

あびこ

パブリックコメント……………2面
 定額減税・補足給付金 申請は10月31日休まで・2面
 柴青睦 第20回天王台ふれあい祭り……………4面
 3市周遊デジタルスタンプラリー……………4面
 オンライン男女共同参画連続講座……………5面
 認知症特集……………6～7面
 あびこショッピングプラザ アニバーサリーデー・7面
 あびこ子どもまつり……………8面
 児童扶養手当 所得限度額・加算額の引き上げ…8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



新産業まつり

SHINSANGYO MATSURI

会場でもつりの
名前を募集
あなたの案が採用されるかも!?



🕒 **ステージイベント タイムテーブル**

10時	KANON DANCE
10時30分	開会式
11時	よさこいソーラン志~ごころざし~
11時30分	暁 和太鼓倶楽部、並木ひびき太鼓
12時	ABIKOそ~らんアスカ組
12時30分	中央学院高校 CGHチアリーディングチーム
13時	First Step
13時30分	LAMUダンスクラス
14時	T's dance club
14時30分	M show dance crew
15時	KENDAMA ~ MIZUKIとあびこの挑戦~
15時30分	閉会式

10/6 日
10時~16時
※荒天中止

湖北台中央公園

※臨時駐車場(湖北台東小学校)は台数に限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。
 ※写真は、過去に開催した産業まつりです。

職業体験「あびjobパーク」
 木工教室、塗装教室、ヘア&メイク教室、ラグビー教室、
 マッサージ教室、消防士体験、警察官体験など(申込不要)

企業PRブース
 手賀沼終末処理場の紹介、市内病院による健康相談、
 我孫子市ふるさと製品の販売など

青空市
 市内商店などの飲食物・雑貨の販売

その他
 献血・献眼・盲導犬の紹介、スポーツライダーなど
 (申込不要)



☎ 商業観光課・内線664、実行委員会・大塚☎080-3199-1734

3面に「令和7年4月入園 幼稚園・保育園などの申し込み」を掲載しています。

パブリックコメント

パートナーシップ・ファミリーシップ届出制度(案)

公表期間 10月16日(水)~11月14日(木)
閲覧場所 市民協働推進課、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
制度の内容について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市民協働推進課へ郵送・ファクス・持参②閲覧場所の窓口に出す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市役所市民協働推進課 男女共同参画室(本庁舎地階、住所省略可)・内線294☎04-7185-5777

マイナンバー手続きの休日開庁

Table with 2 columns: 開庁日時, 予約開始日時. Rows for 10/27 and 11/9.

マイナンバーカードの申請(申込不要)・受け取り(要申込)・電子証明書の更新(申込不要)など
※詳しくは市ホームページをご覧ください。
①1開庁日前までに市民課☎04-7185-4326 ②3開庁日前までに申込サイト
市民課(市役所本庁舎1階)・内線693

都市計画審議会 公開

10月8日(火)14時~(受付13時45分~13時55分)
市役所分館会議室 諮問事項「我孫子新田地区地区計画」など
5人(抽選、申込不要)※傍聴人は発言の機会なし
都市計画課・内線578

公契約審議会 公開

10月18日(金)14時~(受付13時45分~開始前)
我孫子南近隣センター 令和7年度労務報酬下限額など
先着5人(申込不要)※傍聴人は発言の機会なし
資産管理課・内線527

「犯罪被害撲滅協働宣言」を行いました

8月27日に、我孫子警察署と協働で犯罪抑止に取り組むことを宣言しました。
市民が安全・安心を実感できる暮らしの実現に向けて、これまで以上に我孫子警察署との連携を強化し、協働して「犯罪のないまち」を目指します。
市民安全課・内線486



市内一斉防犯パトロール

10月11日(金)19時~20時※雨天時18日(金)

Table with 2 columns: 地区, 集合場所. Lists patrol locations across the city.

市が委嘱した指導員、市内在住の方※小学生以下は保護者同伴
我孫子市防犯協議会☎04-7184-8190

定額減税・補足給付金 申請は10月31日(木)まで

詳しくは市ホームページをご覧ください。

Table showing tax reduction and supplement details for income tax and municipal/county tax.

対象人数は、本人+控除対象配偶者+扶養人数(国外在住の扶養親族を除く)
補足給付金の手続き方法 10月31日(木)(消印有効)までに、LINE申請(対象者へ送付済みの通知書参照)または申請書(通知書に同封)に必要書類を添えて郵送・持参
〒270-1192市役所課税課(本庁舎1階、住所省略可)・内線399



市HP

令和6年度で終了

若い世代の住宅取得補助金

詳しくは市ホームページをご覧ください。
補助額 ①市内東側で取得した方...10万円 ②市外から転入した方...5万円
※最大15万円
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、令和6年3月31日までに所有権登記をした方
所有権登記日・転入日のいずれか早い方から1年以内に必要書類を持参。
建築住宅課(市役所東別館1階)・内線601



市HP

自宅の塀は大丈夫ですか？

ブロック塀の安全点検をお願いします

ブロック塀の所有者・管理者は、塀の倒壊を防ぐため、適正に安全点検・維持管理をする必要があります。危険性が確認された場合は通行者への注意表示を行い、速やかに専門家に相談の上、補修・改善をしてください。
国土交通省ホームページをご覧ください。



市HP



国土交通省HP

ブロック塀の点検のチェックポイント



Diagram of a block wall with labels (鉄筋, ひび割れ, 高さ, 厚さ, 控え壁, 根入れ) and a list of 6 inspection points. Includes a note about rebar specifications.

出典: パンフレット「地震からわが家を守ろう」日本建築防災協会 2013.1より一部改

建築住宅課・内線528

【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...出演者 対...対象 定...定員 報...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

自転車の 代わりに置こう 思いやり

10月～11月は「駅前放置自転車クリーンキャンペーン」

自転車放置禁止区域(東我孫子駅を除く市内各駅周辺)の放置自転車を重点的に撤去します。放置自転車は通行を妨げ、災害発生時には避難・救助を困難にします。日頃から、適正な駐輪にご協力ください。※撤去は随時実施
☎ 交通政策課・内線533

市・県民税は期限までに必ず納めましょう

10月～12月は「県下一斉滞納整理強化期間」

「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、勤務先などへの財産調査、自宅の搜索、給与・預貯金・生命保険の差し押さえ、自動車のタイヤロックなど

☎ 収税課☎04-7185-1753、千葉県税務課☎043-223-2127



▲差し押さえた自動車

推してます みんな笑顔の 健康職場

10月1日～7日は「全国労働衛生週間」

労働者の健康管理や職場環境の改善など、労働衛生に関する意識を高め、職場の自主的な活動で労働者の健康を維持しましょう。誰もが快適で健康に働ける職場づくりにご協力ください。

☎ 千葉労働局☎043-221-4312

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、敷地や構造など建物の安全性の確保に関する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。工事完了時は、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。建築時は適法でも、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。改修などをするときには、事前に建築士などに相談しましょう。

☎ 建築住宅課・内線528

第55回全国中学校柔道大会 男子個人60kg級 福田悠真さんが優勝

8月23日に開催された「第55回全国中学校柔道大会男子個人60kg級」で、福田悠真さん(市内在住)が優勝しました。

福田さんは、星野市長と丸教育長を訪れ「中学校生活の集大成を飾ることができて良かった。今後はオリンピックも目指したい」と、優勝の喜びと今後の抱負を語りました。

☎ 秘書広報課☎04-7185-1714



インターハイ体操競技 個人種目別跳馬 中央学院高校の菊池柚子さんが優勝

7月30日～8月1日に開催された「全国高等学校総合体育大会(インターハイ)体操競技 個人種目別跳馬」で、菊池柚子さん(中央学院高校1年)が優勝しました。

菊池さんは、星野市長と丸教育長を訪れ「体操部が一丸となり日々練習に取り組んでいる。今後の大会も上を目指して頑張りたい」と、今後の抱負を語りました。

☎ 教育委員会文化・スポーツ課☎04-7185-1604



令和7年4月入園

幼稚園・保育園などの申し込み

詳しくは市ホームページを確認の上、各園などにお問い合わせください。※認定こども園は、幼稚園と保育園の機能を併せ持つ施設です。

幼稚園・幼稚園型認定こども園

☎ 11月1日(金)～願書、必要書類、費用を希望園に持参

※願書は各園で配布しています。

※3歳・4歳・5歳児クラスと満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、保育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322



▲市HP(幼稚園など一覧)

保育園・幼保連携型認定こども園(保育認定枠)・小規模保育事業所

☎ 保護者が次のいずれかに該当し、家庭での保育が困難な子ども(令和7年4月1日(火)に対象年齢に達する場合も可)

- ①月64時間以上働いている(休憩時間を除く) ②就学・職業訓練中(月64時間以上のカリキュラム※休憩時間を除く ※学校教育法に規定された学校などに限る) ③出産月を挟む前後2カ月にある(双子以上の場合は前4カ月、後2カ月) ④病気または身体に障害がある ⑤長期にわたり病人である同居の親族を常時介護している ⑥災害の復旧に当たっている ⑦求職活動中(私立園のみ入園可、求職活動の期間は原則1カ月間)



▲市HP(申込方法など)



▲市HP(保育園など一覧)

