

あひこ

市議会定例会 2月21日(休)開会	2面
パブリックコメント	2面
Enjoy手賀沼! 出展者・ステージ出演者 募集	3面
すこやかちゃん 募集	4面
段ボールで作る恐竜チェア	4面
就学援助、特別支援教育就学奨励費 対象を拡大	4面
带状疱疹予防接種費用 助成	5面
運転免許証自主返納者 公共交通機関優遇制度	6面

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

めるへん文庫

市内に居住していた児童文学作家の故・古登正子さんが、太平洋戦争後の焼け野原で見つけた古本に「文学賞」の文字を見つけ「いつか童話賞を作ろう」と抱いた夢を実現し、平成14(2002)年度にめるへん文庫を創設しました。子どもたちが創作活動に親しみ、豊かな感性を育むことで、成長に役立つ場となっています。

毎年6月～9月に全国の小・中学生、高校生から夢いっぱいオリジナル作品を募集しています。令和5年度は99編の応募の中から、最優秀賞「古登正子賞」の他、18編の受賞作品を選出しました。

☎ 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1601

古登正子賞『わたしたちのいえ』

石井ひかりさん(小学5年、我孫子市)

海が見えるまちに両親と住む小学3年生の双子、香と音色。新しく引っ越した家は、形が変わる不思議で奇妙な家だった。自分たちの感情が伝わっているかもしれない…と思った2人は、うれしい、悲しいなどで家がどう変わるか、さまざまな感情で実験した。そして気付いたのは、自分の気持ちと向き合っ

て生活することの大切さだった。
(あらすじ紹介 図書館長 穂村喜代子)

審査員のコメント

- 不思議な家を少しずつ受け入れる心の成長が、双子の妹の視点で書かれた臨場感あふれる物語です。
- 「感情で形が変わる床」という発想が見事です。自分がいらした時にどう対処するか、ヒントを与えてくれる物語です。
- 「穏やかに生きよう」という気持ちにさせてくれるすてきな作品です。
- 登場人物の心理描写、木や潮風の匂い・海の音の情景描写などの見事なハーモニーに、作者のこれからの可能性を感じます。

小学生の部

	作品名	作者(学年、市区町村)
1席		該当なし
2席	ゆめみるジンベエザメ	西原由翔さん(3年、我孫子市)
3席	天ぷらと猫のはちやめちや物語	生塩成海さん(5年、埼玉県所沢市)
	ナイス!!	杉本鈴奈さん(4年、長生郡長柄町)

中学生の部

	作品名	作者(学年、市区町村)
1席	雪山の兎	高成田渚さん(2年、東京都港区)
2席	We believe in future.	山崎奏さん(1年、我孫子市)
3席	人魚	文字優実さん(2年、神奈川県横浜市)
	私、すごいので	末廣優夏さん(3年、東京都荒川区)
	この夏の思い出は空に透ける	時田あかりさん(1年、我孫子市)
	君と僕	佐々木由宇さん(3年、東京都調布市)
	友達依存症	加藤晴乃さん(2年、愛知県春日井市)
	クロノア洋菓子店	大西一綺さん(2年、神奈川県横浜市)

高校生の部

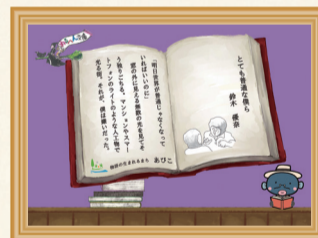
	作品名	作者(学年、市区町村)
1席	とても普通の僕ら	鈴木優奈さん(3年、松戸市)
2席	桜咲く未来	関根楓華さん(1年、鎌ヶ谷市)
3席	カンニング	藤原聖さん(1年、大阪府箕面市)
	黒猫と少女	高島唯さん(3年、兵庫県宝塚市)
	音楽	上野香月さん(1年、東京都大田区)
	三つ目の芽	荒川智哉さん(3年、愛知県弥富市)
	わたしがおぼえてたのに	嶋田愛弓さん(3年、船橋市)

見る

受賞作品展

受賞作品を、黒澤颯子さん(元編集者・イラストレーター)が描いた、受賞作品集の表紙絵・挿絵と共に展示します。

☎ 2月25日(日)まで9時～21時(最終日15時まで)
㊚ アビスタ1階中央通路



聴く

朗読動画

古登正子賞、各部門1席の作品を市公式YouTubeで配信します。

配信開始日 2月25日(日)



▲市公式YouTube

読む

受賞作品集

第7～20集を販売しています。※令和5年度分を収録した第21集は2月下旬販売開始
販売場所 教育委員会文化・スポーツ課(水道局4階)、行政情報資料室(市役所本庁舎1階)
㊚ 500円



書く

ワークショップ「めるへん学校」

6月に、児童文学作家を講師に迎え、物語を作る楽しさを体験する「めるへん学校」を開催します。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP

