



我孫子市

LINE 公式アカウント

はじめました!



欲しい情報を選べる!

16のカテゴリーから欲しい情報を選んで受け取れます。
市からのお知らせ 広報 防災無線 防災・防犯
火災情報 子育て 観光 健康(保健センターだより)
福祉 文化 スポーツ 選挙情報 募集
事業者・起業家向け 農業者向け 移住・定住
 ※新型コロナウイルス感染症に関する情報(ワクチン接種など)は、「健康(保健センターだより)」を選択してください。

ごみ収集日の通知設定や
ごみ分別の検索ができる!

お住まいの地区を登録すると各種ごみの収集日の前日または当日に通知を受け取れます。また、トーク画面で調べたいごみの品名を入力して送信すると、ごみの種別を返信します。

☎ 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

2面ではメニュー画面からできることを紹介します。
機能は、今後さらに充実させていきます。

友だち募集中!

Step1

QRコードを読み込む

スマートフォンなどでLINEアプリまたはカメラを起動し、右記QRコードにかざしてください。



Step2

友だち追加

表示される画面で、「追加」ボタンを押すと追加完了です。プライバシーポリシーに「同意する」を押すと利用可能になるので、受信設定で欲しい情報を選べます。



基本メニュー



新型コロナウイルス感染症・ワクチンの情報を確認できます。



マイナンバーカードに関する手続きが分かります。



欲しい情報をいつでもすぐに変更できます。

調べるメニュー



必要な子育て情報を各メニューから調べられます。「出産したら」では子どもの健診の通知設定ができます。



ごみ収集日の通知設定ができます。



障害者・高齢者に必要な情報がまとまっています。

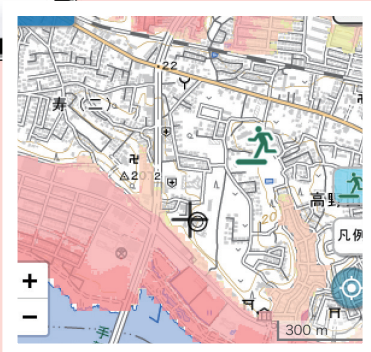


図書館ホームページにつながります。

防災メニュー



現在地や災害の可能性のあるエリア、避難所などが一目で分かります。



証明書で困った時はこのメニューから探してください。



来庁せずに証明書などを発行する方法が分かります。

市内のイベント情報を確認して出かけましょう！



転居などの場合にご確認ください。



LINEではメール配信サービスと同じ情報が受け取れます

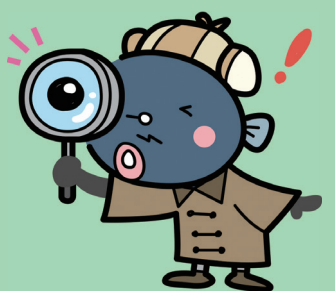
メール配信サービスで配信している「防災無線情報」「防災・防犯情報」「保健センターだより」「子育て応援情報」などは、LINEでも配信します。

情報が重複するため、メール配信サービスの解除を希望する場合は、右記QRコード(☒abiko-del@

kmel.jp)から空メールを送信し、返信メールの案内に従って解除してください。

返信が来ない・操作が分からない方はお問い合わせください。

☎ 秘書広報課広報室 ☎7185-1269



令和5年4月入園の幼稚園児 募集

入園願書は各園で配布しています。出願手続きは11月1日(火)からです。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご確認の上、各園にお問い合わせください。



※認定こども園とは、幼稚園と保育園の機能を併せ持つ施設です。
※保育園児の募集は広報あびこ10月16日号でお知らせします。

▼私立幼稚園・認定こども園一覧

幼稚園名	住所	教育時間 (土曜日休園)	預かり保育実施時間 上段：月～金曜日 下段：夏・冬・春期休業期間	電話番号
めばえ	白山 2の7の5	月～金曜日8時～14時 水曜日8時～11時(月2回)	7時～7時40分 教育時間後～19時 7時～19時	7184-1313
二階堂	久寺家 479の1	月～金曜日9時～14時 水曜日9時～11時(月1回程度)	7時30分～9時 教育時間後～18時30分 7時30分～18時30分	7185-1371
布佐台	布佐 1849	月～金曜日9時～14時 水曜日9時～13時	7時30分～9時 教育時間後～19時 7時30分～19時	7189-0231
認定こども園名	住所	教育時間(教育認定の子どもは土曜日休園) (保育認定の保育時間は保護者の就労状況などに応じて認定)	預かり保育実施時間(教育認定の子どものみ) 上段：月～金曜日 下段：夏・冬・春期休業期間	電話番号
ひかり	緑 2の3の1	月～金曜日8時30分～14時 第3水曜日8時30分～11時	7時～8時30分 教育時間後～19時 7時～19時	7185-0415
湖北台	湖北台 8の10の2	月～金曜日9時～14時 第3水曜日9時～11時	7時～8時30分 教育時間後～19時 7時～19時	7188-1001
つくしの	つくし野 6の23の10	月～金曜日8時30分～14時 第3水曜日8時30分～11時	7時～8時30分 教育時間後～19時 7時～19時	7184-3200
わだ	布佐 1275	月～金曜日9時～14時	7時～9時 教育時間後～19時 7時～19時	7189-1608
湖北白ばら	中峠村下 1の2	月～金曜日8時30分～14時 水曜日8時30分～11時30分(月1回程度)	7時～8時30分 教育時間後～19時 7時～19時	7188-2211

※3歳・4歳・5歳児クラスの子もおよび幼稚園・認定こども園(教育認定)の満3歳児入園(3歳に達した幼児が次の4月を待たずに年度の途中から入園)の子どもは利用料無償化の対象です(通園送迎費・食材料費・行事費などの実費分は保護者負担)。

☎ 保育課・内線572

定員になり次第締め切り マイナンバー業務の休日開庁(事前予約制)

予約 ①前日までに市民課☎7185-4326(月～金曜日午前9時～午後5時※祝日を除く) ②3開庁日前までにインターネット予約サイト(QRコード参照)



場所 市民課(市役所本庁舎1階)

内容 マイナンバーカードの申請(予約不要)・交付(要予約)、電子証明書の更新(予約不要)など

申請時の持ち物 通知カード(申請時回収)、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。

※代理人によるマイナンバーカードの受け取りは、本人が来庁困難なことを証する書類(診断書・障害者手帳など)が必要です。

☎ 市民課・内線693

開庁日時	予約開始日時
10月23日(日)9時～13時	10月5日(火)9時
11月12日(土)9時～13時	10月26日(火)9時
11月27日(日)9時～13時	11月9日(火)9時

パブリックコメント

ご意見をお聞かせください

閲覧場所 担当課、行政情報資料室(市役所本庁舎1階)、各行政サービスセンター、アビスタ、湖北地区公民館、市民プラザ、各図書館分館、各近隣センター、市ホームページ

意見の提出方法 意見書(各閲覧場所、市ホームページに用意)に記入の上、公表期間中に①担当課へ郵送・ファクス・持参②閲覧場所の窓口へ提出または備え付けの意見書投函箱に投函※ちば電子申請サービスからも可

移動等円滑化基本構想の一部改正(案)

趣旨 我孫子・天王台駅ホームドアの整備に伴い追記するもの

公表期間 10月31日(月)まで

提出先・☎ 〒270-1192市役所道路課(東別館2階、住所省略可)・内線533☎7185-8013

汚水適正処理構想の見直し(案)

趣旨 公共下水道や合併処理浄化槽などの各種汚水処理施設を整備する方針を定める基本構想を見直すもの

公表期間 10月3日(月)～11月1日(火)

提出先・☎ 〒270-1192市役所下水道課(東別館2階、住所省略可)・内線588☎7185-8013

商業と観光に関するワークショップ

商業観光方針(仮称)策定に向けて、意見を募集します。

日時 ①10月23日(日)午後0時30分～2時30分、25日(火)午後6時30分～8時30分 ②10月23日(日)午後5時～7時 ③10月24日(月)午後6時30分～8時30分

場所 ①湖北地区公民館 ②市民プラザ ③アビスタ 定員 各回15人

☎・☎ 10月20日(木)までに商業観光課・内線610

市内掲示板 一部撤去

老朽化で、強風などによる倒壊の恐れがあるため、10月中に「若松1号公園」と「並木6丁目線路沿い」の掲示板を撤去します。

利用可能な掲示板は市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

☎ 市民協働推進課・内線488

市民プラザギャラリー 運用変更

市民プラザギャラリーは、使用開始日を含む月の3カ月前の1日から、1日単位での利用申込が可能になりました(最大6日間)。申し込みは窓口でのみ受け付けます。

例 11月30日～12月2日に使用する場合…8月1日から申し込み可

☎ 市民プラザ☎7183-2111

公契約審議会の公開

日時 10月13日(木)午前10時～(受付9時45分～)