公立保育園

☎ 令和7年1月6日(月)～2月10日(月)(必着)に申込書類を保育課へ郵送・持参

※(土)祝を除く

※面接が必要なため、申込期間中に保育課へご連絡ください。

私立保育園・幼保連携型認定こども園(保育認定枠)・小規模保育事業所

☎ 申込書類を、1次…11月1日(金)～15日(金)(必着)に第1希望園、2次…12月23日(月)～令和7年1月10日(金)(必着)に保育課へ郵送・持参

※(土)祝(休)・年末年始を除く

※利用調整を行うため、第2希望以下の園も全て記入してください(公立園との併用不可)。利用調整ができた場合は希望園から面接日などを連絡し、できなかった場合は市から連絡します。

※2次の申込期間後も、空き状況により令和7年3月19日(火)(必着)まで、新規申し込みと1次・2次で利用調整ができなかった方の申し込みを受け付けます。入園申込書に第1希望園のみ記入し、希望園へ提出してください。

※申込書類は各園など、保育課、子育て支援センター(アビクオーレ2階<イトーヨーカドー我孫子南口店>)で配布しています。

※内定した園をキャンセルして他の園に申し込むことはできません。

☎ ☎270-1192市役所保育課(西別館2階、住所省略可)・内線446

保育園などの4月入園に向けた個別相談

☎ 10月12日(土)①10時～12時②13時～16時15分(1組15分)

☎ 申し込みの流れ、必要書類の相談など※子育てコンシェルジュが対応

☎ 市内在住の方 ☎ 先着①14組②24組 ☎ 無料

☎ 10月3日(木)～ちば電子申請サービス

☎ ☎ 子育て支援センター(アビクオーレ2階<イトーヨーカドー我孫子南口店>)☎04-7185-1915



▲ちば電子申請サービス

令和6年度で休日保育事業を終了します

令和7年4月以降の日(祝)休・年末年始は、1時間900円で預けられます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎ ファミリーサポートセンター☎04-7186-4161

☎ 保育課・内線322



市HP▶

2025年版てがぬまカレンダー 発売

日 令和7年2月28日(金)まで
 所 市ホームページ参照※10部以上の一括購入に限り、市役所売店で郵送対応可(入金後、着払いで発送)
 費 200円
 袋 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) ☎04-7185-1484



▲市HP



柴青睦 第20回天王台ふれあい祭り

日 10月12日(土)13時~20時※荒天中止 所 天王台北口大通り
 内 大通りのLEDバルーンライトアップ、消防・警察・自衛隊の車両展示、子ども神輿など

交通規制

日時	通行止め区間
12日(土)12時~21時	天王台北口大通り



問 実行委員会 ☎info@tsspt.com

プロバスケットボール

アルティエリ千葉 ホームゲーム特別招待

日時	対戦相手
11月9日(土)15時~	鹿児島レブナイズ
11月10日(日)15時~	
11月23日(祝)15時~	青森ワッツ
11月24日(日)15時~	
11月30日(土)15時~	福島ファイヤーボンズ
12月1日(日)15時~	



所 千葉ポートアリーナ 宛 市内在住・在学・在勤の方
 定 各日100人(抽選) 費 無料
 申 10月20日(日)までに申込フォーム
 問 アルティエリ千葉 ☎info@altiri.jp



▲申込フォーム

成田線活性化推進協議会 駅からハイキング

食べて、歩いて、秋を感じる手賀沼ハイキング

参加者には協議会オリジナルグッズをプレゼントします。コースなど、詳しくはJR東日本ホームページをご覧ください。



▲JR東日本HP

日 10月25日(金)・26日(土)受付9時30分~11時30分※雨天実施

所 湖北駅スタート、柏駅ゴール

◎「駅からハイキング」アプリ 参加登録・履歴の確認・懸賞の応募などができます(右記二次元コードからダウンロード可)。

問 柏市交通政策課 ☎04-7167-1219



▲iPhone用



▲Android用

3市周遊デジタルスタンプラリー

我孫子・柏・印西市の文化、自然、食など60のチェックポイントを巡りながら、3市の魅力を体感できるスタンプラリーです。詳しくは実行委員会ホームページをご覧ください。



▲実行委員会HP

日 令和7年1月31日(金)まで

費 無料

袋 スマホ

◎参加賞・景品

①参加賞「特製ラバーキーホルダー」(各市のスタンプを1個ずつ集めた方、先着3,000人) ②景品「3市の特産品20品目詰め合わせ」(各市のスタンプを10個ずつ集めた方、抽選50人)

※②の当選者から、抽選で9組に「3市のホテル宿泊券」をプレゼントします。

問 商業観光課・内線506



▲特製ラバーキーホルダー



▲我孫子市特産品「白樺派のカレー」



▲柏市特産品「焼きモンブラン」



▲印西市特産品「純米吟醸 利根正宗」

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)

申問 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)

申問 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)

申問 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 3万7,000部 規格 1枠：縦11.5cm×横8cm※最大3枠 掲載料 1枠：2万円 申問 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

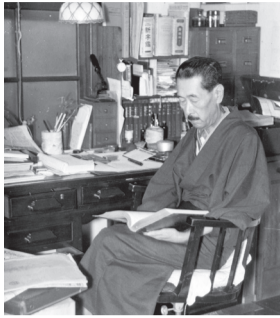
秋季企画展「楚人冠が読んだ文学 —紫式部からシェークスピアまで—」

シリーズ展示「楚人冠の本棚」の一つで、文学作品に焦点を当てた展示です。楚人冠が読んだ文学作品や、文学を通じた交流関係について、楚人冠旧蔵の書籍とともに紹介します。

日 令和7年1月5日(日)まで9時～16時30分(入館16時まで) ※月休館(祝休の場合は翌平日)

入館料 300円(高校・大学生200円、中学生以下無料)

所 杉村楚人冠記念館 ☎04-7187-1131



▲書齋で読書をする楚人冠

JBF2024プレイベント

鳥の街・我孫子駅前バードコンサート

詳しくはイベントホームページをご覧ください。

日 10月19日(日)10時～16時
※雨天実施

所 アビシルベ

内 鳥くん(我孫子鳥の大使)がコーディネートする歌・ダンス、各アーティストのグッズ販売など

費 無料(申込不要)

問 手賀沼課 ☎04-7185-1484



▲イベントHP



オンライン男女共同参画連続講座

「性別なんて関係ないよ」と言える時代を迎えるために

男女が共にジェンダーのことを安心して話せる場所を作りましょう。

日時	内容(全3回)
10月12日(日) 10時～12時	グループディスカッション「オンラインで気楽に参加できる、安心して話せる」※Zoom使用 師 野際里枝さん(N-style)
11月2日(日) 10時～12時	視聴者参加型トークイベント「男性だってジェンダーを語っていいじゃない!」※Zoom使用 演 あびダンディズムプロジェクト
12月14日(日) 13時30分～15時30分	講演「『性別なんて関係ないよ』と言える時代を迎えるために」 所 我孫子南近隣センター※Zoom参加可 師 太田啓子さん(弁護士)



▲太田啓子さん

定 先着50人 費 無料

申 ちば電子申請サービス(市ホームページ参照)

問 市民協働推進課 男女共同参画室 ☎04-7185-1752



▲市HP

手賀沼流域フォーラム

講演「これもあれも外来種だらけの水辺」

詳しくはフォーラムホームページをご覧ください。

日 11月16日(日)13時30分～16時

所 アビスタ

内 ①身近に迫る侵略的外来水生植物～今や、手賀沼・印旛沼から千葉県全域へ! ②これからどうする? アカミミガメとアメリカザリガニとのつきあい方

師 ①林紀男さん(県立中央博物館) ②片岡友美さん(生態工房理事長)

定 先着100人 費 無料

申 10月2日(日)9時～申込フォームまたはEメールに住所、氏名、学年(小～大学生)、電話番号を明記。実行委員会・竹内 ☎090-3907-8355 teganumaforum@yahoo.co.jp



手賀沼に繁茂するナガエツルノゲイトウ・オオバナミズキンバイ

写真 アカミミガメ(左)・アメリカザリガニ(右)
出典: 環境省 自然環境局 野生生物課 外来生物対策室 HP



▲申込フォーム



▲フォーラムHP

鳥の博物館 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)

鳥類のCT撮影から恐竜を科学する

日 10月19日(日)13時30分～14時15分
内 恐竜の姿の復元は、骨などの化石に残る情報を基に行いますが、筋肉や神経などの柔らかい組織の情報は化石になる前に失われてしまいます。近年、CT技術の発展で、恐竜に近縁な鳥類や爬虫類の体を詳細に比較し、化石に保存されない情報を推定する動きが進んでいます。今回は、その例を紹介します。

師 脇水徳之さん(鳥の博物館学芸員)
費 無料
視聴方法 山階鳥類研究所公式YouTubeで配信(申込不要)