市議会定例会 2月21日(水)開会

日程
 2月21日(水)13時～ 本会議(施政方針演説、議案説明など)
 2月28日(水)～3月1日(金)10時～ 本会議(一般質問)
 ※詳しい日程は広報あびこ3月1日号でお知らせします。
 ※日程・議案などの資料は、行政情報資料室(市役所本庁舎1階)、市議会ホームページで公開します。
 ㊟ 議会事務局・内線242



商業観光まちづくり委員会委員 募集

任期 3月下旬～令和10年3月31日
 ※年1回程度開催
内容 商業観光に関する提言、観光資産に関する協議など
対象 市内在住・在学・在勤で、任期満了時に75歳以下の方
 ※他の審議会委員との兼任不可
定員 2人
報酬 1回3,500円※4月以降4,500円
書類
申込・問い合わせ 3月1日(金)(必着)までに、ちば電子申請サービスまたは任意様式に住所、氏名、生年月日、性別、職業、所属、電話番号、Eメールアドレスを明記し、レポート「我孫子市における商業観光振興について」(800～1,200字)を添えて郵送・持参。〒270-1192市役所商業観光課(分館2階、住所省略可)・内線506



第13回オープントーナメント全世界空手道選手権大会 鵜沢菜南さんが準優勝

令和5年11月に開催された「第13回オープントーナメント全世界空手道選手権大会」で、鵜沢菜南さん(我孫子第一小学校卒業)が準優勝しました。2月に鵜沢さんは星野市長を訪れ「海外の選手にも太刀打ちできるように練習した成果を発揮できた大会だった」と話し、星野市長は「これからも空手で精神を鍛え、活躍してほしい」とエールを送りました。
 ㊟ 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604



会計年度任用職員 募集

学童保育室・あびっ子クラブスタッフ(サブリーダー)
任期 4月1日～令和7年3月31日※再任あり
勤務時間 13時～19時、1日保育…7時45分～19時(シフト制)
勤務場所 並木・高野山・湖北台西・湖北台東・湖北小学校のいずれか
内容 放課後や長期休業日の児童保育・生活支援など
対象 資格など条件あり
採用予定数 3・4人
報酬 時給1,240円 **書類** 書類、面接
申込・問い合わせ 2月29日(木)(消印有効)までに登録申込書(市ホームページ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447



用務員

任期 4月1日～令和7年3月31日※再任あり
勤務日時 授業日8時～14時30分(週5日、1日5時間45分)※応相談
勤務場所 市内小学校
内容 学校内外の美化・整備、来客対応、給食の配膳、花壇の手入れなど
報酬 時給1,026円 **書類** 書類、面接
申込・問い合わせ 3月29日(金)(必着)までに登録申込書(市ホームページからダウンロード可)を郵送・持参。〒270-1166我孫子1684教育委員会学校教育課(水道局4階) ☎04-7185-1268



パブリックコメント

第三次国際化推進基本方針の一部改訂(案)

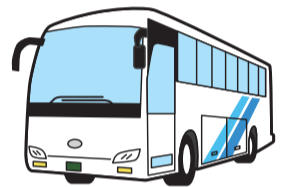
公表期間 3月16日(出)まで
閲覧場所 企画政策課、行政情報資料室(市役所本庁舎1階)、各行政サービスセンター、アビスタ、湖北地区公民館、市民プラザ、各図書館分館(布佐分館は3月1日(金)～)、各近隣センター、市ホームページ
内容 現状に合わせて改訂するため、意見を募集するもの
意見の提出方法 公表期間中に、意見書(各閲覧場所、市ホームページに用意)を①企画政策課へ郵送・ファクス・持参②閲覧場所の窓口へ提出または備え付けの意見書投函箱に投函 ※ちば電子申請サービスからも可
提出先・問い合わせ 〒270-1192市役所企画政策課(本庁舎2階、住所省略可)・内線211 ☎04-7185-1426

税の申告はお早めに

令和5年分の確定申告の受け付けは、3月15日(金)までです。市・県民税の申告が必要と思われる方へ、1月に申告書を発送したので、3月15日(金)までに提出してください。
 ㊟ 確定申告…粕税務署 ☎04-7146-2321、市・県民税…課税課・内線401

福祉バス(おおばん号)利用規定 改正

予約開始日や提出書類の様式などを変更しました。詳しくは市ホームページをご覧ください。
 ㊟ 社会福祉課・内線377



我孫子警察署 X(旧Twitter)公式アカウント開設

公式アカウント(@AbikoPolice)で、安全・安心に役立つ情報などを配信します。事件・事故・相談などは、電話でご連絡ください(緊急時は110番通報)。
 ㊟ 我孫子警察署 ☎04-7182-0110



スポーツ振興くじ助成金の活用

市は、(独)日本スポーツ振興センター(JSC)の「スポーツ振興くじ助成金」を活用しています。令和5年度は「2023手賀沼チームラン・キッズランうなぎちカップ」「第36回新春マラソン」で活用しました。
 ㊟ 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604



