

あひこ

【税の申告準備はお早めに】

令和5年分の確定申告の受付期間は、2月16日(金)～3月15日(金)です。詳しくは3面をご覧ください。

☎ 確定申告…柏税務署 ☎04-7146-2321
市・県民税の申告…課税課・内線401

発行/我孫子市 編集/企画総務部秘書広報課 広報室 〒270-1192 我孫子市我孫子1858番地 ☎04-7185-1111(代表) ☎04-7185-1520

小	中	一	貫
教育の推進			

生活科
「初めての谷津」



小学1年生

岡発戸・都部の谷津を訪れ、地域のボランティアと植物のガマや野鳥のオオシキリの巣、バッタ、カエルなどを発見し、自然を体験します。

総合的な学習の時間
「手賀沼のひみつを発信しよう」



小学4年生

「Abi☆小中一貫カリキュラム」と校内外の小・中学生や教員との交流で、義務教育9年間の学びや成長をつなぎます。体験を重視し、学校・家庭・地域が連携・協働した地域ごとの学習活動を行っています。

総合的な学習の時間
「誰もが水辺と共に住み続け
たくなるまち我孫子プラン」



小学6年生

市の現状や課題をまとめ「20年後の我孫子像」のパネルディスカッションをします。

地域で学び 地域で育てる 小中一貫教育と コミュニティ・スクール

目指す子ども像「郷土愛」「未来を拓く力」「輝く心」を共有した小中一貫教育を推進しています。令和4年度にコミュニティ・スクール制度を導入し、学校支援地域本部は地域学校協働本部となり、その役割も変わりました。学校・家庭・地域が目標・ビジョンを共有し、地域の子どもたちを育てるパートナーとなる「地域とともにある学校づくり」を進めています。
☎ 教育委員会指導課 ☎04-7185-1367

手賀沼を調査し、手賀沼を大切にするためにできることを話し合います。



▲市HP

総合的な学習の時間
「まちを発展させるには？」



中学3年生

我孫子の自然、特色、歴史、課題、先人などを学んだ集大成として、自分たちのまちを発展させる具体的な案を話し合います。

9年間で、我孫子に誇りと愛着を持ち、将来のまちづくりの担い手に成長！



▲中学校区を一つの地域として学校・家庭・地域の立場で話し合い

小学校3校、中学校1校で学校運営協議会会議を開催しました。「大規模災害への備え」として、地震をテーマに「どのような危険があるか」「どのような対策ができるか」などを話し合いました。

コミュニティ・スクールとは「学校運営協議会」を設置した学校です。教職員や保護者・地域住民の代表が学校運営や教育活動の支援について話し合い、さまざまな学習・活動ができるように、関係機関へ働きかけています。



▲市HP



▲我孫子中コミュニティ・スクールだより

それぞれの立場の意見やアイデアを発信することで「できるかもしれない、一緒にやってみよう」という意識が高まり、地域学校協働活動へとつながります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

コ
ミ
ユ
ニ
テ
ィ
・
ス
ク
ー
ル
の
推
進

ありがとうございます！

「伊達直人さん」からクリスマスプレゼント

12月25日に伊達直人さんからランドセル5個が届きました。手紙には「街に活気が戻りつつある中、我孫子市の沢山のイベントに参加させて頂き、大勢の方の協力を得て、ランドセルを送る事が出来ました。是非お役に立てて下さい」とありました。ランドセルのプレゼントは13回目です。社会福祉課で寄贈先を検討します。

☎ 社会福祉課・内線395



教育委員に村松弘康さん 再任

任期満了に伴い、12月26日付けで村松弘康さんを教育委員に再任しました(令和元年12月から任命、2期目)。

☎ 教育委員会総務課 ☎04-7185-1110

都市計画審議会 公開

☎ 1月31日(水)14時～※傍聴人受け付けは13時45分～開始前
 所 市役所議会棟第一委員会室
 内 諮問事項「地区計画(公園坂通り周辺地区)の決定」「生産緑地地区の変更」、報告事項「地区計画(我孫子新田地区)」ほか
 定 先着5人※発言の機会なし
 ☎ 都市計画課・内線541

みずほ銀行、みずほ信託銀行、筑波銀行 窓口納付停止

4月1日(月)から、市(水道局含む)の納付書による窓口納付ができなくなります(みずほ銀行は水道局の納付書による窓口納付は引き続き利用可)。他の金融機関窓口、口座振替、コンビニ納付などをご利用ください。「地方税統一QRコード」が印字された納付書による窓口納付、口座振替は引き続き利用できます。

☎ 財政課・内線220、水道局お客様センター ☎04-7184-0116

株式会社サンデン工業 消防団協力事業所に認定

(株)サンデン工業を消防団協力事業所に認定し、1月の消防出初式で表示証を交付しました。鹿内昭男さん(代表取締役)、加藤輝臣さん、片桐康平さんは、消防団員として災害時の出動やイベントでの防災啓発活動に取り組むなど、地域住民の安全・安心を守るために活動しています。



◎消防団協力事業所表示制度

消防団活動への協力が社会貢献として広く認められ、地域防災体制がより一層充実することを目的に消防庁が推進する制度です。

☎ 消防本部警防課 ☎04-7181-7701

女性起業支援フォーラム

☎ 2月17日(土)14時～16時
 所 我孫子南近隣センター
 内 講演「起業までのストーリーと今後の展開」、交流会
 師 寺前有海さん(株)TEMPRONT代表)
 対 市内在勤・起業予定の女性
 定 先着25人 費 無料
 申・☎ 2月15日(木)(必着)までに、ちば電子申請サービスまたは申込書(企業立地推進課で配布。市ホームページからダウンロード可)を郵送・ファクス・Eメール。〒270-1192市役所企業立地推進課(分館2階、住所省略可) ☎04-7185-2214 ☎04-7185-2215 ✉sougyou@city.abiko.chiba.jp



▲寺前有海さん



▲ちば電子申請サービス



▲市HP

パブリックコメント

介護保険条例の一部改正(案)

公表期間 1月17日(水)～31日(水)
 閲覧場所 高齢者支援課、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、図書館湖北台分館、各近隣センター、市ホームページ
 内 介護保険料を改正するため、意見を募集するもの
 意見の提出方法 公表期間中に、意見書(各閲覧場所、市ホームページに用意)を①高齢者支援課へ郵送・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
 提出先・☎ 〒270-1192市役所高齢者支援課(西別館3階、住所省略可)・内線400 ☎04-7186-3322