▲CT技術で可視化したコガモの頭部の断面画像

▲YouTube

問 鳥の博物館 ☎04-7185-2212

犬のしつけ方教室

詳しくは県ホームページをご覧ください。

◎基礎講座

日 10月8日(火)、11月12日(火)、12月10日(火)13時30分～15時30分※動画受講可

内 県内在住で18歳以上の方※飼い犬同伴不可

定 各日先着10人 費 無料

所 千葉県動物愛護センター東葛飾支所 ☎04-7191-0050

※動画受講はちば電子申請サービスから申し込み

◎実技講座

日 10月23日(火)、11月27日(火)10時～12時

所 千葉県動物愛護センター東葛飾支所

内 基礎講座を受講済みの方※飼い犬同伴可

定 各日先着5人 費 3,300円

申 千葉県動物保護管理協会 ☎043-214-7814

譲渡会

日 10月27日(日)13時～16時※雨天実施

内 保護犬・猫とのマッチング※動物同伴不可

所 10月25日(金)までに千葉県動物愛護センター東葛飾支所 ☎04-7191-0050

図書館のおはなし会

10月～12月 時間までにお集まりください

無料

おはなし会 絵本の読み聞かせと語り

内 4歳～9歳くらいの子ども

場所・時間(申込不要)	10月	11月	12月
アビスタ本館 15時～15時30分	26日(土)	23日(祝)	28日(土)
布佐分館 11時～11時30分	6日(日)・27日(日)	3日(祝)・24日(日)	1日(日)・22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

内 0歳～3歳の子どもと保護者※アビスタ本館は2回とも同じ内容

場所・時間	10月	11月	12月
アビスタ本館 10時40分～11時	10日(木)・24日(木) 申 受付中	14日(木)・28日(木) 申 10月10日(木)～	12日(木)・26日(木) 申 11月14日(木)～
布佐分館 10時40分～11時(申込不要)	10日(木)	14日(木)	12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(申込不要)	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	23日(火)	27日(火)	-
移動図書館川村保育園ステーション(川村学園女子大学付属保育園) 11時～11時30分	24日(水)	28日(水)	26日(水)

申 阿比スタ本館 ☎04-7184-1110

認知症になっても 安心して暮らせるまち・あびこ

令和6年1月1日に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行されました。この法律の目的である「認知症がどうかなど、支える人・支えを受ける人に分かれることなく、共に支え合い、さまざまな人が能力を発揮できる社会(共生社会)」を実現するには、地域の皆さんの協力が必要です。それに伴い、認知症の方を見守り、サポートする新たな取り組み「チームオレンジあびこ」が始まりました。

☎ 高齢者支援課・内線382

チームオレンジとは

認知症の方や家族と、認知症サポーター(認知症の方や家族を見守り、サポートする応援者)をつなぐ地域での支え合いの仕組みです。国の認知症施策の一つで、令和7年までに全市町村に設置することを目標としています。市では、認知症サポーター養成講座・ステップアップ講座などを通して、認知症への理解を促進し、応援者を増やすとともに、地域で支え合う仕組みづくりを推進しています。

認知症になったら

認知症の方や家族が利用できる
相談・サービスがあります

認知症高齢者等見守りシール

認知症などにより行方不明になった方が保護されたときに、シールの二次元コードを読み取ると、発見者が家族などに通知メールを送れます。事前に衣類・かばん・杖などに貼っておきましょう。詳しくは市ホームページをご覧ください。
▲市HP



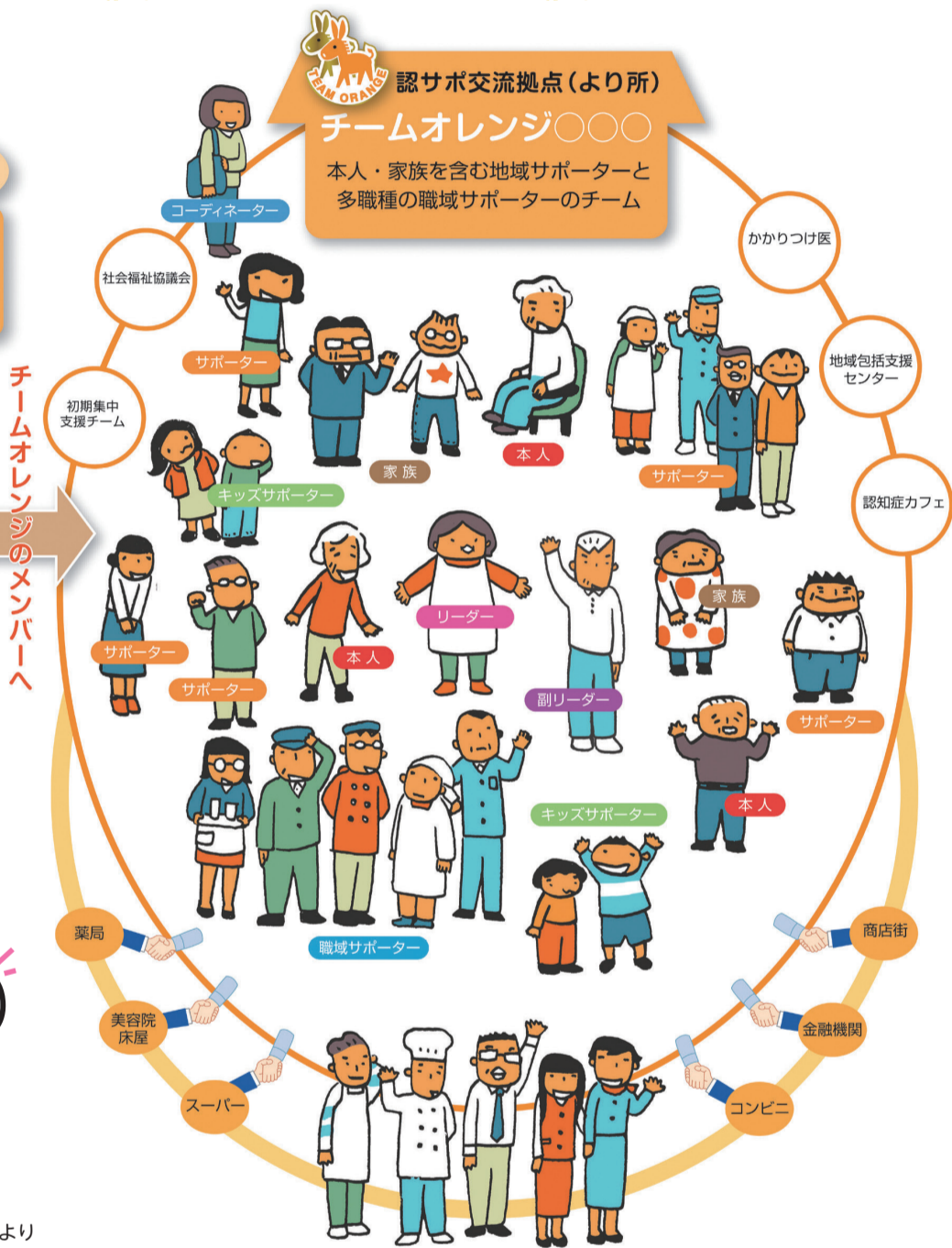
◎シールを貼っている方を保護したときは 優しく声を掛けて二次元コードを読み取り、表示されたフォームに発見場所などを入力してください。発見者の個人情報は伝わりません。

【実施主体】
市町村認知症サポーター
キャラバン事務局
ステップアップ講座

認知症サポーター



※「チームオレンジ運営の手引き」より



認知症ガイドブック

認知症の進行に合わせて利用できるサービスや支援の情報を掲載しています。
配布場所 高齢者支援課(市役所西別館3階)、各行政サービスセンター、各地区高齢者なんでも相談室など(市ホームページで閲覧可)
▲市HP



高齢者なんでも相談室

認知症の方や家族をサポートする「認知症地域支援推進員」を配置しています。医療サービスや介護保険など、気軽にご相談ください。

地区	電話番号
我孫子北	04-7179-7360
我孫子南	04-7199-8311
天王台	04-7182-4100
湖北・湖北台	04-7187-6777
布佐・新木	04-7189-0294

認知症に関する講座・交流会

認知症サポーター養成講座
希望する会場に講師を派遣し、受講者には認知症サポーターカードを渡します。
☎ 認知症の基本的な知識や対応を学ぶ
☑ 市内在住・在勤の方 ☑ 無料
☑ 希望日の1カ月前までに、高齢者支援課・各地区高齢者なんでも相談室の窓口・電話

認知症の人の家族のつらい「あびこ」
☑ 10月9日(水)13時30分～14時30分 ☑ けやきプラザ
☎ 介護方法や日頃の悩みなどの情報交換
☑ 認知症の方を介護している家族・介護経験者(申込不要) ☑ 無料

1人で悩まず
参加してみませんか



【認知症啓発のシンボルカラーはオレンジ色です】 市では、毎年実施している「ORANGE DAY！」などの認知症イベントで、オレンジ色のTシャツなどを身に着け、認知症の方や家族を見守りながら「認知症になっても自分らしく生きる」という意思表示をする活動を行っています。



▲認知症と診断された97歳の丸山さん(写真中央)とチームオレンジあびこ第1号「チーム〇」のメンバー

チームオレンジあびこ第1号「チーム〇」のメンバーにインタビュー

丸山さんは、認知症と診断された後も介護サービスなどを利用しながら1人暮らしをしています。その生活を、市内初のチームオレンジあびこ第1号「チーム〇」のメンバーが見守り、サポートしています。

丸山さん

Q 普段の生活についてどのように思っていますか？

A この家は私が建てたので、家で過ごすのは嫌いではなく、気楽に生きていくのも悪くありません。

Q 今の楽しみは何ですか？

A 自分のできることをすることです。

Q 今後、やりたいことはありますか？

A おいしいものを食べたいです。

渡辺さん(民生委員)

