

<http://www.city.abiko.chiba.jp/>

(毎月1日・16日発行) 平成28年(2016年) No.1398

携帯サイト <http://www.city.abiko.chiba.jp/mob/> 編集・発行 我孫子市役所 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) FAX04-7185-1520

◆人口	132,853人	(-363人)
	【うち外国人1,514人(+149人)】	
男	65,444人	(-209人)
女	67,409人	(-154人)
◆世帯	57,200世帯	(+485世帯)
	1月1日現在 () 内は対前年同月比	

在宅医療と介護の連携

在宅医療について、どのようなイメージをお持ちでしょうか？
現在はほとんどの方が病院で最期を迎えられています。平成26年度に市が実施した介護に関するニーズ調査では、高齢者の半数が病気になっても住みなれた我が家で、家族や友人に囲まれ充実した療養生活を送りたいと望んでいます。今号をきっかけに在宅医療について考えてみませんか。



企画 我孫子市在宅医療介護連携推進協議会 広報部会 図 高齢者支援課・内線396

身近な事例から考える「在宅医療」

在宅医療と言っても、その方の病気や思いによって、いろいろなサービスがあります。



我孫子医師会 成廣朗会長

在宅医療を知っていただくために、訪問診療の医師が関わっている一つの例を紹介したいと思います。

在宅医療については、まずかかりつけ医または高齢者支援課、各地区の高齢者なんでも相談室にご相談ください。

脳梗塞により左半身や飲みこみに麻痺が残り在宅で生活しながらリハビリに励む

70代後半の男性、妻と2人暮らし

3年前

脳梗塞で入院している時から「自分のことは自分でやりたい」という思いがありました。しかし退院にあたり、自宅の玄関や風呂場に段差があり、妻も「家でみるができるかしら？」と不安そうに話していました。

現在

介護保険サービスによる住宅改修、歩行器のレンタルなどを利用し、移動や入浴も不安なくできています。また、月1回の医師の訪問診療、週1回の訪問看護、訪問リハビリを利用しながら体調の管理やリハビリに励んでいます。

医師の訪問時には「家族も近所の人もいるし、やっぱり家がいいね」と笑顔で話され、趣味で書いた絵も見せてくれます。

かかりつけ医を持ちましょう!

かかりつけ医がいれば、いざという時に相談ができます。

元気な方も、定期健(検)診などを通じて、かかりつけ医を持ちましょう。



1 身近で安心

医師が訪問するので、自宅で診療を受けることができます。また、かかりつけ医なら不安な気持ちなども相談できます。



急性期・回復期病院



高齢者なんでも相談室

主治医

2 適切な医療

がんなどで痛みがあるときでも、自宅で痛みを和らげる治療を受けることもできます。また、医療費は入院よりも安くなります。



歯科医



薬剤師



自宅での生活を支える多職種のサポート



訪問看護師



ケアマネジャー

3 家族の介護負担にも対応

状態によって、医師だけでなく、看護師、薬剤師、歯科医師、ヘルパーなどの多くの職種の方が自宅に来て、ケアを受けることができます。



ホームヘルパー

4 自分らしく暮らせる

外出したり、友達を呼んだり、家族とだらんがができます。

在宅医療・介護の充実に向けて

市では、在宅医療を提供する体制づくりを進めており、在宅医療・介護に関わる多職種で「我孫子市在宅医療介護連携推進協議会」を設置しています。

在宅医療・介護の推進に向けて、課題の検討や研修、そして顔の見える関係づくりを目的とした多職種交流会を開催するなどの取り組みを行っています。



【平成28年度有料自転車駐車場の一斉募集受付は2月14日(日)までです】

現在利用中の方も申請が必要です。詳しくは広報あびこ1月16日号をご覧ください。 ☎(公社)我孫子市シルバー人材センター ☎7188-2345 (平日8時30分~17時)

税の申告の準備はお早めに

平成27年分の確定申告の受付期間は、2月16日(火)～3月15日(火)ですが、柏税務署では2月8日(月)から確定申告書作成会場を開設します。確定申告書や手引きは市役所、各行政サービスセンターで配布しています(枚数に限りがあります)。

確定申告は柏税務署に

市の申告会場では、市・県民税の申告受付、作成済みの確定申告書のお預かり、簡単な確定申告書の作成相談を行います。次の方は、柏税務署にご相談ください。

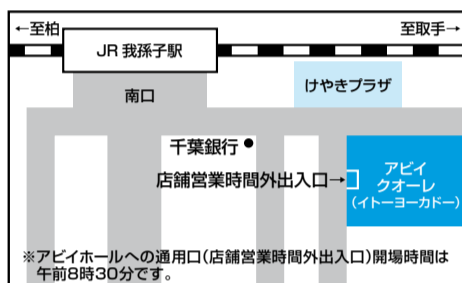
- ① 事業所得(営業等・農業)、不動産所得のある方
- ② 譲渡所得(土地、建物、株式、ゴルフ会員権など)のある方
- ③ FX取引、先物取引、上場株式等の配当と上場株式等の譲渡損失との間で損益通算など、申告分離課税の申告をする方
- ④ 入居後初めての住宅借入金等特別控除、雑損控除、政党等(公益社団法人・NPOなど)寄附金等特別控除、外国税額控除、給与所得者の特定支出控除を受ける方
- ⑤ 青色申告、訂正申告、過年度の申告、平均課税の申告をする方
- ⑥ 国外に扶養する親族がいる方、外国籍の方、亡くなった方の申告をする方
- ⑦ 相続税、贈与税、消費税の申告をする方
- ⑧ その他、特殊な内容を含む申告をする方