宝くじ助成金の活用

市は、(-助)自治総合センターが社会貢献として、宝くじの収益金を地域に還元する「宝くじ助成金(コミュニティ助成事業助成金)」を活用しています。



布佐上町自治会の備品を整備

地域活性化の活動に使用する太鼓や発電機などを整備しました。
 ㊟ 市民協働推進課・内線488



恵愛こども園に鼓笛隊セットを整備

整備した「鼓笛隊セット」を使い、恵愛こども園幼年消防クラブの子どもたちが、1月の消防出初式で火災予防啓発の演舞を披露しました。幼年消防クラブに興味がある幼稚園・保育園などは、お問い合わせください。
 ㊟ 消防本部予防課 ☎04-7181-7702



【各項目は次のように省略しています】

㊟…日時 ㊞…場所 ㊟…内容 ㊞…講師 ㊞…出演者 ㊟…対象 ㊞…定員 ㊞…報酬・報償
 ㊞…選考方法 ㊞…費用 ㊞…入場券販売所 ㊞…持ち物 ㊞…申し込み・申請 ㊞…問い合わせ HP…ホームページ

人も猫も暮らしやすいまちへ

猫は、動物愛護法でむやみに捕獲・処分しないよう定められています。飼い主のいない猫による問題を解決するために数を減らすことは大切ですが、人と猫が共生するためにどうすればよいかを考えてみましょう。

☎ 手賀沼課 ☎04-7185-1484



飼い主のいない猫による問題

善意の餌やりで、不妊去勢手術をしていない猫が集まると子猫が生まれ、数が増える

ふん尿などの生活環境被害で、住民同士のトラブルに発展

無理な追い払いや餌やりの禁止が、虐待やごみをあさる問題に発展

地域猫活動

地域で適正に管理することで、飼い主のいない猫による問題を解決し、数を減らしていく活動です。

主な取り組み

- 不妊去勢手術を行う(目印に耳をV字にカットする場合もある)
- 決まった時間に餌やりをし、後片付けをする
- トイレを設置してふん尿を始末する

市のサポート 1

不妊去勢手術補助金

地域猫活動に取り組む団体が手術を行う場合、費用の一部を補助します。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP

市のサポート 2

地域猫対策ガイドライン

飼い主のいない猫の問題を解決し、人と猫が共生できる地域をつくるための指針を定めています。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP

猫にお困りの方

猫の嫌いな臭いがするかんきつ類やハーブを置くことなどが効果的です。猫によっては、時間がかかる場合や効果が得られない場合があります。水を入れたペットボトルはほとんど効果がなく、火災の発生原因となる恐れがあります。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲猫よけの方法

犬の登録・狂犬病予防注射の事務なども手賀沼課へ

狂犬病予防注射(集合注射)について、詳しくは広報あびこ3月1日号でお知らせします。



Enjoy手賀沼! 2024

出展者・ステージ出演者 募集

日にち 5月12日(日) 所 手賀沼親水広場
申・問 3月10日(日)までに申込書(実行委員会ホームページからダウンロード可)をファクス・Eメール。中井☎090-3234-7408☎04-7183-3801✉enjoy@tegado.com



▲実行委員会HP

少子高齢化社会を乗り切るために

人材確保対策セミナー

日 2月27日(火)13時30分~15時30分
所 アートスポットまつど
内 人材確保策の提案、就労支援実務者などのパネルディスカッション
宛 東葛地域の事業所の方 費 無料
申・問 ハローワーク松戸☎047-367-8609(部門コード41#)

第7回 脱炭素化へ向けて一人一人ができること

日常生活の中で取り組む「ゼロカーボンアクション」

市は、2050年までに二酸化炭素(CO₂)排出量実質ゼロを目指す「ゼロカーボンシティ宣言」を表明しています。CO₂の排出削減にご協力ください。



▲環境省HP

環境省では、脱炭素につながる行動(アクション)と暮らしのメリットを「ゼロカーボンアクション」として発信しています。詳しくは環境省ホームページをご覧ください。

◎節電、節水を心掛けましょう

家庭で消費する電力の約5%は待機電力です。こまめにスイッチをオフにするなど、節電を心掛けましょう。また、上下水道の浄水・供給・下水処理などによるエネルギー消費でもCO₂が排出されるため、節水を心掛けましょう。

アクション	暮らしのメリット
●こまめにスイッチオフ・コンセントを抜く	●漏電火災などの防止
●必要以上に水を使わない	●光熱水費の節約

☎ 手賀沼課 ☎04-7185-1484

すこやかちゃん



しゅんどう りくと
春藤 陸斗ちゃん
(1歳3カ月)

いつもかわいい陸斗♡生まれてきてくれてありがとう。これからますますと育ててね!