Q どのように丸山さんと関わっていますか？

A ごみ出しの支援などをして見守っています。

Q 市民の方に伝えたいことはありますか？

A 近隣住民との付き合いがなく、地域にどのような人が住んでいるか知らない方も多いと思いますが、少しでも住みやすいまちにするために、周囲を気にかけることが大切だと思います。

チームオレンジあびこ第1号「チーム〇」認定証交付式

交付式には、丸山さんをはじめチームメンバーや関係者23人が出席しました。

交付式後は、丸山さんの好物のスイカを食べて交流しました。



【我孫子市LINE公式アカウント「子ども・子育て相談窓口」】 ヤングケアラーの方(年齢不問)、子育てにお困りの方、悩みがあるお子さんなど、気軽にご相談ください。心理士・社会福祉士・精神保健福祉士の資格を持つ子ども相談課職員が回答します。※24時間送信できます(送信日の翌開庁日までに返信)。
☎ 子ども相談課・内線463



▲相談窓口

あびこショッピングプラザ開業30周年 アニバーサリーデー

記念式典には我孫子市ふるさと大使のナイツ塙宣之さんが参加し、テープカットなどを行います。詳しくはあびこショッピングプラザホームページをご覧ください。



▲あびこショッピングプラザHP



▲あびたまちゃん



※あびこショッピングプラザと市の包括連携協定に基づく事業です。

📅 10月12日(出)10時45分～16時15分

📍 式典、演奏、パフォーマンス、お菓子の配布(数量限定)、イメージキャラクター「あびたまちゃん」のグリーティング、市制施行55周年プレ展示など

あびこdeハイハイ！カタカタレースグランプリ

📅 10月13日(日)10時30分～13時

📍 ハイハイ・子ども用手押し車を使用したレース

※子ども5人で1レース実施

👤 ハイハイ・伝い歩きができる子どもと保護者

👜 子どもを誘導するおもちゃなど、飲み物、タオル

📅 10月11日(金)12時までにあびこショッピングプラザホームページ

📍 (共通) 所 あびこショッピングプラザ1階センターコート 費 無料

☎ あびこショッピングプラザ・末村 ☎080-1048-9307(月～金)10時～17時



▲あびこショッピングプラザHP

高齢者文化祭 演芸大会

📅 10月11日(金)10時～15時 所 けやきプラザ

📍 60歳以上の方による舞踊、合唱、民謡など

📍 先着551人(申込不要) 費 無料

☎ 高齢者支援課・内線412

我孫子の景観を育てる会のガイドと散策

我孫子のいろいろ八景歩き

湖北台のまちなみと田園コース(約4km)

📅 10月31日(日)9時30分～12時

📍 湖北駅改札前集合・解散

📍 湖北台中央公園、けやき通りの坂、岡発戸・都部の谷津、正泉寺、湖北台浄水場などを散策

高野山台地と岡発戸 ハケの道・坂道コース(約4.5km)

📅 11月10日(日)9時～12時

📍 東我孫子駅南側集合・解散

📍 一里塚、高野山桃山公園、日立坂、岡発戸のお遍路道、滝不動、岡発戸峠の坂などを散策

📍 (共通) ※小雨実施、荒天中止

📍 定 20人(抽選) 費 無料

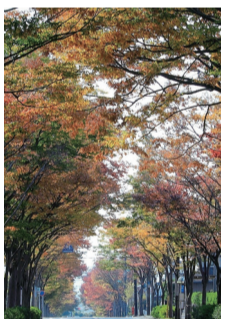
📍 申込 10月15日(火)までにLINE申請または都市計画課景観推進室 ☎04-7185-1529



▲LINE申請



▲高野山桃山公園から見た手賀沼



▲けやき通りの坂

物忘れ なぜなに講座

📅 11月2日(出)10時～11時30分

📍 我孫子南近隣センター

📍 認知症になったときにどうすればよいか専門家が分かりやすく話します。

👤 高橋潤一郎さん(ジェイ内科・脳神経内科クリニック医師)

👤 市内在住の方

📍 定 先着50人 費 無料

📍 申込 我孫子北地区高齢者なんでも相談室 ☎04-7179-7360、我孫子南地区高齢者なんでも相談室 ☎04-7199-8311



▲相談窓口

すこやかちゃん



晴ちゃん
(1歳3カ月)

兄が大好き！食いしん坊！何事にもまずは挑戦！ずっとそのまものはるくんでいてね◎



渡邊 珠月ちゃん
(1歳4カ月)

珠月ちゃんこれからも元気に楽しく過ごそうね♡パパ、ママより



望月 星ちゃん
(1歳4カ月)

いつもニコニコ笑顔が可愛いみんなのアイドル星ちゃん！これからも元気に育ってね☆




佐々 樹ちゃん
(1歳3カ月)

いつも穏やか笑顔のいっちゃん☆優しく強くたくましく誰からも愛される子になってね◎

あびこ子どもまつり

詳しくはあびこ子どもネットワークホームページをご覧ください。

☎ ネットワーク HP▶ 

📅 10月20日(日)9時30分～15時
 📍 アビスタ、手賀沼公園
 📦 子どもハローワーク(受付10時～14時)、ワークショップなど
 🎫 中学生以下の方(申込不要) 200円
 ☎ 子ども支援課・内線447



10月 乳幼児の各種健診・相談・教室

項目	日にち	対象など
ウェルカムベビー学級	5日(土)・12日(土)・19日(土)(全3回)	妊娠20週以降の方と家族
育児相談	11日(金)・30日(水)	にこにこ広場
4カ月児相談	1日(火)・8日(火)	令和6年5月生まれ
1歳6カ月児健康診査	3日(木)・10日(木)	令和5年3月3日～4月10日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	17日(木)	令和4年2月生まれ
3歳児健康診査	3日(木)・10日(木)	令和3年3月2日～4月9日生まれ
5歳児歯科健診	17日(木)	令和元年9月6日～10月10日生まれ
離乳食教室	25日(金)	4～6カ月児の保護者、先着30人
後期離乳食教室	16日(水)	令和6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

☎ 健康づくり支援課(保健センター) 04-7185-1126

手賀沼流域フォーラム

手賀沼賞 エコ・こども教室

科学作品展で手賀沼賞を受賞した作品から、環境レンジャーが5作品を選出しました。作者の発表・パネル展示・クイズで手賀沼の自然・環境・エコロジーを学びます。

📅 10月20日(日)①10時～12時②10時～15時
 📍 アビスタ
 📦 ①発表 ②展示、クイズ
 📎 ①先着40人 ②なし
 📎 無料(申込不要)
 ☎ 手賀沼課 04-7185-1484



児童扶養手当 所得限度額・加算額の引き上げ

11月分の手当から反映されます。すでに手当を申請し、現況届を提出している方は新たな手続きは不要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。※11月～12月分は令和7年1月に支払い予定



▲市HP

◎所得限度額(児童扶養手当の判定基準額)

例 全部支給…87万円から107万円、一部支給…230万円から246万円に引き上げ※扶養児童が1人の場合の金額です。人数により異なります。

◎加算額(第3子以降の加算額が第2子と同額になります)

例 全部支給…6,450円から1万750円に引き上げ※一部支給の加算額は所得に応じて決定します。

☎ 子ども支援課・内線850

10月 子育て応援情報

☎ 市内在住の乳幼児と保護者、妊娠中の方と家族 **無料**



保育園・幼稚園の地域子育て支援

マイ保育園ひろば 各園に登録すると、かかりつけ園として保育士・栄養士などへの子育て相談、交流活動への参加などができます。

📅 10時～11時※各園に要登録(随時)



▲保育園・幼稚園

消防訓練	4日(金)、寿保育園	ハロウィーンごっこ	23日(水)、恵愛こども園
運動あそび	8日(火)、根戸保育園	公園で遊ぼう	29日(火)、柏鳳保育園
	10日(木)、東あびこ聖華保育園	ハロウィーン	30日(水)、つくし野保育園
運動会ごっこ	18日(金)、聖華みどり保育園		

園庭開放 園庭で一緒にいろいろな経験をしましょう。※雨天中止
 ☎ 保育課・内線459

子育て支援センターの地域子育て支援

詳しくは各広場・保育園ホームページをご覧ください。

- ①子育て支援センター 04-7185-1915(月～金)10時～17時
- ②にこにこ広場(アビイクオーレ2階) 04-7185-8882(月～土)
- ③すまいる広場(湖北台保育園内) 04-7185-2196(月～土)
- ④かわむらんど(川村学園女子大学附属保育園内) 04-7183-5995(月～金)
- ⑤ぐるんぱクラブ(布佐宝保育園併設) 04-7189-2799(火/水/金)



▲子育て支援センター

① るんるんパーク	3日(木)10時30分～11時、手賀沼公園多目的広場 15日(火)10時30分～11時、天王台西公園
② すくすく子育て	12日(土)11時～11時45分「親子ふれあいマッサージ」※先着10組 26日(土)11時～11時45分「みんなで遊ぼう」
③ 家族であそぼう	5日(土)11時～12時「栗拾いごっこ」 19日(土)11時～12時「ハロウィーンごっこ」
④ おひさまタイム	子どもの発育などが気になる保護者の交流会 ※日時はかわむらんどホームページをご覧ください。
ラブリィデー	5日(土)・19日(土)10時～12時※各日先着20組
⑤ 食のおはなし会	9日(水)10時30分～11時30分 保育園栄養士によるおはなし会※給食の試食あり

