

発行 我孫子市役所 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) FAX 04-7185-1520

あれから12年 忘れてはいけない東日本大震災の記憶

平成23(2011)年3月11日、宮城県牡鹿半島の東南東130km付近で深さ約24kmを震源とするマグニチュード9.0の地震が発生。我孫子市でも震度5弱を観測し、布佐地区で液状化などの被害を受けました。

震災から12年が経過し、当時のことを知らない子どもたちもいます。東日本大震災の記憶を風化させないため、当時の被害状況を写真で伝えます。写真は市ホームページ(QRコード参照)でも公開しています。

※液状化とは、地震の振動で地中の土砂が液体状になり、水とともに地表へ出る現象です。

☎ 市民安全課・内線217



東日本大震災の教訓 3つの「助」

自分の命を自分で守る「自助」 地域で協力して助け合う「共助」 市・消防・警察などが救助・援助を行う「公助」

自助 日頃から備える

携帯電話による通話やメールがほとんど使えず、家族などと連絡を取ることが困難でした。また、買い占めが起き、食料や飲料水が品切れ・品薄状態になりました。同じような状況を想定し災害に備えましょう。

- ☑ 家族などと安否確認の方法や集合場所、帰宅経路を確認
- ☑ 帰宅経路にあるコンビニやガソリンスタンドなどの場所を確認
- ☑ 3日以上分の食料や飲料水、携帯ラジオ、地図などを用意

自助 災害発生時は落ち着いて行動する

首都圏の鉄道が運転を見合わせ、多くの方が帰宅困難になりました。帰宅困難者が一斉に移動を始めると、混雑による転倒や建物の倒壊・落下物による負傷の危険があります。むやみに移動せず落ち着いて行動しましょう。

- ☑ 身の安全を確保し、職場や集客施設など安全な場所にとどまる
- ☑ 災害用伝言サービスで家族の安否などを確認
- ☑ 市・消防・警察などの広報やテレビ、ラジオなどで正確な情報を入手

共助 世代を超えて助け合う

復旧・復興は多くの方の助け合いで進められました。被災家屋の片付けを行った我孫子東高校の生徒(写真左)や、被災者を音楽で勇気づけた布佐中学校の生徒(写真右)など、若い世代の協力もありました。いざという時に共助の精神で行動できるように日頃から地域の方とコミュニケーションをとりましょう。



公助 被害を最小限に抑え暮らしを守る

我孫子駅にも帰宅困難者があふれたため、けやきプラザや我孫子南近隣センターなどを開放しました。その他、避難所の開設や仮設トイレの設置、防災行政無線による情報提供などを行いました。災害発生時にできるだけ早く応急対策活動を始められるように備えています。今後も物資の輸送体制の整備など、公助の充実を図ります。

東日本大震災から12年を迎えようとしています。

経験したことのない激しい揺れが起きたあの日、直ちに災害対策本部を立ち上げました。次々と報告される停電、断水、鉄道の運転見合わせ、携帯電話の不通、道路損傷、塀の倒壊などの被害。目の当たりにした布佐地区の液状化。未曾有の被害をもたらした東日本大震災を決して忘れてはいけません。そして、震災を知らない世代に伝えていかなければいけません。

復興に向け地域の皆様と歩んだ5年間。平成28(2016)年3月に復興のシンボル「ふさ復興会館」が完成した時の笑顔は、今も鮮明に覚えています。

災害の発生を防ぐことはできません。被害を最小限に抑えて復興を迅速に行うため、教訓を生かし、自助・共助・公助の体制強化と地域防災力の向上を図ります。

市長 星野 順一郎

市議会定例会 開会中

日程(予定)

3月1日(水)～3日(金)午前10時～ 本会議(一般質問)

3月7日(火)午前10時～ 総務企画常任委員会

3月8日(水)午前10時～ 教育福祉常任委員会

3月9日(木)午前10時～ 環境都市常任委員会

3月13日(月)・14日(火)午前10時～、15日(水)午後1時～ 予算審査特別委員会

3月16日(木)午後2時～ 本会議(採決など、閉会)

※日程・開会時間を変更する場合があります。詳しくは市議会ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

※感染症拡大防止のため、傍聴は極力ご遠慮いただき、議会中継をご活用ください。

☎ 議会事務局・内線242



税の申告はお早めに

所得税の確定申告、市・県民税の申告の申告期限は3月15日(水)です。申告が必要な方は、早めに申告してください。

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

定員になり次第締め切り マイナンバー業務の休日開庁(交付は予約制)

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)

開庁日時	予約開始日時
3月11日(土)9時～17時	受付中
3月19日(日)9時～17時	3月1日(水)9時
3月26日(日)9時～17時	3月8日(水)9時
4月9日(日)9時～17時	3月22日(水)9時
4月15日(土)9時～17時	3月29日(水)9時

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(申請時に回収)、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のでお問い合わせください。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。

◎マイナポイントの申し込みもできます(予約不要)

持ち物など、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 2月28日までにマイナンバーカードを申請した方

※ポイントを受け取るキャッシュレス決済サービスに要事前登録

☎ 市民課・内線693



▲予約サイト



▲市ホームページ

文化事業市民スタッフ 募集

内容 文化イベント(コンサート・絵画展など)の受付や会場整理など

対象 市内在住・在学・在勤で18歳以上の方

報酬 半日500円、1日1,000円

委嘱式・説明会 4月下旬予定(水道局4階大会議室)

☎・☎ 3月31日(金)(必着)までに、申込書(文化・スポーツ課で配布。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。〒270-1166我孫子1684教育委員会文化・スポーツ課(水道局4階) ☎7185-1601



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)で市内に住宅を取得し、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

☎ 5月31日(水)または住宅取得日から1年以内の早い方まで

空き家バンク、マイホーム借り上げ制度

◎空き家バンク 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 (-社)移住・住みかえ支援機構(JTI)の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