小・中学校施設開放 年間利用申請

開放施設	日時	費用
小学校 校庭	土・日曜日、祝日9時～17時	無料
小学校 体育館	月～金曜日17時～21時(布佐南小は17時30分～)、土・日曜日9時～21時、祝日9時～17時	1団体 1時間100円
中学校 体育館	毎日19時～21時	無料
中学校 武道場	我孫子・久寺家・湖北・湖北台中…毎日19時～21時 白山中…月～金曜日19時～21時、土・日曜日13時～21時	無料

※年末年始、学校行事などがある場合は利用不可
 ※我孫子第四小学校は駐車不可
 ※中学校体育館の空調設備の利用は別途1時間240円(予定)
 ※短期間利用の申請は3月1日(金)～
 対 代表者が18歳以上で、市内在住・在学・在勤の方で構成された団体
 申・☎ 2月5日(月)(必着)までに、ちば電子申請サービスまたは申請書(文化・スポーツ課で配布。市ホームページからダウンロード可)に必要書類を添えて郵送・持参。〒270-1166我孫子1684教育委員会文化・スポーツ課(水道局4階) ☎04-7185-1604



▲ちば電子申請サービス



▲市HP

申請は1月31日(水)まで

住宅リフォーム補助金

申請時の必要書類など、詳しくは市ホームページをご覧ください。
 対 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(施工前)に要申請
 補助額 対象工事費の5～20%
 ※上限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】で中古住宅を購入した方は、一定期間、借入金利を0.25%引き下げ可(要件あり)
 申・☎ 1月31日(水)までに必要書類を持参。建築住宅課(市役所東別館1階)・内線601

違反広告物除去ボランティア 募集

任期 4月1日～令和8年3月31日
 内 道路上に掲出されている違法な立て看板、貼り紙、貼り札などの除去
 ※登録後、2月19日(月)に講習会あり
 対 ○サポーター…市内在住・在学・在勤の18歳以上で、月2回(月～金曜日)活動できる方 ○サポート団体…主に市内で活動し、市内在住・在学・在勤の18歳以上の方2人以上で構成された団体
 ※年齢は4月1日時点
 申・☎ 2月1日(木)(必着)までに、登録申請書(都市計画課、各行政サービスセンターで配布。市ホームページからダウンロード可)、必要書類を郵送・持参・Eメール。〒270-1192市役所都市計画課景観推進室(東別館1階、住所省略可)・内線574 ☎keikan@city.abiko.chiba.jp



▲市HP

【各項目は次のように省略しています】

☎…日時 所…場所 内…内容 師…講師 演…出演者 対…対象 定…定員 費…報酬・報償
 選…選考方法 費…費用 入…入場券販売所 持…持ち物 申…申し込み・申請 問…問い合わせ HP…ホームページ

税の申告準備はお早めに

市役所、各行政サービスセンターでは申告書を配布していません(国税庁ホームページからダウンロード可)。e-Tax(電子申告)をご利用ください。

☎ 確定申告…柏税務署 ☎04-7146-2321、市・県民税の申告…課税課・内線401

確定申告は便利なe-Taxで!

インターネットで電子申告ができます。マイナンバーカードやICカードリーダーライターをお持ちでない方も、ID・パスワード方式で利用できます。ID・パスワードは、税務署で運転免許証などで本人確認を行い、発行します。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」では、パソコン・スマートフォンで所得税の確定申告書を作成できます。詳しくは税務署にお問い合わせください。



▲国税庁HP

税理士による無料申告相談会 (確定申告書の作成・提出ができます)

日にち	受付	場所	定員
2月1日(木)	9時～15時30分※整理券配布は8時30分～(待機者多数の場合は早める場合あり)	アビスタ	各日先着 160人
2月13日(火)		湖北地区公民館	

※周辺施設の駐車場は利用不可

☑ 小規模納税者の所得税・復興特別所得税や個人消費税、年金受給者や給与所得者の所得税・復興特別所得税の申告書作成

※作成済みの確定申告書の預かりはできません。柏税務署に郵送・持参してください。※贈与税、住宅借入金等特別控除、譲渡所得(土地・建物・株式など)の相談はできません。

※医療費控除を受ける場合は、医療費控除の明細書が必要です。

☎ 柏税務署 ☎04-7146-2321

申告に必要なもの(令和5年中のもの)

収入金額が分かるもの	①源泉徴収票(給与・公的年金等)②支払調書③収支内訳書・青色申告決算書
控除金額が分かるもの	④控除証明書(国民年金保険料・生命保険料・地震保険料)⑤医療費控除の明細書⑥セルフメディケーション税制の明細書⑦納付済確認書(国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料)⑧障害者手帳の写し・障害者控除対象者認定書⑨寄付金の領収書
その他	⑩筆記用具・電卓⑪マイナンバーカード・マイナンバーを証する書類(通知カードなど)・本人確認書類(運転免許証・健康保険証など)⑫扶養親族のマイナンバーが分かるもの⑬本人名義の口座が分かるもの

※年末調整に適用した控除書類は不要です。

※国外居住親族の扶養控除などを受ける方は、親族関係書類、送金関係書類などが必要です。書類が日本語以外で作成されている場合は翻訳文も必要です。

※申告内容に応じて必要書類が異なります。

※①②④⑨は原本が必要です。

※⑤⑥は領収書での申告はできません。事前に令和5年分の合計金額の集計や明細書の記入をしてください(医療費の補填金を含む)。領収書は自宅で5年間保管してください。

※⑤は医療保険者から交付された医療費通知(必要事項の記載があるもの)を添付すると、明細書の記入を省略できます。

※⑥の適用を受ける場合、⑤の適用は受けられません。また、一定の取り組みを行ったことを証する書類は自宅で5年間保管してください。

※⑦は1月中旬に郵送します。公的年金から引き落とされている社会保険料は、公的年金等の源泉徴収票に記載されています。

※申告書にはマイナンバーの記載が必要です。提出時に申告者本人の⑩の提示または写しの添付が必要です。郵送で提出する場合や課税課・市の申告会場に提出する場合は写しを添付してください(マイナンバーカードは両面)。

※⑪で公的医療保険の被保険者証の写しを添付する場合、保険者番号および被保険者等記号・番号部分を復元できない程度に塗りつぶしてください。

※⑬は確定申告で還付を受ける場合のみ必要です。

柏税務署 申告書作成会場を開設 (所得税・復興特別所得税、贈与税、個人消費税)

