



## 「手賀沼写真コンクール」の作品を募集



クリーン手賀沼推進協議会では、手賀沼の情景を広く紹介する第32回手賀沼写真コンクール作品を募集します。皆さんの力作をお待ちしています。

**テーマ** 四季を彩る手賀沼の自然環境

**規格** 六つ切～四つ切サイズ(ワイド可)。インクジェットプリンターを使用の場合は写真専用のプリント用紙にA4～四つ切サイズ(ワイド可)。いずれも横位置。カラー・モノクロは問いません。※ただし、合成写真・組写真は不可。

**応募規定** 2015年6月1日以降に撮影したもので、他のコンテストに応募していない自作品、1人3点まで(市販目的のない出版物、クラブ展、個人的なホームページに掲載されたものは可)。

※被写体の肖像権、著作権には十分注意を払ってください。

※人物を撮影する場合は、必ず被写体の承諾を得てください。

※応募作品は返却しません。また、手賀沼カレンダーのほか、市の事業や刊行物などに使用することもあります。

**表彰** 最優秀賞、優秀賞、入賞(入選者には7月下旬ごろ通知)

**応募方法・期** 6月1日(木)～30日(金)必着で郵送または持参。作品の裏面に必要事項を明記した応募票(手賀沼課で配布。市ホームページからダウンロード可)を作品の天地にあわせて貼付し、〒270-1146高野山新田193水の館内手賀沼課 ☎7185-1484



▲第31回最優秀賞「朝霧に向かって」高宮絹子さん

## 平成29年度 消防団操法大会



操法大会は市内21の分団が日頃の鍛錬の成果を発揮する場です。各分団は、災害時に迅速かつ的確な活動が行えるよう、訓練に励んでいます。地域防災の担い手である消防団の勇姿をご覧ください。

**日時** 5月28日(日)午前8時～正午ごろ(小雨実施)

**場所** 五本松運動広場

**消防本部警防課** ☎7181-7701

## 緑の講習会

### 庭づくりの初めの1歩 「草花の選び方&植え方」

**日時** 6月7日(水)午前10時～正午

**場所** アピスタ工芸工作室

**内容** 買ってきた苗を枯らしてしまったり、植えてもうまく育たないといった方のために、庭づくりの初心者向け講座を開催します。草花の選び方や土づくり、配置の方法などを学び、ミニ寄せ植えを作ります。

**講師** 柿澤友美さん(園芸店「晴美園」)

**定員** 先着20人

**費用** 2000円

**持ち物** 筆記用具、ミニスコップ、ビニール手袋、エプロン、持ち帰り袋

**申込・期** NPO法人テラス21緑の事務局 ☎080-193441

## 特設人権相談所を開設

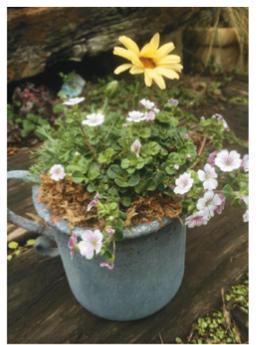
全国人権擁護委員連合会では、毎年6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、啓発活動を展開しています。市では人権擁護委員による特設人権相談所を開設します。お気軽にご相談ください(秘密厳守)。

**日時** 6月1日(木)午前10時～午後3時

**場所** 市役所西別館2階相談室

**費用** 無料

**申込・期** 社会福祉課・内線432(予約優先)



4378(月)土曜日午前10時～午後6時)

## 5月31日は世界禁煙デー

たばこの煙には化学物質が4000種類以上、うち約200種類は発がん性物質などの有害物質が含まれており、COPD(慢性閉塞性肺疾患)\*をはじめ、肺がん・喉頭がんや、循環器疾患や歯周疾患など多くの疾患の危険因子となります。また、副流煙にも有害物質が多く含まれており、周囲の人の健康にも重大な影響を及ぼします。呼吸器疾患や子どもの低身長、乳幼児突然死症候群(SIDS)発症などに影響を及ぼすことがあるため、子どものいる家庭は特に注意が必要です。

しかし、「禁煙しよう」と思っても、ついたばこに手が出てしまいませんか?たばこに含まれる「ニコチン」には依存性があり、自分一人では禁煙が難しい場合があります。禁煙外来では、禁煙補助薬などを活用しながらニコチンの禁断症状を緩和し、禁煙をサポートしていきます。喫煙者の方は、自らの健康寿命を延ばすため、周囲の人をたばこの煙から守るため、この機会に禁煙を試みましょう!

\*有害な空気を吸い込むことによって気管支や肺胞などに障害が生じる病気で、患者の90%は喫煙者です。

### 禁煙治療を保険で受けられる市内医療機関

医療機関名・住所	電話番号
根戸クリニック(根戸1747の6)	7190-5705
一瀬医院(つくし野6の1の7)	7185-2321
いとう内科循環器科(我孫子1の1の22 3階)	7181-3226
わたなべファミリークリニック(我孫子2の3の2 1階)	7183-1132
ほしの脳神経クリニック(我孫子4の43の17)	7182-7171
我孫子東邦病院(我孫子1851の1)	7182-8166
並木七丁目診療所(並木7の1の32)	7184-8176
天王台依田内科クリニック(天王台2の2の1)	7184-2221
我孫子聖仁会病院(柴崎1300)	7181-1100
あびこ診療所(柴崎台2の1の3)	7181-7007
わくい泌尿器科医院(柴崎台2の8の19)	7185-0911

(一社)日本禁煙学会ホームページより

**期** 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

※WHO(世界保健機関)は喫煙と健康問題についての認識を深め、適切な対策の実践を求める日として、「世界禁煙デー」を定めています。厚生労働省では、世界禁煙デーからの1週間(5月31日～6月6日)を「禁煙週間」と定めて普及啓発を行っています。



## あびこ農産物直売所マップ



ホームページ「あびこ地産地消コム」(QRコード参照 <http://abiko-chisan.com/farm>)では、「あびこ農産物直売所マップ」を掲載し、市内に点在する農産物直売所の主な販売品目や生産者のプロフィールなどを紹介しています。新鮮で安全・安心なあびこ産の野菜のお求めに、ぜひご活用ください。

**期** あびこ型「地産地消」推進協議会 ☎7128-7770(月・火・木曜日午前9時～午後5時)



## 生活応援お買い物券 「プラス・テン我孫子」

我孫子を元気にする会では、湖北台・中峠地域の23店舗でお買い物ができる、お買い物券を発行します。

**販売・利用期間** 5月21日(日)～8月31日(休)

**内容** 1冊5500円つづり(500円券9枚+100円券10枚)のお買い物券を5000円で販売(200冊限定) ※なくなり次第終了

**販売** 湖北フラワーセンター(湖北台1の13の22) ☎7188-4489、ジュエリー創作工房シペーロ(湖北台8の18の8) ☎7188-8788

**利用可能店舗** ASA湖北(朝日新聞)、おでんちゃん、湖北フラワーセンター、香玉園、居酒屋安良居、居酒屋大幸、居酒屋パートナー、ミートショップカワイ、和食料理おけさ、みの太湖北店、居酒屋その子、カラオケ居酒屋ままや、アビコ工芸社、ドール・マルミ、うなぎお賀川、佐藤印刷(有)、魚采瀬がわ、ジュエリー創作工房シペーロ、きくち音楽教室、カットファクトリー、榮來、オオツカクリーナーズ、インテリアコダカ

**期** 我孫子を元気にする会・林 ☎7187-0333