企業版ふるさと納税

株式会社コネクティルが寄付金を贈呈

(株)コネクティルから企業版ふるさと納税による寄付金の贈呈がありました。企業版ふるさと納税は、国が認定した地方公共団体の地方創生の取り組みに対し、企業が寄付をした場合に法人関係税から税額控除する制度です。

頂いた寄付金は、地方創生に係る事業で活用します。

☎ 企画政策課・内線566



「ちばキッズスマイル・プロジェクト」協賛企業

株式会社湖北台産業がアルコール消毒液を寄贈

(株)湖北台産業から、「小・中学校の安全・安心な学校運営に活用してほしい」とアルコール消毒液が寄贈されました。消毒液は、各学校で有効に活用します。

◎ちばキッズスマイル・プロジェクト

千葉ロッテマリーンズが行っている事業です。子どもたちが安全・安心な学校生活を送れるよう、本事業の協賛企業が千葉ロッテマリーンズを通じて、県内の小・中学校などにアルコール消毒液を寄贈しています。

☎ 教育委員会総務課 ☎7185-1110



小学生の交通事故防止に

明治安田生命保険相互会社が反射シールを寄贈

市内小学校の新2年生へ、明治安田生命保険相互会社から反射シールが寄贈されました。

明治安田生命保険相互会社では、「人に一番やさしい生命保険会社」を目指し、自治体・企業・団体などと連携して地域の活性化や課題解決に取り組む「地元の元気プロジェクト」を実施しています。

反射シールは小学生の交通事故防止のために千葉県警察と作成したもので、ランドセルなどに貼ることができます。

☎ 教育委員会学校教育課 ☎7185-1267



市の事務事業に伴う温室効果ガス排出量

市では、「我孫子市地球温暖化対策実行計画(あびこエコ・プロジェクト)」を策定し、地球温暖化防止に取り組んでいます。第五次計画の目標は、市の事務事業に伴う温室効果ガス排出量を、令和7年度までに平成30年度比で9%削減することです。

温室効果ガス排出量(二酸化炭素換算)

温室効果ガス総排出量	具体的な削減項目の排出量			
	燃料・電気・自動車	ごみの焼却	し尿処理	
平成30年度(基準年度)	26,273トン	10,508トン	15,435トン	330トン
令和3年度実績	26,512トン	10,012トン	16,177トン	323トン
増減(平成30年度比)	+0.9%	-4.7%	+4.8%	-2.1%
令和7年度目標排出量	23,862トン	8,727トン	14,818トン	317トン

令和3年度は、基準年度の平成30年度から0.9%増加しました。主な要因は感染症対策による換気の影響で都市ガスの使用量が増加したことや、ごみの焼却に伴う温室効果ガス排出量が増加したことです。

温室効果ガス総排出量は、ごみの焼却によるものが全体の6割を占めています。ごみの減量や分別の徹底などにご協力をお願いします。

☎ 手賀沼課 ☎7185-1484

りそな銀行 窓口納付停止

4月1日(出)以降、市の納付書(下水道事業受益者負担金を含む)による窓口納付ができなくなります。※口座振替は引き続き利用可
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。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。
☎ 財政課・内線236、下水道課・内線538



災害時の情報入手

◎我孫子市LINE公式アカウント(無線内容をLINEで配信)

利用方法 ①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コードにかざす※LINEの「友だち追加」でID「@abiko_city」を検索でも可 ②表示される画面で「追加」を選択 ③受信設定から、欲しい情報で「防災無線」を選択



▲LINE

◎メール配信サービス(無線内容をEメールで配信)

利用方法 ①「abiko-reg@kmel.jp」へ空メールを送信(右記QRコードから送信可) ②折り返し送られてくる登録案内メールに沿って登録※メールが届かない場合は、メール受信の許可設定(ドメイン名「@city.abiko.chiba.jp」)をし、再度空メールを送信 ③「防災無線情報」を選択



▲メール

◎防災行政無線放送テレホン案内(無線内容を電話で確認)

電話番号 ☎0120-031676 ※新たな内容が放送された場合は情報が更新
☎ 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

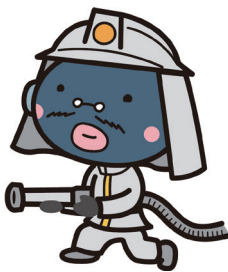
お出かけは マスク戸締り 火の用心 3月1日～7日は「春季全国火災予防運動」

令和4年の市内火災件数は19件でした。大切な命や財産を守るため、「火の用心」を心掛けましょう。

住宅防火 命を守る10のポイント

4つの習慣 ●寝たばこは絶対にしない ●ストーブの周りに燃えやすいものを置かない ●こんろ使用時は火のそばを離れない ●コンセントはほこりを清掃し、不要なプラグは抜く

6つの対策 ●ストーブやこんろなどは安全装置付きの機器を使用する ●住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する ●部屋を整理整頓し、寝具・カーテンは防災品を使用する ●消火器などを設置し、使い方を確認する ●高齢者や障害がある方は、避難経路と避難方法を常に確保して火災に備える ●防火防災訓練への参加など地域ぐるみの防火対策を行う



消防防災まつり

日時 3月4日(出)午前10時～午後3時

場所 アビイクオーレ1階(イトーヨーカドー我孫子南口店)

内容 一日消防署長任命式、三令さんミニコンサート、我孫子市幼年消防クラブ・アビイカルチャースクールキッズダンス演技披露、子ども用防火服着体験、手賀沼のうなぎちゃんなどマスコットキャラクターとの記念撮影ほか

☎(共通) ☎ 消防本部予防課 ☎7181-7702

シルバー人材センター講座

期間 4月～令和6年3月(8月は休講)※1回約2時間

講座	日時	場所	定員
墨絵	原則第1・3月曜日13時30分～	近隣センターこもれび	先着5人
書道	第2・4金曜日9時30分～	我孫子第一小学校 地域交流教室 ※駐車場なし	先着5人
水彩画	①第1・3火曜日13時30分～ ②第2・4火曜日10時～ ③第1・3木曜日10時～ ④第2・4土曜日13時～		先着10人
手編み	第1・3月曜日①10時～②13時～		各先着5人
木彫り	第2・4火曜日13時30分～		先着5人