☎ 2月16日(金)～3月15日(金)の月～金曜日(祝日を除く)、2月25日(日)8時30分～16時(提出8時30分～、相談9時～)

※入場整理券は当日配布、または事前に国税庁LINE公式アカウント(ID「@kokuzei」)で配布

☎・☎ 柏税務署 ☎04-7146-2321※駐車場は、確定申告書の作成会場設営のため、4月中旬まで利用不可(体の不自由な方は専用駐車場を利用可)

市の申告会場

確定申告の相談は、公的年金収入がある方と障害者控除(本人)を含む方のみ受け付けます。

日にち	受付	場所	定員
2月16日(金)	9時～11時30分、13時～15時 ※整理券配布8時30分～	湖北地区公民館	各日先着 120人
2月19日(月)		布佐南近隣センター ※車での来場不可	
2月20日(火)～22日(木)・26日(月)～28日(水)		アビイホール(アビイクオーレ3階<イトーヨーカドー我孫子南口店>) ※有料駐車場あり	
2月29日(木)		天王台北近隣センター ※車での来場不可	
3月1日(金)		湖北地区公民館	

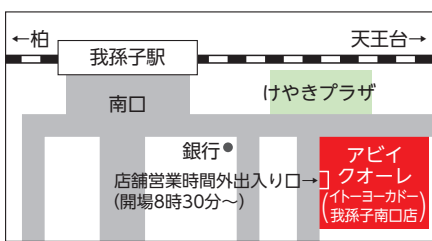
☑ 市・県民税の申告受け付け、作成済みの確定申告書の預かり(柏税務署へ引き渡し)、確定申告書の簡単な作成相談

※会場への問い合わせはご遠慮ください。

※整理券取得後、指定の時間帯に再度ご来場ください。

※作成済みの確定申告書は、2月16日(金)～3月15日(金)に課税課で提出可能です。

※次の内容は柏税務署にお問い合わせください。①事業所得(営業等・農業)、不動産所得②譲渡所得(土地・建物・株式・ゴルフ会員権など)③上場株式等の配当所得④退職所得⑤FX取引、先物取引、上場株式等の配当と譲渡損失の損益通算など、申告分離課税の申告⑥住宅借入金等特別控除、雑損控除、政党等寄附金等(公益社団法人等・認定NPO法人等)特別控除、外国税額控除、給与所得者の特定支出控除⑦青色申告、訂正申告、過年分の申告、平均課税の申告⑧国外居住親族の扶養、非居住者や死亡者の申告⑨相続税、贈与税、消費税の申告⑩その他、特殊な内容を含む申告



年金受給者の確定申告

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下かつ公的年金等以外の所得金額が20万円以下の場合、所得税の確定申告は不要です(所得税の還付申告は可)。外国から支払われる公的年金のように源泉徴収対象外の公的年金等がある場合、確定申告不要制度は適用されないため、申告が必要です。

所得税の確定申告が不要な場合でも、市・県民税で医療費や生命保険料などの各種控除を受けるには、市・県民税の申告が必要です。

市・県民税の申告～郵送での提出にご協力ください～

令和5年度に市・県民税申告書を提出した方のうち、令和6年度も提出が必要と思われる方へ1月23日(火)に申告書を発送予定です。

申告方法 1月23日(火)～3月15日(金)(必着)に必要な書類を課税課(〒270-1192市役所課税課<本庁舎1階、住所省略可>)に郵送・持参または市の申告会場に持参

※令和5年中に収入がなかった方などは申告の義務はありませんが、物価高騰に対する給付金・減税などの支援を受ける際、非課税証明書の発行、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料・国民年金保険料などの算定時に収入の有無について申告が必要となる場合があります。

※給与所得のみの方で、給与支払者が市に給与支払報告書を提出していない場合は申告が必要です。

※公的年金等に係る所得のみの方で、源泉徴収票に記載されている控除の他に受ける控除がない場合は申告不要です。

※確定申告をする場合は申告不要です。

※同封の返信用封筒に添付書類などが入りきらない場合は、封筒・切手を用意の上、課税課に郵送または課税課窓口・市の申告会場に持参してください。

※収入がなかった旨の申告をする場合は、控除金額の記入および控除書類の添付は不要です。

LINE申請、キャッシュレス決済を開始

有料自転車駐車場 使用申請

詳しくは市ホームページをご覧ください。LINE申請をした方はキャッシュレス決済を利用できます。

使用期間 4月1日(月)～令和7年3月31日(月)

2月4日(日)までに①二次元コードからLINE友だち登録の上、「調べる」→「各種申し込み・施設予約」から申請②申請書(各自転車駐車場管理棟で配布)を各管理棟窓口



▲市HP



▲LINE登録

※申請は各自転車駐車場1人1台です。

※高校生以下・ひとり親家庭の方は、屋内駐車場(3階と原付を除く)の費用を減額するため、証明書類(生徒手帳・児童扶養手当証書など)の写しを添付してください。

※生活保護世帯・身体障害者手帳などをお持ちの方は費用を免除します。詳しくはお問い合わせください。※応募者多数の場合は抽選です。



※追加募集は市ホームページなどをご覧ください。
※決定者には①2月中旬(LINE申請)②3月上旬(窓口申請)に通知します。①はLINE上でキャッシュレス決済後、駐車証をLINEで送付します。②は納入通知書を送付しますので、指定の金融機関で納付し、領収書を受け取ってください。

管理人勤務時間 ○屋内駐車場…6時30分～9時30分、16時～20時 ○屋外駐車場…6時30分～9時30分

※日曜日を除く

駐車シールの交付 3月18日(月)～27日(水)の管理人勤務時間、3月28日(木)～31日(日)6時30分～20時(屋外駐車場は18時30分まで)に、各管理棟窓口で①駐車証の画面を提示(LINE申請)②領収書を提示(窓口申請)※駐車位置の抽選あり