〔確定申告〕柏税務署 ☎714612321
〔市・県民税の申告〕課税課・内線357

市の申告会場

日程	受付時間	会場	受付内容
2月16日(火)・17日(水)	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分	湖北地区公民館 布佐南近隣センター	◎市・県民税の申告受付 ◎作成済みの確定申告書のお預かり(柏税務署に回送) ◎簡単な確定申告書の作成相談
2月22日(月)～3月15日(火) ※平日のみ	午前9時～11時30分 午後1時～4時	アビイホール(アビイオーレ3階)	

※混雑状況により、午前中は早めに受付を終了する場合があります。
※土・日曜日は開催しません。ご注意ください。
※アビイオーレの駐車場は有料です。



確定申告書 作成上の注意点

～「住民税に関する事項」の記入を～

確定申告書第二表の「住民税に関する事項」について該当する場合は、省略せず全て正確に記入してください。「住民税に関する事項」に記入がないと、住民税の配当割額控除、株式等譲渡所得割額控除、寄附金税額控除等が受けられない場合があります。

図(参考) 確定申告書A第二表

16歳未満の扶養親族がいる方は必ず記入してください

住民税に関する事項	
16歳未満の扶養親族	扶養親族の氏名(除籍) 生年月日 別居の場合の住所
給与・公的年金等に係る所得以外(平成28年4月1日において65歳未満の方は給与所得以外)の所得に係る住民税の徴収方法の選択	給与から差引き 自分で納付
配当に関する住民税の特例	非居住者の特例
配当割額控除額	都道府県 市区町村
寄附金 都道府県 市区町村	税額控除 市区町村
別居の控除対象配偶者・控除対象扶養親族の氏名・住所	氏名 住所

特に「16歳未満の扶養親族」欄は住民税の非課税限度額の算定に必要ですので、16歳未満(平成12年1月2日以降生まれ)の扶養親族がいる方は必ずご記入ください。(右図参照)

個人番号カードの受取方法

個人番号カードの申請は任意です

◎窓口で申請した場合 後日、カードを本人限定受取郵便で住所地へ郵送します。
◎郵送やインターネットで申請した場合 順次、交付通知書(転送不要扱いのハガキ)を郵送します。記載の期限日までに市民課でカードを受け取ってください。
※電話での事前予約を始めました 混雑が予想されるため、電話での事前予約を受け付けます。事前に予約された方は、窓口で優先してご案内します。事前予約をご希望の方は、市民課マイナンバーコールセンターへお問い合わせください。
◎注意事項 カードは全国の市町村から委託を受けた地方公共団体情報システム機構で作成します。現在は全国的に申請が集中しているため、申請から受け取りまで3カ月前後かかります。

受付窓口	業務	受付時間
市民課(市役所本庁舎1階)	・申請(即日交付不可) ・受け取り	平日 午前8時30分～午後5時 休日開庁日 ※2月7日(日)・13日(土)・28日(日)・3月12日(土) 午前9時～午後4時
我孫子行政サービスセンター(我孫子駅南口)	・申請のみ(即日交付不可) ※受け取りはできません。	平日 午前9時～午後5時
その他の行政サービスセンター		平日 午前8時30分～午後5時

市民課マイナンバーコールセンター ☎7185-4326(平日午前8時30分～午後5時)

防災行政無線子局を新設しました

防災行政無線は、市内71カ所に設置してある「子局」の拡声器から緊急連絡や一般広報、夕方のチャイムなど、さまざまな情報を住民の皆さんへ提供しています。平成27年度は、防災行政無線の聞こえづらい地域8カ所に、子局を新設する工事を行いました。新設した子局は、2月1日から本格運用します。

新規子局8カ所

我孫子北部：並木5号公園、我孫子南部：船戸ときわ台公園・若松1号公園、天王台：天王台南公園、湖北：

ペットボトルのキャップでワクチンを届ける活動を廃止します

市では、平成21年2月からペットボトルキャップを拠点回収し、その譲渡益を「エコキャップ推進協会」を通じて、「世界の子」にワクチンを日本委員会(JCV)に寄付するとい

ことが判明しました。それ以来、市では、同協会への寄付を中止し、拠点から回収したペットボトルキャップを「その他プラスチック」として処理し、拠点の回収用具にその旨を掲示しています。その後、他の方法も検討しましたが、廃棄物処理法上適正な処理ができる団体が見つからないためワクチン購入のための譲渡を断念することとなりました。各拠点に設置した回収用具は、平成27年度末で撤去します。これまで回収にご協力いただきありがとうございました。