対象 市内在住の方 費用 月額2,000円

☎・☎ 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、講座名、水彩画・手編みの場合は希望日時を明記。〒270-1121中峠2607(公社)シルバー人材センター ☎7188-2200

3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	消費生活相談	電話	結婚相談(☎優先)	来所	地域職業相談	来所
行政相談☎	電話	人権相談	電話	地域職業相談	電話	介護とこころの相談☎	来所
行政書士相談☎	電話	生活相談	電話	介護とこころの相談☎	電話	すまいの相談☎	来所
司法書士法律相談☎	電話	健康相談	電話	すまいの相談☎	電話	福祉用具相談☎	来所
年金・労働・成年後見相談☎	電話	心の相談☎	電話	福祉用具相談☎	電話	児童相談	来所
税務相談☎	電話	子ども総合相談	電話	児童相談	電話	交通事故相談	来所
不動産相談☎	電話	ひとり親相談	電話	交通事故相談	電話		来所
住宅相談☎	電話	DV相談(男性可)	電話				来所

令和4年度から手賀沼課が担当しています 狂犬病予防注射(集合注射)

市に犬の登録をしている方(環境省データベースで登録した飼い主変更の通知を市が受けたものを含む)に、3月末に案内を送付します。集合注射を受ける時は、同封の「狂犬病予防注射済票交付申請書」を必ずお持ちください。

日時	場所	費用	
4月17日(月) ※雨天中止、順延なし	9時～9時20分	西屋敷公園	3,500円
	9時45分～10時	柴崎自治会館前	
	10時25分～10時45分	泉3号公園	
	11時10分～11時30分	天王台南公園	
	11時50分～12時15分	天王台東公園	
4月18日(火) ※雨天中止、順延なし	9時～9時20分	中峠下公民館	
	9時40分～10時	上新木青年館	
	10時20分～10時45分	气象台記念公園	
	11時10分～11時30分	布佐南公園	
	11時55分～12時15分	布佐2号公園	
4月20日(木) ※雨天中止、順延なし	9時～9時20分	並木1号公園	
	9時45分～10時15分	つくし野3号公園	
	10時40分～11時	台田池尻公園	
	11時20分～11時45分	我孫子駅南口西公園	
4月21日(金) ※雨天中止、順延なし	9時30分～11時30分	水の館	
4月22日(土) ※雨天時5月13日(土)	9時30分～11時30分	保健センター	

◎下記に該当する場合は必ず事前にご連絡ください

①4月10日(月)になっても案内が届かない ②市に犬の登録手続きをしておらず、狂犬病予防注射(集合注射)をする ③他市区町村で犬の登録をし、転入後に犬の転入手続きをしていない ④申請書を紛失した

◎集合注射を受けられない犬

①生後91日未満 ②他市区町村で犬の登録をし、転入後に手続きをしていない ③1カ月以内に他のワクチンを接種した ④発情・妊娠・授乳中、健康に問題がある ⑤海外渡航予定がある、集合住宅管理団体などに証明書を提出する必要がある
※集合注射を受けられない場合は、市内委託動物病院で注射や犬の登録手続きなどができます。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)・広報あびこ3月16日号をご覧ください。

☎ 手賀沼課 ☎7185-1484



地元の食と農を再発見！ あびこんで過ごす体験交流企画

日時 3月12日(日)午前8時30分～午後1時
※雨天中止

場所 あびこんに集合後、徒歩で農地へ移動(約5分)

内容 ジャガイモの植え付け、大根の収穫(持ち帰り可)、菜の花見学、クイズなど

定員 先着10人

費用 2,000円(小学生以下1,000円) ※昼食、飲み物、保険料含む

☎・☎ 3月7日(火)午後5時までにあびこ農産物直売所あびこん ☎7168-0821



無農薬米づくり

日にち 4月～10月の土曜日(10回程度)
※雨天時は日曜日 ※初回説明会は3月25日(土)(集合場所などは後日連絡)

場所 谷津ミュージアム

対象 継続して参加できる方※小学生以下は保護者同伴

定員 先着30人

費用 50円(保険料) ※くわや鎌を使用する日のみ

☎・☎ 3月17日(金)までに、電話・ファクスで「無農薬米づくり」、全員分の住所・氏名・電話番号を明示。手賀沼課 ☎7185-1484 ☎7185-5869



鳥のサイエンストーク オンラインで開催

眉の薄いエナガはどこにいる？

日時 3月18日(土)午後1時30分～2時15分
内容 エナガは尾の長い小鳥で、日本各地の森林や公園に生息しています。本州のエナガは濃い眉ですが、我孫子市を含む県内各地で、眉の色が薄いエナガも確認されています。今回は、眉の薄いエナガの分布について調査した結果を紹介します。

講師 望月みずきさん(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

鳥の博物館

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



▲通常のエナガ(左)と眉の薄いエナガ(右)



あびこ自然観察隊 春の谷津田観察会

日時 3月19日(日)午前9時～正午※雨天中止
場所 谷津ミュージアム(東我孫子駅南口集合)

内容 春を告げる生き物の観察

定員 先着20人※小学生以下は保護者同伴

費用 100円(中学生以下無料)

持ち物 動きやすい服装・靴、双眼鏡(お持ちの方)

☎ 3月3日(金)～鳥の博物館 ☎7185-2212



▲ウグイス

普段は入れない母屋で行います 旧井上家住宅お茶会

日時 3月18日(土)①午前11時～②11時35分～(各回約30分)

場所 旧井上家住宅母屋

席主 布佐中学校生徒

定員 各回先着15人 費用 400円

☎・☎ 3月6日(月)～教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1583



歴史講演会 最近の発掘調査から見た古代の我孫子

日時 3月13日(月)午後2時～4時(開場1時30分)