ゆみの
侑未乃ちゃん
(1歳2カ月)

お歌にダンスが、大好きなゆみちゃん♡たくさん遊んで☆すくすく元気に育ててね♡

令和5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7年3月16日号※生年月日順に掲載

宛 市内在住で令和5年1月1日～12月31日に生まれた子ども※掲載号の発行日に市外へ転出している場合は掲載不可

定 48人(抽選)

申 3月5日(火)までに、①二次元コードからLINE友だち登録の上、「基本メニュー」→「各種申し込み・施設予約」から申請②E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、子どもの氏名・生年月日・性別を明記。秘書広報課広報室✉photo@city.abiko.chiba.jp

☎ 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

カジュアルフレンチ×地産地消

シェフから学ぶ料理教室

日 3月14日(休)10時～13時

所 湖北地区公民館

内 我孫子産の野菜を使ったカジュアルフレンチ

師 永田辰三さん(ブラスリー・ル・ポワローシェフ)

定 先着20人 費 700円

持 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具

申・問 3月4日(月)12時までに、電話・ファクス・Eメールで代表者の氏名・電話番号、参加人数を明示。あびこ型「地産地消」推進協議会 ☎04-7128-7770(月・火・木曜日9時～17時※祝日を除く) ☎04-7128-7771 ✉abikochisanichisyokyo@sky.plala.or.jp



▲永田辰三さん

郷土芸能体験会

日 3月17日(日)①10時～11時 ②13時～14時

内 太鼓・鐘・ひょっとこ踊りの体験、獅子舞の披露

師 あびこふるさと会

対 5歳～中学生

定 各回先着45人

申 2月17日(土)～3月7日(休)にちば電子申請サービス(上…①、下…②)

☎ 学芸員による旧井上家住宅見学会 同時開催(申込不要)

日 3月17日(日)①11時～11時30分 ②14時～14時30分

〈共通〉

所 旧井上家住宅 費 無料

問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1601

クリーン手賀沼推進協議会

手賀沼親子釣り大会

日 3月9日(土)9時～12時※雨天中止

所 小川つり堀園(水の館東側)

対 市内在住の小学生と保護者※道具持参不可

定 先着10組 費 1組500円

申・問 2月19日(月)～3月6日(休)に手賀沼課 ☎04-7185-1484



段ボールで作る恐竜チェア

日 3月9日(土)9時30分～12時30分

所 アビスタ

内 トリケラトプス型の椅子を作る

師 ちばテク我孫子校(我孫子高等技術専門学校)教員

対 小学生と保護者※未就学児同伴不可

定 6組(抽選) 費 無料

申 2月25日(日)までにちば電子申請サービス

問 我孫子地区公民館 ☎04-7182-0622



▲ちば電子申請サービス

アビスタ保育サービス

日 毎週水曜日9時～11時45分※祝日を除く

所 アビスタ託児室

対 子どもが2歳～未就学児で、保護者がアビスタ内の施設を利用する方

保育時間 ○図書館本館利用者…約30分 ○公民館利用者…利用時間終了まで

定 先着4人(申込不要) 費 無料

◎保育市民スタッフ募集 詳しくはお問い合わせください。

問 教育委員会生涯学習課 ☎04-7182-0511

就学援助、特別支援教育就学奨励費 対象を拡大

援助を受けるには申請が必要です。令和5年度分は3月29日(金)までにご相談ください。支給額や申請方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

▲市HP

◎就学援助

対 ○子どもが小学6年生または中学3年生で、保護者が生活保護受給中の方 ○子どもが市内小・中学校在籍者または国公立小・中学校在籍者で、保護者が次のいずれかに該当する方…①所得が生活保護基準の1.5倍未満 ②市・県民税が非課税 ③児童扶養手当を受給している ④同年度中に生活保護が停止・廃止になった ⑤援助が必要な状況にあると教育委員会が判断した

◎特別支援教育就学奨励費

対 市内小・中学校の特別支援学級在籍者、通常学級在籍で学校教育法施行令第22条の3に該当すると教育委員会が判断した方

問 教育委員会学校教育課 ☎04-7185-1268

子育てQ&A 食べむら

第179回

Q 2歳の子どもが、食べる時と食べない時でむらがあります。食べない時でも無理に食べさせた方がいいですか？

A 食べない時が続いていない場合は、無理に食べさせず様子を見ましょう。大人でも食欲にむらがあるように、子どもも気分・体調で食べられない時があります。また、食事の時間でも、空腹でなければ遊びを優先し、食べない場合もあります。食事の時間に空腹になる生活リズムをつくるのが大切です。食事前におやつを食べさせたり、甘い飲み物を飲ませないように気を付けましょう。

母子健康手帳の「幼児身体発育曲線」を確認し、子どもの身長・体重の伸び具合が曲線に沿っている場合は様子を見ましょう。食べない時が続き、身長・体重が伸び悩んでいるなど、心配事がある場合はご相談ください。

問 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

2月17日～23日は「アレルギー週間」

気管支ぜんそく・アトピー性皮膚炎・花粉症・食物アレルギーなどのアレルギー疾患がある方は年々増加し、国民の約2人に1人はアレルギー疾患があるといわれています。発症・重症化予防のため、適切な医療受診やアレルゲンを避ける環境を整えるなど、正しい知識を持ちましょう。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126



