1915(月～金曜日午前10時～午後5時※祝日を除く)



▲エクササイズ  
①申し込み用



▲エクササイズ  
②申し込み用



## 市民のチカラまつり2022

### お祭り部門

#### ◎子ども案内人と我孫子まちあるき

**日時** 9月24日(土)午後1時～3時 **場所** アビシルベ前集合  
**内容** 杉村楚人冠記念館、志賀直哉邸跡、嘉納治五郎別荘跡などを巡ります。  
**講師** 中條信三さん(いきいき生活倶楽部まほろば)、小学生案内人  
**定員** 先着10人 **費用** 無料  
**申・問** 電話・ファクス・Eメールで、住所、氏名、電話番号を明示。市民活動ステーション ☎FAX7165-4370✉abikosks@themis.ocn.ne.jp

### 企画部門

#### ◎スマイルママ「親子関係が楽になるコミュニケーション講座」

**日時** 9月25日(日)午前10時～11時30分  
**講師** 市川ちづさん(子育てインストラクター)  
**対象** 小学生以下の子どもの保護者

#### ◎フラワーペップ「今日から使える♪やる気を引き出す魔法の言葉PEP TALK！」

**日時** 9月25日(日)午後1時～3時  
**講師** 西山崇子さん(ペップトーク普及協会認定講師)  
**対象** 小・中学生の子どもの保護者  
**〈共通〉場所** 我孫子南近隣センター **定員** 先着20人 **費用** 無料  
**申・問** Eメールに講座名、氏名、年齢、電話番号を明記。新 ☎080-4618-9193✉suntrap.love.mf@gmail.com

## 手賀沼流域フォーラム 川めぐりと木下の史跡散歩

**日時** 10月7日(金)午後1時～4時※小雨実施、雨天中止  
**場所** 印西市立中央公民館集合  
**内容** 遊覧船で手賀川下流を周遊し、木下の史跡を探访します。  
**定員** 20人(抽選) **費用** 無料  
**申・問** 9月23日(祝)までに、はがきに住所、氏名(2人まで連名可)、年齢、電話番号を明記し郵送。〒270-1143天王台3の32の6我孫子の文化を守る会・佐藤やす子 ☎090-8081-9139



## 手賀沼水生生物研究会 利根川水系ゼニタナゴの野生復帰

**日時** 10月2日(日)午後2時～3時30分  
**場所** NEC我孫子クラブ集合  
**内容** 人工池で育てたゼニタナゴ(絶滅危惧種)を天然池に放流します。  
**対象** 市内在住で高校生以上の方  
**定員** 先着10人  
**申・問** 松本 ☎090-7198-5458



## 鳥博セミナー オンラインで開催

### カモとハクチョウの冬の暮らし

冬になると水辺をにぎわすカモやハクチョウ。身近に見られる鳥ですが、その暮らしには分からないことがたくさんあります。GPSロガーによって明らかになった生態や人との関わりをはじめ、水辺環境に適応した彼らの多様な姿を紹介します。  
**日時** 10月1日(土)午後2時～3時30分  
**講師** 嶋田哲郎さん(公財)宮城県伊豆沼・内沼環境保全財団)  
**費用** 無料  
**視聴方法** 鳥の博物館ホームページ(QRコード参照)に掲載のリンクから動画サイトで配信

ミュージアムインフォメーション  
**鳥の博物館**  
 Abiko City Museum of Birds  
 234-3 Konoyama Abiko  
 図 ☎7185-2212