高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス予防接種

高齢者のインフルエンザ・新型コロナウイルス予防接種を開始しました。詳しくは広報あびこ9月16日号・市ホームページをご覧ください。

健康づくり支援課 ☎04-7185-1634



▲市HP

日曜日に乳がん検査を受けられます

ジャパン・マンモグラフィー・サンデー

マンモグラフィー検査は女性技師、超音波検査は乳腺外科専門医が行います。詳しくは市ホームページをご覧ください。

市HP▶



日時	内容	定員(先着)	費用
10月20日(日)9時~12時、13時~17時	①マンモグラフィー検査(2方向) ②超音波検査	28人 21人	5,500円 3,850円

※①②同時検査可(8,470円)

※①は市の乳がん検診として、市が設定する自己負担額で受診可

所申 10月19日(土)までに我孫子聖仁会病院 ☎04-7181-2265 (月)~(出)14時~17時

10月1日付けで2人を委嘱

ご存じですか？人権擁護委員

人権擁護委員は、市民の中から市長が推薦し、法務大臣が委嘱する民間のボランティアです。人権尊重のための啓発活動や人権相談などを行っています。

◎市の人権擁護委員

石井美文さん(再任)、市橋望さん(再任)、菅藤行雄さん、湯下廣一さん、中込登喜子さん、宇田川宏香さん、山宮文昭さん、荻野裕也さん

◎無料人権相談

秘密は厳守します。虐待や差別など、人権に関する問題でお困りの方は気軽にご相談ください。

日 11月5日(火)10時~15時 市役所西別館2階相談室

申 社会福祉課・内線657

10月 健康教室

◎心の健康に関する教室

教室名	日時
アルコール教室	4日(金) 14時30分~16時
心の健康クラブ	21日(月) 14時~16時

所 保健センター

問 障害者支援課・内線475

◎遊具うんどう教室

日にち	場所
9日(水)	布佐南公園
15日(火)	湖北台中央公園
18日(金)	天王台西公園

時間 10時~11時※雨天中止

問 高齢者支援課・内線413

ずっと自宅で暮らすために

在宅医療と介護の連携について考える

- 日 10月19日(出)13時30分~15時40分(開場13時) 所 けやきプラザ
- 内 ①講演「これからの在宅医療・福祉連携のあり方」 ②講演「高齢者を支える地域の連携」※①②ともに要約筆記あり
- 師 ①今川篤子さん(あびこ診療所所長) ②星良子さん(湖北・湖北台地区高齢者なんでも相談室室長)
- 定 先着250人(申込不要) 費 無料
- 問 高齢社会への対応を語る会・佐竹 ☎04-7139-6219

睡眠セミナー「眠れない夜の過ごし方」

- 詳しくは市ホームページをご覧ください。
- 日 11月12日(火)10時15分~12時
- 所 我孫子南近隣センター※Zoom参加可
- 師 山本隆一郎さん(江戸川大学教授)
- 所 市内在住の方
- 定 先着100人 費 無料
- 持 室内履き、筆記用具、健康手帳(お持ちの方)
- 申 10月1日(火)9時~31日(木)17時にLINE申請または健康づくり支援課 ☎04-7185-1126



▲市HP



▲LINE申請



健康メモ No.470

甲状腺を知っていますか？

甲状腺は、首の前方に触れる喉仏のすぐ下の、首の付け根にある臓器です。実は、甲状腺の甲の字は、亀の甲羅から、戦国時代に鎧や兜の意味にまで派生しています。横文字で「Thyroid」と書きますが、ギリシャ語の「thyros(盾)」と「edios(形)」に由来しています。江戸時代の蘭学者は、語源までたどって命名したのだろうと驚かされます。チョウが羽を広げたように気管を取り巻いています。甲状腺は生きていく上で重要な機能をつかさどっており、血液の流れに乗って全身(脳、心臓、肝臓、腎臓、筋肉など)に甲状腺ホルモンを届けます。体温などの新陳代謝を

盛んにして調整しますが、時々ホルモン調整が狂うことがあります。バセドウ病は甲状腺機能亢進症で、動悸、手の震え、多汗、体重減少、眼球突出などを起こします。一方、甲状腺機能低下症は、寒がり、活動力の低下、物覚えなどの悪化が起こり、学童は学校の成績が低下します。これらの症状はゆっくり起こり、家族では分からないことがあります。家族をはじめ、周囲の人が変だと思ったときは、早めに医療機関を受診しましょう。

名戸ヶ谷あびこ病院 太枝 徹
問 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

10月 市民相談・県民相談

相談種別	来所電話	日時	場所
弁護士法律相談	10日(木)・15日(火)・17日(木)・22日(火)・24日(木)9時30分~15時30分	市民相談室(本庁舎2階)	秘書広報課 ☎04-7185-1714
行政相談	23日(水)10時~12時	市民相談室(本庁舎2階)	21日(月)まで 秘書広報課 ☎04-7185-1714
行政書士相談	16日(水)13時~16時	市民相談室(本庁舎2階)	11日(金)10時~15時 我孫子地区行政書士相談事務局・永木 ☎080-1020-5732
司法書士法律相談	8日(火)10時~15時	2日(水)~7日(月)13時~16時	千葉司法書士会柏支部 ☎080-5901-3236
年金・労働・成年後見相談	9日(水)13時~17時	市民相談室(本庁舎2階)	2日(水)~8日(火)12時 千葉社会保険労務士会東葛支部 ☎04-7136-2560 (9時~12時、13時~15時)
税務相談	18日(金)10時~15時	収税課内相談室(本庁舎1階) 先着6組	15日(火)~ 収税課 ☎04-7185-1349
不動産相談	11日(金)10時~15時	市民相談室(本庁舎2階) 先着8組	9日(水)まで 建築住宅課・内線601

相談種別	来所電話	日時	場所
住宅相談	11日(金)10時~15時	B会議室 先着4組	4日(金)まで 建築住宅課・内線601
消費生活相談	(月)~(金)、第2・4(土)10時~17時30分	※祝を除く	消費生活センター(アビイクオーレ2階) ☎04-7185-0999
人権相談	12日(土)11時~12時	湖北地区公民館	社会福祉課・内線657
生活相談	(月)~(金)8時30分~17時15分	みんなの人権110番	☎0570-003-110
健康相談	(月)~(金)8時30分~17時	※祝を除く	社会福祉課(西別館2階)・内線394
心の相談	(月)~(金)8時30分~17時	※祝を除く	保健センター 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126
心の相談	16日(水)13時30分~	相談室(西別館2階)	15日(火)まで 障害者支援課・内線475
子ども総合相談	(月)~(金)8時30分~17時	※祝を除く	子ども相談課(西別館1階) ☎04-7185-1821
ひとり親相談	(月)~(金)8時30分~17時	※祝を除く	子ども支援課(西別館2階)・内線849
DV相談(男性可)	(月)~(金)8時30分~17時	※祝を除く	社会福祉課内配偶者暴力相談支援センター(西別館2階) ☎04-7185-1113

相談種別	来所電話	日時	場所	
結婚相談	1日(火)・9日(水)・15日(火)・23日(水)10時~16時	我孫子市社会福祉協議会	13日(日)・19日(土)・27日(日)10時~15時	けやきプラザ11階 あびこハート ☎04-7184-8100
地域職業相談	(月)~(金)10時~17時30分	※祝を除く	地域職業相談室(アビイクオーレ2階) ☎04-7165-2786	
介護と介護にかかわるこころの相談	(火)~(日)10時~16時	ふれあいプラザ(けやきプラザ1階)	☎04-7165-2886 ※ホームページから申込可	
住まいの相談	(水)10時~12時(要申込)、(金)10時~16時(随時)	ふれあいプラザ(けやきプラザ6階)	☎04-7165-2886	
福祉用具相談	(火)~(日)10時~16時	ふれあいプラザ(けやきプラザ1階)	☎04-7165-2886	
児童相談	来所 11日(金)9時~17時	※祝を除く	柏児童相談所 ☎04-7131-7175	
児童相談	電話 11日(金)9時~17時	※祝を除く	柏児童相談所 ☎04-7134-4152	
交通事故相談	来所 11日(金)9時~12時、13時~16時30分	※祝を除く	交通事故相談所 ☎047-368-8000	

●休日(日祝休)・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。※休日・夜間などの診察料は割高になります。

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 市活ステ…市民活動ステーション
入…入会費 月…月会費 年…年会費

★ イベント

市民プラザ主催事業

◎ほんわかエンジョイヨガ 10月1日(火)・8日(火)・16日(火)・29日(火)19時30分～20時30分、10月2日(水)・7日(月)10時～11時 定各先着30人(申込不要) 費800円 持飲み物、タオル、ヨガマット(お持ちの方)

◎ダットン・ワイクルー 10月3日(木)・10日(木)・17日(木)・24日(木)19時30分～20時30分 定各日先着30人(申込不要) 費800円 持飲み物、タオル、ヨガマット(お持ちの方)

◎リズムカルバランスボール 10月4日(金)・10日(木)・25日(金)10時～11時 定各日先着15人 費800円 持飲み物、タオル、ヨガマット(お持ちの方)