自転車駐車場…シルバー人材センター ☎04-7193-8091(月～金曜日8時30分～17時)、LINE申請…交通政策課 ☎04-7185-1369

屋内自転車駐車場 屋外自転車駐車場

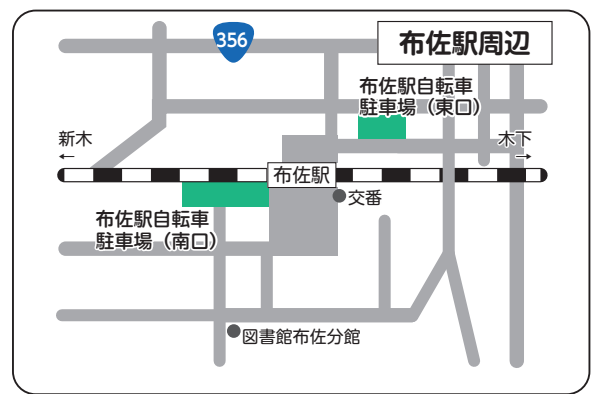
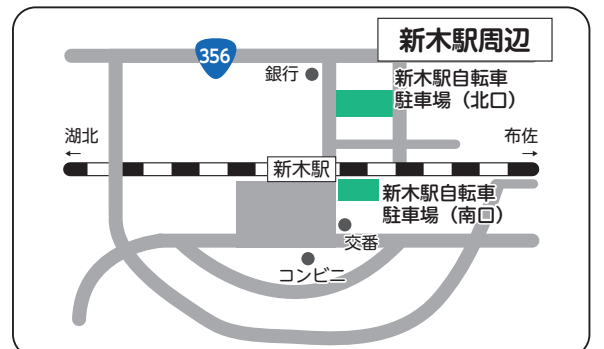
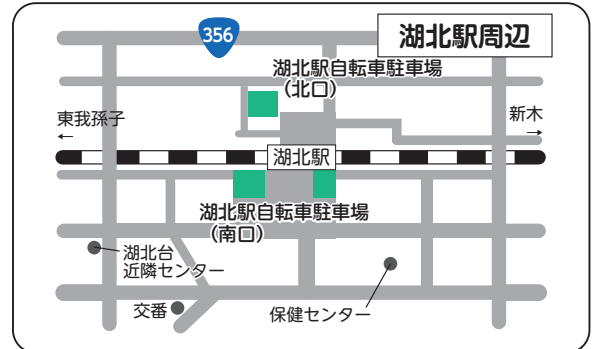
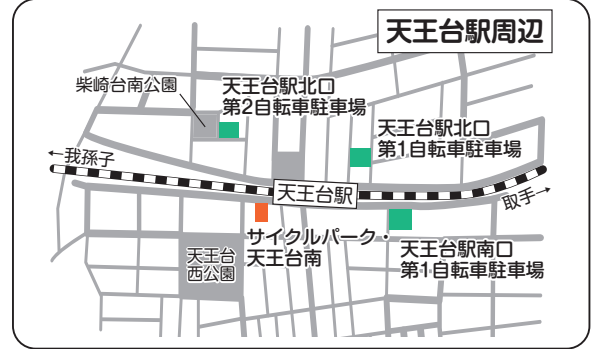


Table with columns: 自転車駐車場名, 場所, 台数 (自転車, 原付), 費用 (年額) (自転車, 高校生以下・ひとり親家庭, 原付)

能登半島地震 災害義援金にご協力を

能登地方で発生した地震により、新潟県・富山県・石川県・福井県で人的被害や家屋倒壊などの被害が発生し、複数県の市町村に災害救助法が適用されました。

我孫子市社会福祉協議会では、被災者支援のため、義援金の受け付けと募金箱の設置を行います。

12月20日(金)まで

義援金の受け付け…我孫子市社会福祉協議会、各地区社会福祉協議会(我孫子北、我孫子南、天王台、湖北・新木、湖北台、布佐)、西部福祉センター、ボランティア市民活動相談窓口で・と・り・あ

募金箱の設置…軽喫茶ばぼら

我孫子市社会福祉協議会 ☎04-7184-1539

鳥の博物館直通電話 一時使用停止

受変電工事のため、2月1日(木)～16日(金)(予定)は鳥の博物館の直通電話が使用できません。

鳥の博物館・内線630(期間中のみ)

作って・見て・味わって学ぶ

チョコレートサイエンス

- 2月3日(土)10時～12時 アビスタ
チョコレートの結晶の違いで変わる食感や味を学ぶ
餅田円さん(東京大学物性研究所)
小学5年～高校生 定員16人(抽選) 無料
1月22日(月)までにちば電子申請サービス
我孫子地区公民館 ☎04-7182-0622



ちば電子申請サービス

市民文化講座

4月～令和7年3月※市民プラザは12月まで
時間 ①9時30分～11時30分 ②12時30分～14時30分 ③18時30分～20時30分

講座名	開講日	時間	場所	内容	定員(抽選)	講師	
生け花(小原流)	第1・3月	②	アビスタ	花に心を乗せて生ける	10人	我孫子華道連盟 中田豊知	
七宝焼	第1・3月			七宝を楽しく学ぶ	15人	我孫子市手工芸連盟 荻野紀子	
書道(かな)	第1・3月			初歩から	20人	我孫子市書道連盟 高野香華	
囲碁	第1・3月			初歩から		我孫子市囲碁連盟 大竹幸衛	
水彩画	第1・3月			美を楽しむ		我孫子市美術家協会 山田さんしん	
茶道(裏千家)	第1・3月			初歩から ※正座が困難な方も可	10人	我孫子市茶道連盟 中根宗節	
日本舞踊(藤間流)	第2・4月			初歩から		我孫子市日本舞踊協会 藤間敬紫寿	
きもの着付け	第1・3月	①	湖北地区公民館	普段着、礼装など	15人	我孫子きもの教育協会 依田牧子	
短歌	第1・3月	②		短歌の作り方、鑑賞の仕方		我孫子市短歌連盟 池田弓子	
貯筋体操と薬膳の話	第1・3月	①		貯筋体操、季節の薬膳の話など	20人	我孫子市芸術舞踊協会 田上恵理	
俳句	第2・4月	②		初歩から	15人	我孫子市俳句連盟 川路義文	
書道(漢字)	第1・3月	①		初歩から	20人	我孫子市書道連盟 吉村璋風	
詩吟	第1・3月	②		詩吟と漢詩の初歩から	10人	我孫子市吟詠連盟 武藤國堯	
刺繍	第1・3月			さまざまな技法で額・ポーチなどを作る		我孫子市手工芸連盟 山根登美子	
アルゼンチンタンゴダンス	第1・3月			市民プラザ	初歩から	15人	我孫子アルゼンチンタンゴ協会 カルロス森下
生け花(池坊)	第2・4月				身近な花を生ける	10人	我孫子華道連盟 吉田玲風
きもの着付け(夜間)	第1・3月				普段着、礼装など	15人	我孫子きもの教育協会 田中やす子
日本文学古典講座	第2・4月		紫式部と日記・歌集について語る		我孫子市短歌連盟 豊島秀範		
フラダンス	第1・3月		初歩から		我孫子市ALOHA協会 水上優子		
謡曲(観世流)	第1・3月		曲の背景や謡い方を学ぶ		10人	我孫子市謡曲連合会 深津紘	