18710015 クリーンセンター ☎718710015

水田地帯での「野ネズミ駆除」のお知らせ

農作物に被害を与える野ネズミの駆除を市内の水田地帯全域で実施します。農業者が薬剤を水田の畦畔の巣穴に投入します。で、ペットが誤って口にすることがないように注意してください。なお、土中に投入された薬剤は半年ほどで自然分解し無害になります。実施期間 2月～3月の春期繁殖前 使用する薬剤 ラテミンリ ン化亜鉛1% 農政課・内線510

パブリックコメント

我孫子市廃棄物処理施設整備基本計画(案)

趣旨 新クリーンセンターの整備を進めるため、事業の方向性とスケジュールを示した計画を策定するもの

公表期間 2月25日(木)まで

閲覧場所 クリーンセンター、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、あびこ市民プラザ、各近隣センター、市民図書館湖北台分館、布佐分館、市ホームページ

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)に明記のうえ①担当課へ郵送、ファクス、持参②ちば電子申請サービス③閲覧場所の窓口へ提出または備え付けの意見書投函に投函してください。

提出先・図 〒270-1121 中時 264 クリーンセンター ☎718710015、☎718712379

市民の皆さんの力で違反広告除去

法令に違反して道路上に掲出されている立看板、はり紙、はり札などの除去を、ボランティアで行っていただけるサポーターやサポート団体を募集します。登録後、講習会を開催します。

対象 ◎サポーター…市内在住・在勤・在学の20歳以上の方
◎サポート団体…活動の中心が市内で、市内在住・在勤・在学の20歳以上の方2人以上で構成される団体

登録期間 4月1日～平成30年3月31日(無償)

目・図 2月19日(金)必着でEメール、郵送、持参。所定の申請書・必要書類(都市計画課〈市役所東別館1階〉、各行政サービスセンターに用意、市ホームページからダウンロード可)に必要な事項を明記し、〒270-1192市役所都市計画課 景観推進室(住所省略可)・内線574、☎keikan@city.abiko.chiba.jp

我孫子市指定文化財「薬師三尊と十二神将」 年一度の御開帳

中里薬師堂には薬師三尊と十二神将が祭られており、特に薬師如来は眼病に靈験あらたかな仏様として信仰を集めています。今年、薬師三尊を修復しました。ぜひお越しください。

日時 2月11日(祝)午前10時～午後3時
場所 中里薬師堂(中里238)※駐車場なし
問 松下 ☎090-2542-3400



▲薬師三尊

Assistant Language Teacher Wanted 市内の小・中学校に勤務する英語指導助手を募集します

対象 英語を母国語とする外国籍の方で、大学の学士号以上の資格を持ち、日本での英語教育に熱意があり、日本語での日常会話ができる方

定員 若干名 **選考日** 2月17日(水)

目・図 2月10日(水)午後5時までに電話で教育委員会指導課 ☎7185-1367

We are looking for Assistant Language Teacher (ALT) to teach English in the elementary and junior high schools in Abiko City. Interviews will be held on Wednesday, February 17th. Please call us for further details until Feb. 10th.

Requirements :

- ・ Native English speaker
- ・ Enthusiastic about teaching English to the children in Japan
- ・ Able to actively participate in English activities and cooperate with Japanese teachers in lesson planning and classroom instruction
- ・ Bachelor's degree or higher
- ・ Basic Japanese speaking ability