場所 市役所議会棟第一委員会室 内容 令和5年度労務報酬下限額など

定員 先着5人※傍聴人は発言の機会なし

☎ 資産管理課・内線527

総合防災訓練

日時 11月19日(土)午前9時30分～ 場所 川村学園女子大学グラウンド

※詳しくは広報あびこ11月16日号でお知らせします。

☎ 市民安全課・内線217

税金は期限までに必ず納めましょう

10～12月は「千葉県下一斉 滞納整理強化期間」

市・県民税の滞納を防止するため、「滞納は絶対に見逃さない!」を合言葉に、県と県内全市町村で対策を強化しています。

滞納者への対策 文書催告、勤務先・取引先などへの財産調査、自宅などの搜索、給与・預貯金などの差し押さえ、自動車のタイヤロック



▲差し押さえた自動車

☎ 収税課☎7185-1753、千葉県税務課☎043-223-2127



住まいに関する制度

若い世代の住宅取得補助金

対象 40歳未満(既婚の場合は夫婦どちらかで可)で住宅取得日から1年以内の
①市内東側で取得した方②取得者または配偶者が市外から転入した方

補助額 ①10万円②5万円※最大15万円

住宅リフォーム補助金

対象 個人住宅(所有権登記済み)のリフォーム工事(税込み20万円以上)を市内登録事業者などで行い定住する方※契約締結前に要申請※着工後は申請不可
補助額 対象工事費の5~20%※要件により異なります。※最大10万~40万円(子育て世帯・単身者世帯は上限を10万円増額)

※住宅金融支援機構【フラット35】地域連携型の金利優遇あり(要件あり)

☎ 令和5年1月31日(火)まで

空き家バンク、マイホーム借り上げ制度

◎**空き家バンク** 市内の空き家などを有効活用するため、貸したい・売りたい物件を登録し、利用したい方と結びつける制度です。

◎**マイホーム借り上げ制度** (一社)移住・住みかえ支援機構(JTI)が運営する公的な賃貸制度です。住まなくなった自宅を機構が借り上げ、入居者のいない空室時でも毎月賃料を支払います。

〈共通〉詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎ 建築住宅課・内線601、マイホーム借り上げ制度…JTI ☎03-5211-0757

自宅の塀は大丈夫ですか？

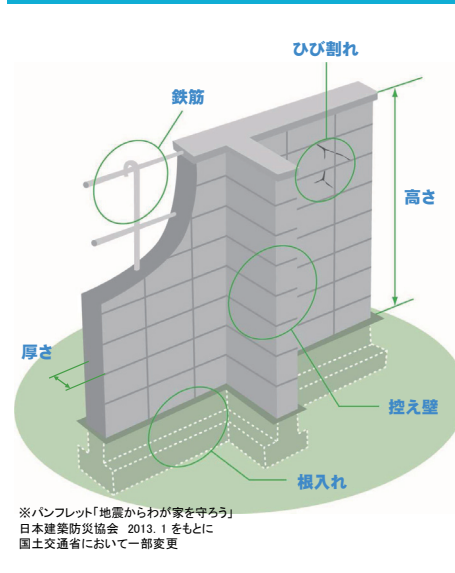
ブロック塀の調査・改善にご協力を

ブロック塀などの所有者・管理者は、塀の倒壊を防ぐため適正に維持管理する必要があります。点検の結果、危険性が確認された場合は、通行者への注意表示を行い、専門家に相談の上、補修・改善をお願いします。点検項目など、詳しくは国土交通省ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。



国土交通省

ブロック塀等の点検のチェックポイント



ブロック塀について、以下の項目を点検し、ひとつでも不適合があれば危険なので改善しましょう。
まず外観で1~5をチェックし、ひとつでも不適合がある場合や分からないことがあれば、専門家に相談しましょう。

- 1. 塀は高すぎないか
・塀の高さは地盤から2.2m以下か。
- 2. 塀の厚さは十分か
・塀の厚さは10cm以上か。(塀の高さが2m超2.2m以下の場合は15cm以上)
- 3. 控え壁はあるか。(塀の高さが1.2m超の場合)
・塀の長さ3.4m以下ごとに、塀の高さの1/5以上突出した控え壁があるか。
- 4. 基礎があるか
・コンクリートの基礎があるか。
- 5. 塀は健全か
・塀に傾き、ひび割れはないか。
- 6. 塀に鉄筋が入っているか
・塀の中に直径9mm以上の鉄筋が、縦横とも80cm間隔以下で配筋されており、縦筋は壁頂部および基礎の横筋に、横筋は縦筋にそれぞれかぎ掛けされているか。
・基礎の根入れ深さは30cm以上か。(塀の高さが1.2m超の場合)

組積造(れんが造、石造、鉄筋のないブロック造)の塀の場合

- 1. 塀の高さは地盤から1.2m以下か。
- 2. 塀の厚さは十分か。
- 3. 塀の長さ4m以下ごとに、塀の厚さの1/5以上突出した控え壁があるか。
- 4. 基礎があるか。
- 5. 塀に傾き、ひび割れはないか。
- 6. 基礎の根入れ深さは20cm以上か。

※パンフレット「地震から家が守らる」日本建築防災協会 2013.1 をもとに国土交通省において一部変更

※補修・改善には市の住宅リフォーム補助金制度や増改築等工事施工業者紹介制度をご活用ください。

☎ 建築住宅課・内線528

耐震診断・耐震改修工事費用 助成

昭和56年5月以前の「旧耐震基準」で建築した木造住宅は、現在の「新耐震基準」を満たしていないことが多く、万が一の場合、倒壊する恐れがあります。

耐震診断で耐震性を確認し、結果に応じて適切な耐震改修を実施することが重要です。申請方法や助成額など、詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

対象 昭和56年5月31日以前に建築した木造住宅※契約締結前に要申請※着工後は申請不可



区分	受付期間	棟数(9月19日時点)
木造住宅耐震改修工事助成	11月30日(火)まで	先着4棟
木造住宅耐震診断助成	12月23日(金)まで	先着4棟

☎ 建築住宅課・内線528

10月15日~21日は「違反建築防止週間」

建築基準法では、生命や健康、財産を守るため、建物の安全性の確保に関する敷地や構造などのさまざまな基準を定めています。

建物を建てる場合は、建築基準法などの法令で定めている基準や手続きを順守し、適正に工事を進めましょう。工事が完了した時は、その建物が法令に基づき安全なものであるか検査を受けましょう。建てた時は適法でも、その後の改修や用途の変更で違法になる場合があります。改修などの際は事前に建築士などに相談しましょう。

☎ 建築住宅課・内線528

インボイス制度説明会

令和5年10月から開始される新しい消費税の仕入れ税額控除制度について説明します。

日時	場所	申し込み締め切り
10月6日(休)15時50分~16時50分	柏税務署	10月3日(月)17時
10月21日(金)15時~16時		10月18日(火)17時
11月2日(水)15時50分~16時50分		10月28日(金)17時
12月21日(水)15時~16時		12月16日(金)17時

※10月21日(金)は消費税制度も説明するため、免税事業者にお勧めです。

※来場の際は公共交通機関などをご利用ください。

定員 各日先着20人

費用 無料

☎・☎ 柏税務署 ☎7146-2321(内線172)

農業拠点施設指定管理者主催 市内農家向け勉強会 持続可能な農業経営を考える

日時 10月23日(日)午後6時30分~

場所 水の館レストラン旬菜厨房「米舞亭」

内容 気象が激しく変化する中、消費者が求める野菜の作り方や安定した農業経営を持続するための、土づくりをはじめとする栽培方法などを紹介します。

定員 先着20人

費用 無料

☎・☎ 10月10日(祝)までに(株)あびベジ ☎7168-0832

B.B.BASE手賀沼で行く！ 手賀沼・印旛沼ツインレイクサイクリング

今年も両国駅~布佐駅間でB.B.BASE手賀沼が運行します。サイクルラックに自転車を載せて、一緒に旅ができます。成田線沿線の田園風景や、水辺と豊かな緑が広がる手賀沼・印旛沼を、車窓から、そしてサイクリングで満喫できます。布佐駅ではオリジナルグッズや沿線特産品などをプレゼントします。



▲布佐駅では手賀沼のうなぎちゃんがお出迎え&お見送り!