◎我孫子ものがたり 10月27日(日) ①10時～17時②11時～15時30分③13時～15時 ①我孫子市おすすめ物産展(物産の販売など)※売り切れ次第終了②ワークショップ(レジンアクセサリ作り、塗り絵・お絵描き)※申込不要③朗読劇コンサート「手賀沼 秋の伝説 満月の輝く夜には」 定①②なし③先着200人 費②レジンアクセサリ作り…500円、塗り絵・お絵描き…無料③1,200円(前売り1,000円) 持②レジンアクセサリ作り…ピンセット(お持ちの方)

◎レジンアクセサリ作り…ピンセット(お持ちの方)

〈共通〉所 市市民プラザ ☎04-7183-2111

地域の茶の間

①認知症のことを話す 10月4日(金) ※お茶の提供、お菓子の土産あり

②アロマハンドトリートメント体験 10月11日(金) 定先着10人 持フェイスタオル

③ボランティアによるかっぱれ踊り 10月18日(金) 定かっぱれさくら会

④みんなでお話 10月25日(金) ※お茶の提供・土産あり
〈共通〉時間10時30分～12時 費無料 (①③④申込不要) 所 市市民プラザ ☎04-7165-2886

ペタンク無料体験会

10月8日(火)10時～11時30分 ※小雨実施 所 手賀沼公園(申込不要) 持 動きやすい服、飲み物 所 我孫子市ペタンククラブ連絡会・外山 ☎090-1695-3716

市民活動ステーション主催事業

◎パソコン・スマホの相談会 10月10日(木)・17日(木)9時～16時(1人50分) 所 市活ステ 所 グループハマダ・ヤマダ 定各日先着6人 各開催日2日前まで

◎あなたの始めたいを聴く場 10月16日(火)10時～12時(1組50分) 所 市活ステ 持 活動を始めたい方の相談 定 20歳～59歳の方 定 先着2組 定 10月15日(火)まで

◎シニアほっとカフェ「和・輪」 10月16日(火)10時～12時 所 我孫子南近セ 持 昭和の歌をみんなで歌う 所 青井真吾さん、小竹かつらさん 定 先着10人
〈共通〉費無料 所 電話・Eメールで氏名、年齢、電話番号を明示。市民活動ステーション ☎04-7165-4370 ✉ abikosks@themis.ocn.ne.jp

自然と音楽を感じるイベント 「聞こえて聴いた日」

10月12日(日)12時～17時30分 所 手賀沼公園 持 音楽を聴きながら会話や食事などを楽しむ 持 TOHOさん、赤松ハルカさん、Tiny biggieさんほか 費無料(申込不要) ※特典(出演者との交流、楽器の演奏体験など)付きチケットを当日会場で販売(1枚500円) 持 レジャーシート、昼食 所 実行委員会 ✉ day.you.listened@gmail.com

家事家計フェア

10月19日(土)・20日(日)10時～15時 所 市市民プラザ1階あびプラキッチン 持 羽仁もと子家計簿120年～衣・食・住・家計のパネル展～ 費無料 所 栗城 ☎090-8740-2195

響きあう世界へ

10月23日(火)19時～21時 所 アミュゼ柏 持 ベートーベン「ピアノ三重奏曲「大公」」「バイオリンソナタ2番」など 持 児玉さや佳さん、山口裕之さん、佐藤智孝さん 持 6歳以上の方(未就学児は入場不可) 定 先着400人 費 3,500円(前売り3,000円) 持 10月20日(日)までに軽喫茶ばぼら、アミュゼ柏 持 さやの会・児玉 ☎070-9053-4320

モンゴルとの架け橋 馬頭琴&津軽三味線

10月25日(金)13時30分～15時30分 所 アミュゼ柏 持 「天馬」「仔ラクダ物語」「津軽じょんがら節」など 持 アマルトブシンさん、五錦竜二さん 持 18歳以上の方 定 先着400人 費 2,800円 持 10月23日(火)までに軽喫茶ばぼら、アミュゼ柏 所 大洞院 ☎04-7132-5868

ドルチェ・マンドリーノ定期演奏会

10月25日(金)14時～16時(開場13時30分) 所 スターツおおたかの森ホール 持 「海」「カヴァレリア・ルスティカーナ」「いい日旅立ち」など 持 青山忠さん(指揮) 定 先着500人(申込不要) 費無料 所 佐々木 ☎090-8880-4045

講演・講座・教室

スマホなどの相談・教室

◎パソコン・スマホのマンツーマン相談 10月7年3月までの第2(金)①9時20分～②10時40分～(各60分) 所 けやきプラザ 定 各先着3人 費 1,200円 持 相談したい機器 所 団体HP 所 パソコン楽しみ隊・小西 ☎04-7149-5243

◎ガラケー・スマホ何でも相談会 10月16日(火)10時～16時 所 近セふさの風 費無料(申込不要) 所 布佐地区社会福祉協議会 ☎04-7189-2119

◎スマホの学校 11月の毎週(火)9時45分～12時(全4回※1日のみも可) 所 湖北台近セ 持 電源の入れ方、インターネット・地図・アプリ・メールの使い方などの基礎(日程により異なります) ※スマホ貸し出し可 持 60歳以上の方 定 各日先着10人 費 各日300円 所 10月18日(金)までに我孫子市社会福祉協議会 ☎04-7184-1539

◎LINEの使い方 11月18日(月)・25日(月)13時30分～16時(全2回) 所 軽喫茶ばぼら 持 全回参加できる60歳以上の方 定 先着10人 費 各日600円 所 11月11日(月)までに我孫子市社会福祉協議会 ☎04-7184-1539

初心者向け竹灯籠作り教室

10月12日(土)・19日(土)・26日(土)② 11月9日(土)・16日(土)・23日(土)9時30分～11時30分(全3回) 持 全回参加できる中学生以上の方 定 各先着6人 費 1,000円 持 軍手 所 各初回開催日前日までに住み良いまちづくり研究所(久寺家751の5)・米澤 ☎090-6503-2084

初心者向けLPレコード教室

10月12日(土)13時30分～16時(開場13時15分) 所 けやきプラザ 持 LPレコードの手入れ・再生・保管方法 所 我孫子オーディオファンクラブ 定 先着30人(申込不要) 費無料 所 塚田 ☎080-6708-4639

防火管理講習

◎甲乙同時 11月26日(火)9時20分～16時55分②27日(水)9時20分～16時45分(甲種は①②の全2回、乙種は①のみ) 費甲種8,000円、乙種7,000円 所 10月10日(木)～17日(木)

◎甲種 11月28日(木)9時20分～16時50分、29日(金)9時20分～15時55分(全2回) 費8,000円 所 10月16日(火)～23日(火)

〈共通〉所 市市民プラザ 定 先着72人 所 日本防火・防災協会HP 所 消防本部 所 予防課 ☎04-7181-7702

千葉・県民文化祭「千葉県川柳大会」 講演「日本語の魅力と川柳」

10月20日(日)12時30分～13時20分(開場12時10分) 所 けやきプラザ 所 江畑哲男さん 定 先着100人(申込不要) 費無料 所 千葉県川柳作家連盟・山岸 ☎080-6635-2957

応急手当普及員講習

11月1日(金)～3日(祝)9時～17時(全3回) 所 消防本部 持 市内在住・在学・

在勤の18歳以上で、上級救命講習を修了済みの方 定 先着10人 費無料 所 10月3日(休)9時～消防本部警防課 ☎04-7181-7701

けやきプラザ県民講座・講習

◎カラダは食べた物からできている 11月6日(水) 所 岡美里さん

◎シニアの後悔しない生き方 11月20日(水) 所 南野和治さん

〈共通〉時間13時30分～15時30分 定 先着60人 費無料 所 市市民プラザ ☎04-7165-2886

中高年向け再就職支援セミナー 生活・就労に関する出張相談

◎セミナー 11月7日(木)10時～12時 持 就職活動の進め方と心構え、労働市場と仕事の探し方、応募書類作成のポイント、面接対策※雇用保険受給中の就職活動実績になります 持 40歳～65歳の方 定 先着30人

◎出張相談 11月7日(木)①13時30分～②14時10分～③14時50分～④15時30分～(各回30分) 持 就職までの生活・就労に関する相談 持 セミナー参加者 定 各回先着1人

〈共通〉所 市市民プラザ(印西市) 費無料 所 市市民プラザ経済振興課 ☎0476-33-4483

募集

ライブ・オン・アビシルベ 出演者

10月20日(日)11時～16時 持 ギター、ダンス、手品など(1組30分) 定 先着10組 費無料 所 詳細はアビシルベHP 所 市市民プラザ ☎04-7100-0014

我孫子和太鼓まつり 出店者

11月10日(日)9時30分～14時30分 ※雨天中止 所 湖北台中央公園 定 30店舗(選考) 費 市内事業者…1m幅500円、市外事業者…1m幅1,000円、電気使用料…500円 ※椅子・テーブル・テント・延長コードは各自持参 所 10月31日(木)までに電話・ファクスで店名、氏名、電話番号を明示。酒井 ☎090-6569-5969 持 04-7188-2102

お知らせ

千葉県最低賃金 改正

10月1日(火)から県内事業所の全ての労働者(パート、アルバイトなどを含む)と使用者に適用される最低賃金が時給1,076円(1,026円から引き上げ)に改正されました ※詳細は労働局HP参照 所 千葉労働局 ☎043-221-2328