Number of positions : few

Interview Date : Wednesday, February 17th

How to Apply : Call Shido-ka from 8:30 to 17:00, until Feb.10th

Address : Abiko City Board of Education Shido-ka 1684 Abiko, Abiko-shi, 270-1166

For More Information : Call 04-7185-1367 FAX 04-7182-5867

2月市民相談・県民相談 ※☎は予約制です。

市民相談	弁護士法律相談☎	4日(水)、9日(火)、16日(水)、18日(金)、23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 ☎7185-1714(予約は1日(月)8時30分～)	
	人権相談(☎優先)	25日(木)10時～15時 相談室(西別館2階) 社会福祉課・内線432	
	税務相談☎	19日(金)10時～15時 収税課 ☎7185-1349(予約は15日(月)8時30分～)	
	行政相談	24日(水)10時～12時 市民相談室(本庁舎2階) 秘書広報課 ☎7185-1714	
	行政書士相談☎	17日(水)13時～16時 市民相談室(本庁舎2階)(相続・遺言・成年後見など)行政書士会・木川 ☎7183-2132	
	司法書士法律相談☎	19日(金)10時～15時 市民相談室(本庁舎2階) 千葉司法書士会柏支部 ☎7166-2015(平日13時～16時。予約は18日(木)まで)	
	不動産相談☎	12日(金)市民相談室(本庁舎2階)建築住宅課・内線601、602 (先着8組。2日前までに電話で予約)	
	住宅相談☎	12日(金)B会議室 建築住宅課・内線601、602 (先着4組。2日前までに電話で予約)	
	消費生活相談	月～金曜日、第2・4土曜日(祝日を除く) 10時～17時30分 消費生活センター ☎7185-0999	
	生活相談	土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 西別館2階 社会福祉課・内線393	
	健康相談	土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 保健センター 健康づくり支援課 ☎7185-1126	
	交通事故巡回相談☎	8日(月)10時～15時(先着4組。予約は1日(月)8時30分～) 市民安全課・内線486	
	子ども総合相談	土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 西別館1階 子ども相談課 ☎7185-1821	
	結婚相談(☎優先)	第1・3土曜日、第2・4日曜日、毎週木曜日 10時～19時 我孫子市結婚相談所 ☎7157-3900	
	母子・婦人相談(ひとり親)	土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 西別館2階 子ども支援課・内線849	
	DV相談	土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時 社会福祉課・内線394	
	県民相談	心の相談☎	22日(月)午後 西別館 障害福祉支援課・内線421
		もの忘れ相談☎	9日(火)13時30分～16時30分 相談室(西別館3階) 高齢者支援課 ☎7185-1112
地域職業相談		土・日曜、祝日を除く平日 8時30分～17時(12時～13時は求人閲覧のみ)サンビーンズビル6階(我孫子駅南口) 我孫子市地域職業相談室 ☎7165-2786	
介護とこころの相談☎		火～日曜日10時～16時 県福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ6階) ☎7165-2886	
住宅改修相談☎		木・金曜日10時～16時(5週目は休み) 県福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ6階) ☎7165-2886	
児童相談	福祉用具相談☎	火～日曜日10時～16時 県福祉ふれあいプラザ(けやきプラザ1階) ☎7165-2886	
	来所☎	月～金曜日9時～17時 柏児童相談所 ☎7131-7175	
電話	月～金曜日9時～17時 柏児童相談所 ☎7134-4152		

ご利用ください
人権相談

虐待や差別など人権に関する問題でお困りの方は、気軽に相談ください。秘密は固く守られます。

日時 毎月第4木曜日午前10時～午後3時 ※予約優先(無料)

場所 市役所西別館2階相談室

◎1月1日付けで、人権擁護委員として寺山竜介さんが再任されました。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、人権相談や人権尊重のための啓発など、現在8人が活動しています。

目・図 社会福祉課・内線432

**宝くじの助成
金で山車などの
備品を整備**

(再)自治総合センターは宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源としたコミュニティ助成事業を行っています。市では平成27年度の助成を受け、我孫子第九町内会が山車などの備品を整備しました。今後も八坂神社祭礼を通して、地域住民のふれあいの促進と、歴史・文化の継承に寄与し、子どもたちの郷土愛を育成していきます。

目 市民活動支援課・内線489

あなたに夢を。宝くじ 街に元気を。クーチン

市民文化講座 見学会

市民文化講座を一般公開します。平成28年度の受講を検討されている方は、ぜひご覧ください。 ※28年度はアルゼンチンタンゴダンスの講座はありません。

目 我孫子市民文化講座連合会・染谷 ☎7182-4441

公開講座 場所 ①…アピスタ ②湖北地区公民館

講座名	見学日	時間	場所
短歌	2月1日(月)・15日(月)	9:30～11:30	①第3学習室
俳句	2月10日(水)・24日(水)	12:30～14:30	①第3学習室
水墨画	2月9日(火)・23日(火)	12:30～14:30	①工芸工作室
水彩画	2月4日(木)・25日(木)	9:30～11:30	①工芸工作室
書道(漢字)	2月3日(水)	9:30～11:30	①第2学習室
茶道	2月2日(火)・16日(火)	9:30～11:30	①第1和室
きもの着付け	2月2日(火)・16日(火)	9:30～11:30	①第2和室
謡曲	2月14日(日)	9:30～11:30	①第5学習室
	2月28日(日)	9:30～11:30	②第2学習室
日本舞踊	2月12日(金)・26日(金)	12:30～14:30	②第1和室
アルゼンチンタンゴダンス	2月6日(土)・20日(土)	9:30～11:30	②第2学習室
書道(かな)	2月3日(水)	9:30～11:30	②第3学習室
囲碁	2月4日(木)・25日(木)	9:30～11:30	②第2学習室



予防接種の受け忘れはありますか？

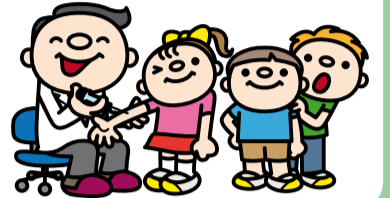
母子健康手帳の『予防接種の記録』のページをご確認ください。対象年齢でまだ受けていない予防接種がありましたら、早めの接種をおすすめします。接種の際は、必ず保護者が同伴し、母子健康手帳と予診票を持参してください。予診票が手元がない方はご連絡ください。

◎麻しん風しん混合(MR)

対象 1期…1歳、2期…平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれの方
無料期間 1期…1歳～2歳未満、2期…平成28年3月31日まで
回数 1期・2期…各1回

◎ジフテリア破傷風混合(DT)2期

対象 11歳～13歳未満(小学6年生時に個別通知を送付) 回数 1回
☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126



医療・介護新時代の「終の住処」をどう考える

日時 2月3日(水)午後1時30分～午後4時(1時間開場)
場所 アビスタホール
内容 ①講演「終の住処、見直しのポイント」講師：浅川澄一さん(福祉ジャーナリスト)
②グループ別意見交換「終の住処―私はこう思う―」
③グループ発表、講師によるアドバイスとまとめ
定員 当日先着130人(申込不要)
費用 無料
☎ 高齢社会への対応を探る会・加藤 ☎710515292