▲GPSロガーを装着されたオナガガモ



## 我孫子の景観を育てる会のガイドと楽しく散策 我孫子のいろいろ八景歩き

### 高野山台地の八景と古墳を巡るコース(約4km)

**日時** 10月8日(土)午前9時30分～正午  
**場所** 天王台駅南口階段下集合・解散  
**内容** 日立アカデミー我孫子キャンパス周辺、日立坂、水神山古墳、前原古墳、高野山桃山公園などを巡ります。



▲高野山桃山公園

### 布佐・新木三大緑地公園コース(約5km)

**日時** 10月13日(休)午前9時10分～正午  
**場所** 布佐駅改札前集合、新木駅解散  
**内容** 宮ノ森公園、布佐南公園、气象台記念公園、竹内神社などを巡ります。



▲气象台記念公園

**〈共通〉定員** 先着20人 **費用** 無料  
 ※小雨実施、荒天中止 ※両コースの申込不可  
**申・問** 9月20日(火)～都市計画課景観推進室 ☎7185-1529

### ◎我孫子のいろいろ八景歩きパネル展

**日時** ①9月27日(火)までの午前9時～午後5時(最終日正午まで) ②9月30日(金)までの午前9時30分～午後5時  
**場所** ①水の館1階手賀沼ステーション②図書館湖北台分館ミニギャラリー  
 ※令和5年2月まで巡回展示を行っています。10月以降の展示場所など詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。



### 広告

## 広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

**規格** 縦11.5cm×横8cm  
**掲載料** 1枠2万円(最大3枠まで)  
**申・問** 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

## 広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

**規格** 縦11.5cm×横8cm  
**掲載料** 1枠2万円(最大3枠まで)  
**申・問** 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

## 広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

**規格** 縦11.5cm×横8cm  
**掲載料** 1枠2万円(最大3枠まで)  
**申・問** 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

**定員になり次第締め切り**  
**骨粗しょう症検診 当日受診**

日時 9月22日(木)受付午後2時15分～2時30分(入館2時5分～)

内容 腕の骨のエックス線検査

対象 生年月日が右表に該当する女性

定員 500人※事前申込者含む

自己負担額 500円

◎自己負担金が免除となる方

①高齢受給者証・後期高齢者医療被保険者証の適用者 ②生活保護世帯などの方 ③世帯全員が市民税非課税などの方

※③の方で、市の各種健(検)診自己負担金減免・免除認定証をお持ちでない方は受診の10日前までにご連絡ください。

場所・問 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

対象生年月日
平成14年4月1日～15年3月31日(20歳)
平成9年4月1日～10年3月31日(25歳)
平成4年4月1日～5年3月31日(30歳)
昭和62年4月1日～63年3月31日(35歳)
昭和57年4月1日～58年3月31日(40歳)
昭和52年4月1日～53年3月31日(45歳)
昭和47年4月1日～48年3月31日(50歳)
昭和42年4月1日～43年3月31日(55歳)
昭和37年4月1日～38年3月31日(60歳)
昭和32年4月1日～33年3月31日(65歳)
昭和27年4月1日～28年3月31日(70歳)

**小児・高齢者**  
**インフルエンザ予防接種 助成**

**小児**

接種期間 10月1日(出)～令和5年1月31日(火)

対象 接種日時点で市に住民登録がある生後6カ月～小学6年生の方

接種方法 契約医療機関(市ホームページ<QRコード参照>で確認)に事前に連絡の上、接種してください。予診票は契約医療機関で配布しています(市ホームページからダウンロード可)。

接種・助成回数 1人2回まで

助成額 1回1,500円(生活保護世帯の方などは上限1回4,000円)

※接種費用は医療機関により異なります。

※契約医療機関で接種する場合は、接種費用から助成額を除いた金額をお支払いください(申請不要)。

※契約医療機関以外で接種する場合は、接種後に助成金の申請が必要です。

**高齢者**

接種期間 10月1日(出)～令和5年1月31日(火)※県内実施協力医療機関は12月31日(出)まで

対象 接種日時点で市に住民登録があり、予診票(契約医療機関で配布)の提出・保存に同意し、次のいずれかに該当する方…①昭和32年12月31日までに生まれた満65歳以上の方(誕生日以降に接種可) ②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の障害により日常生活が極度に制限される方またはヒト免疫不全ウイルスによる重度の免疫機能障害を有する方

接種方法 医療機関へ事前に連絡の上、接種してください。

※契約医療機関(市ホームページ<QRコード参照>で確認)以外または県内実施協力医療機関での接種を希望する方は、必ず接種前に健康づくり支援課へご連絡ください。

接種・助成回数 1人1回

自己負担額 1,500円(生活保護世帯の方などは免除)

※接種の意思確認ができない場合は全額自己負担

〈共通〉持ち物 健康保険証、休日・夜間等医療受給証または本人確認書類(減額・免除の方のみ)