市内在住・在学・在勤で、連続して受講できる方※未就学児同伴不可
 費用 月額2,000円(市民プラザの講座で小・中学生と保護者で受講の場合は3,000円)※別途テキスト・材料代などあり
 申込・問い合わせ 3月12日(必着)までに、講座ホームページまたは往復はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、講座名、受講場所を明記。〒270-1111古戸250の9柴田保子 ☎080-1546-2437
 ※複数講座申込可
 ※応募者5人未満の場合は開講しない場合あり
 ※2月21日(休)にプレ講座あり。詳しくは広報あびこ2月1日号をご覧ください。



▲講座HP



野鳥観察のベストシーズン

手賀沼冬鳥観察会

日 1月28日(日)9時～11時※荒天中止
 所 水の館集合
 内 手賀沼遊歩道でカモ類やカワセミなどを探す
 定 先着30人 費 無料
 持 暖かい服装、双眼鏡(お持ちの方)
 申・問 1月17日(休)～25日(休)に手賀沼課 ☎04-7185-1484



▲ヒドリガモ

星空たんけん観望会

木星と冬の星空、冬の大三角形と冬のダイヤモンド

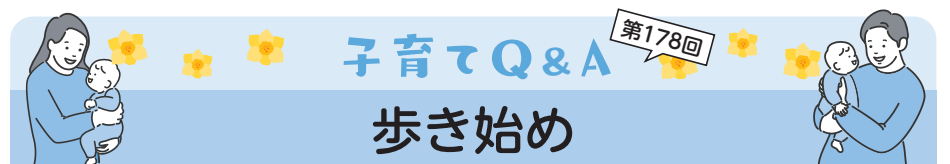
日 2月3日(出)18時～19時30分
 内 星空の見方を学ぶ観望会※雨天・曇天時はプラネタリウムで番組鑑賞
 定 先着50人※小学生以下は保護者同伴
 費 100円(中学生以下無料)
 持 懐中電灯(赤色灯推奨)
 所・申・問 1月17日(休)～2月2日(金)に水の館 ☎04-7184-0555

こども急病電話相談の時間 変更

夜間・早朝に子どもの体調が悪くなった時にご相談ください。看護師が対応します。詳しくは県ホームページをご覧ください。
 日 毎日19時～翌8時
 電話番号 #8000または043-242-9939
 問 千葉県医療整備課 ☎043-223-3886



▲県HP



Q 1歳2カ月の子どもがいます。伝い歩きはできますが、まだ1人で歩くことができません。家庭でできることはありますか？

A 一般的に歩き始めるのは1歳ごろで、1歳6カ月までに9割以上が歩くといわれています。伝い歩きはできても歩けない場合は、足の力を鍛えたり、バランス感覚が身に付く遊びをしてあげると良いでしょう。家の中では、布団などを使ってスロープを作り、ハイハイや両手足をついて上るなどの遊びや、おもちゃ箱・手押し車を押して歩く遊びなどをしてみましょう。外では、手をつないで散歩したり、子どもを抱えた状態でブランコをするとバランス感覚が身に付くのでお勧めです。1歳6カ月を過ぎて歩かない場合は、健診や医療機関で相談しましょう。それまでに相談したい場合は、育児相談やこども発達センターで相談しましょう。

問 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126



在宅医療と介護の連携

第24回

～身近な事例から～

人生会議のすすめ

子どもがいない80歳代の夫婦の事例です。妻は長年全ての家事をしていましたが、最近膝・腰が痛み、家事が大変になりました。夫は認知症で、話のつじつまが合わない・散歩で迷子になってしまうことがあり、妻の援助で生活していました。

ある日、夫が散歩中に転倒し、骨折して入院すると、環境の変化で認知症の症状が悪化し、食事が減ってしまいました。医師からは胃ろうの造設、施設への入所を勧められていますが、妻は夫の希望が分からず困っています。

人生会議

もしもの時のために、自分が望む医療・介護について、家族や医療・介護関係者などと話し合い、共有する取り組みです。病気や事故などは突然やってきます。その時に備え、人生を振り返り、自分が大切にしていることを家族や周りの人に伝えてみませんか？

我孫子市在宅医療・介護連携推進協議会

☎ 高齢者支援課 ☎04-7185-1112

在宅医療介護連携事業 講演会

人生会議のすすめ～よりよく生きるために～

「終活のイメージがわからない」「縁起でもないことは話にくい」「親の将来に不安がある」などの悩みがある方が、自分や家族の人生を生き切る方法を考える講演です。



▲三浦靖彦さん



☎ 3月2日(土)10時～12時
所 我孫子南近隣センター
※Zoom参加可

☎ 講演、もしバナゲーム
(もしもの時のための話し合いをするきっかけを作るカードゲーム)

所 三浦靖彦さん(岩手保健医療大学教授)

定 先着100人※Zoomは先着500人

申 2月16日(金)までに申し込みフォーム

☎ 高齢者支援課 ☎04-7185-1112



▲申し込みフォーム

あい・あびこコーディネーター 募集

勤務日時 月～金曜日8時30分～17時

☎ 家事サポートのコーディネート(利用者や協力会員の調整)など※詳しくは協議会ホームページをご覧ください。

☎ 自動車運転ができる方

採用予定数 若干名

報 時給1,040円

選 書類、面接

勤務場所・☎・☎ 1月26日(金)(必着)までに履歴書を郵送・持参。〒270-1166 我孫子1861我孫子市社会福祉協議会 ☎04-7181-8071



▲協議会HP

2月 各種無料相談・検査 松戸保健所(松戸健康福祉センター)

相談・検査名	日時	申し込み・問い合わせ
思春期相談	電話 来所☎	047-361-2138
精神保健福祉相談☎	月～金曜日9時～17時(祝日を除く)	
酒害相談☎	1日(木)・19日(月)14時～16時 15日(木)14時～16時30分	
HIV・性感染症・肝炎ウイルス検査☎	毎週木曜日(受付13時30分～14時) ※29日(木)を除く ※検査可能な項目…HIV、梅毒、クラミジア、淋菌、B型肝炎、C型肝炎	047-361-2139 ※申し込みは検査日の属する週の月曜日9時～(祝日を除く)
DV相談	電話 来所☎	047-361-6651
	月～金曜日9時～17時(祝日を除く) 原則金曜日9時～17時	