プロが伝授「せっけんクリーニング講習会」

ご存じですか？ダウンもウールも家庭で洗えます。プロのクリーニング屋さん洗い方を演じます！
日時 2月18日(木)午後2時～4時
場所 我孫子南近隣センターホール(けやきプラザ9階)
講師 茂木孝夫さん(白栄舎クリーニング代表取締役)
定員 先着80人(子ども同伴可)※無料
☎・☎ 電話で消費生活センター ☎71851146
9(平日・第2・4土曜日)午前9時30分～午後6時

こころの健康講座

心の病を持つ方にとって、周りの人の理解や支えはとても重要です。正しい知識を身につけ、私たちにできることを考えてみませんか？

日時 2月27日(土)午後1時30分～4時
場所 我孫子南近隣センターホール(けやきプラザ9階)
内容 ◎ストレスに負けない心と体の作り方 講師…中山貴至さん(柏駅前なかやまメンタルクリニック院長)
◎訪問看護による精神障害者のケアについて 講師…千葉真由美さん(わかかさ訪問看護ステーション)
◎障害者まちかど相談室ってどういうところ
対象・定員 心の健康について関心がある市内在住・在勤の方、先着80人
費用 無料
☎・☎ 障害福祉支援課・内線381

介護保険ボランティア講座

「バルーンアートでボランティアしませんか？」

◎ボランティア市民活動相談窓口で・と・り・あ
2月27日(土)①午前10時～午後0時30分…いろいろな動物の作り方講習(初心者向け)
②午後1時20分～3時50分…アーチの作り方講習
◎名戸ヶ谷あびこ病院会議室 3月3日(木)③午前10時～午後0時30分…着ぐるみの作り方講習
④午後1時20分～3時50分…弓矢・ボール・お花などの作り方講習(初心者向け)
対象 介護保険ボランティア登録者、市内在住の65歳以上で介護保険ボランティアに登録できる方、ボランティア活動に興味・関心のある20歳以上の方
定員 ①②各12人、③④各20人
費用 回数に関わらず1500円(材料費)
☎・☎ 2月22日(月)までに電話・ファクス・Eメールで、て・と・り・あ ☎7185-5233、☎7185-5243、✉avc@abiko-shakyo.com



危険ドラッグは「持たない!」「買わない!」「使わない!」

2月は千葉県薬物乱用防止広報強化月間
危険ドラッグは、店舗やインターネットで、「合法ハーブ」「アロマ」「お香」「バスソルト」「フレグランスパウダー」などと、あたかも安全なもののように「偽って」販売されています。これらの製品には麻薬等の違法な物質が入っていることもあり、摂取すると意識障害、嘔吐、けいれん、呼吸困難など有害な作用を起すことがあります。危険ドラッグは大変危険です。千葉県から薬物を根絶する輪を広げましょう!
☎ 県業務課 ☎04312312620、県精神保健福祉センター ☎043126313893、県警ヤング・テレホン ☎017831497

認知症の方の家族のつらい「あびこ」ひとりで悩まず、参加してみませんか

日時 2月10日(水)午後1時30分～3時30分
場所 けやきプラザ1階工作室
内容 介護方法や日ごろの悩みなどについての情報交換
対象 認知症の方を介護している家族・介護経験者
費用 無料(予約不要)
☎ 高齢者支援課 ☎7185-1112

2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		◎心の健康に関する教室 場所 保健センター ☎ 障害福祉支援課・内線421	
項目	日程	対象・内容など	
★ しあわせママパパ学級 ☎	6・13・20日(土)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方	
4カ月児相談	2・9日(水)	平成27年9月生まれ	
育児相談(乳幼児の育児)	10・24日(水)	子育て支援センター「にこにこ広場」、先着10人	
	17日(水)	保健センター	
1歳6カ月児健康診査	25日(木)	平成26年7月1日～7月20日生まれ	
2歳8カ月児歯科健診	23日(火)	平成25年6月生まれ	
3歳児健康診査	4・18日(木)	平成24年7月1日～8月10日生まれ	
5歳児健康診査	23日(火)	平成23年2月生まれ	
★ 離乳食教室(4～6カ月児向け) ☎	26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) ☎	3日(水)	平成27年5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	
◎デイケアクラブ 時間 午前10時～11時30分 ☎ 障害福祉支援課・内線381		教室名	日・所
		あびこ	24日(水)アビスタ第2学習室
		こほり	10日(水)外出(要予約)
◎遊具うんどう教室 時間 午前10時～11時 ☎ 高齢者支援課 ☎7185-1112		開催日	場所
		19日(金)	天王台西公園 *雨天中止