乗車券の購入方法など、詳しくはJR東日本ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

日にち 10月22日(土)~23日(日)

時間 行き…両国駅午前7時51分発、布佐駅9時28分着

帰り…布佐駅午後3時44分発、両国駅5時27分着

☎ 企画政策課(成田線活性化推進協議会事務局) ☎7185-1426



駅からハイキング 自然と歴史を満喫しよう！ぬまっぺりハイキング

都心から一番近い天然湖沼である手賀沼の遊歩道を歩いて自然を満喫できるコースです。オリジナルグッズなどをプレゼントします。詳しくはJR東日本ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。



▲JR東日本ホームページ

日にち 10月8日(土)~10日(祝)※雨天実施

受付時間 各日午前9時~11時30分※「駅からハイキング」アプリで参加登録をした方は参加画面を提示

場所 湖北駅改札前受付~我孫子駅 **費用** 無料

◎「駅からハイキング」アプリ 参加登録・履歴の確認・抽選の応募などができます(QRコードからダウンロード可)。



▲iPhone用



▲Android用

☎ 企画政策課(成田線活性化推進協議会事務局) ☎7185-1426

「自分はだまされない！」

は**危険信号!**

10月は

で
「電話de詐欺」被害防止強化月間

被害者の95%が「自分はだまされない」と思っていました。
油断せず、疑う気持ちを持ちましょう。

! これがだましの手口!

ケース①

市役所職員をかたる偽電話「医療費の還付金手続きの文書を送りましたが、返送がないため確認しています。手続きのためキャッシュカードを預かります。」

⇒偽の職員が現れ、カードや暗証番号をだまし取る。

ケース②

警察官をかたる偽電話「息子さんを痴漢で逮捕しました。弁護士から保釈金の連絡があります。」

⇒弁護士をかたる別の犯人が電話でATMに行くように指示し、犯人の口座に振り込ませる。

ケース③

孫や子どもなど親族をかたる偽電話「仕事で使う大切なバッグを電車に忘れて無くしてしまいました。至急お金が必要になった。」

⇒同僚を名乗る別の犯人が現れ、現金をだまし取る。

市内の
被害発生状況
(1月～8月)

被害件数 **19件**
(前年同期比+2件)

被害総額
約**2,650万円**

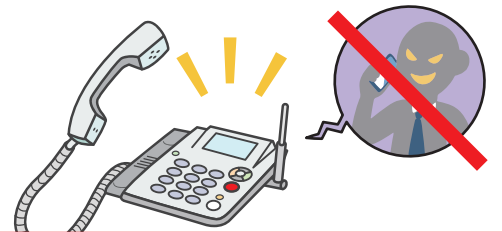
市役所職員をかたる還付金詐欺の電話が急増しています。市役所が還付金や払い戻しなどの手続きでATMを使うことは絶対にありません。その場合はすぐに警察へ通報してください!



**一番の対策は
「犯人と話さないこと」**

電話機に一工夫して詐欺を撃退!

- 常に留守番電話に設定
- ナンバーディスプレイ対応の電話機を設置
- 警告・通話録音機能付き電話機を設置



☎ 我孫子警察署生活安全課 ☎7182-0110、市民安全課・内線485

— 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



認知症になっても安心

認知症に関する相談や支援を行い、認知症に対する認知症は、早期の対応で進行を緩やかにできるといわれています。ひと

認知症と向き合いながら楽しく暮らしている夫婦へのインタビュー

Aさん(80代男性)は我孫子市に住んで40年。妻と子どもとの3人暮らしです。認知症と診断され、要介護認定を受け、居宅介護支援事業者のケアマネジャーと相談し、週2回デイサービスに通っています。

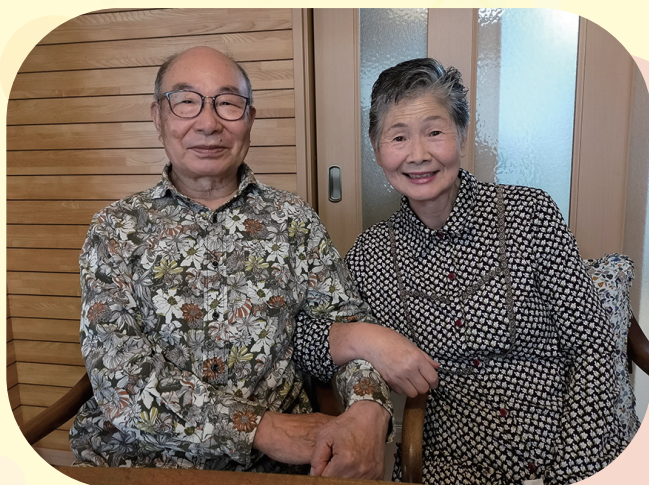
Aさんに聞きました

Q. 認知症で困っていることはありますか？

現時点で困っていることは特にありません。カレンダーに自分たちの予定を書いて、忘れないようにしています。

Q. 今の楽しみは何ですか？

デイサービスが楽しみで、皆さん親切にしてくれます。家では、時代劇を見たり、缶ビールを飲むことが楽しみです。



担当ケアマネジャーから

2人は互いに支え合い、物事を素直に受け止めながら前向きに人生を歩んでいるすてきな夫婦です。Aさんの認知症の進行が緩やかなのは、Aさんの妻の関わり方が一番大きいと思います。

サービスの調整に当たっては、Aさんの妻の体調や趣味を考慮しました。本人と家族の意思を尊重し、生活背景に合った調整を心掛けています。

◎**ケアマネジャー** 要介護者・要支援者の相談を受け、心身の状況などに応じた適切なサービスを利用できるように、自治体やサービス事業者との連絡調整などを行う専門職です。

Aさんの妻に聞きました

Q. Aさんが認知症と診断されるまでの経緯を教えてください。

夫は、60代後半の心臓手術の後、顔つきが変わり、私への被害妄想が強くなりました。悩んでいたところ、友人に高齢者なんでも相談室を勧められて相談し、病院の受診を勧められ、アルツハイマー型認知症と診断されました。子どもには病名を隠さず伝えました。医師には「デイサービスで多くの人と話すことで進行を緩やかにできる」と言われました。今では被害妄想は落ち着き、優しい夫に戻りました。

Q. 現在はどのように過ごしていますか？

夫は、デイサービスに行かない日は私と一緒に散歩や買い物をして、帰った後は時代劇を見ている。掃除や食器洗いをしてくれるのでとても助かります。夫がデイサービスに行っている間は自分の時間で、病院に通ったり、趣味を楽しんでいます。今が一番平穏です。

Q. 接し方で気を付けていることはありますか？

夫に話しかける時は語尾を伸ばして優しく話しかけています。夫は、毎日同じことを聞いてきます。特に孫については心配なのか、よく聞かれます。机の上のボードに気になったことと確認したことを自分で書いてもらい、分からなくなった時に見返してもらっています。

！ 認知症について伝えたいこと

定期的に友人と話をしています。自分と同じように夫が認知症の友人もいますが、症状がそれぞれ違うので、接し方もこれが正しい、ということはないと思います。子どもにも認知症の症状はさまざまだということを伝えていきます。同じ年代・境遇の方と話すことは共感できることがたくさんあります。認知症は誰でもなり得るので隠す必要はなく、友人や周りの人に助けてもらうことが大切だと思います。

デイサービス

食事・入浴といった日常生活の支援やリハビリテーションなどを受けられる介護保険のサービスです。利用には要介護認定を受け、ケアマネジャー・各地区高齢者なんでも相談室に相談する必要があります。

して暮らせるまち我孫子

理解を深め、共に歩める街づくりを目指しています。
ごととは考えず、誰もが安心して暮らせるように考えていきましょう。

☎ 高齢者支援課 ☎7185-1112



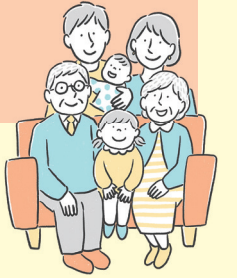
高齢者なんでも相談室

地区ごとに設置しており、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるように、介護・福祉・健康・医療・生活などの相談に応じます。
要介護認定を受けていない方でも利用できます。気軽にお問い合わせください。

地区	電話番号	地区	電話番号
我孫子北	7179-7360	湖北・湖北台	7187-6777
我孫子南	7199-8311	布佐・新木	7189-0294
天王台	7182-4100	市全域	7185-1112

一人で悩まず、参加してみませんか

認知症の方の 家族のつらい「あびこ」



日時 10月12日(水)午後1時30分～2時30分
 場所 けやきプラザ
 内容 介護方法や日頃の悩みなどの情報交換
 対象 認知症の方を介護している家族・介護経験者など
 定員 先着10人 費用 無料
 申・問 10月11日(火)までに高齢者支援課 ☎7185-1112

初心者大歓迎！誰でも簡単に始められる ポールウォーキング教室

2つのコースはセットです。室内で自信をつけて、外コースを歩きましょう。

	室内コース (基礎編)	外コース (応用編)
日時	10月21日(金)13時30分～15時30分	10月28日(金)13時30分～15時30分 ※雨天時11月11日(金)
場所	湖北台近隣センター	湖北台中央公園(湖北台保育園側)集合、解散
内容	ポールの持ち方などの基礎、ストレッチ、実践、栄養や歯の話、口の体操	ウォーキング約3.5km(湖北台中央公園～けやき通り～手賀沼ふれあいライン～五本松公園～湖北台中央公園)