場所 市民プラザホール

内容 646年、改新の詔により全国に国郡制が敷かれ、現在の我孫子市域は下総国相馬郡に編入されました。これまでの発掘調査で、湖北・新木地区には相馬郡の中心地である相馬郡衙(郡の役所)があったことが分かっています。古代の我孫子はどのような場所だったのか、教科書には載っていない地域の歴史を解説します。

講師 手嶋秀吾さん(教育委員会文化・スポーツ課職員)

定員 先着100人 費用 300円

☎ 市史研究センター・荒井 ☎7182-2838

ふれあい塾あびこ最終講座 レクチャーコンサート トランペットと共に旅をする

ふれあい塾あびこは、今回のレクチャーコンサートを最後に閉塾します。平成12(2000)年の開塾以来、1,309回の講座を開催し、53,000人が受講してきました。

日時 3月13日(月)午後3時～4時30分 場所 アビスタホール

内容 M.A.シャルパンティエ「テ・デウム」ほか

出演 杉木峯夫さん(東京藝術大学名誉教授)ほか

定員 先着140人 費用 1,000円 持ち物 室内履き

☎・☎ 電話・Eメールで氏名、電話番号・Eメールアドレスを明示。NPO法人ふれあい塾あびこ ☎080-1364-0371 ✉fureaijukuabiko@gmail.com

【広報あびこに掲載する広告を募集】 会社やお店のPRにご活用ください。広報あびこは新聞折り込みや公共施設などで配布しています。

発行部数 41,000部 規格 1枠：縦11.5cm×横8cm※最大3枠 掲載料 1枠：2万円 ☎・☎ 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

※広告内容は市が推奨するものではありません。応募者多数の場合、掲載の優先順位および抽選で決定します。

令和4年に生まれた子どもが対象 すこやかちゃん 募集

掲載号 広報あびこ4月1日号～令和6年3月16日号※生年月日順に掲載
対象 市内在住で令和4年1月1日～12月31日に生まれた子ども※掲載号発行日の時点で市外在住の場合は掲載不可
定員 48人(抽選)
届・回 3月3日(金)までに、Eメールに郵便番号、住所、保護者の氏名、日中連絡がつく電話番号、子どもの名前・生年月日・性別を明記。秘書広報課広報室 ☎7185-1269✉photo@city.abiko.chiba.jp

星空コンサート SF映画音楽特集

日時 3月18日(出)①午後1時～②3時～(各回45分)
※上映1時間前～10分前まで手賀沼課(水の館3階)でチケットを販売
※当日、定時上映は行いません。
星空解説 駒井仁南子さん
定員 各回先着50人 費用 300円
場所・回 水の館☎7184-0555

菜の花イベント

菜の花まつり
期間 3月18日(出)・19日(日)・25日(出)・26日(日)午前9時30分～午後3時※雨天・育成状況により中止の場合あり
場所 根戸新田(右図参照)※駐車場なし
内容 菜の花の摘み取り(有料)、野菜の即売会など
費用 無料(入場料)
回 農政課☎7185-1481
菜の花畑散策と頭の体操
日時 3月18日(出)～21日(祝)午前10時～午後3時※雨天時22日(休)
場所 根戸新田(右図参照)※手賀沼ファーム駐車場利用可
内容 なぞなぞで頭を働かせながら散策
費用 無料
回 手賀沼トラスト・桐石☎090-9853-3862



プレパパママ講習会「赤ちゃんを感じながら 楽しいマタニティーライフを過ごそう」

日時 3月25日(出)午後1時30分～2時30分
内容 ①おなかの赤ちゃんのこと ②マタニティーライフを快適に過ごそう ③妊娠中のストレッチ
講師 あびこ助産師専門学校職員、あびこ助産院助産師
対象 妊娠中の方やその家族※妊娠を考えている方も可※子ども同伴可
定員 先着5組 費用 無料 持ち物 バスタオル
場所・回・回 にこにこ広場(アビイクオーレ2階<イトーヨーカドー我孫子南口店>)☎7185-8882(日曜日、祝日を除く午前10時～午後4時)



クリーン手賀沼推進協議会 遊覧船で手賀沼について学ぼう！

手賀沼の歴史、現状、生き物をガイドします。
日時 3月25日(出)①午前10時30分～11時30分 ②午後1時30分～2時30分※雨天・強風中止
場所 手賀沼公園内「ボートセンター小池」集合
定員 各回先着30人※小学生以下は保護者同伴
費用 無料
届・回 3月17日(金)～24日(金)に手賀沼課☎7185-1484



すこやかちゃん

木下 宗馬ちゃん (栄・1歳2カ月)
やさしい笑顔のそうま君◎生まれてきてくれてありがとう！力強く健やかに育ってね。

徳田 百采ちゃん (白山・1歳2カ月)
とってもアクティブなおとちゃん！大好きなうどんを食べて元気にもりもり育ってね☆

出産・すくすく子育て応援金 申請書などを送付

令和4年4月1日～5年1月31日に出産した方、妊娠届を提出した方に申請書などを送付しました。届いていない場合はお問い合わせください。
支給額 出産応援金…妊娠1回当たり5万円、すくすく子育て応援金…子ども1人当たり5万円
回 健康づくり支援課☎7185-1126

3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

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)

ひな人形をつくろう	1日(休)10時～11時	聖華みどり保育園
ひなまつり	1日(休)10時～11時	つくし野保育園
	2日(休)10時～11時	東あびこ聖華保育園
	3日(金)10時～11時	寿保育園
季節のあそび	7日(火)10時～11時	根戸保育園
おはなしさんぽみち(人形劇)	9日(休)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

回 保育課・内線459(月～金)午前8時30分～午後5時

出前保育

るんるんパーク 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	2日(休)10時30分～11時
天王台西公園	28日(火)10時30分～11時

回 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(アビイクオーレ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 | 11日(出)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 | 11日(出)14時～15時「ふたご以上の乳幼児・保護者・妊娠中の方の交流会」※要申込 |
| | 25日(出)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 | 4日(出)11時～12時「春を見つけよう」 |
| | 18日(出)11時～12時「体を動かして遊ぼう」 |
| ③ ふたごちゃん・みつごちゃんタイム | 毎週(火)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」 |
| | おひさまタイム 毎週(金)10時30分～11時30分「子どもの発育が気になる方、外国人の方などの交流会」 |