374 漢方薬の正しい使い方

市販薬の中に「痩せる」ことを目的とした薬がいろいろと販売されていますが、名前の違いはあれど、そのほとんどが「防風通聖散」という漢方薬です。このお薬、本来は浮腫をとり、お腹の中にたまったものを下して外に出し、体にこもった熱を取り去るための薬です。決して「痩せる薬」ではないのです。浮腫が取れて、便秘が解消すれば一時的に体重が減るのは当たり前のことです。「食べ過ぎ」、「飲み過ぎ」を解消するのが痩せるための第一歩です。「風邪に葛根湯」、宣伝広告でよく聞くフレーズです。実はこの薬、風邪以外にも用います。肩こりなどがそれにあたります。肩こりなどで市販薬の葛根湯を飲み続ける方がいらっしゃいますが、長期に内服する場合には注意が必要です。それは葛根湯に含まれる麻黄という生薬が心臓に影響して、脈が速くなることがあります。特に高血圧で薬を内服している方はくれぐれも注意してください。ちなみに風邪の時に葛根湯を使うタイミングは、「寒気」、「節々の痛み」、「首のコリ」があるときが最適です。
ケアナーシングワイズ外科・内科クリニック 植村 豊
☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

●休日・夜間に病気になったら：○消防署(☎7184-0119)に電話をしてください。休日・夜間救急病院、小児救急病院をご案内します。案内された病院に行く場合は、症状やけがの状態を病院に直接電話してから受診してください。※緊急の場合は迷わず☎119へ電話をしてください。※休日や深夜などの診察料は、割高になります。休日は日曜、祝日、年末年始

すこやかちゃん



ことう しゆん
後藤 峻ちゃん
(白山・1歳3カ月)

好奇心も食欲も旺盛で、頼もしいけれどたまにヒヤヒヤ。心も体も大きく育ってね～。



なかやま りんか
中山 凜香ちゃん
(根戸・1歳3カ月)

何にでも興味津々な凜香ちゃん。その行動に周りの大人はつつい笑顔になってしまいます◎

～スポーツを楽しもう!～

楽 地域スポーツフェスタ



気軽に体を動かしませんか?ゲーム感覚で誰でも楽しめるニュースポーツや楽しいイベントを開催します!

日にち 2月27日(土)申込不要※雨天時は体育館のみ

◎並木小学校会場

時間 正午～午後3時30分(受付午前11時20分～)

種目 ストラックアウト、キックターゲット、サッカーボールでペットボトルボーリング、グラウンドゴルフ、フリースロー、卓球、バドミントン、ふわどっち、スタンプラリーなど ※和太鼓団体の発表・並木小吹奏楽部演奏あり

◎我孫子第三小学校会場

時間 午前9時25分～午後1時30分(受付9時15分～)

種目 キックターゲット、鬼ごっこで遊ぼう、ティーボール、卓球、風船バレーボール、お楽しみ〇×クイズなど ※第三小吹奏楽部演奏・ダブルダッチ世界チャンピオンチーム「皆跳」のパフォーマンスあり

◎布佐南小学校会場

時間 午前10時～午後2時(受付9時45分～)

種目 ショートテニス、ペタンク、ふわどっち、リアル野球盤、サッカー、グラウンドゴルフ、ボールウォーキング、バグギーなど ※和太鼓団体の発表、布佐南小吹奏楽部の演奏、ダブルダッチ世界チャンピオンチーム「皆跳」のパフォーマンス、空くじなし「お楽しみ抽選会」あり

〈三会場共通〉

費用 20円 持ち物 上ばき

問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1604



体験農園 むそう塾の利用者

30年以上農薬や化学肥料を使用したことのない畑で、美味しい野菜を作ってみませんか。見学も歓迎します。

期間 3月1日～平成29年2月28日

※使用期間満了後も継続して利用を希望する方は、区画の移動なく継続して利用ができます。

作業時間 曜日を問わず日の出から日没まで 場所 北新田

施設 1区画30㎡(約10坪)※多目的ハウス・堆肥場・井戸・トイレ・駐車場・農具の使用可 費用 1区画月額1250円(年間1万5000円)

申・問 玉根 ☎7182-9100、090-3476-8417、中村 ☎koichi-nakamura@jcom.home.ne.jp



ひなまつり記念撮影会

日時 2月20日(土)①午前10時～②午前10時40分～③午前11時20分～④正午～

場所 アビシルベ

内容 お内裏様・お雛様の衣装を着て「手賀沼のうなぎちゃん」「あびかちゃん」と一緒に写真を撮ろう。参加者には「手賀沼のうなぎちゃん缶バッジ」をプレゼント!※撮影時にお内裏様・お雛様の衣装をお貸しします(着付け・簡単なメイクあり)※後日、プリントした写真または画像データをお渡しします。

対象・定員 3歳～12歳の方、先着28組(要申込) 費用 無料

問・問 2月19日(金)までに電話またはアビシルベ ☎7100-0014



▲昨年の様子

楽 冬の自然観察会～谷津で鳥を観察しよう～

日時 2月20日(土)9時30分～正午(荒天中止) ※東我孫子駅南口広場集合、作業小屋前解散(中央学院高校そば)



案内人 染谷迪夫さん(自然観察指導員)