講師 長岡智津子さん(日本ポールウォーキング協会マスターコーチ)、歯科衛生士(健康づくり支援課)
 対象 市内在住で65歳以上の方
 定員 先着15人 費用 無料
 持ち物 動きやすい服装・靴、飲み物、タオル、筆記用具、ポール(貸し出し可)
 申・問 高齢者支援課 ☎7185-1112



高齢社会への対応を探る会 減らそう！超高齢社会の「不安」と「困りごと」

人生100年が現実味を帯びる超高齢社会。思うように体が動かなくなり、不安や困りごとはないでしょうか。それを解消するために求められるのは「官民協働」です。官(行政)だけでなく、民(市民)も力を合わせて取り組むことが大切です。

日時 10月15日(土)午後1時30分～3時
 場所 けやきプラザ
 内容 ①基調提案「人生100年時代の相談支援～多様化するニーズへの対応」
 ②シンポジウム「減らそう！超高齢社会の不安と困りごと」(一人暮らしの不安と対策、地域での困りごとを解消、介護保険持続のカギはマンパワー、相談支援と官民協働) ③ピアノ演奏とトーク ※要約筆記あり
 講師 ①松本拓馬さん ②和田三千代さん、木田典子さん、小川正浩さん、松本拓馬さん ③鳥谷部由美子さん
 定員 先着270人 費用 無料
 問 和田 ☎7183-1434

10月 市民相談・県民相談 ※☎は予約制です。

市民相談		市民相談		市民相談		県民相談		
弁護士法律相談☎	来所電話	6日(休)、13日(休)、18日(火)、20日(木)、25日(火)9時30分～15時30分 市民相談室(本庁舎2階) 秘書広報課 ☎7185-1714	人権相談	来所☎	5日(火)10時～15時 相談室(西別館2階) 社会福祉課・内線432	結婚相談(☎優先)	第1・3木曜日10時～17時 第1・3土曜日、第2・4日曜日10時～19時 我孫子市結婚相談所 あびここい♡ハート ☎7184-8100	
行政相談☎		26日(火)10時～12時(予約は24日(月)まで) 市民相談室(本庁舎2階) 秘書広報課 ☎7185-1714	生活相談	電話	月～金曜日8時30分～17時15分 みんなの人権110番 ☎0570-003-110	地域職業相談	月～金曜日(祝日を除く)9時30分～17時 地域職業相談室(サンビーズビル6階) ☎7165-2786	
行政書士相談☎	電話	19日(火)13時～16時(予約は平日10時～15時)〈新型コロナウイルス感染症関連の補助金、相続・遺言手続きなど〉 我孫子地区行政書士相談事務局・山崎 ☎070-6482-5135	健康相談		月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時 社会福祉課(西別館2階)・内線394	介護とこころの相談☎	火～日曜日10時～16時 福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ1階) ☎7165-2886	
司法書士法律相談☎	電話	11日(火)10時～15時(予約は3日(月)～7日(金)13時～16時) 千葉司法書士会柏支部 ☎080-5901-3236	心の相談☎		月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時 保健センター 健康づくり支援課 ☎7185-1126	すまいの相談☎	金曜日10時～16時(随時) 水・木曜日10時～12時(要予約) 福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ6階) ☎7165-2886	
年金・労働・成年後見相談☎		12日(火)13時～17時 市民相談室(本庁舎2階) 千葉社会保険労務士会東葛支部 ☎7136-2560(9時～15時)	子ども総合相談		月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時 子ども相談課(西別館1階) ☎7185-1821	福祉用具相談☎	火～日曜日10時～16時 福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ1階) ☎7165-2886	
税務相談☎	電話	21日(金)10時～15時(予約は17日(月)～) 取税課 ☎7185-1349	ひとり親相談		月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時 子ども支援課(西別館2階)・内線849	児童相談	来所☎	月～金曜日(祝日を除く)9時～17時 柏児童相談所 ☎7131-7175
消費生活相談		月～金曜日、第2・4土曜日(祝日を除く)10時～17時30分 消費生活センター(アビイフォーレ2階) ☎7185-0999	DV相談(男性可)		月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時 社会福祉課内配偶者暴力相談支援センター(西別館2階) ☎7185-1113	交通事故相談	電話	月～金曜日(祝日を除く)9時～17時 柏児童相談所 ☎7134-4152
							来所☎	11日(火)10時～15時(巡回相談。先着4組。予約は6日(月)まで) 市民安全課(本庁舎地階)・内線485
							来所電話	月～金曜日(祝日を除く)9時～12時、13時～16時30分 交通事故相談所 ☎047-368-8000

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

マンションストリートから森をぬけるつくし野
コース(約4.8km)

日時 10月20日(木)午前9時15分～正午

場所 我孫子駅北口ふれあい広場集合、解散

内容 旧日立精機跡地に建てられた高層マンション街、けやきの丘、寺田の森、根戸森、つくし野のフラワーロードなどを散策します。



▲高層マンション街

古道をたどり森と水辺が招く古利根コース(約4.5km)

日時 11月5日(土)午前9時～正午

場所 湖北駅改札前集合、北口解散

内容 龍泉寺、古利根公園・自然観察の森、中峠城跡(芝原城跡)、古利根沼、法岩院、中峠亀田谷公園などを散策します。



▲古利根沼

〈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 10月4日(火)～都市計画課景観推進室 ☎7185-1529

オンライン男女共同参画連続講座(全3回) 私の、あなたの、みんなの モヤモヤ会議

家庭や職場などでの会話で感じるモヤモヤの正体と、その解消のためのヒントを探しましょう。基調講演の講師は、恋愛とジェンダーをテーマに幅広いメディアで相談を受けてきた清田隆之さんです。



清田隆之さん▶

日時	内容
10月23日(日) 10時～12時	基調講演「相談者の視点から見てくるモヤモヤの正体とその解消へのヒント」※Zoom使用 講師 清田隆之さん(文筆業・桃山商事代表)
11月12日(土) 10時～12時	モヤモヤ観察 対話ワークショップ※Zoom使用 講師 野際里枝さん(市民活動ステーションコーディネーター)
令和5年1月14日(土) 14時～16時	みんなのモヤモヤ持ち寄り交流会※一部Zoom使用 場所 我孫子南近隣センター

※交流会の一部を除き、会場での公開視聴はありません。

定員 先着50人

申 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



ミュージアムインフォメーション

鳥のサイエンストーク

オンラインで開催

鳥の博物館

Abiko City Museum of Birds
234-3 Konoyama Abiko
☎7185-2212

手賀沼の鳥を調べる — 個体数モニタリングと鳥類相 —

鳥の博物館では開館以来、手賀沼とその周辺に生息する鳥の調査を行っています。今回は、オオバンやオオヨシキリなどの個体数モニタリングと市の鳥類相の調査結果をお話しします。開催中の企画展と合わせてお楽しみください。

日時 10月15日(土)午後1時30分～2時15分
講師 小田谷嘉弥さん(鳥の博物館学芸員)
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

▲手賀沼のヨシ原に生息するオオバン

企画展「手賀沼の鳥—環境と水鳥 いま・むかし—」

日時 11月27日(日)まで午前9時30分～午後4時30分※月曜休館(祝日の場合は翌平日)
場所 鳥の博物館2階企画展示室
入館料 300円(高校・大学生200円、中学生以下・70歳以上無料)

制服や体操服を無料で譲ります 制服バンクをご利用ください

市民の方から提供していただいた制服・体操服などを、購入に困っている世帯に譲ります。在庫がなくなり次第終了します。お渡しできない・希望に添えない場合があります。

場所 我孫子市社会福祉協議会(月～金曜日午前8時30分～午後5時)

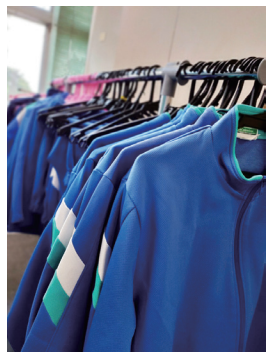
対象 ○児童扶養手当受給世帯 ○生活保護受給世帯
○就学援助・特別支援教育就学奨励費制度利用世帯

提供品目 小・中学校指定の体操服・ジャージ、ランドセル、中学校指定のかばん・バッグ、中学・高校の制服など

利用方法 ①電話で来所日時、希望品目とサイズ、生活状況を連絡 ②在庫を確認し、来所当日に本人が試着後にお渡し※サイズなどが合わない場合は再度選定

※協議会ホームページ(QRコード参照)で在庫状況や活動の様子を確認できます。

申・問 我孫子市社会福祉協議会 ☎7184-1539



広告

2023年版 てがぬまカレンダー

販売期間 令和5年
2月28日(火)まで※湖北
地区公民館は1月
31日(火)まで

販売場所 市ホーム
ページ(QRコード参
照)をご覧ください。
※施設ごとに営業日
・時間が異なります。
※10部以上の一括
購入に限り、市役所
売店で郵送対応可(代金入金後に
着払いで発送)