無料法律相談

◎行政書士会相談 10月5日(土)・6日(日)11時～16時15分②19日(土)10時30分～15時30分 ※荒天中止 所 ①松戸駅西口デッキ下②柏駅東口スカイプラザ柏 持 相続、遺言、成年後見など 所 行政書士会東葛支部・佐藤 ☎090-3502-3937

◎法の日法律相談 10月5日(土)13時～16時(1人20分、申込不要) 所 市市民プラザ 所 千葉県弁護士会松戸支部 ☎047-366-6611

◎調停手続相談 10月12日(土)10時～15時 所 市市民会館 持 離婚・遺

産分割など家庭内のもめ事、近隣関係・交通事故など民事上のトラブルについて裁判所の調停委員が対応(申込不要) ※すでに裁判中・調停中の事件は不可 関千葉地方・家庭裁判所松戸支部 ☎047-368-5141

猫譲渡会

◎ねこ友会 関10月6日(日)10時～12時、27日(日)13時～15時 関アビスタ前広場 関保護猫の譲渡、フリーマーケット※保護猫飼育ボランティア・寄付物品も募集 関ねこ友会 ☎070-9101-7209

◎猫里親会 関10月13日(日)、11月10日(日)・24日(日)13時～15時※雨天中止 関市役所駐車場※持ち込みは要事前連絡※保護猫の引き取り不可 関猫里親会 ☎090-1618-2502

◎まんまるおてて 関10月20日(日)14時～16時 関ペットストアいんとまや ※抱っこ可※不要なフードの寄付なども募集 関まんまるおてて ☎090-9204-4311

シルバー人材センター入会説明会

関10月15日(火)10時～11時 関市民プラザ 関市内在住の60歳以上で働く意欲がある方 関先着20人 関2,400円 関関10月8日(火)までにシルバー人材センター ☎04-7188-2200

フードライブ

関10月18日(金)・19日(土)10時～17時 関あびこショッピングプラザ1階ガーデンコート 関家庭で余った食品を持参し、地域の福祉団体・施設・フードバンクに寄付※賞味期限まで2カ月以上で常温保存可など条件あり 関小田 ☎090-1805-5169

障がい者就職応援ウィーク2024

関10月22日(火)～25日(金)※時間など詳細は千葉労働局HP参照 関キテミテマツド 関10社の①企業説明会②面接会※②は希望者のみ 関障害がある方 関①なし(申込不要)②各社先着6人 関無料 関関各開催日前日までにハローワーク松戸 ☎047-367-8609

ひきこもり家族相談会

関10月27日(日)13時～16時 関アビスタ 関ひきこもり状態の方、親の死後に不安を抱える方 関先着6組 関無料 関関10月26日(土)までに東葛市民後見人の会・敷下 ☎04-7184-6918

11月から「フリーランス・事業者間取引適正化等法」が施行

フリーランスの方と事業者間の取り引きの適正化・フリーランスの方の就業環境の整備を目的とした法律です※詳細は厚生労働省HP参照 関千葉労働局 ☎043-306-1860

ご存じですか？労働委員会

労働者と使用者間の解雇・パワハラ・労働条件の不利益変更などのトラブルを労働委員会が無料で仲介して解決を目指します。あっせんを希望する方はお問い合わせください 関千葉県労働委員会 ☎043-223-3735

まち協情報

布佐南地区まちづくり協議会

◎布佐文化祭 新そばまつり 関10月12日(土)10時～14時30分 関北海道産新そば粉を使用した手打ちそば(先着250食)、天ぷら(かき揚げ・舞茸各先着50食)の販売 関そば…1食300円、天ぷら…1個100円 関関布佐南近隣センター ☎04-7189-3740

新木地区まちづくり協議会

◎らくらく健康体操 関10月12日(土)13時30分～15時 関リズム太鼓とフープで楽しく体操 関山口江美さん 関先着20人 関無料 関動きやすい服、室内履き、飲み物 関10月4日(金)～

◎歌声喫茶 関10月19日(土)13時30分～15時 関鳥谷部由美子さん 関先着40人 関500円 関10月4日(金)～

◎料理教室 関10月27日(日)10時～15時30分 関サツマイモのピラフ・スープ・スイーツ 関川上恵子さん 関先着15人 関800円 関エプロン、三角巾、布巾、持ち帰り用容器、手拭き 関10月4日(金)～23日(水)

<共通>関関関新木近隣センター ☎04-7188-2010

我孫子南まちづくり協議会

◎SWING JAZZ「ゆうやけコンサート」 関10月12日(土)16時30分～18時30分 関Swing Life Jazz Orchestra 関先着100人 関10月1日(火)～整理券配布 関室内履き

◎スマホ・タブレット・パソコン相談室 関10月19日(土)13時～16時 関関①1人50分、先着12人②1人20分(申込不要) 関相談したい機器 <共通>関無料 関関関我孫子南近隣センター ☎04-7181-1011

我孫子北まちづくり協議会

◎みんなのフェスティバル 関10月13日(日)10時～16時 関市民活動団体による発表(コーラス、詩吟、フラダンスなど)※観覧自由

◎秋の音楽会 関10月27日(日)13時30分～15時30分(開場13時) 関ディキシーランドジャズ 関青木研さん 関先着120人 <共通>関無料(申込不要) 関関関我孫子北近隣センター並木本館 ☎04-7157-4517

湖北台地区まちづくり協議会

◎地域の多世代交流のためのお楽しみ映画会「鎌倉の権三」 関10月17日(土)13時30分～15時40分(開場13時) 関先着150人(申込不要) 関無料 関関湖北台近隣センター ☎04-7187-1122

こもれびまちづくり協議会

◎森のちびっ子教室「秋を探そう」 関10月19日(土)10時～11時30分 関庭などで落ち葉や木の実を集めて作品を作る 関2歳～3歳の子どもと保護者(きょうだいの参加可※別途1人100円) 関先着10組 関1組100円 関動きやすい服、飲み物 関Eメールに参加者全員の氏名、電話番号を明記。森のちびっ子教室 ☎komorebi.morichibi16@gmail.com 関関関近隣センターこもれび ☎04-7165-2011

ふさの風まちづくり協議会

◎太巻きまつりずし講習会 関10月27

日(日)13時～15時 関川合美津子さん 関先着12人 関800円 関マスク、エプロン、三角巾、布巾、巻きす、持ち帰り用容器、筆記用具、食品用ラップ 関関関近隣センターふさの風 ☎04-7181-6211

市民伝言板 詳しくは各問合わせ先にご確認ください。

講演・催し

▼下水処理場の仕組みについて学びませんか？ 10月6日(日)10時～15時。湖北台中央公園。来場者に下敷きを配布。無料(申込不要)。関手賀沼終末処理場 ☎04-7189-6820

▼年金・労務・成年後見なんでも相談会 10月6日(日)10時～16時。湖北台中央公園。無料(申込不要)。関千葉県社会保険労務士会東葛支部 ☎04-7136-2560

▼ペットロス相談会 10月10日(火)・22日(火)・31日(木)13時～17時(1人30分)。我孫子南近セ。愛犬・愛猫との死別、思い出を語る場所。人間関係の悩み相談可。各日先着3人。2,000円。関関渡邊 ☎090-6197-6397

▼あびこ市歩こう会 10月13日(日)※小雨実施。我孫子駅8時15分発。池上駅着。池上本門寺～洗足池公園の10kmウォーク。大岡山駅解散。300円。関昼食。関関鈴木 ☎090-1404-7463

▼あびこ医療と健康友の会 医療懇談会 講演「『医師の見た医療の不平等』

10月 ギャラリー

市民プラザ ◆市民文化祭きもの着付け展 関12日(土)～14日(月)10時～17時(最終日16時まで) 関文化・スポーツ課 ☎04-7185-1601 ◆市民文化祭絵画展 関19日(土)～23日(水)10時～18時(最終日15時まで) 関文化・スポーツ課 ☎04-7185-1601

アビスタ1階中央通路 開館時間：9時～21時 休館日：28日(月) ◆我孫子の歴史を楽しもう 関5日(土)17時まで 関関関 ☎090-2740-6682

◆あびこ子どもまつり出展団体展示 関6日(日)～20日(日)(初日14時～、最終日15時まで) 関子ども支援課・内線447 ◆ちびっ子展 関21日(月)～30日(水)(初日10時～、最終日17時まで) 関山口 ☎090-8872-8829

けやきプラザ 休館日：毎週月(祝の場合は翌平日) 第1ギャラリー ◆市民文化祭オープニング展示 関6日(日)まで9時～19時(最終日17時まで) 関文化・スポーツ課 ☎04-7185-1601

◆エンジョイフォト写真展 関8日(火)～14日(月)10時～17時(初日13時～、最終日16時まで) 関吉羽 ☎090-9000-1695 ◆紅葉会・霞会 作品展 関29日(火)～11月4日(水)10時～18時(初日13時～、最終日16時まで) 関林 ☎04-7138-2030

第2ギャラリー ◆GAKUINギャラリー 関16日(水)～20日(日)9時～17時(初日12時～、最終日15時まで) 関中央学院高校・高橋 ☎04-7188-1101 ◆純画の会 絵手紙展 関30日(水)～11月4日(水)10時～17時(最終日12時まで) 関岡本 ☎080-5861-0150