◎我孫子連絡所(保健センター3階)※一部の申請書類の配布、預かりのみ
☎ 月～金曜日9時～11時30分、12時15分～15時30分※祝日を除く
☎ 松戸保健所(松戸健康福祉センター) ☎047-361-2121

情報ひろば

市や官公庁主催・共催・協力・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】

近セ…近隣センター 市セ…市民センター ☎…入会費 ☎…月会費 ☎…年会費

★ イベント

習作展

☎1月19日(金)～24日(水)10時～17時(初日12時～、最終日15時30分まで) 所 市民プラザ ☎墨絵、手編み、木彫りなどの展示 ☎無料(申込不要) ☎シルバー人材センター ☎04-7188-2200

地域の茶の間

☎①1月19日(金)、2月23日(祝)②1月26日(金)、2月9日(金)③2月2日(金)④2月16日(金)10時30分～12時 ☎①体操教室 ②認知症のことを話す③みんなでお話 ④ボランティアの三味線演奏 ☎60歳以上の方 ☎①先着10人(②③④申込不要) ☎無料 ☎①動きやすい服装・室内履き、飲み物 所・☎・☎けやきプラザ ☎04-7165-2886

市民ゴルフフェスタ

☎3月5日(火) 所 我孫子ゴルフ倶楽部 ☎18ホール※新ペリア方式 ☎市内在住の方 ☎80人(抽選) ☎1,000円(別途プレー費約1万8,000円※キャディー費含む) 所・☎1月25日(木)(必着)までに、往復はがきに大会名、郵便番号、住所、氏名、性別、電話番号、ハンディキャップを明記。〒270-1163久寺家357鈴木正己 ☎090-8891-1281

市民活動ステーション主催事業

◎シニアまち活スタート塾～我孫子を歩いて学ぶ～ ☎1月29日(月)10時～12時 ☎我孫子の歴史・文化の基礎知識 所青井眞吾さん(講座ナビゲーター)、荒井茂男さん(我孫子市史研究センター) ☎50歳以上の方

◎豊かな自分づくりのための「シニアほっとカフェ」 ☎2月2日(金)10時～12時 ☎ゲームで健康増進 所グループハマダ・ヤマダ

〈共通〉☎先着10人 ☎無料 所・☎・☎市民活動ステーション ☎04-7165-4370

市長杯争奪囲碁大会

☎2月11日(祝)10時45分～14時30分(受付10時～10時30分) 所 市民プラザ ☎段級別別リーグ戦 ☎小学生以上 ☎先着72人(申込不要) ☎1,500円(小・中学生500円)※昼食含む ☎我孫子市囲碁連盟・川村 ☎090-2648-7519

親善卓球大会

☎3月17日(日)受付9時～ 所 市民体育館 ☎3ダブルス団体戦(男女混合)※チーム編成は当日抽選 ☎市内在住・在学・在勤の方、卓球連盟会員の方 ☎1,000円(高校生以下200円、連盟会員500円) ☎ゼッケン 所☎2月16日(金)(必着)までに、はがき・Eメールに大会名、住所、氏名、年齢、電話番号、所属を明記。〒270-1108布佐平和台5の

4の10長沢仁 ☎h.naga3963@gmail.com ☎桑江 ☎080-4375-9071

知ろう!認知症～5人に1人が認知症の時代はすぐそこに～

☎2月23日(祝)①10時30分～18時30分 ②③13時30分～15時30分 ☎①認知症のメタバース・VR体験ほか②講演「仮想空間による認知症の人のこころや言動の理解」③講演「認知症の理解と対応」 所②石川翔吾さん(静岡大学情報学部助教)③齋藤正彦さん(都立松沢病院名誉院長) ☎先着①メタバース75人、VR150人②③500人 ☎無料 所・☎・☎窓☎電話・ファクス・申し込みフォーム(①☎https://x.gd/SiFR8②③☎https://x.gd/nf7Jo)で住所、^{フリガナ}氏名、年代、電話番号を明示。けやきプラザ ☎04-7165-2886 ☎04-7165-2882

講演・講座・教室

夜エアロ

☎毎週(金)18時30分～19時15分 ☎基礎代謝向上、脂肪燃焼など ☎各日先着30人 ☎各日500円 ☎運動できる服装・室内履き、タオル、飲み物 所☎・☎市民体育館 ☎04-7187-1155

スマホサポーター養成講座

☎2月の毎週(火)13時～14時45分(全4回)※6日(火)は14時～16時 所 アビスタ※6日(火)は我孫子南近セ ☎スマホでEメール・LINE操作、インターネット検索、写真の送受信、アプリのインストールができ、受講後にスマホサポーターとして活動できる方 ☎先着15人 ☎無料 所☎2月2日(金)までに☎https://x.gd/h3Tly ☎ボランティア市民活動相談窓口でと・り・あ ☎04-7185-5233

湖北地区公民館(コホミン)講座

◎太巻きまつりずし「桜」 ☎2月18日(日)13時～15時 所 吉本雅美さん(保育園調理員)、川合美津子さん(元学校栄養士) ☎16人(抽選) ☎1,000円 ☎マスク、エプロン、三角巾、布巾2枚、巻きす(大・小)、持ち帰り用容器、食品用ラップ、筆記用具、飲み物 所・☎・☎2月3日(土)までに湖北地区公民館 ☎04-7188-4433※ホームページから申込可

介護技術スキルアップ講座

☎2月5日(月)13時30分～16時30分 所 パレット柏 ☎認知症ケアの基本と認知症家族への対応 所 境野みね子さん(千葉県ホームヘルパー協議会)、布川佐登美さん(ケアラーネットみちくさ理事長) ☎先着25人 ☎無料 所・☎ACOB A ☎04-7181-9701 (月)～(金)※(祝)を除く

ボランティア入門講座 「ボランティアのある暮らし」

●休日(日曜日・祝日・年末年始)・夜間に急病になったら: 消防署(☎04-7184-0119)に電話してください。休日・夜間救急病院、小児救急病院を案内します。案内された病院に行く場合は、症状を病院に電話してから受診してください。※JAとりで総合医療センターにおける23時～翌8時30分の小児救急は原則重症患者のみです。※緊急の場合は迷わず☎119へ電話してください。※休日・夜間などの診察料は割高になります。

2月22日(休)9時30分～11時30分
我孫子南近セ 自分に合ったボランティアの始め方
市内在住・在勤で18歳以上の方 先着15人 無料
2月9日(金)までにボランティア市民活動相談窓口で・と・り・あ