費用 200円

持ち物 持ち帰り用袋

問 手賀沼課(クリーン手賀沼推進協議会事務局) ☎7185-1484



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

3年ぶりに会場開催！ 第27回あびこ子どもまつり

詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

日時 10月16日(日)午前9時30分～午後3時
場所 アビスタ、手賀沼公園
内容 子どもハローワーク、ボッチャなど
対象 中学生以下 費用 200円
☎ 子ども支援課・内線845



手賀沼流域フォーラム 手賀沼賞エコ・こども教室2022

教育委員会主催「科学作品展」で手賀沼賞を受賞した作品から5作品を選びました。発表とクイズで手賀沼の自然・環境・エコロジーを学びます。

日にち 10月16日(日) 場所 アビスタ

◎口頭発表大会

時間 午前10時～正午

◎パネル展示とエコクイズ大会

時間 午前10時～午後3時※ボランティアを募集しています。詳しくはお問い合わせください。

☎ 手賀沼課 ☎7185-1484



最近眠れていますか 睡眠セミナー

日時 11月7日(月)午前10時15分～11時45分 場所 アビスタ

内容 よい睡眠のとり方について

講師 山本隆一郎さん(江戸川大学教授・睡眠研究所)

対象 市内在住の方 定員 100人 費用 無料

☎・☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

10月27日は「文字・活字文化の日」

ブックフィルムコーティング講習会

日時 ①10月26日(水)②28日(金)午前10時～11時30分

場所 ①アビスタ②図書館布佐分館

内容 透明フィルムで本のコーティング

対象 中学生以上※①のみ2歳～就学前の子どもの託児あり(先着2人)

定員 ①12人②10人 費用 無料

持ち物 30cm定規、自分の本1～2冊

☎・☎ 10月1日(土)午前9時30分～①図書館アビスタ本館 ☎7184-1110②布佐分館 ☎7189-1311

よむよむラリー

期間 10月27日(土)～11月30日(水)※移動図書館は12月23日(金)まで

内容 図書館の本を1冊読むごとに、ラリー用紙(期間内に各図書館で配布)にスタンプを押し、10冊読んだらゴール。ゴールした方には、ラリー用紙をしおりにしてプレゼントします！

対象 幼児～小学生

☎ 図書館アビスタ本館 ☎7184-1110

図書館のおはなし会 ☎・☎アビスタ本館 ☎7184-1110

おはなし会 絵本の読み聞かせと語り

対象 4歳～9歳くらいまで

10月～12月

時間までに
お集まりください

無料

場所・時間	10月	11月	12月
布佐分館 11時～11時30分	2日(日)・23日(日)	6日(日)・27日(日)	4日(日)・25日(日)

親子で楽しむおはなし会 絵本の読み聞かせとわらべうた・手遊び

対象 0歳～3歳までと保護者 ※アビスタ本館は2回とも同じ内容です。

場所・時間	10月	11月	12月
アビスタ本館 10時40分～11時 各回先着6組	13日(木)・27日(木) ☎ 受付中	10日(木)・24日(木) ☎ 10月14日(金)～	8日(木)・22日(木) ☎ 11月11日(金)～
布佐分館 10時40分～11時 ※申込不要	13日(木)	10日(木)	15日(木)

そよかぜおはなしタイム 絵本の読み聞かせ※雨天・荒天中止

場所・時間	10月	11月	12月
移動図書館青山台ステーション (柴崎台北公園) 15時～16時	26日(水)	23日(水)	-

すこやかちゃん



佐野 悠斗ちゃん
(船戸・1歳4カ月)
食えること、探検が大好きで表情豊かな悠斗☆これからもたくさんの笑顔を見せてね☺



百瀬 心晴ちゃん
(台田・1歳4カ月)
いつも元気でお姉ちゃんが大好きな心晴ちゃん♡これからも笑顔ですくすく育ててね☺

新しい番組がスタート！ 水の館プラネタリウム

期間 10月15日(土)～令和5年1月15日(日)の土・日曜日、祝日

時間・内容 (上映時間約20分)

開始時間	内容
10時、13時、15時	テーマ番組「秋の星空を見上げて～太古の人が見た星～」
11時、14時、16時	星空解説「今夜、なにがみえるかな」(秋から冬)

定員 各回先着50人 費用 100円(中学生以下無料)

※月～金曜日は10人以上の団体に貸し切り上映可(2日前までに要申込。申請書は市ホームページからダウンロード可)

場所・☎ 水の館 ☎7184-0555

10月子育て応援情報

無料

(対象) 市内在住の乳幼児と保護者、妊娠中の方



あびこ子育て

保育園・幼稚園などの地域子育て支援

マイ保育園ひろば 保育園の行事に参加したり、子育ての悩みや不安を相談しよう！※各園に要登録(随時)

公園で遊ぼう！	5日(水)10時～11時	柏鳳保育園
散歩	14日(金)10時～11時	寿保育園
運動会ごっこ	19日(水)10時～11時	東あびこ聖華保育園
体操あそび	25日(水)10時～11時	根戸保育園
運動あそび	26日(水)10時～11時	つくし野保育園
ハロウィンパーティー	25日(水)10時～11時	聖華みどり保育園
	28日(金)10時～11時	柏鳳保育園

園庭開放 園庭で一緒にいろいろな経験をしよう！※雨天中止

☎ 保育課・内線459(月～金)午前8時30分～午後5時

出前保育

るるんパーク 広場スタッフと体操や親子遊びをしよう！※荒天中止

手賀沼公園	6日(木)10時30分～11時
天王山西公園	18日(水)10時30分～11時

☎ 子育て支援センター ☎7185-1915(月～金)午前10時～午後5時

子育て支援センターの地域子育て支援

- ①にこにこ広場(アビクオーレ2階) ☎7185-8882(月～土)
- ②すまいる広場(湖北台保育園内) ☎7185-2196(月～土)
- ③かわむらんど(川村学園女子大学附属保育園内) ☎7183-5995(月～金)

家族であそぼう	8日(土)10時30分～11時30分「みんなで一緒に遊ぼう！」※要申込(先着10組)
① ふたごちゃん・みつごちゃんの会	19日(水)10時30分～11時30分「ふたご以上の乳幼児・保護者・妊娠中の方の交流会」※要申込
	22日(土)10時30分～11時30分「乳幼児とお父さんの会」※要申込(先着10組)
② 家族であそぼう	1日(土)11時～12時「体を動かして遊ぼう」
	15日(土)11時～12時「ハロウィンを楽しもう」
③ ふたごちゃん・みつごちゃんタイム	毎週(水)10時～11時「ふたご以上の乳幼児・保護者・妊娠中の方の交流会」
	毎週(金)10時～11時「乳幼児と成長や発達でお困りの保護者の交流会」

子育て情報は、メール配信をしています。詳しくは子育て支援センター ☎7185-1915へ

シニアの就職活動

◎シニア向けキャリアデザインセミナー

日時 11月7日(月)午前10時～正午
内容 シニアが働くための方策(働き方、仕事の探し方など)
対象 55歳以上の方 定員 先着30人

◎生活・就職に関する出張相談

日時 11月7日(月)①午後1時30分～2時②2時10分～2時40分③2時50分～3時20分④3時30分～4時
内容 就職までの生活・就労の相談
対象 上記セミナー参加者 定員 各回先着1人
<共通> 場所 市民プラザ 費用 無料
申・問 企業立地推進課 ☎7185-2214

各種がん集団検診の予約を忘れずに

結核・肺がん、胃がん、乳がん、子宮頸がん集団検診の受診券をお持ちの方の予約を受け付け中です。予約のとり忘れにご注意ください。

予約方法 ①インターネット検診予約システム(QRコード参照)
②代行予約(はがき・窓口で希望する検診、住所、氏名、生年月日、電話番号を明記)※結核・肺がん検診のみ10月7日(金)必着
※定員があります。詳しくは受診券に同封の案内をご覧ください。