▲市HP

母子健康手帳を確認しましょう

予防接種を忘れずに

対象の方は無料で接種できます。予診票が手元にない場合はご連絡ください。

◎麻しん風しん混合(MR)2期

日にち 3月31日(日)まで

☎ 平成29年4月2日～30年4月1日生まれの方

◎ジフテリア百日せき破傷風ポリオ混合(DPT-IPV)、日本脳炎1期

☎ 7歳6カ月未満の方

◎ジフテリア破傷風混合(DT)2期

乳幼児期に接種したジフテリア百日せき破傷風混合(DPT)の追加接種を行い、免疫を確保します。

☎ 11歳・12歳の方※小学6年生時に個別通知

☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126



3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☎	月～金曜日9時～17時(祝日を除く)	☎047-361-2138
精神保健福祉相談☎	7日(木)、18日(月)14時～16時	
酒害相談☎	21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) ※検査可能な項目…HIV、梅毒、クラミジア、淋菌、B型・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☎	月～金曜日9時～17時(祝日を除く) 原則金曜日9時～17時	☎047-361-6651

◎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

帯状疱疹^{ほうしん}予防接種費用 助成

帯状疱疹は50歳代から発症率が増加し、皮膚の痛み・発疹などが治った後も、神経痛が長期間続く場合があります。

製品名(種類)	助成額	助成回数
シングリックス(乾燥組換え帯状疱疹ワクチン<不活化ワクチン>)	1回当たり上限5,000円 ※生活保護世帯などの方は1万円	1人2回
ビケン(乾燥弱毒生水痘 ^{すいとう} ワクチン<生ワクチン>)	1回当たり上限2,000円 ※生活保護世帯などの方は4,000円	1人1回

※助成はどちらかの費用のみです。

☎ 接種日に市に住民登録がある50歳以上で、過去に助成を受けていない方

※契約医療機関で接種する場合は、助成額を差し引いた費用がかかります(医療機関により異なります)。

※契約医療機関以外での接種や令和4年4月以降に自費で接種した場合は、申請が必要です(令和6年4月以降も可)。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126



▲市HP

骨髄・末梢血幹細胞提供者(ドナー)助成金

白血病など、血液疾患の患者は毎年約1万人増えています。ドナーを探している人のうち、移植を受けられるのは約6割です。ドナー登録者を増やし、全ての患者が移植を受けられるようにするため、助成金を交付しています。

☎ 次の全てに該当する方…①提供日に市の住民基本台帳に登録がある ②(公財)日本骨髄バンクの事業で提供した証明書がある ③市民税・固定資産税・都市計画税を滞納していない ④他の地方公共団体から同様の助成金・補助金などの交付を受けていない

助成額 提供のための通院・入院1日当たり2万円(上限7日間)

☎・☎ 社会福祉課・内線649

のぞいてみよう! からだ割合

からだの「見える化」測定会

測定結果を基に、(株)千葉薬品のスタッフがアドバイスします。

☎ 3月6日(木)10時～14時(受付13時30分まで)

☎ 市民プラザ

☎ 体重測定、体組成測定(全身・部位別の体脂肪量・筋肉量、内臓脂肪レベル、体年齢)※希望者は血糖・血中脂質検査可

☎ 無料(血糖・血中脂質検査は各820円)※申込不要

☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

広告

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

☎・☎ 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

☎・☎ 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

☎・☎ 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

【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 3万8,000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 ☎04-7185-1269

※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。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP

バス割引証・タクシー利用券を発行

運転免許証自主返納者 公共交通機関優遇制度

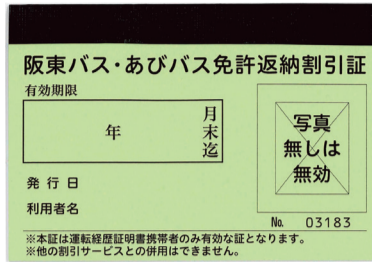
市内在住の70歳以上で運転経歴証明書をお持ちの方

阪東バス・あびバス免許返納割引証(運賃半額で4年間有効。アイバスでも使用可)、タクシー利用券(4,000円分)を交付 ※障害者割引などと併用不可

発行回数 1回※追加発行・更新不可

運転経歴証明書(発行時期不問)、顔写真(縦3cm×横2.4cm)を交通政策課に持参 ※代理人が申請する場合、代理人も本人確認書類を持参

交通政策課(市役所東別館2階)・内線533、運転経歴証明書の発行…我孫子警察署 ☎04-7182-0110



不足しやすいタンパク質を取ろう

高齢期は、フレイル予防のため、粗食ではなくしっかり栄養を取りましょう。高齢になるとタンパク質から筋肉を作る能力が低下し、筋肉を維持するために必要なタンパク質が増えます。1食で25〜30g取りましょう(年齢・性別・活動量で異なります)。