問 健康づくり支援課 ☎7185-1126



**読む得! 在宅医療と介護の連携**  
～身近な事例から～ 第20回

**介護老人保健施設の利用** 栄養失調で入院していた方が、健康的に自宅で生活できるようになったケース

1人暮らしの男性Aさん(70代)は、自宅で動けなくなっているところを発見・救急搬送され、栄養失調と脱水の診断でそのまま入院しました。

退院時、身体の状態は改善しましたが、自宅で生活するには体力や健康面に不安がありました。そこで、自宅で生活できる状態に回復することを目的に介護老人保健施設に入所し、心身のリハビリテーションや食事、排せつ、入浴、就寝、健康管理など日常生活の介護を受けました。在宅復帰に向けた話し合いの場を何度も持ち、食事や水分摂取、健康管理などについて定期的な訪問が入ることで、1人暮らしでも安心して暮らせることが分かりました。

自宅に戻ってからは、訪問看護や往診、ヘルパーなどの医療・介護保険のサービスを利用して体調を崩すことなく過ごしています。

**介護老人保健施設とは**

介護を必要とする高齢者の自立を支援し、在宅復帰や在宅療養支援などを行う施設です。病院と自宅の中間としての役割を担います。「入院はもう必要ないけれど、自宅の暮らしに戻るのはまだ不安」という方にお勧めです。



我孫子市在宅医療介護連携推進協議会 広報部会

問 高齢者支援課 ☎7185-1112

松戸保健所(松戸健康福祉センター) **各種無料相談・検査10月**

相談名	申は要申込	日時	申・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		6日(休)・17日(月)14時～16時	
酒害相談申		20日(休)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。

広告

**広告掲載枠**

会社やお店のPRにご活用ください

規格 縦11.5cm×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)

問・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

**広告掲載枠**

会社やお店のPRにご活用ください

規格 縦11.5cm×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)

問・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

**広告掲載枠**

会社やお店のPRにご活用ください

規格 縦11.5cm×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)

問・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

# 情報ひろば



市や官公庁主催・共催・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。  
回…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

### まるごと秋の味覚狩り

回9月17日(土)～11月13日(日)9時～15時  
所根戸1349 内サツマイモ掘り(団体は要申込) 費2～3本約250円 履長靴、軍手、タオル、持ち帰り用袋 申・問手賀沼ファーム ☎090-8561-7483

### 市民活動ステーション主催事業

◎あなたの「困った」を助ける「シニアほっとカフェ」 回9月28日(火)13時30分～15時30分 内困った時は高齢者なんでも相談室へ 師荒川千草さん(我孫子南地区高齢者なんでも相談室長)、渥美節子さん(シニアほっとカフェ世話人) 定10人

◎あなたの始めたいを聴く場「Seeds place」 回10月3日(月)・12日(火)10時～12時(1人50分) 内活動を始めた方の相談の場 対子育て中の方 定各日先着2人 申開催日前日まで <共通> 費無料 所・申・問市民活動ステーション ☎ ☎7165-4370 abiko\_sks@themis.ocn.ne.jp

### 第43回我孫子市ペタンク大会

回10月16日(日)8時30分集合※小雨実施 所五本松運動広場 内3人1チームのリーグ戦 費1人300円 申・問9月30日(金) (必着) までに、はがき・ファクスに大会名、チーム名、全員の氏名、ボールの有無、代表者の電話番号を明記。〒270-1165並木6の1の12区内陸男 ☎090-4609-1351 ☎7182-2703

### 市民陸上競技大会

回10月23日(日)受付7時～ 所柏の葉公園総合競技場 内①一般・高校男子…100m、5000m、砲丸投、走幅跳②一般・高校女子…100m、3000m、砲丸投、走幅跳③中学男子…1年1500m、共通100m・400m・1500m・3000m・100mH・砲丸投・走幅跳、4×100mR④中学女子…共通100m・200m・800m・1500m・100mH・砲丸投・走幅跳、4×100mR ⑤小学男子・女子5～6年…各100m、共通1000m・走幅跳、4×100mR 内市内在住・在学・在勤の方(中学生は東葛管内) 費1種目500円(小・中学生400円)、リレー中学・高校・一般800