予約・問 〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

10月 各種健診と健康教室

◎乳幼児の各種健診・相談・教室 ☎は予約制です。
☎ 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

項目	日にち	対象など
しあわせママパパ学級☎	1・8・29日(出)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
育児相談(乳幼児の育児)	5日(火) 31日(月)	にこにこ広場 保健センター
4カ月児相談	4・11日(火)	令和4年5月生まれ
1歳6カ月児健康診査	6・13日(木)	令和3年3月3日～4月12日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	20日(木)	令和2年2月生まれ
3歳児健康診査	6・13日(木)	平成31年2月25日～4月10日生まれ
5歳児歯科健診	20日(木)	平成29年9月5日～10月5日生まれ
離乳食教室(4～6カ月児向け)☎	28日(金)	乳児の保護者、先着30人
後期離乳食教室(8～9カ月児向け)☎	19日(火)	令和4年1月生まれ、先着20人
食事・栄養相談☎	随時	全年齢対象・電話相談可

問い合わせ先をご確認ください。

◎心の健康に関する教室
場所 保健センター3階
☎ 障害者支援課・内線421

教室名	日時
アルコール教室	4日(火) 14時30分～16時
心の健康クラブ	17日(月) 14時～16時

◎遊具うんどう教室
時間 午前10時～11時
※雨天中止
☎ 高齢者支援課 ☎7185-1112

日にち	場所
12日(火)	布佐南公園
18日(火)	湖北台中央公園
21日(金)	天王台西公園

健康MEMO 経皮感作と食物アレルギー

感作とは、食物やダニなどのアレルゲンが体内に侵入し、抗体産生などでアレルギー反応が起こる準備状態になることです。アレルゲンの侵入経路として、消化管・皮膚・気道などが考えられます。皮膚には、病原体やアレルゲンが体内に侵入するのを防ぐバリア機能がありますが、皮膚の乾燥・湿疹・かき壊しなどでバリア機能が低下していると経皮感作が起こり、食物アレルギーを発症する可能性があることが広く知られてきました。食物アレルギーの発症予防のため、離乳食やアレルゲンとなりやすい鶏卵などの摂食開始を遅らせることも行われてきましたが、最近では効果が否定的で推奨されていません。

スキンケアのアレルギー疾患発症の予防効果は、まだ十分に証明されていませんが、乳幼児の食物アレルギー発症の予防になることが期待されています。これからの季節は皮膚も乾燥し、皮膚症状も悪化しやすくなります。皮膚を清潔に保ち、保湿薬やステロイド外用薬で皮膚症状を改善し、皮膚のバリア機能を保つことが大切です。

あびこ小児科 錦織仁

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

No.448

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。

日…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

Zoomでマンツーマン相談

☎12月30日までの毎週金曜日9時～、10時～、11時～(1人50分) 内パソコン・スマートフォンの相談 定各回先着2人 費無料 申<https://pasotai.org/guidance/> 問パソコン楽しみ隊・小西 ☎7149-5243

懐かしの映画ポスター展 第25回

☎10月5日(火)～14日(金)9時～18時(最終日16時まで) 所アビシルベ 内山本富士子90歳記念(提供…青柳隆久さん) 費無料 問懐かしの映画ポスター友の会・吉澤 ☎090-3343-2014

市民活動ステーション主催事業

①パソコンの困り事何でも相談会 ☎10月13日(木)9時～16時(1人60分) 問グループハマダ・ヤマダ 問障害者・外国人(英語対応可)・初参加の80歳以上の方 定先着6人

②まち活ライター養成講座 ☎10月14日(金)・28日(金)、11月25日(金)10時～12時(全3回) 内取材方法、記事の書き方 問三国治さん(元朝日新聞記者) 定先着10人

③医療のおはなし処「ゆーずかふえ」 ☎10月19日(火)10時～、11時～、13時～(1組60分) 問コミュニティナースU's 問がん経験者・家族 定各回先着1組 申10月18日(火)まで

④移動子育て交流スペース「cafeネスト」 ☎10月25日(火)10時～11時30分 内天王台地区の情報交換、自分や子どものことを安心して話せる場 問未就園児と保護者※保護者単独可 定先着5組 申10月22日(出)まで
<共通> 所①～③市民活動ステーション④子育て応援プロジェクト「Happy-Nest」(柴崎台3の6の25 2階) 費①～③無料④300円 申・問市民活動ステーション ☎☎7165-4370 ☎ abikosks@themis.ocn.ne.jp

ぼうさいふえすた2022

☎10月15日(出)10時～15時 所湖北台中央公園 内自衛隊車両・災害用特殊車両・消防車の展示、防災体験、非常食試食、フリマ、キッチンカー、盆踊りほか 問実行委員会・新井 ☎090-5760-1706

なかよし動物フェスティバル2022

☎10月15日(出)10時～15時 所イオンモール成田 内動物相談、獣医体験など※詳しくはセンターホームページ参照 問千葉県動物愛護センター ☎0476-93-5711

新木地区まち協・湖北地区社協共催 らくらく健康体操

☎10月15日(出)13時30分～15時 内リズム太鼓とフープで楽しく体操 問山口江美さん(NPO法人鼓響) 定先着

20人 費無料 持動きやすい服装 所申・問10月6日(休)～新木近隣センター ☎7188-2010

第14回柏の葉公園ウォーキングフェスタ

☎10月30日(日)※荒天中止 所柏の葉公園総合競技場 内5km・12km・16km・26kmコース 費800円(事前申込500円)※高校生以下無料 申10月17日(月)まで※詳しくは柏の葉ウォーキングクラブホームページ 問及川 ☎070-4367-5947

第16回なぎなた市民大会

☎11月13日(日)9時30分～ 所市民体育館 内①演技競技(しかけ応じ)②試合競技 問②中学生以上 費500円 申・問10月20日(木)までに電話・Eメールで住所、氏名、段・級位、電話番号を明示。中村 ☎090-1253-2996 ☎kn.antar@gmail.com

手賀沼今昔ものがたり

☎10月21日(金)14時～、22日(土)11時～・16時～※各回100分 所けやきプラザ 内歌舞伎舞踊、和太鼓などの演奏、創作歌舞伎など 問若月仙之助さん、若月亮さん、吉村藤園さんほか 費1席3,000円(18歳未満1,000円) 問カンフェティ、亀鶴屋本部、若月舞踊学院 問亀鶴屋合同会社・小竹 ☎070-3191-0130

ドルチェ・マンドリーノ 第15回定期演奏会

☎10月28日(金)14時～16時 所スターツおおたかの森ホール 内サウンド・オブ・ミュージック、ドリカムメドレーほか 問青山忠さん(指揮) 費無料 問佐々木 ☎090-8880-4045

やさしいスマホの使い方

☎11月15日(火)9時30分～11時30分 所けやきプラザ 問山本早苗さん(あびこ・シニア・ライフ・ネット) 問市内在住で65歳以上の方 定先着20人 費無料 持スマホ、飲み物 申・問10月31日(月)までに我孫子南地区高齢者なんでも相談室 ☎7199-8311

わくわくWORK FES

☎11月13日(日)10時～16時30分※雨天中止 所手賀沼公園 内もの作り・フィットネスなどの体験。飲食店コーナーあり 問大山 ☎080-1078-6147

講演・講座・教室

竹灯籠作り教室

☎10月8日～29日の土曜日13時30分～16時30分のいずれか2日 定先着4人 費1,000円 持軍手 所・申・問住み良いまちづくり研究所(久寺家751の5)・米澤 ☎090-6503-2084

高齢者のためのなないろいきいき教室

☎10月13日(休)10時～11時30分 所つくし野コミュニティホール 内自宅でできる筋トレとヨガ 問芦川尚

史さん(健康運動指導士、沖ヨガ指導員) 市内在住で65歳以上の方 定先着20人 費無料 申・問我孫子北地区高齢者なんでも相談室☎7179-7360

お元気まんてん教室

回10月26日(水)14時~16時 所天王台北近隣センター※Zoom可 内高齢者の交通安全、消費者被害 師我孫子警察署 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

家事家計講習会

回10月27日(木)10時~11時30分 所アビスタ 内来年の予算計画、環境に優しい暮らしの工夫 定先着10人 費400円 申・問全国友の会我孫子支部・渡辺☎7183-7238

天王台北地区まち協・天王台地区社協共催 シニアいきいき講座

回10月30日(日)13時30分~14時30分 所天王台北近隣センター 内ミュージックフープ健康体操とヘルスリズム 師山口江美さん(NPO法人鼓響) 定先着40人 費無料 室内履き、飲み物 申・問天王台地区社会福祉協議会☎7183-9009

湖北地区公民館(コホミン)講座

◎千葉伝統の技「太巻きまつりずし」 回11月20日(日)13時~15時 内赤とんぼの巻きずし 師川合美津子さん(元学校栄養士) 定16人(抽選) 費800円 室内履き、三角巾、布巾2枚、まきす(大・小)、持ち帰り用容器、筆記用具 申・問11月2日(水)までに湖北地区公民館☎7188-4433※ホームページから申込可