主な食品のタンパク質は、ごはん1杯で5g、薄切り肉3枚で13g、魚1切れで16g、卵1個で7g、豆腐3分の1丁で7gです。手作りが難しい場合は、缶詰・冷凍食品・総菜も使い、1食に肉・魚・卵・大豆製品のいずれかを取り入れましょう。ハム・かにかまぼこなどの加工品を加えると、手軽にタンパク質を増やせます。間食は、魚肉ソーセージ・ヨーグルト・カステラなど高タンパク質のものがおすすめです。栄養成分表示を見て、含まれる量を確認しましょう。

高齢者の栄養・食事など、気軽にご相談ください。

高齢者支援課 ☎04-7185-1112

高齢社会への対応を探る会

「99歳 母と暮らせば」上映&監督トーク

3月1日(金)14時〜16時10分(開場13時30分)

映画監督の谷光章さんが、99歳で認知症の母の症状に苦闘しながら、1年間の介護生活を自ら記録したドキュメンタリー作品です。

上映後は、監督が映画に込めた思いや母との生活で学んだことなどをお話いただきます。

先着200人(申込不要) 無料

佐竹 ☎04-7139-6219

けやきプラザ



▲映画「99歳 母と暮らせば」より

知ろう! 認知症〜65歳以上の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」

※メタバース体験…専用ゴーグルを使い、仮想空間で、認知症の方が感じているであろう「形や大きさを正しく認識できない」「聞こえないはずの音が聞こえる」などを体験できます。

※VR(Virtual Reality<仮想現実>)体験…専用ゴーグルを使い、360度見られる動画で認知症の良いケアと通常のケアを体験できます。

②石川翔吾さん(静岡大学情報学部講師)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、VR…150人②③500人

無料

申し込みフォームまたは窓口・電話・ファクスで、イベント名、住所、氏名、年代、電話番号を明示(①は申し込みフォームのみ)。けやきプラザ ☎04-7165-2886 ☎04-7165-2882



▲石川翔吾さん



▲齋藤正彦さん



▲申し込みフォーム(左…①、右…②③)

健康と福祉のつどい

3月3日(日)①10時〜12時(開場9時15分)②③④⑤12時30分〜15時(④⑤整理券配布9時15分〜)

市民プラザ

①講演「転ばぬ先の杖(知恵)〜のぼそう健康寿命〜」、健康体操②我孫子特別支援学校のダンス、マジックショー、二階堂高校吹奏楽部の演奏など③健康介護相談④頭の元気度測定⑤血管年齢・骨健康度・握力測定

関俊昭さん(平和台病院リハビリテーション科センター長)

先着①100人②③なし④20人⑤各70人(申込不要)

無料

我孫子北地区社会福祉協議会 ☎04-7165-3434

※詳しくは我孫子市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。



▲関俊昭さん



▲協議会HP

広告

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

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…入会費 月…月会費 年…年会費

★ イベント

市民活動ステーション主催事業

◎あびこDE服循環プロジェクト 2月28日(火)、3月3日(日)①10時～15時 ②あびこショッピングプラザ1階あびこキッチン ③子ども服の寄付を募集 ※100～150cmサイズの春～秋服で洗濯済みのもの。1人10枚まで(下着・靴下・靴・水着不可)※申込不要
◎豊かな自分づくりのための「シニアほっとカフェ」 3月1日(金)10時～12時 市民活動ステーション 心を癒やす絵本の紹介 鈴木美智子さん(大人のための絵本カフェ主宰)、宮脇怜子さん(地域コーディネーター) 定先着10人 費無料
(共通)申・岡市民活動ステーション ☎04-7165-4370

我孫子市歌謡連合会発表会

3月2日(土)11時～16時(開場10時30分) けやきプラザ 最近の話題曲、懐かしい歌謡曲 定先着300人(申込不要) 費無料 岡阿部 ☎090-8081-7827

金子亮平バリトンソロコンサート

3月3日(日)14時～16時(開場13時30分) けやきプラザ ①オペラアリア ②当日券のみ2,500円(18歳以下1,000円) 岡金子 ☎04-7111-0957

歌とピアノ Spring Concert

3月16日(土)①16時30分～17時30分 ②18時45分～19時45分 ③パレット 柏 ④アヴェ・マリアほか ⑤海老原衣莉さん(ピアノ)、飯田美恵子さん(ソプラノ) 定各回先着30人 費500円 申・岡3月15日(金)までに、電話・Eメールで氏名、電話番号、希望時間、チケット枚数を明示。飯田 ☎04-7189-8056 kinari3106@gmail.com

家庭婦人バレーボール市民大会

4月13日(土)9時～ 市民体育館 ①9人制※男性はコートに2人まで可 ②独身者…男性30歳以上、女性35歳以上 ※既婚者は制限なし 費1チーム2,000円 申・岡3月21日(木)までに、Eメールに代表者の住所・氏名・電話番号、チーム名を明記。佐々木 ☎090-6016-2212 volley-sasaki12@sc.dcn.ne.jp