### 納付のお知らせ

項目	納期限(口座振替日)
上下水道料金	9月26日(月)
介護保険料第4期	9月30日(金)
国民健康保険税第4期	
後期高齢者医療保険料第3期	
下水道受益者負担金第2期	

### 我孫子市の人口

	9月1日時点	前年同月比
人口	131,093人	-455人
うち外国人	2,184人	+226人
男	64,249人	-238人
女	66,844人	-217人
世帯	61,112世帯	+688世帯

円 指指定のゼッケン(お持ちの中学・高校生のみ) 申・問10月7日(金)～13日(土)18時まで、Eメールに種目、最近の記録、住所、氏名、年齢、電話番号、所属を明記。山本 ☎090-8507-3418 abirun.net@gmail.com

### 秋のユニバーサルスポーツ体験会

回10月29日(土)10時～11時30分 内ポッチャ、風船バレー、ラダーゲッターなど 対小学生以上(3年生以下は保護者同伴) 定先着40人(見学不可) 費無料 持動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル 所・申・問10月16日(日)までに市民体育館 ☎7187-1155

### 湖北地区公民館(コホミン)創立30周年 コホミン×オペラIV

回11月13日(日)14時～ 内ヴェルディ「椿姫」 演吉田真澄さん、浅原孝夫さん、松井永太郎さんほか 定先着250人 費1,000円 所・申・問10月1日(土)～湖北地区公民館 ☎7188-4433

## 講演・講座・教室

### お元気まんてん教室

回9月30日(金)13時30分～15時30分 所天王台北近隣センター※Zoom参加可 内座ってできるフレイル予防運動 師轟幸治さん(鍼灸あん摩マッサージ師) 定15人 費無料 申・問天王台地区高齢者なんでも相談室 ☎7182-4100

### 全年齢向け再就職支援セミナー 生活・就労出張相談

◎セミナー 回10月21日(金)10時～12時 内仕事の探し方、応募書類の書き方、面接対策など 対求職中の方 定先着30人

◎出張相談 回10月21日(金)13時30分～、14時10分～、14時50分～、15時30分～(各回30分) 内就職までの生活・就労に関する相談 対セミナー参加者 定各回先着1人 <共通> 所流山市生涯学習センター 費無料 申・問流山市商工振興課 ☎7150-6085

### 歯科衛生士復職支援・スキルアップ研修会

回・内歯科医師会ホームページで確認 対歯科衛生士の資格を有する方 定各回先着25人 費無料 申・問(一社)千葉県歯科医師会 ☎043-241-6473 ☎

https://www.cda.or.jp/recovery

### ウルトラリセット教室

回毎週火曜日9時30分～、10時45分～、12時～、13時15分～(各回40分) 内筋膜リリースで肩こりや腰痛を予防・改善 費1回500円 所・申・問市民体育館 ☎7187-1155

## お知らせ

### 定例教育委員会

回9月28日(火)14時～※議案内容により変更の場合あり 所水道局4階会議室 内9月26日(月)以降にお問い合わせください 問教育委員会総務課 ☎7185-1110

### 2つのハロウィンジャンボ

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」の2種類が販売されます。収益金は市町村の環境対策・高齢化対策などに使われます 回9月21日(火)～10月21日(金) 所県内宝くじ売り場 問財政課・内線220

### 第28回関東大学女子駅伝 交通規制

回9月25日(日)9時～12時 所印西市千葉ニュータウン周辺 問関東学生陸上競技連盟 ☎03-5411-1488

### 借金の返済でお悩みの方へ

一人で悩まずご相談ください。秘密は厳守します 費無料 問財務省千葉財務事務所 ☎043-251-7830

## まち協情報

### こもれびまちづくり協議会

◎こもれびそば打ち教室 回10月23日(日)、11月27日(日)、12月25日(日)9時～(全3回) 対全回参加できる方 定10人(初参加者優先) 費①500g打ち1,800円②700g打ち2,000円(全3回

分、初心者は①) 履エプロン、三角巾、タオル、布巾2枚、持ち帰り用容器 所・申・問10月7日(金) (必着) までに、往復はがきに教室名、コース名、郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記。〒270-1144東我孫子1の41の33近隣センターこもれび ☎7165-2011