ピョピョ親子ショートテニス教室

回11月3日(水)10時20分~12時 対テニス未経験の3歳~小学生と保護者 定先着60組 費1組500円 室内履き、運動できる服装・靴、タオル、着替え 申10月6日(木)9時~10時 https://tennis-ttc.or.jp/ 所・問吉田記念テニス研修センター(柏市)☎7134-3030

募集

求職者支援訓練11月生

内パソコン・IT・デザインコースなど 対ハローワークに求職登録済みの方 費無料(別途テキスト代) 申・問10月24日(月)までにハローワーク松戸☎047-367-8609

千葉県地球温暖化防止活動推進員

任期令和5年4月~9年3月 内ボランティアとして地球温暖化対策の実践、普及啓発活動など 内県内在住・在学・在勤で18歳以上の方※条件あり 申・問10月31日(月)(必着)までに申請書(県ホームページからダウンロード可)を郵送・ファクス。〒260-0024千葉市中央区中央港1の11の1千葉県地球温暖化防止活動推進センター☎043-246-2180FAX043-247-4152

第10回我孫子と太鼓まつり出展者

回11月13日(日)9時45分~14時30分 ※雨天中止 所湖北台中央公園 費市内業者…1区画3,500円・電気代別途

500円、市外業者…1区画4,000円・電気代別途1,000円 申・問作問☎090-1738-6390

あびこeモニター

市政運営の参考にするため、皆さんの意見をお聞かせください。eモニターは、インターネットを通してアンケートを行うものです。年間で3回以上回答した方にはミニ鉄道無料乗車券などの特典があります 市内在住・在学・在勤で18歳以上の方 費無料 問秘書広報課☎7185-1714

お知らせ

千葉県最低賃金 改正

10月1日から県内の事業所で働く全ての労働者(パート・アルバイトなどを含む) およびその使用者に適用される最低賃金が時給984円(従来の953円から31円引き上げ)に改正されました 問千葉労働局☎043-221-2328

杉村楚人冠記念館 臨時休館

回10月4日(火)~7日(金) 問杉村楚人冠記念館☎7187-1131

猫譲渡会

回10月9日(日)、11月13日(日)・27日(日)12時~15時※雨天中止 所市役所駐車場※譲渡には条件あり。持ち込みは要事前連絡。保護犬猫の引き取り不可 問猫里親会☎090-1618-2502

シルバー人材センター入会説明会

回10月17日(月)14時~15時 所市民プラザ 市内在住の60歳以上で働く意欲がある方 定先着20人 年会費2,400円 申・問10月12日(水)までにシルバー人材センター☎7188-2200

行政書士会無料相談

回10月16日(日)10時~15時30分 所流山おおたかの森S・C 内相続・遺言・成年後見・官公署への許認可など 申・問千葉県行政書士会東葛支部☎090-7845-2126

猫譲渡会&フリーマーケット

回10月23日(日)10時~12時 所アビスタ前広場(手賀沼公園側入り口) 内保護猫の譲渡、日用品の販売 問ねこ友会・早川☎7188-0007

ご存じですか?労働委員会 ~個別的労使紛争のあっせん~

労働者と使用者の間で生じた解雇・パワハラ・労働条件の不利益変更などのトラブルについて、労働委員が仲介して円満解決を目指します 費無料 申・問千葉県労働委員会☎043-223-3735

まち協情報

我孫子北まちづくり協議会

◎秋の音楽会 回10月15日(日)13時30分~ 所Passo a Passo(市立柏高校出身のプロユニット) 定先着60人(申込不要) 費無料 室内履き

◎血脇守之助・杉山英とゆかりの我孫子 回10月30日(日)①13時30分~15時②15時10分~16時30分※荒天中止 内①野口英世を世に出した我孫子の偉人・血脇守之助についての講演会 ②まち歩き(並木本館~アビスタ)

師荒井茂男さん(我孫子市史研究センター) 定①先着60人(申込不要)②先着50人 費①無料②100円

〈共通〉所・申・問我孫子北近隣センター並木本館☎7157-4517

我孫子南まちづくり協議会

◎IT/PC相談室(PC・スマホ・タブレット) 回10月15日(日)13時~15時30分 内①相談(1人60分)②ミニ相談(1人20分) 定①先着12人(初参加者優先) 費無料 室内履き、エプロン、三角巾、布巾2枚、タオル、持ち帰り用容器、飲み物 所・申・問10月6日(木)~新木近隣センター☎7188-2010

新木地区まちづくり協議会

◎男の料理セミナー 回10月30日(日)13時30分~15時 内非常時にも使えるポリ袋クッキング 師牛尾真志さん(NPO法人食の会あびこ) 定先着12人 費800円 室内履き、エプロン、三角巾、布巾2枚、タオル、持ち帰り用容器、飲み物 所・申・問10月6日(木)~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。近所…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、問…持ち物、申…申し込み、問…問い合わせ

講演・催し

たのしもう

▼Concertぱすてる 10月8日(日)14時~。けやきプラザ。信長貴富集、ミュージカル&日本の名曲、プーランクほか。434人。1,000円。問KPC合唱団・直井☎090-2420-1516

▼あびこ市歩こう会 10月9日(日)※小雨実施。我孫子駅発8時24分乗車、安食駅下車。房総の村・遺跡と龍角寺10kmウォーク。下総松崎駅解散。300円。問屋敷。問鈴木☎090-1404-7463

▼ふだん着親睦コンサート⑭ 10月9日(日)9時40分~。湖北地区公民館ホール。津軽三味線、全国民謡、津軽民謡。無料。問津軽三味線“孝人会”・中野孝人☎090-9953-7008

▼オーディオ機材自作派の会-自作真空管アンプなどの競演- 10月9日(日)13時30分~16時30分。久寺家近所。無料。問我孫子オーディオファンクラブ・脇田☎090-5422-5479

▼心の歌を歌う「すみれの会」 10月9日(日)14時~16時30分。近所こもれび。200円。室内履き、飲み物。問及川☎070-6661-0063

▼山の写真展 10月10日(月)~16日(日)。アビクオーレエントランスホール(イトーヨーカドー我孫子南口店)。問我孫子登山倶楽部・松浦☎090-5401-3382

▼「ぼくが性別ゼロに戻るとき」ミニ上映会とケアラズサロン 10月15日(日)13時~14時50分。川村学園女子大学3号館(同大学学園祭内)。問川村学園女子大学☎7183-7085

▼浦部川上流の自然にふれる秋の散策 10月16日(日)9時30分~12時30分。千葉ニュータウン中央駅集合。ニュータウンに残る自然の宝庫を観

察。先着20人。200円。申・問東葛しぜん観察会・鈴木☎7182-3067

▼並木ひびき太鼓 無料体験会 10月16日(日)13時~17時、我孫子北近所並木。練習月2回(日)13時~17時、久寺家近所。小学生以上、親子歓迎。イベントなどで演奏可。問600円。申・問まくうち☎090-8048-5312

▼今に繋がる歌舞伎~“東西中南北”の将門伝説~ 10月17日(月)13時~14時30分。アビスタ。師若月仙之助さん(若月流二代目家元)。定150人。費1,000円。申・問ふれあい塾あびこ☎080-1364-0371

▼放談くらぶ「我孫子の地名と歴史のあれこれ」 10月22日(土)14時~16時。アビスタ。師荒井茂男さん。40人。300円。申・問我孫子の文化を守る会・佐々木☎7185-0675

▼ペットロス相談会 10月24日(月)・27日(木)、11月28日(月)・29日(火)13時~(1人30分)。我孫子南近所。愛犬・愛猫との死別、思い出を語る。2,000円。申・問渡邊☎090-6197-6397

▼秋うらら優しく奏でる笛のしらべの笛コンサート 10月24日(月)15時~。アビホール(イトーヨーカドー我孫子南口店)。演奏…福原一笛さん。50人。2,000円。申・問新妻☎090-2204-4408

▼昭和歌謡と懐メロの集い 10月28日(金)14時~16時。我孫子北近所並木。ピアノ伴奏あり。楽しく歌いましょう。どなたでも。1,000円。問鈴木☎090-5427-6618

▼中高年から始めるらくらくピアノ無料体験会 10月29日(土)10時~11時。アビスタ。楽譜が読めない方も歓迎。気軽にキーボードを楽しみましょう。10人。申・問三好☎080-2090-0871

▼中村天風の教えを学ぶ 第17回講演会~人間として大事な事柄~ 10月29日(土)14時~。我孫子南近所。初心者歓迎。30人。500円。申・問中村天風研究会・勝又☎080-1252-0308

▼エストレーラバレエ第31回発表会 11月20日(日)15時30分~。白井市文化会館。バレエコンサート、眠れる森の美女より第3幕。無料。問荒井☎7189-5885※詳しくはホームページ「エストレーラバレエ」で検索