定員 先着20人(無料) 持ち物 双眼鏡(あれば)、動きやすく汚れても良い服装

問・問 2月19日(金)までに谷津ミュージアムの事務局(手賀沼課内)・内線465

「我孫子のいろいろ八景歩きコースマップ」を配布

昨年開催したイベント「我孫子のいろいろ八景歩き」で散策した4コースのマップを配布しています。市ホームページからダウンロードもできます。我孫子の魅力ある風景を見にぜひお出かけください。

マップ 布佐・新木 三大緑地公園コース、湖北台の

まちなみと田園コース、高野山台地の八景と古墳を巡るコース、白樺派の散歩道と水辺のまちなみコース

配布場所 アビシルベ、アビスタ、あびこ市民プラザ、湖北地区公民館、各図書館、各行政サービスセンター

問 都市計画課景観推進室・内線574



2月 子育て応援情報

出前保育 (対象)市内在住の乳幼児と保護者

公立保育園 子育て支援クラブ けやきツツ ○ホール活動…「リズムあそび」親子で音楽に合わせて楽しく体を動かそう
日時 2月25日(木)10時30分～11時30分 場所 アビスタ 定員 50組・要予約
◎広場活動(予約不要)…親子ふれあい遊びなど 時間 10時30分～11時

1日(月)	にこにこ広場(アビクオーレ2階)	4日(木)	すくすく広場(天王台駅南口)
9日(火)	わくわく広場(湖北台保育園隣)	12日(金)	すこやか広場(布佐南小学校内)

問・問 保育課 子育て担当 ☎7185-1111内線322(土・日曜、祝日を除く8時30分～17時)

すまいるキッズ

日時 2月2日(火)10時30分～11時30分 場所 湖北地区公民館

問 にこにこ広場 ☎7185-8882(火曜日を除く10時～17時)

るんるんパーク

時間 10時30分～11時30分 ※雨天・荒天中止

5日(金)	湖北台中央公園	8日(月)	手賀沼公園
18日(木)	天王台西公園	19日(金)	気象台記念公園

問 にこにこ広場 ☎7185-8882(火曜日を除く10時～17時)

楽 広場でパパを楽しもう!

◎体操、ふれあい遊びなどを楽しみます

にこにこ広場(パパとあそぼう)	日時 14日(日)10:30～11:45 定員 なし(要予約) 問・問 ☎7185-8882
すくすく広場(すくすくバスタイム)	日時 6・13・20・27日(土)11:00～11:20 定員 なし(予約不要) 問・問 ☎7185-1936
わくわく広場(わくわくファミリー)	日時 13日(土)10:30～11:30 定員 なし(要予約) 問・問 ☎7185-2196

ふたごちゃん・みつごちゃんの会

(対象)市内在住のふたご以上のお子さんとその保護者

日時 2月8日(月)10時30分～11時30分 場所 すこやか広場
参加費 無料 協力 我孫子市民生委員児童委員協議会 児童部会
問 すこやか広場 ☎7185-2247(日曜日を除く9時～16時)

子育て情報は、メール配信をしています。詳しくは保育課子育て情報担当 ☎7185-1915へ。

◆公園管理技能員

◎囑託職員 任期4月1日～1年間(更新あり・月16日以内) 対・定満65歳未満で、刈払機とその他草刈りの機械類・2トントラックが操作でき、市内の地理に精通している方、2人 報酬14万5000円(通勤手当あり)

◎臨時職員 任期5月1日～10月31日(月14日) 対・定刈払機が操作できる方、5人 賃金時給1020円(通勤手当あり) <共通>勤務時間8時30分～17時 所公園管理事務所(湖北台中央公園内) 申・閏2月12日(金)16時まで本人が持参。申込書(公園緑地課に用意)に必要事項を明記し、公園緑地課・内線594(2月25日(木)面接予定)

◆学童保育室・あびっこクラブスタッフ

◎サブリーダー(囑託職員) 任期4月1日～平成29年3月31日(更新あり) 勤務時間週27時間程度(長時間勤務、会議・研修あり) 内児童の放課後や休業日の生活支援など 対・定65歳未満(4月1日現在)で、教員免許(小～高校のいずれか)または幼稚園教諭、保育士、児童厚生員の資格をお持ちの方、若干名 報酬時給1240円(通勤手当あり、社会保険加入必須) 選考書類、面接 ◎アシスタント(臨時職員・登録制) 任期①3月中旬～4月中旬②4月1日～9月30日(更新あり) 勤務時間平日…13時～19時までの間で3～4時間、長期休み・祝日…7時45分～19時までの間で5～7時間(土は8時～) 対18歳以上で児童に携わる仕事に意欲のある健康な方 賃金時給920円(通勤手当あり) ※受付時に簡単な面接あり <共通>申・閏履歴書(写真貼付)に必要事項を明記し、資格証の写し(サブリーダーのみ)を添えて、2月15日(月)17時まで(平日のみ)に本人持参(郵送不可)で子ども支援課・内線449(書類返却不可)