### 新木地区まちづくり協議会

◎歌声喫茶in新木 回10月8日(土)13時30分～15時 演鳥谷部由美子さん 定先着40人 費500円 履室内履き 申9月22日(木)～

◎新木ふれあい文化祭出演者・出展者募集 回11月12日(土)・13日(日)10時～16時※10月23日(日)説明会実施 内地域住民・団体による作品・演技発表 費無料 履室内履き 申9月20日(火)～10月10日(祝)

<共通> 所・申・問新木近隣センター ☎7188-2010

## 市民伝言板

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。

近セ…近隣センター、市セ…市民センター、師…講師、内…入会金、月…月会費、年…年会費、履…持ち物、申…申し込み、問…問い合わせ

## 会員・仲間募集 やってみよう

▼シニアショートゴルフ 毎月第2(木)。沼南ゴルフ林間コース・リトルグリーンヴァレー船橋。男性65歳以上、女性年齢制限なし。年2,000円。申・問大原 ☎7106-2398

▼中高年のピアノ教室 月1～2回。市内近セほか。次回9月30日(金)13時～・14時～、近セこもれび、各回先着3人。体験300円。初心者大歓迎。申・問今津 ☎090-2643-6245

## 文芸だより

### 俳句

川風は馳走となりぬ夏料理

【評】夏料理に求められることと言えはおいしさと涼しさであろう。故に思いのままに風を感じながら料理を味わえたら満足の限りであろう。

佐藤 麻績 選 (投稿数16句)

花薄風に抗ふすべもなく

紅は大地の熱か百日紅

引く波にはだしの足裏くすぐられ

新井美枝子

### 短歌

ひつそりと静まりかへる午前二時安眠裂きて行く救急車

【評】この夏、熱中症と疫禍で、救急車のサイレンは時を選ばず深夜にも聞こえました。それは私たちに異変を伝え、胸騒ぎを呼び起こします。

榊原 敦子 選 (投稿数13首)

根戸新田たんぼに並ぶ案山子たち一本足のニューファッションも(新かな) 西嶋みどり  
海底の四式戦闘機名は疾風今はさかなの集うオアシス (新かな) 金子 直子  
父の背で寒満月を仰ぎみし幼きあの日永遠に忘れじ 豊島 弘美

皆さんからの投稿をお待ちしています。締め切りは、毎月20日必着。はがきで1人1作に限ります。投稿された作品は、選者により添削する場合がありますのでご了承ください。 ※「青少年(18歳以下)の部」も募集しています。必ず年齢を明記してください。 応募先:〒270-1192市役所秘書広報課(住所省略可) ※氏名にはふりがなを記載してください。



市からのお知らせをメールで配信しています。右記QRコードを読み込んでください。パソコンからは、市ホームページ内「メール配信サービス」をご覧ください。



アプリ「マチイロ」で広報あびこが閲覧できます。アプリは左記QRコードからダウンロードできます。

## 新型コロナウイルス感染症関連情報

※9月6日時点の情報です。

### オミクロン株(BA.1型)対応ワクチン

ワクチン接種を行う期間は9月30日(金)までの予定でしたが、オミクロン株(BA.1型)対応ワクチンの接種が開始されることに伴い、令和5年3月31日(金)まで接種期間が延長される予定です。

対象者や接種間隔など詳しくは国で検討中です。決まり次第、市ホームページ(QRコード参照)や広報あびこでお知らせします。

現時点では、9月中旬以降に前倒しで供給されるワクチンは、薬事承認後、重症化リスクが高い方や医療従事者など、4回目接種の対象者のうち未接種の方への使用が検討されています。10月以降に供給されるワクチンは、対象者を拡大し、2回目接種を完了した12歳以上の方への使用が検討されています。接種を希望する方は早めに2回目までの接種をご確認ください。

オミクロン株(BA.1型)対応ワクチンの接種には、未使用の3・4回目接種券を使用できますので、捨てずに保管しておいてください。



### 5歳～11歳の3回目接種

2回目接種から5カ月以上経過した方は3回目接種が可能です。使用するワクチンはファイザー社製ワクチン(5歳～11歳用)です。

対象者には、順次接種券を発送します。最新情報は市ホームページや広報あびこでお知らせします。

### 接種証明書(ワクチンパスポート) コンビニ交付

コンビニで接種証明書を取得できます。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

時間 午前6時30分～午後11時※メンテナンス時などを除く

場所 セブン-イレブン

※マルチコピー機を設置している店舗に限ります。

※今後、事業者拡大の可能性あります。利用可能店舗など、詳しくは厚生労働省ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