📌 お知らせ

定例教育委員会

2月20日(火)14時～※議案内容により変更の場合あり 水道局4階会議室 岡教育委員会総務課 ☎04-7185-1110

📍 まち協情報

こもれびまちづくり協議会

◎森のちびっ子きょうしつ 3月9日(土)10時～11時30分 春の自然を探

すビンゴゲーム 2歳～4歳の子ども(きょうだい可)と保護者 定先着15組 費保護者無料、子ども100円 申3月1日(金)(必着)までに、はがき・Eメールにイベント名、住所、参加者全員の氏名、子どもの年齢、電話番号を明記
◎こもれびそば打ち教室 4月7日・21日、5月12日・26日、6月9日・23日の日9時～15時(全6回) ①全回参加できる方 ②10人※初心者優先 ③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 ④マスク、エプロン、三角巾、タオル、布巾2枚、持ち帰り用容器 申3月15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

(共通)申・岡〒270-1144東我孫子1の41の33近隣センターこもれび ☎04-7165-2011 komorebi.morichibi16@gmail.com

湖北台地区まちづくり協議会

◎スプリングコンサート 3月2日(土)13時30分～15時(開場13時) ①歌声コンサート②ブルーグラス③歌物語 ④①鳥谷部由美子さん②ホットポットブルーグラスバンド③潮見佳世乃さん(シンガーソングライター) ⑤市内在住の方 ⑥先着150人(申込不要) ⑦費無料 申・岡湖北台近隣センター ☎04-7187-1122

布佐南地区まちづくり協議会

◎映画観賞会「アナと雪の女王2」(吹き替え版) 3月10日(日)13時30分～15時30分(開場13時) ①費無料(申込不要) 申・岡布佐南近隣センター ☎04-7189-3740

市民伝言板

詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。

講演・催し

▼寿寄席 2月18日(日)15時～17時。我孫子市商工会館。雷門小助六(真打ち)、鏡味正二郎(曲芸)、三遊亭ば馬(前座)。先着50人。2,000円。申・岡みやま ☎090-3102-8070

▼放談くらぶ「稲村雑談 我孫子の文化を守る会へ」 2月24日(土)14時～16時。市民プラザ。稲村隆さん(白樺文学館学芸員)。先着40人。300円(会員無料)。申・岡2月23日(金)までに我孫子の文化を守る会 ☎04-7185-0675

▼チャペルコンサート Modern Jazz Concert 2月25日(日)14時～16時(開場13時30分)。能登半島地震のチャリティーコンサート。先着50人(申込不

要)。無料。場所・岡天王台教会 ☎04-7184-4253

▼県立生涯大学校卒業記念陶芸作品展 3月8日(金)～11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。岡堀川 ☎090-6008-5866

▼アンサンブル・ルミエール公演「心の歌をあなたに」 3月10日(日)14時～15時30分(開場13時30分)。けやきプラザ。予約満席。当日券あり。先着8人(申込不要)。無料。岡増田 ☎090-7523-5003

▼体験登山 金時山 4月20日(土)。5時45分我孫子駅改札前集合。約3時間歩ける方。交通費約6,000円。申・岡3月17日(日)までに我孫子登山倶楽部・徳永 ☎080-2385-4510または団体ホームページ

会員・仲間募集

▼人生いきいき健康麻雀教室 初級…毎週(火)金午前、中級…毎週(木)午前、上

級…毎週(火)午後。湖北駅南口徒歩1分。全自動卓。各5人。12回6,000円。詳細は「湖北 麻雀教室」で検索。岡石川 ☎080-1016-6466(17時～)

▼2012碁 毎週(火)9時～12時。高野山自治会館。最近のAI手法の講義と対局。中～上級者。申1,500円。岡富田 ☎090-7319-4560

▼21年クラブ碁 毎週(火)9時～12時。アビスタなど。講義と実戦対局で楽しく腕を磨く。会員棋力8級～二段。申1,300円。岡高瀬 ☎04-7182-6617

▼日本宇宙少年団・手賀沼カップ分団 月1回(日)午後。高野山小ほか。宇宙の話、工作、実験。小学2～6年生。先着10人。申8,000円。申「手賀沼カップ分団」で検索。岡岩崎 ☎090-7402-7172

▼湖北山の会(山と温泉を楽しむ会) 月1回日帰り登山。年1回宿泊あり。我孫子駅から貸し切りバス。1回約6,500円。申2,000円。詳細は団体ホームページ参照。岡郡司 ☎090-2644-2855

納付のお知らせ

項目	納期限 (口座振替日)
上下水道料金	2月27日(火)
固定資産税・都市計画税第4期 介護保険料第9期 国民健康保険税第9期 後期高齢者医療保険料第8期 下水道受益者負担金第4期	2月29日(木)

市の人口

	2月1日時点	前年同月比
人口	131,183人	+291人
うち外国人	2,903人	+641人
男	64,197人	+48人
女	66,986人	+243人
世帯	62,193世帯	+946世帯