子育て情報は、我孫子市LINE公式アカウントなどで配信しています。

3月1日～8日は「女性の健康週間」

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを支援するため、「女性の健康週間」を定め、女性の健康づくりを目的とした国民運動を行っています。正しい知識を得ることや日頃の健康管理が大切です。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。



◎ブレスト・アウェアネス(乳房を意識する生活習慣) 4つのポイント

日本人女性に最も多いがんは、乳がんです。早期に発見し適切な治療を受ければ、比較的良好な経過が期待できます。

- ①乳房の状態を知る ②乳房の変化に気を付ける ③変化に気付いたらすぐ医師に相談する ④40歳以上の方は2年に1回乳がん検診を受ける(市では30歳から年に1回、毎年受診可)

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

健診結果を確認しましょう 「やせメタボ」に注意

やせメタボとは、肥満ではないものの、高血圧・高血糖・脂質代謝異常が原因で動脈硬化が進行しやすい状態のことです。日本人に多く、脳卒中や心筋梗塞の発症リスクはメタボと同水準といわれています。下記に該当する方はご注意ください。

- ◎BMIや腹囲は基準値内だが血圧・血糖・脂質・肝機能で基準値越えがある
- ◎運動不足である
- ◎脂っこいものや肉を食べることが多い

やせメタボ予防のため、毎年健診を受け、ウォーキングやジョギングなどの有酸素運動、主食・主菜・副菜のバランスが取れた食事などを心掛けましょう。

☎ 国保年金課・内線646



健康MEMO

高血圧

高血圧とは、診察室で測った時の最高血圧が140mmHg以上あるいは最低血圧が90mmHg以上またはその両方が高い値で維持されている状態です。自宅で測る場合は診察室よりも血圧値が低めになるため、基準値も病院より5mmHg低く設定されています(最高血圧135mmHg以上、最低血圧85mmHg以上)。

高血圧の多くは、原因不明の本態性高血圧といわれ、食塩の過剰摂取・肥満・飲酒・運動不足・ストレス・遺伝的体質などが組み合わさって起こると考えられています。甲状腺疾患・睡眠時無呼吸症候群・慢性腎臓病・原発性アルドステロン症などから起こるものを二次性高血圧といいます。

高血圧になると、脳卒中や心筋梗塞を起こす確率が2~3倍高くなります。症状はほとんど出ないため、毎年健診を受けることが重要です。健診で行う心電図や眼底検査で、高血圧による長期の影響が分かることがあります。また、自宅で血圧を測定することも大切です。

根戸クリニック 東吉志

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

No.452

3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	4・11・18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)	1・15日(水)	にこにこ広場
4カ月児相談	7・14日(火)	令和4年10月生まれ
1歳6カ月児健康診査	2日(木)	令和3年8月10日~8月31日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	9日(木)	令和2年7月生まれ
3歳児健康診査	2日(木)	令和元年8月10日~8月31日生まれ
5歳児歯科健診	9日(木)	平成30年2月18日~4月1日生まれ
離乳食教室(4~6カ月児向け)	24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)	8日(水)	令和4年6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	3日(金) 14時30分~16時
心の健康クラブ	20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
8日(水)	布佐南公園
14日(火)	湖北台中央公園
17日(金)	天王台西公園

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。

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

市民活動ステーション主催事業

◎あなたの始めたいを聴く場「Seeds place」
☎3月6日(月)・8日(水)10時~12時(1組50分) 内活動を始めたい方の相談の場 対20歳代~50歳代 定各日先着2人 申開催日前日まで

◎パソコンの困り事何でも相談会
☎3月9日(木)9時~16時(1人60分) 師グループハマダ・ヤマダ 内障害のある方、外国人(英語対応)、初参加の80歳以上 定先着6人
〈共通〉費無料 所・申・問市民活動ステーション ☎7165-4370

柏ジュニアストリングオーケストラ 第39回定期演奏会

☎3月19日(日)13時30分~15時30分(開場13時) 所柏市民文化会館 内「白鳥の湖」[冬] 演石田常文さん(指揮) 定先着669人 費無料 問石田 ☎7139-6069

ジャズ・ピアノトリオが奏でる春の日差し~ボカールとサクスをゲストに迎えて~

☎3月26日(日)14時~16時 定先着150人 費1,200円(前売り1,000円) 所・券・問市民プラザ ☎7183-2111

佐藤康子ソプラノリサイタル

☎3月31日(金)14時30分~16時15分 所けやきプラザ 内「蝶々夫人」、日本のふるさとの歌など 定先着520人 費3,000円 券NPO法人ACOPA、軽喫茶ぼぼら 問いきいき生活倶楽部まほろば ☎7181-9701

歌劇「ランメルモールのルチア」全3幕 イタリア語上演(字幕付き)

☎4月2日(日)13時30分~ 所けやきプラザ 演月下愛実さん、榛葉樹人さん、金子亮平さんほか 費3,000円※中学・高校生1,000円(当日券のみ)、小学生以下無料 券ブックマルシェ、喫茶ぶらっと 問金子 ☎7111-0957

講演・講座・教室

こもれびまち協・天王台地区社協 シニアいきいき講座(健康体操編)

☎3月12日(日)13時30分~14時30分 所近隣センターこもれび 内ミュージックフープ健康体操&ヘルスリズム 師山口江美さん(NPO鼓響理事長) 定先着40人 費無料 室内履き 申・問3月10日(金)までに天王台地区社会福祉協議会 ☎7183-9009

ペースメーカー懇談会

☎3月27日(月)14時~16時 所市民プラザ 内スライドを使い解説 師砂川和彦さん(元ペースメーカー製造会社社員) 定先着24人 費無料 持ペースメーカー手帳(お持ちの方) 申・問3月16日(木)までに日本心臓ペースメーカー友の会我孫子地区・長澤 ☎7183