会員・仲間募集 やってみよう

▼懐かしい歌、心やすらぐ歌 シニアのための歌声喫茶名歌を歌う会 隔週(木)13時~14時。近所ふさの風。無料。問ソラーレ平和台・沢木☎070-7791-6633

広報あびこ8月16日号の訂正 広報あびこ8月16日号7面に掲載した「市民後見人養成講座」の、対象に誤りがありました。正しくは「市内在住の70歳以下」です。お詫びして訂正します。



我孫子市LINE公式アカウント友だち募集中!
右記QRコードを読み取るか、LINEの「友だち追加」で、ID[atabiko_city]を検索して追加してください。市からのお知らせなど、欲しい情報を選べます。メール配信サービスと同じ情報も配信します。



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関連情報

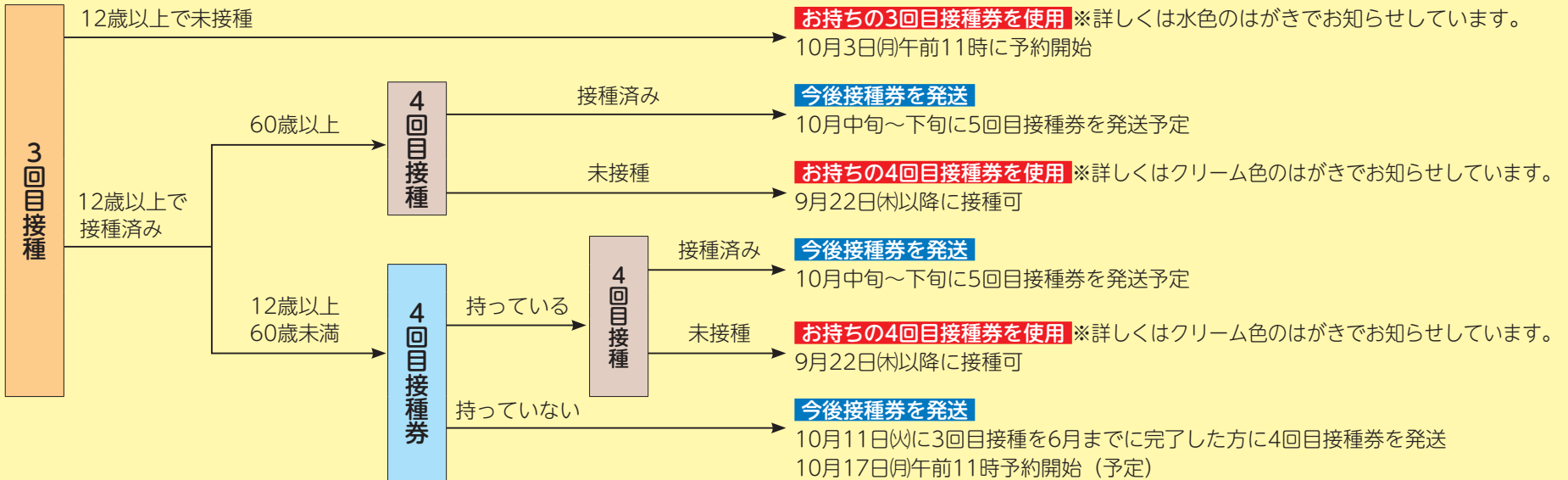
※9月20日時点の情報です。

オミクロン株(BA.1型)対応ワクチン接種 12歳以上が対象

オミクロン株(BA.1型)対応ワクチンの接種を開始します。対象は、前回の接種から5カ月以上経過している(今後、短縮される可能性あり)12歳以上の方で、接種は1人1回のみです。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。※接種券を紛失した方は再発行の申請が必要です。



前回接種から5カ月以上経過する方のフロー図※5カ月未満の方には順次対象となる時期に接種券を発送



5歳～11歳の3回目接種

子どもの感染者数の増加とともに、重症者数が増加しています。1・2回目接種後に時間が経過すると発症予防効果は低下しますが、3回目接種で効果が回復すると報告されています。

接種券発送対象		発送日(予定)	予約開始日
2回目接種時期	年齢		
令和4年5月まで	5歳～11歳	9月27日(火)	接種券が届き次第、予約可

ワクチン接種期間 延長

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、令和5年3月31日(金)までに延長されました。

オミクロン株対応ワクチン接種 Q&A

Q. 12歳～59歳で4回目接種券を持っていないのですが、いつ発送されますか?

A. 6月までに3回目接種を完了した方には10月11日(火)に発送予定です。なお、基礎疾患等を有する方や医療従事者、高齢者施設・障害者施設の従事者で、申請後に発行された接種券を紛失した方は再発行の申請が必要です。

Q. ワクチン接種を予約済みです。自動的にオミクロン株(BA.1型)対応ワクチンに変更されますか?

A. 自動的に変わりません。ワクチンを変更する場合は再度予約する必要があります。予約時に「従来株対応ワクチン」または「オミクロン株(BA.1型)対応ワクチン」のどちらかを選択してください。

問い合わせ先

我孫子市新型コロナウイルス接種コールセンター ☎0120-855-366 (毎日午前9時～午後5時30分)

10月 ギャラリー&県民講座

市民プラザ

◆第21回彩軌会展 10月5日(水)まで10時～17時(最終日15時まで) 岡井出 ☎090-7191-0404

◆市民文化祭華道展 10月8日(土)～10日(祝)10時～18時(最終日15時まで) 岡太田 ☎090-9137-7855

◆第57回我孫子墨絵同好会展 10月14日(金)～18日(火)10時～17時(初日13時～、最終日16時まで) 岡齋藤 ☎090-7068-1176

◆市民文化祭絵画展 10月22日(土)～26日(水)10時～18時(最終日15時まで) 岡山田 ☎7184-1230

◆市民文化祭手工芸展 10月29日(土)～31日(月)10時～16時(最終日15時まで) 岡関 ☎7182-4403

図書館 1日(土)～30日(日) 休館日:月曜日(祝日の場合は翌平日)

湖北台分館ミニギャラリー

◆愛の画 えんどうさおり 布佐分館ミニギャラリー

◆布小物ドールティッシュケースなどソーイングカフェ

アビスタ1階中央通路

開館時間:9時～21時 休館日:31日(月)

◆あびこ子どもまつり出展団体展示 10月1日(土)～16日(日)(初日14時～、最終日15時まで) 岡子ども支援課・内線832

けやきプラザ 休館日:月曜日(祝日の場合は翌平日) 第1ギャラリー

◆第13回写友「手賀沼の仲間達」写真展 10月4日(火)～10日(祝)9時～19時(初日12時～、最終日16時まで) 岡阿部 ☎090-5428-9962

◆(毛筆)四ツ葉会(筆ペン)若葉会合同展 10月12日(水)～16日(日)10時～18時(初日13時～、最終日16時まで) 岡横田 ☎7174-7099

第2ギャラリー

◆GAKUINギャラリー～中央学院高等学校の50年～ 10月5日(水)～10日(祝)9

時～19時(最終日15時まで) 岡中央学院高校 ☎7188-1101

◆上賀茂流真多呂人形「木目込みの会」作品展 10月14日(金)～16日(日)10時～16時(最終日15時まで) 岡藤原 ☎7187-0790

第1・2ギャラリー

◆井上秀祐 水彩画展 10月18日(火)～23日(日)9時～19時(初日12時～、最終日17時まで) 岡井上 ☎7182-6924

◆水の輪 夢♡作品展 10月25日(火)～29日(土)10時～16時(初日13時～) 岡西 ☎090-2643-6800

アビシルベ 開館時間:9時～18時 岡 ☎7100-0014

◆懐かしの映画ポスター展 第25回山本富士子90歳記念映画ポスター展 10月5日(水)～14日(金)(最終日16時まで)

◆ちょっと先取りJBF 10月24日(月)～11月6日(日)(初日13時～)

水の館ミニギャラリー 開館時間:9時～17時 休館日:26日(水)

◆市民文化祭オープニング展示 鈴木喜三男さんの寄贈絵画展 10月11日(火)まで(最終日12時まで) 岡文化・スポーツ課 ☎7185-1601

けやきプラザ県民講座・講習(申込制)

◆ツボストレッチ健康法 10月5日(水) 所7階研修室 岡浅井隆彦さん(浅井マッサージ教育研究所所長) 定50人

◆すぐに役立つ やさしい家庭の介護 10月14日(金)、21日(金)(全2回) 所7階介護実習室 岡高橋芳恵さん(千葉市家族介護者支援センター事務局長) 定15人

◆認知症予防にも役立つLEDライトの利用法 10月19日(水) 所7階研修室 岡椎原敏次さん(照明コンサルタント) 定50人

〈共通〉時間13時30分～15時30分 費無料 申・岡ふれあいプラザ ☎7165-2886 ※月曜休館(祝日の場合は翌平日) ※専門職対象県民研修はホームページをご覧ください