文芸だより

俳句

臨書する妻の横顔淑気満つ

【評】手本を見て書を書く妻の横顔には新年のめでたい気配が満ちていると作者は感得しているのである。

相川 健

我れ切りし冬至南瓜の硬きこと
菊焚きて残んの香り惜しみけり
厳寒の故郷へ祈りの義援金

中村 久一
尾張 幹
河崎和可子

短歌

友の耳に揺るる緑のイヤリング明るき明日を信じてみやうか

【評】緑に揺れる友のイヤリングが、作者に明るい明日を信じてみようと思わせた。能登の大地震や飛行機事故など、大変な年明けゆえに心にしみる一首である。

柴田 文子

かりそめの春を厨に招くこと徐々に予熱を上げるオーブン(新かな)
そこだけがほんのり明るく春めきぬ駅の通路の啓翁桜
咲き盛る赤きサザンカ刈り込まれ紅落ちて嵩をましゆく(新かな)

小屋野優子
内山 仁代
神田 政江

豊島 秀範選 (投稿数17首)

佐藤 麻績選 (投稿数20首)

投稿方法 毎月20日(必着)までに、①LINE投稿②はがきに作品(1人1作)、住所、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)※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。

文芸だよりはLINE投稿も可能です

二次元コードからLINE友だち登録の上、「基本メニュー」→「各種申し込み・施設予約」から投稿できます。



▲LINE登録



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。

6年ぶり 2回目 中央学院高校野球部 春の甲子園出場!

中央学院高校野球部は、令和5年9月に開催された第76回秋季千葉県高校野球大会で、夏の県大会を制した専修大学松戸高校を破り優勝を果たしました。続く関東地区大会でもベスト8の成績を残し、第96回選抜高校野球大会(春の甲子園)の出場候補134校に選ばれました。

1月26日の出場校選考委員会で出場校の32校に決まり、春の甲子園の切符を手にした部員たちは喜びの声を上げました。

3月8日(金)に組み合わせ抽選会が行われ、3月18日(月)～30日(土)に紫紺の優勝旗をかけて戦います。

春の甲子園に関する情報は、市ホームページ・中央学院高校ホームページでお知らせします。選手の活躍を応援しましょう!

問 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269、中央学院高校 ☎04-7188-1101



▲中央学院高校HP



さあ行くぞ 甲子園! 一戦必勝!



平成30年以来、6年ぶり2回目となる春の甲子園の出場おめでとうございます。

この切符をつかみ取れたのは、選手の皆さんが積み重ねた努力、そして関係者の皆様のご尽力の賜物であり、野球に打ち込んでいる子どもたちにとっても大きな励みとなりました。全国の舞台上で中央学院旋風を巻き起こし、一戦必勝の大活躍で、大きな感動を与えてくれることを信じています。

市をあげて応援します。がんばれ中央学院!

市長 星野 順一郎



4月1日(月)～8日(月)は休館

図書館湖北台分館 利用方法変更

施設の老朽化に伴い、4月9日(火)以降は、臨時窓口で、本の予約・貸し出しなど一部の業務のみ行います(入館不可)。詳しくは図書館ホームページをご覧ください。

問 図書館アビスタ本館 ☎04-7184-1110



▲図書館HP



図書館員が選ぶこの一冊 No.71

『街の灯』 文藝春秋
北村 薫/著

昭和初期、花村家の令嬢・英子の運転手として就いたのは、暴漢に對峙できるほど武道に秀でた別宮みつ子。英子はみつ子をひそかにベッキーさんと呼び、親しく会話するうちに、周辺で起こる不思議な事件を解決していく。



サッカー著『虚栄の市』、江戸川乱歩著『屋根裏の散歩者』、グリーグ作曲『トルドハウゲンの婚礼の日』など、作中で本や音楽について多彩に語られている。それらを知ること、物語の世界観に深く入ることができる。このシリーズは1作ごとにその時代の雰囲気を感じさせ、ベッキーさんの謎も徐々に解き明かされる。3作目『鷺と雪』で直木賞を受賞。



消費生活センターだより 136回

マイナポイント事務局をかたる詐欺に注意!

事例 「最大2万円分のマイナポイントがもらえる締め切りが迫っている」と、マイナポイント事務局をかたるメールがあった。慌てて個人情報やクレジットカードの番号を入力したが、何も連絡がない。だまされたのか。

マイナポイントとは、マイナンバーカードを新規に作成し「キャッシュレス決済の利用」「健康保険証の利用申し込み」「公金受取口座の登録」をした方に付与されるポイントで、令和5年に申し込みは終了しました。クレジットカード番号を入力してしまうと、今後不正利用される可能性があります。このようなメールは無視してください。

相談受付 消費生活センター(アビクオーレ2階<イトーヨーカドー我孫子南口店>) ☎04-7185-0999(月～金曜日、第2・4土曜日10時～17時30分)