費用 120円※印刷不良の場合を除き、返金できません。

持ち物 マイナンバーカード※券面事項入力補助用暗証番号が必要です。



▲市ホームページ



▲厚生労働省ホームページ

### 申請は9月30日(金)まで 住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金

期限までに申請がない場合は給付金を受け取れません。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

申 9月30日(金)(消印有効)までに必要書類を郵送・持参〒270-1192市役所社会福祉課(西別館4階、住所省略可)

問 臨時特別給付金コールセンター ☎7185-1763 (月～金曜日午前9時～午後5時※祝日を除く)



### 問い合わせ先

◎オミクロン株対応ワクチン、10代・20代男性の接種、5歳～11歳の3回目接種…我孫子市新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0120-855-366 (毎日午前9時～午後5時30分)

◎接種証明書のコンビニ交付…健康づくり支援課 ☎7185-1126

### BA.5対策強化宣言の期間延長に伴う協力と市の独自支援策について

県では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、BA.5対策強化宣言の期間を9月30日(金)まで延長しました。

市民の皆様には、これまでも感染対策にご協力いただいておりますが、冷房中の定期的な換気や3密(密閉、密集、密接)の回避、距離の確保、状況に応じたマスクの着用、手洗いやアルコール消毒など、基本的な感染対策の徹底を改めてお願いします。

また、現在開会中の市議会定例会では、公立保育園給食費の値上げ抑制などをはじめとした、原油価格や物価の高騰に苦しむ子育て世帯や農業者、医療機関に向けた独自支援策を、補正予算案として上程しています。

今後も、社会経済活動を維持するための独自支援や感染拡大防止策に取り組んでいきますので、引き続き感染対策へのご協力をお願いします。

市長 星野 順一郎

### 図書館員が選ぶ この一冊

55

『和菓子のアン』 光文社 坂木 司/著

アンちゃんこと梅木杏子はごく普通の18歳。進路が決まらないまま高校を卒業し、デパ地下の和菓子店「みつ屋」でアルバイトを始める。仕事に追われる中、和菓子に関する専門知識や情熱に溢れる個性豊かな同僚たちと一緒にお客様が持ち込む謎を解くことに。5話からなる本書はシリーズの1作目。

今まで推理小説に取り上げられなかった、デパ地下の和菓子屋を舞台にしたという著者。各話で題材となるそれぞれの和菓子を通して、購入する人物の気持ちや背景に迫る。一癖も二癖もある登場人物の面白さ、和菓子の由来や豆知識などがふんだんに詰まった美味しい物語である。

### 消費生活センターだより

#### 海産物の電話勧誘販売に注意!

「新型コロナウイルス感染症の影響で海産物が売れず困っている。支援してほしい」と電話があり購入したが、届いた商品は金額に見合わないものだったという相談がありました。一方で、きっぱり勧誘を断ったにもかかわらず強引に商品を送りつける業者もあります。

勧誘された時は、必ず会社名や住所、連絡先を確認しましょう。また、一方的に商品が届いた時は受け取りを拒否し、代金を支払わないようにしましょう。

事業者からの電話勧誘によって契約した場合はクーリングオフができます。書面やEメールなどで契約解除通知を出しましょう。

困った時はすぐに消費生活センターにご相談ください。

相談受付窓口 消費生活センター(アビイクオーレ2階<イトーヨーカドー我孫子南口店>) ☎7185-0999 (月～金曜日、第2・4土曜日午前10時～午後5時30分)



### 我孫子市ふるさと大使 ナイツ埜宣之の 我孫子市広報動画チャンネル

ふるさと大使のナイツ埜宣之さんが我孫子市の情報を毎月発信!

8月は「子育てしやすいまち我孫子」を紹介しました。9月は「あびこ洪水避難情報ハザードマップ」を紹介しています。

動画は市の公式YouTube(QRコード参照)で配信していますので、ぜひご覧ください!

☎ 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