市内卓球講習会

3月10日(日)①9時～12時②13時～16時
市民体育館 ①中学生の部②小学生・高校生以上の部
市内在住・在学・在勤の方、卓球連盟会員の方
1,000円(中学生以下200円、高校生・連盟会員500円)
運動できる服装・室内履き、ラケット(お持ちの方)
2月9日(金)までにEメールで住所、氏名、電話番号、所属チーム・学校名を明記。古田

ひきこもり支援相談員養成講座

3月3日(日)・10日(日)・17日(日)13時30分～16時30分
けやきプラザ 葉山大地さん(中央学院大学准教授)
我孫子・柏・野田・流山・松戸・鎌ヶ谷市在住で20歳以上の方
先着20人 無料
3月2日(土)までに東葛市民後見人の会・敷下

募集

あびこ桜まつり 竹宵ステージイベント出演者

3月30日(土)・31日(日)10時～16時30分(1団体30分)※荒天中止
手賀沼親水広場 20組(抽選)
1月31日(火)までにまつりホームページ

里山農教室

3月～12月の(出)8時30分～12時(月3回)※2月25日(日)13時～14時30分にけやきプラザで事前説明会あり
根戸城址(根戸1349)※駐車場あり
遊休農地での家庭菜園入門講座
先着30人 9,000円※2年目以降6,000円
2月23日(木)までに電話・Eメールで住所、氏名、電話番号を明示。手賀沼トラスト・富沢

お知らせ

定例教育委員会

1月25日(休)14時～※議案内容により変更の場合あり
水道局4階会議室
1月22日(月)以降にお問い合わせください
教育委員会総務課

常磐地域就職面談会

2月7日(水)・8日(木)①10時30分～12時②13時30分～15時
アトスポーツまつど
55歳以下の方
各先着60人 無料
まつど地域若者サポートステーション

千葉県特定(産業別)最低賃金 改正

2業種について改正され、令和5年12月25日から適用されました。①鉄鋼業…時給1,096円②電子部品・デバイス・電子回路・電気機械器具・情報通信機

械器具製造業…時給1,055円※その他の業種は千葉県最低賃金の1,026円を適用
千葉労働局

まち協情報

我孫子南まちづくり協議会

朗読を楽しむ 2月18日(日)14時～16時
江戸川乱歩『押絵と旅する男』の朗読、パーカッションほか
小堀望さん(朗読士)
先着100人 無料
室内履き
1月18日(木)10時～整理券配布。我孫子南近隣センター

市民伝言板
詳しくは各問い合せ先にご確認ください。

講演・催し

カイロプラクティック無料体験 1月31日(火)まで。TANAKA天王台整体院。腰痛・肩凝りなどでお悩みの方。
高橋

APA柏例会室内楽演奏会 1月21日(日)13時～18時(開場12時40分)※入退場自由。けやきプラザ。ベートーベン「弦楽四重奏曲」ほか。551人(申込不要)。無料。
篠崎

新春初笑い寿寄席 1月21日(日)15時～17時。我孫子市商工会館。昔昔亭桃之助(真打ち)、春風亭昇りん(二つ目)、桂南海(前座)。先着55人。2,000円。
みやま

フィットネスサークル「チキチキ」 1月22日(月)・30日(火)、2月6日(火)・20日(火)10時20分～11時10分。近セこもれび。シニア女性向けダンスフィットネス。介護予防、ストレス解消。各日1,000円(申込不要)。
今泉

中高年ピアノ講座 1月25日(休)①13時～14時②14時～15時。布佐南近セ。ピアノで楽しい時間を。初心者歓迎。各回先着4人。各回500円。
今津

シニアリトミック 1月26日(金)10時30分～11時10分。高野山464の18(3階)。60歳以上の方。先着15組。無料。
HappyMusic・平田

ショートテニス体験会 1月26日(金)11時～13時。けやきプラザ。初心者歓迎。ラケット貸し出し可。先着4人。150円。
河内

我孫子革新懇新春のつどい 1月27日(土)14時～16時30分(開場13時40分)。市民プラザ。四谷姉妹の憲法漫才、講演「戦争は許さない!いのちとくらしを守る社会を」。先着120人(申込不要)。無料。
中村

中村天風の教えを学ぶ 講演「心が変われば人生は変わる」～積極精神のすすめ～ 1月28日(日)14時～16時30分。我孫子南近セ。初心者歓迎。先着30人。500円。
勝又

「ワーママのしゃべり場」子ども同伴

OK 2月17日(土)10時～11時30分。けやきプラザ。先着5組。500円。
1月31日(火)までに電話・Eメールで氏名、連絡先を明示。ニコふあみ・沼野

書道教室見学・体験会 2月5日(月)・19日(月)13時～15時30分。アビスタ。各日先着10人。無料。
白友会I・桑原

らくらくピアノ無料体験会 2月14日(水)10時～11時。市民プラザ。楽譜が読めない方も可。楽しく学びませんか。先着12人。
藤田

朗読「樹々の会」発表会 2月20日(火)14時～16時。市民プラザ。藤沢周平『川霧』朗読劇、皆川理恵のホルン独奏。先着120人(申込不要)。無料。
萩野谷

会員・仲間募集

岳人あびこ 健康で山歩きができる70歳以下の方(面談あり)。詳細は団体ホームページ参照。
3,000円。
9,000円(別途保険料)。
2月4日(日)までに大畠

ペラ・コンサルテ(混声四部合唱) 月4回(月)13時30分～15時30分。湖北台近セ。講師指導あり。演奏会にも参加。見学歓迎。
3,000円。
阿部

英会話(初・中級) 月3回(火)10時～11時30分。我孫子南近セ。アメリカ人講師と少人数で楽しむ。
5,000円。
出沼

手賀の郷ジュニアコーラス臨時団員 3月以降(木)・(日)(不定期)。アビスタ。5月25日(土)・26日(日)の我孫子市民フィル

演奏会に出演。小学～高校生。先着20人。1回1,000円。詳細は団体ホームページ参照。
宮部

楽しく歌う!世界・日本の歌、叙情歌 毎月第1・3(金)10時～11時30分。天王台北近セ・近セこもれび。少人数で、呼吸、発声から。初心者歓迎。
1,000円。
3,000円。
山口

H21男塾料理教室 毎月第3(金)9時～13時(1月、8月を除く)。アビスタ。丁寧な指導で和やかに学ぶ。初心者歓迎。
金子敦子さん。
1万円。
岡田中

身体づくりを支援する体操教室 週1回。我孫子北近セ並木。人生100年時代を爽やかな笑顔で明るく元気に。300円。
動きやすい服装・室内履き、ヨガマット、飲み物。
宮下

我孫子登山倶楽部 1日4時間以上山歩きができる方。性別・年齢不問。詳細は団体ホームページ参照。
3,000円。
8,000円(保険料含む)。
可児

納付のお知らせ

Table with 2 columns: 項目, 納期限(口座振替日). Rows include 上下水道料金 (1月29日(月)), 市県民税第4期 介護保険料第8期 国民健康保険税第8期 後期高齢者医療保険料第7期 (1月31日(火)).