-0525

硬式テニス講習会

☎3月25日(土)、4月1日(土)・15日(土)9時30分~11時45分※予備日4月29日(祝) 所市民体育館 対市内在住・在学(小学4年生以上)・在勤の方※初心者歓迎 定先着16人 費1,500円 持ラケット(貸し出し可)、テニスシューズ 申・問3月18日(土)までに、Eメールに住所、氏名、年齢、電話番号を明記。我孫子市テニス連盟・北村 ☎090-2524-5214 問info@abkta.main.jp

春休み親子なぎなた教室

☎3月26日(日)9時15分~10時45分 所市民体育館 内基本の動作と技 対小学生以上の子どもと保護者 定先着4組 費1組500円 持飲み物、タオル 申・問3月20日(月)までに、電話・Eメールで住所、氏名、年齢、電話番号を明示。中村 ☎090-1253-2996 問kn.antar@gmail.com

いけばな子ども教室

☎①5月3日(祝)②7月22日(土)③9月30日(土)④12月16日(土)⑤令和6年2月24日(土)10時~11時30分※④のみ14時~15時30分※11月3日(祝)~6日(月)に市民文化祭あり 所アビスタ※④のみ市民プラザ 師我孫子華道連盟 対市内在住・在学で全回参加できる小学生 定20人(抽選) 費1万円(全回分) 持筆記用具、雑巾 申・問3月31日(金)(必着)までに、はがきに住所、氏名、性別、学校名、新学年、電話番号を明記。〒270-1166我孫子3の3の17 太田里恵 ☎090-9137-7855

湖北地区公民館(コホミン)講座

◎練功十八法(益気功)~呼吸を整えて身体づくり~ ☎4月28日~7月21日の金曜日15時30分~16時30分※5月5日(祝)を除く 内音やカウントに合わせて起立した状態で行う呼吸体操 師葉山美貴さん(練功普及指導員) 定先着30人 費6,000円※別途テキスト代1,000円 持動きやすい服装・室内履き、タオル、飲み物 所・申・問湖北地区公民館 ☎7188-4433※ホームページから申込可

募集

げんきフェスタ2023実行委員(ボランティア)

開催日6月25日(日) 所湖北地区公民館 内月1回程度実行委員会に参加。次回は3月25日(土)10時~11時50分(予定) ※営利・宗教・政治活動不可 申・問3月23日(木)までに子ども支援課・内線845

お知らせ

猫譲渡会

◎ねこわんこ ☎3月5日(日)、4月2日

日・16日(日)12時～15時※荒天中止
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 関ねこわんこ☎080-
8723-9550

◎ねこ友会 日3月19日(日)11時～13
時 所アビスタ前広場 関保護猫の譲
渡、フリーマーケット※売り上げは野
良猫を増やさない活動に使用※保護
猫飼育ボランティア募集中 関早川☎
7188-0007

シルバー人材センター入会説明会

日3月16日(木)10時～11時 所市民プ
ラザ 関市内在住の60歳以上で働く
意欲がある方 関先着20人 年会費
2,400円 日・関3月10日(金)までにシ
ルバー人材センター☎7188-2200

不動産の相続登記の申請義務化

令和6年4月から義務化されます※相
続による所有権の取得を知った日から
3年以内に申請が必要 関千葉地方法
務局柏支局☎7167-3309(自動応答
2番)

まち協情報

我孫子南まちづくり協議会

◎スマホ・タブレット講座 日3月11
日(出)13時20分～15時30分 関初心
者質問教室※実践あり 関先着15人
費300円 関スマホ・タブレット

◎PC・スマホ・タブレット相談室 日
3月18日(出)13時10分～15時30分
関①相談(1人60分)②ミニ相談(1人
20分) 関①先着12人 費無料 関相
談したい機器

〈共通〉所・日・関3月3日(金)～我孫子
南近隣センター☎7181-1011

布佐南地区まちづくり協議会

◎地域コミュニティづくりのための
映画観賞会 日3月12日(日)13時30
分～15時30分 関「モダン・タイム
ス」 関先着100人 費無料 所・関
布佐南近隣センター☎7189-3740

我孫子北まちづくり協議会

◎ハッピーエンディングセミナー 日
3月12日(日)13時30分～16時 関ゲ
ーム感覚で楽しみながら老後の不安を解
消 関先着25人 費無料 関筆記用具
所・日・関我孫子北近隣センター並木
本館☎7157-4517

新木地区まちづくり協議会

◎歌声喫茶in新木 日3月18日(出)13
時30分～15時 関鳥谷部由美子さん
関先着40人 費500円 関室内履き
日3月4日(出)～

◎はっけんあらしウオーラリー 日
3月18日(出)～21日(祝)10時～15時※都
合の良い時間にご来場ください 関新
木地区の6カ所を巡る 費50円(17歳
以下無料)

〈共通〉所・日・関新木近隣センター☎
7188-2010

こもれびまちづくり協議会

◎こもれびそば打ち教室 日4月16日
(日)、5月28日(日)、6月25日(日)9時～15
時 関全回参加できる方 関10人(初
心者優先) 費各日①500g打ちコー
ス1,800円②700g打ちコース2,000

円※初心者は① 関エプロン、三角巾、
タオル、布巾2枚、持ち帰り用容器
所・日・関3月31日(金)(必着)までに、
往復はがきに教室名、コース、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

市民伝言板

詳しい内容の確認は、当事者間で行うよう
お願いします。

近セ…近隣センター、市セ…市民センター、関
…講師、関…入会金、日…月会費、日…年会費、
関…持ち物、日…申し込み、関…問い合わせ

講演・催し

たのしもう

▼カイロプラクティック無料施術 3
月31日(金)まで※問い合わせ時に希望
日時を確認。TANAKA天王台整体院。
腰痛・肩こりなどでお悩みの方。関高
橋☎7169-4274