第1・2ギャラリー ◆井上秀祐 水彩画展 関22日(火)～27日(日)9時～19時(初日13時～、最終日16時まで) 関井上 ☎04-7182-6924 アビシルベ 開館時間：9時～18時 関 ☎04-7100-0014 ◆手賀沼写真コンクール入選作品展示 関4日(金)13時まで ◆市民文化祭書道展PR展示 関11日(金)～17日(木)(初日11時～、最終日17時まで)

の現場」 10月13日(日)13時30分～15時30分。湖北台近セ。関関今川篤子さん(あびこ診療所所長)。無料(申込不要)。関上村 ☎04-7188-5712

▼うたごえ喫茶 10月14日(月)13時30分～16時。布佐行政サービスセンター。先着30人。500円。関関電話・ファクスで氏名、電話番号を明示。関関関関 04-7188-3654

▼ハーモニカ体験会 10月17日(木)13時30分～15時。湖北台近セ。誰でも吹けて、健康増進にも。初心者歓迎。無料。関関ハーモニカ(お持ちの方)。関関関関 070-5552-2918

▼ふだん着親睦コンサート 10月19日(土)9時40分～16時30分。湖北地区公民館。津軽三味線、津軽・全国民謡。先着250人。無料(申込不要)。関津軽三味線「孝人會」・中野 ☎090-9953-7008

▼中国語入門・初級学習会 10月31日(木)14時～17時。市民プラザ。発音、あいさつ、基礎会話、中華文化との触れ合いをお楽しみに。無料。関関関関 090-6487-5278

会員・仲間募集

▼あけぼのピーナッツ(バスケットボール) 毎週①(月)19時～21時、白山中②(火)19時30分～21時、久寺家中③(土)19時～21時、我孫子・富勢中。18歳以上の女性。関関6,850円※変更の場合あり。関関松 ☎090-7191-3990

▼柏シルバー写真同好会 毎月第3(月)12時～15時。パレット柏。写真の講評と指導。初心者歓迎。見学無料。関関1,000円。関関1,250円。関関関関 080-1263-2367



▲市HP



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。

マイナンバーカードと健康保険証が一体化されます

マイナンバーカードの取得は任意です

国の法改正により、12月1日(日)をもって健康保険証の新規発行を終了します。12月2日(月)以降は「マイナ保険証(健康保険証としての利用登録をしたマイナンバーカード)」の利用をご検討ください。12月1日(日)時点で発行済みの健康保険証は加入している保険によって有効期限が異なります(最大1年間)ので、加入中の保険者(健康保険組合・協会けんぽ・市区町村など)にご確認ください。

※9月18日時点の情報です。最新情報は加入中の保険者にお問い合わせいただくか、厚生労働省ホームページをご覧ください。



▲厚生労働省HP

健康保険証の有効期限後に医療機関などを受診するにはどうすればよいですか？

●マイナンバーカードを取得済みで健康保険証としての利用登録が完了済みの方

受診時にマイナンバーカードを提示してください。

◎就職・転職・転居、負担割合の変更などで健康保険証の情報が変更となった場合

加入中の保険者から「資格情報通知書」が交付されます。情報の反映に数日かかるため「資格情報通知書」をマイナンバーカードと一緒に提示してください。※マイナンバーカードを更新中・紛失した方、施設に入所中などでマイナンバーカードを利用できない方は資格確認書(申請により交付可、施設に入所中などの方は初回のみ要申請)を提示 ※「資格情報通知書」の内容はマイナポータルから「被保険者資格情報」としてダウンロード可

●マイナンバーカードを未取得の方 ●マイナンバーカードを取得済みで健康保険証としての利用登録をしていない方

受診時に「資格確認書」を提示してください。健康保険証の有効期限前に、加入中の保険者から本人の被保険者資格の情報を記載した「資格確認書」が交付されます。



国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入中の方へ

12月1日(日)時点で発行済みの健康保険証は、保険証に記載されている有効期限まで利用できます。期限まで廃棄せずにお持ちください。※12月2日(月)以降に転居・世帯変更などで負担割合や住民票の情報が変更となった場合は失効します(手続き後「資格情報通知書」または「資格確認書」を交付)。※令和7年7月に「資格情報通知書」または「資格確認書」を加入者へ交付予定です。

☎ 国保年金課・内線930(国民健康保険)、内線928(後期高齢者医療保険)

マイナ保険証にはこんなメリットがあります



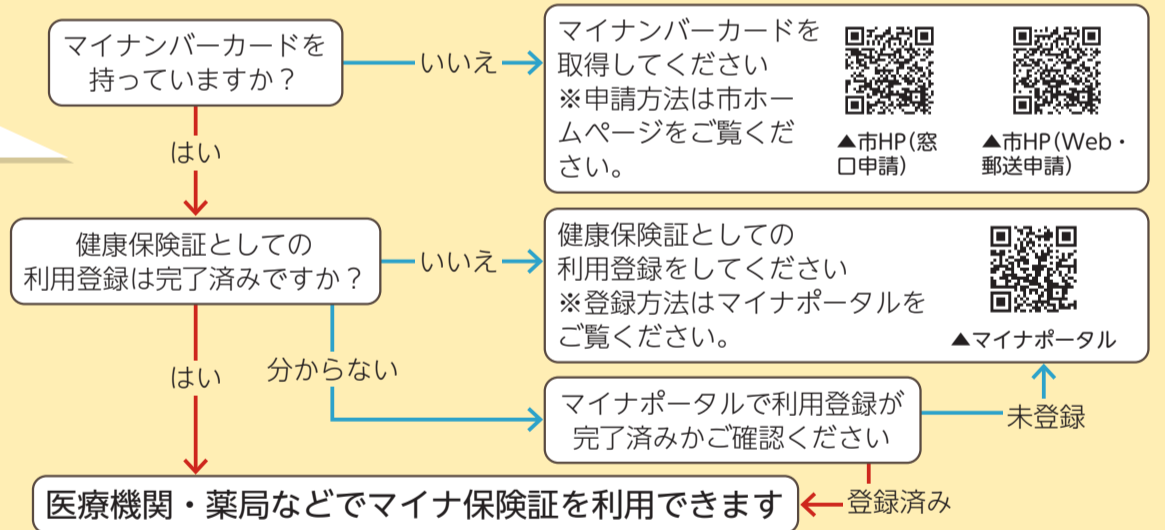
●就職・転職・転居などをしても、自動で情報が更新されるため再度の利用登録は不要です。※保険者を変更した場合は加入・喪失の届け出が必要

●本人の同意の下、オンライン資格確認システムが導入されている医療機関への限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証などの提示が原則不要です。※システムを導入していない医療機関の受診、住民税非課税世帯の長期入院、国民健康保険税に未納がある場合などは各認定証(加入中の保険者に要申請)の提示が必要 ※子ども医療費・ひとり親家庭医療費・重度心身障害者医療費などの助成は各受給者証の提示が必要

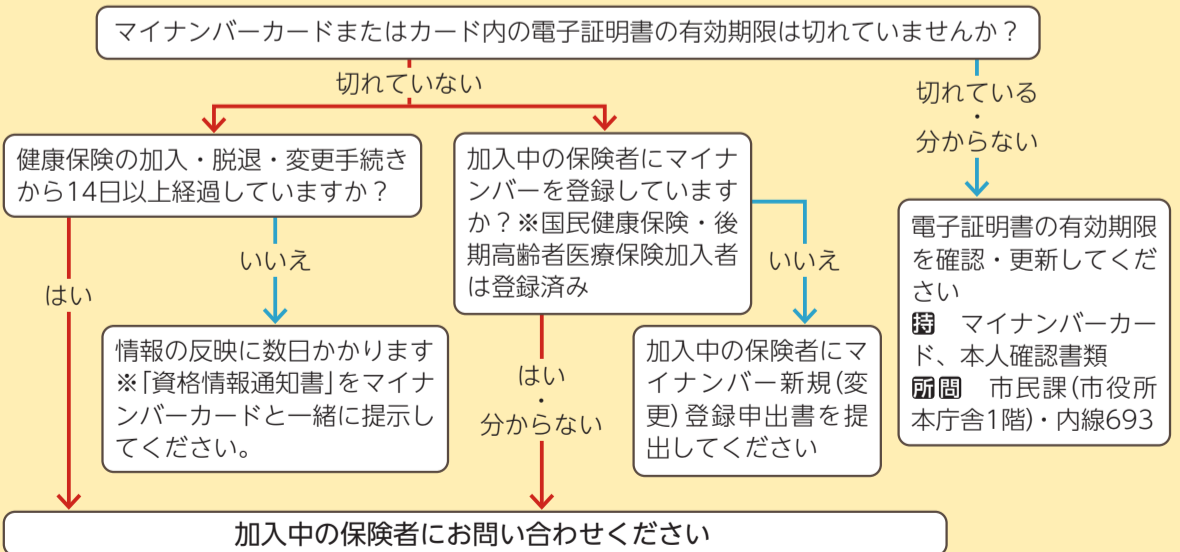
●マイナポータルで医療費通知情報を確認でき、医療費控除の申請をする時に、情報が自動で入力されます。※はり・きゅう・マッサージ施術費などの療養費は閲覧不可

●本人の同意の下、特定健診の結果・薬剤の情報をかかりつけ医や薬剤師などと共有できるほか、マイナポータルで自身の情報を確認できます。

マイナ保険証を利用したい場合はどうすればよいですか？



健康保険証としての利用登録をしましたがマイナ保険証を利用できません



問 マイナンバー総合フリーダイヤル☎0120-95-0178(5番)