文芸だより
短歌
白樺派の時代ありきと語ることを輩がかがやく冬の手賀沼
【評】かつてこの地に白樺派の時代があったことを、冬の手賀沼の枯れ葦の輝きが語っているという。長い歴史を知る、白寿の作者ならではの感慨のこもる一首。
身まかれる母に触れつつささやきぬ遙かな旅路お疲れさまと
散り残る楓の紅葉夕映えにかなしきまでに艶めきており(新かな)
佐藤 文江
大石美和子
流麗な筆のはこびに歩を止めて見入りぬ本阿弥光悦の書に
佐々木寛子
豊島 秀範選 (投稿数11首)
松村 幸一
尾張 幹
山本 幸一
森 徹
佐藤 麻績選 (投稿数10首)
山中仁一朗
投稿方法 毎月20日(必着)までに、はがきに作品(1人1作)、氏名、年齢を明記。〒270-1192市役所秘書広報課広報室(住所省略可) ※投稿された作品は選者により添削する場合があります。 ※「青少年の部」(18歳以下)も募集しています。



我孫子市LINE公式アカウント友だち募集中！
二次元コードを読み取るか、LINEの「友だち追加」でID[@abiko_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」マチイロ(二次元コードからダウンロード可)で広報あびこが閲覧できます。

アンバサダー 元ラグビー日本代表大野均さん

SOMPOボールゲームフェスタ

トップアスリートと運動能力を高めたり、ボールゲームの楽しさを体験できます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

日 3月3日(日)
所 市民体育館

◎あそびバ!

時間 9時～11時45分
内 ボールなどを使った遊び
対 年長～小学3年生と保護者
定 先着50組

◎キッズチャレンジ

時間 13時～16時45分
内 サッカー・ラグビー・バレーボール・ソフトボール
対 小学生
定 先着100人

〈共通〉

費 無料
持 運動できる服装・靴、室内履き、飲み物、タオル
申 2月1日(休)～20日(火)にフェスタホームページ
問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604、市民体育館 ☎04-7187-1155(当日)



▲大野均さん



▲市HP



▲フェスタHP

みんなのスポーツフェス THE・チャレンジ

スポーツ推進委員の指導もあります。

日 2月17日(出)9時～12時
所 市民体育館

内 ①子どもの運動教室(自分に合ったトレーニングを見つける) ②ブラジル発祥のスポーツ「カポエイラ」に挑戦 ③チャレンジブース(ボール遊び、卓球バレー(パラスポーツ)、フィットネスなど)

対 ①9時～10時…4歳以上の未就学児と保護者、11時～12時…小学生と保護者 ②10時～11時…小学生と保護者

定 各先着30組

費 無料

持 運動できる服装・室内履き、飲み物、タオル

申 ①②2月12日(休)までにちば電子申請サービス ③申込不要

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604



▲卓球バレー



▲市HP

スポーツ推進委員 イベントの企画運営やスポーツ指導を中心に活動しています。委員になりたい方、指導を受けたい団体はご連絡ください。

我孫子中学校駅伝部と久寺家中学校駅伝部が大会結果を星野市長に報告

10月に開催された東葛飾地方中学校駅伝競走大会で、我孫子中学校が優勝、久寺家中学校が準優勝しました。

12月に開催された関東中学校駅伝競走大会では、久寺家中学校が優勝、我孫子中学校が準優勝し、両大会の結果を星野市長に報告しました。

我孫子中学校駅伝部部長の荒井稜司さん(3年生)は「東葛飾駅伝では優勝できてうれしかったが、関東駅伝での悔しさを今後の力にしたい」、久寺家中学校駅伝部部長の坂本翔さん(3年生)は「普段は違う部活の仲間と一緒に走り、関東駅伝で優勝できてうれしかった」と語りました。今後も市内中学校の活躍に期待しましょう！

問 教育委員会指導課 ☎04-7185-1367



▲我孫子中駅伝部



▲久寺家中駅伝部

千葉県障害者スポーツ大会

日にち	場所(予定)	種目	障害区分
5月 下旬 ※雨天実施 6月上旬	千葉県総合スポーツセンター	陸上	身・知・内
	船橋アーチェリーレンジ	アーチェリー	身・内
	千葉県国際総合水泳場	水泳	身・知
	千葉県障害者スポーツ・レクリエーションセンター	サウンドテーブルテニス	視
	船橋市総合体育館(船橋アリーナ)	卓球	身・知・精
	VEGAアサヒボウリングセンター	ボウリング	知

※障害区分：身…身体障害者、知…知的障害者、内…内部障害者、視…視覚障害者、精…精神障害者

対 県内在住の13歳以上(4月1日時点)で、次のいずれかに該当する方…

①身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を持っている ②療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の取得対象に準ずる障害がある

申・問 2月2日(金)までに電話・ファクスで住所、氏名、電話番号を明示。障害者福祉センター ☎04-7185-1124 ☎04-7188-0242

1月28日(日)開催 新春マラソン 交通規制にご協力を

◎車両通行止め

日 1月28日(日)9時30分～11時30分



◎阪東バス 車両通行止めの間、湖北台団地外回りのバスは内回りに変更 ※詳しくは停留所の案内をご覧ください。

問 実行委員会 ☎04-7137-7168(火～木曜日8時30分～15時30分)

高野山小・我孫子中学校出身

中村敬斗選手 サッカー日本代表に選出

アジアカップ(カタールで開催)のサッカー日本代表に中村敬斗選手(スタッド・ランス所属)が選出されました。代表での活躍を皆さんで応援しましょう！

日時(日本時間)	対戦相手
1月19日(金)20時30分～	イラク
1月24日(火)20時30分～	インドネシア



※ベトナム戦は1月14日に実施

※決勝トーナメントなど、詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604



▲市HP