▼あびショップ 3月10日(金)10時～
18時、11日(出)10時～17時。イト
ヨーカドー我孫子南口店。手作り品・
雑貨・木工品など。会員も募集中。関
関☎080-5452-6190

▼歌声クラブ 3月10日(金)、4月17日
(月)13時30分～15時。我孫子北近セ並
木。楽しく歌いましょう。700円。関
稲吉☎090-4027-6903

▼春蘭展 3月11日(出)9時～16時、
12日(日)9時～15時。手賀沼フィッシ
ングセンター。無料。関我孫子東洋蘭
友の会・秋坂☎7188-2339

▼あびこ市歩こう会 3月12日(日)※小
雨実施。我孫子駅発8時15分乗車、松
戸駅下車。映画などでなじみがある江
戸川10kmウオーク。松戸駅解散。300
円。日・関鈴木☎090-1404-7463

▼ペットロス相談会 3月16日(木)・23日
(木)・30日(木)13時～(1人30分)。我孫子
南近セ。愛犬・愛猫との死別、思い出を
語る。人間関係の悩み相談可。2,000円。
日・関渡邊☎090-6197-6397

▼県立生涯大学校東葛学術園陶芸作
品展 3月17日(金)～20日(月)10時～17
時(最終日16時まで)。流山市生涯学
習センター。無料。関武部☎090-
5538-4895

▼ACFAフットサル大会 3月18日(出)
9時～。市民体育館。高校生以上の男性。
12チーム。1チーム8,000円。日我孫
子市サッカー協会(ACFA) ホームペ
ージ。関佐々木☎090-5339-7528

▼中高年のピアノ講座 3月18日(出)①
13時～14時②14時～15時。布佐南
近セ。ピアノを弾いて楽しい時間を。
初心者歓迎。各回先着3人。300円。
日・関今津☎090-2643-6245

▼我孫子寿寄席 3月19日(日)15時～
17時。我孫子市商工会館。昔昔亭桃
之助(真打ち)、三遊亭吉馬(二つ目)、
桂伸びん(前座)。2,000円。日・関み
やま☎090-3102-8070

▼60歳からのキーボード体験講座
3月22日(水)13時～14時30分。千葉県
高齢者生活協同組合(柏市)。初めて弾
く方。先着5人。500円。日・関3月
20日(月)までに同組合☎7148-7677

▼暮らしに生かすチベット医学の教え
3月21日(祝)13時～(講座90分、その
後質疑応答)。割烹旅館角松。先着30
人。2,000円。日・関オキクルミ・秋
元☎090-9371-1889

▼二代目松原操さん 昭和ルネサンス
ライブ～父母の心を歌い継ぐ～ 3月
21日(祝)14時～16時30分。湖北地区
公民館。「旅の夜風」ほか。2,000円。
関浦☎090-6032-5522

会員・仲間募集

やってみよう

▼あびこ子どもスポーツクラブ 4月～
毎週(水)①15時～②16時～。アビスタ。
4月時点で年少～年長。日2,530円。日
3月8日(水)・15日(水)15時30分～17時20
分、アビスタ。関小野寺☎7187-1617

▼グラウンド・ゴルフ (月)～(金)9時～
11時※祝日を除く。湖北中央公園・
布佐多目的広場。いつでもどこでも誰
でもできる生涯スポーツ。体験可。日
4,000円。関岩井☎7169-1756

▼シニアのための脳トレピアノ講座
月2回(月)9時～16時。天王台北近セ。
初めてでも楽しく弾ける。先着5人。
1回800円。関ソラーレ平和台・飯田
☎7189-8056

▼絵画教室(淡々会) 第2・4(水)10時～
12時。布佐平和台自治会館。水彩画・
水墨画・デッサンなどを楽しむ。初心
者歓迎、見学可。関飯名蓮月さん。日
3,500円。関住吉☎090-6009-3282

▼時事懇談会「時の話題」 毎月第4(水)
9時45分～12時。市民活動ステーショ
ン。時事問題を話し合い、脳を活性化。
性別・年齢不問。日100円。関深山☎
090-9019-6295

▼ヴィヴァ・マンドリーノ 毎週(出)13時
～16時。湖北地区公民館ほか。マンドリ
ン、ドラ、チェロ、ギター、フルート。楽
しく演奏しませんか。関無料。日3,500
円。関中野☎090-6009-9106

3月 ギャラリー&県民講座

市民プラザ

◆アトリエpolga作品展 日18日(出)
～21日(祝)10時～18時(最終日17時ま
で) 関平川☎090-8489-0419

◆第20回写心クラブ遊友写真展 日
26日(日)～29日(水)10時～16時 関山
崎☎090-5197-3917

図書館

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

◆ドールティッシュケース・お地蔵さ
んほか 日1日(水)～31日(金) ソーイ
ングカフェ

布佐分館ミニギャラリー

◆我孫子PRポスター 日1日(水)～30
日(木) 布佐中学校2年生

アビスタ1階中央通路

開館時間:9時～21時 休館日:27日(月)
◆谷津と子どもたち 日14日(水)～
28日(水)(初日12時～、最終日16時ま
で) 関今嶋☎090-6018-9458

けやきプラザ

休館日:月曜日(祝日の場合は翌平日)
第2ギャラリー

▼歴史サークルあびこ 毎月第1・3
(出)午後。市内近セ。世界各国の歴史を
学習。見学可。日6,000円。関佐野☎
7185-6575

▼シニア野球クラブ我孫子エンジョイ
ス 月1～2回(出)9時～12時。湖北中
央公園野球場ほか。軟式野球で楽しく
健康増進。45歳以上。経験不問。日
1,000円。関羽嶋☎090-2562-2131

▼SP我孫子(ギター弾き語り楽しむ会)
月1回(出)祝。我孫子南近セ。3月は
18日(出)13時～17時。演奏者300円、
見学無料。日・関松村☎090-7215
-5313

▼子ども競技かるた教室～瑠璃色 隔
週(日)10時～12時30分。栄地区集会所。
小・中学生。初心者歓迎。4回6,000円。
日・関小嶋☎080-3258-4045

▼日本宇宙少年団・手賀沼カップ分団
月1回原則(日)。高野山小ほか。宇宙の
話、工作、実験。小学2～6年生。20
人。日8,000円。日「手賀沼カップ分団」
で検索。関岩崎☎090-7402-7172

よみがえれ手賀沼

手賀沼水質情報速報値(千葉県水質保全課提供)

測定地点	測定機関	COD環境基準
手賀沼中央	千葉県	5.0(mg/L)以下
測定日		COD(mg/L)
令和4年10月12日		7.8
令和4年10月18日		7.7
令和4年11月4日		9.8
令和4年11月22日		9.4
令和4年12月2日		7.6
令和4年12月16日		6.4

COD(化学的酸素要求量)…湖沼や海
域の水の汚濁を示す指標で、数値が低い
ほど水質が良いことを示します。

☆市では、県・流域市とともに下水道の
整備や合併処理浄化槽の設置補助、排水
路の浄化施設などの運営管理などによ
り、手賀沼への負荷の軽減を目指してい
ます。

次回は6月1日号(予定)

◆ちっちのアトリエ展 日15日(水)～
19日(日)10時～17時(最終日16時ま
で) 関坂本☎080-4353-4243

◆パッチワークキルト展 日22日(水)
～25日(土)10時～17時(最終日16時ま
で) 関万字☎7132-5578

第1・2ギャラリー

◆大利根美術協会展 日5日(日)まで9
時～17時(最終日16時まで) 関新沢
☎7182-7918

アビシルベ 開館時間:9時～18時
関☎7100-0014

◆折りびな展示 日7日(水)まで
◆雅びな日本文化を楽しむ 日10日
(金)～19日(日)(最終日15時まで)

けやきプラザ県民講座・講習(申込制)

◆眠り上手になるために 日15日(水)
13時30分～15時30分 所7階研修
室 関清水美砂子さん(安眠インス
トラクター) 関50人 費無料 日・関
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



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「@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」(左記QR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。

新型コロナウイルス感染症関連情報

※2月20日時点の情報です。

ワクチン接種を行う期間は3月31日(金)までの予定です。その後の接種については国が検討中です。

オミクロン株対応ワクチンは1人1回のみ接種可能です。

回数に限らず、オミクロン株対応ワクチン(BA.1型・BA.4-5型)を接種した方には、それ以降の接種券は発送しません。

オミクロン株対応ワクチン接種

対象 2回目接種が完了済みの12歳以上で、オミクロン株対応ワクチンを未接種の方

接種回数 **1人1回**

使用するワクチン ファイザー社製・モデルナ社製オミクロン株対応ワクチン

※予約枠を更新する場合は、我孫子市LINE公式アカウント・メール配信サービスなどでお知らせします。

※一時的に混雑し、予約できない場合があります。

※最新情報は市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。



5歳～11歳の3回目接種券発送スケジュール

使用するワクチン ファイザー社製従来型小児用ワクチン※オミクロン株対応ワクチンは不可

2回目接種時期	接種券発送日	予約開始日
令和4年9月まで	発送済み	接種券が届き次第、予約可
令和4年10月中	2月28日(火)	

※接種券の発送から到着まで2～3日かかります(土・日曜日、祝日を除く)。

12歳以上の3～5回目接種券発送スケジュール

未使用の接種券をお持ちの方はそのまま使用できます。

◎3回目接種対象者(2回目接種から**3カ月以上**経過した方)

2回目接種時期	接種券発送日	予約開始日
令和4年11月まで	発送済み	受付中
令和4年12月中	2月21日(火)	2月27日(月)

◎4回目接種対象者(3回目接種から**3カ月以上**経過した方)

3回目接種時期	接種券発送日	予約開始日
令和4年12月まで	発送済み	受付中

◎5回目接種対象者(4回目接種から**3カ月以上**経過した方)

4回目接種時期	接種券発送日	予約開始日
令和4年12月まで	発送済み	受付中

※接種券の発送から到着まで2～3日かかります(土・日曜日、祝日を除く)。

接種証明書(ワクチンパスポート)

国内用は、3～5回目接種の案内に同封している予防接種済証が正式な接種証明書です。大切に保管してください。

海外用は申請が必要です。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。



乳幼児(6カ月～4歳)のワクチン接種

対象者には、接種券を発送済みです。予約方法など、詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。

接種回数 3回

接種間隔 2回目接種…1回目接種から3週間以上、3回目接種…2回目接種から8週間以上



自宅療養者への生活支援物資の配送を終了

市では、自宅で療養し食料の確保ができない方に食料を配送してきましたが、療養中の外出自粛の緩和などを踏まえ、2月28日(火)受付分をもって終了します。なお、県の配食サービスも1月末に終了しています。

自宅療養や災害に備え、食料品や日用品の備蓄をお願いします。

問い合わせ先

○オミクロン株対応ワクチン接種、乳幼児のワクチン接種、接種券発送スケジュール…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、生活支援物資の配送終了…健康づくり支援課 ☎7185-1126

国が示した3月13日(月)以降の「マスク着用の考え方の見直し等について」を踏まえた市の対応方針は決まり次第、市ホームページと広報あびこでお知らせします。

市役所窓口でキャッシュレス決済を開始

各種証明書の手数料などの支払いに、カード決済・電子マネー・コード決済などを利用できるようになりました。

※コード決済は、各事業者が審査をしているため、審査後に順次利用を開始します。

※窓口で電子マネーの入金はできません。

利用可能窓口 市民課(市役所本庁舎1階)、我孫子・天王台・湖北台・新木行政サービスセンター、課税課(市役所本庁舎1階)、鳥の博物館

対象 各種証明書(住民票の写し・税証明など)の手数料、鳥の博物館の入館料・ミュージアムショップなど

☎ 企画政策課・内線273



利用可能なキャッシュレス決済

カード決済	電子マネー
コード決済	<p>交通系電子マネー</p>