◆(公財)山階鳥類研究所アルバイト

任期3月1日～平成29年3月31日(更新あり) 10時～17時(昼休みあり) 内広報紙作成ほか広報業務補助 対・定月に10～15日勤務可能な方で、エクセル・ワード・描画ソフトの基本操作ができる方(編集やライター実務経験者歓迎)、1人 報酬月額5500円(交通費含む) 選考書類(履歴書)、面接※面接日は追って連絡。書類返却不可 所・申・閏郵送。履歴書(写真貼付)を2月15日(月)必着で〒270-1145高野山115(公財)山階鳥類研究所 ☎7182-1101

◆図書館司書(囑託職員)

任期4月1日～平成29年3月31日(更新あり) 勤務日時月124時間以内(土・日、祝日を含むシフト勤務)、8時30分～17時 所アビスタ本館または各分館 対・定司書有資格者、若干名 報酬時給1210円(通勤手当あり) 選考1次…小論文(2月20日(土))、2次…面接(2月27日(土)) ※1次合格者のみ 申・閏囑託職員採用申込書(各図書館に用意または図書館ホームページから

ダウンロード可)に必要事項を記入し(写真貼付)、司書資格証明書(コピー可)を添付の上、2月2日(火)～17日(水)9時30分～17時までにアビスタ2階事務室へ本人が直接持参(郵送不可、月曜日休館) 申アビスタ本館 ☎7184-1110

◆社会福祉協議会臨時職員

◎湖北台地区社協事務職員 勤務日時平日週2～3日9時～16時 所湖北台地区社会福祉協議会(湖北台市民センター内) 内事務全般、イベントの手伝いなど 対・定パソコン(ワード、エクセル)および自動車の運転ができる方、1人 ◎福祉ショップ&軽喫茶ぼぼらスタッフ 勤務日時(火)～(日)までの(土・日)を含む週2～3日10時30分～18時 所けやきプラザ 内接客、調理ほか 対・定協力して事業を進めるのが好きな方、若干名 <共通>賃金時給820円(通勤手当あり) 選考面接(2月中に採用の可否を連絡) 申・閏2月19日(金)までに我孫子市社会福祉協議会へ市販の履歴書(写真貼付)に記入し持参 ☎7184-1539

◆子育て支援施設 囑託職員

任期4月1日～平成29年3月31日(更新あり) 勤務日時月124時間以内(土・日、祝日を含むローテーション制) 8時30分～17時または9時～17時30分 所子育て支援4施設 対・定昭和26年4月2日以降に生まれた方で、保育士または幼稚園教諭等の有資格者、6人 報酬時給1170円(通勤手当あり) 選考レポート「私が取り組みたい子育て支援について」(800字)、面接(2月26日(金)) 申・閏2月25日(木)までに履歴書(写真貼付)、レポート、資格、免許の写しを添付し持参。保育課(市役所西別館2階)・内線572

◆介護相談員

任期4月1日～平成30年3月31日(更新あり) 勤務日時月4回施設訪問、月1回報告会 内介護保険施設で利用者からの相談、事業者との意見交換 対・定市内在住で、介護相談に熱意があり普通自動車免許をお持ちの方、6人※養成研修に参加できる方 報酬月1万4000円(施設訪問の交通費を含む) 選考書類、面接 申・閏2月26日(金)必着で「私が思う介護保険制度について」の意見・提言を800字程度にまとめ、住所、氏名、年齢、電話番号、「介護相談員応募」と明記し、〒270-1192市

市内交通(人身)事故発生件数 我孫子市警察署管内 12月末現在
12月の発生件数 43件
発生件数(27年1月～) 341件
前年同期比 +9件
12月の死者数 0人
死者数(27年1月～) 2人
前年同期比 +2人
12月の負傷者数 53人
負傷者数(27年1月～) 413人
前年同期比 +11人

役所高齢者支援課(住所省略可)へ郵送または持参 閏高齢者支援課(西別館3階)・内線426

お知らせ

◆法務局の登記相談が予約制になります
日2月1日(月)～ 内不動産登記の申請手続に関する相談 申・閏千葉地方法務局柏支局 ☎7167-3309

◆年金無料相談会
日2月7日(日)10時～16時 所我孫子南近隣センター(けやきプラザ8階) 内社会保険労務士による無料相談 対先着5人(要予約) 申・閏千葉県社会保険労務士会東葛支部 ☎047-345-9992(平日10時～15時)

◆猫犬譲渡会
日2月7日・21日、3月6日・20日いずれも(日)11時～14時(雨天実施) 所市役所駐車場※持ち込みは要事前連絡。保護犬猫の引き取りは不可 申チームねこわんこ ☎080-8723-9550

◆シルバー人材センター入会説明会
日2月10日(水)14時～16時 所あびこ市民プラザ 対・定市内在住の60歳以上で自動車運転業務希望の方、先着20人 申・閏シルバー人材センター ☎7188-2200(要予約)

◆「天王台交番」の業務を再開します
建て替え工事のため一時閉鎖していま

したが、今月上旬に業務を再開します 閏我孫子警察署 ☎7182-0110

◆SKSカフェトーク
日2月20日(土)13時30分～15時30分
テーマ「活動資金・あなたの団体はどうしていますか?」 定先着20人(予約不要) 費無料 所・申・閏あびこ市民活動ステーション ☎7185-6300
✉abikosks@themis.ocn.ne.jp

まち協情報

◆【ふさの風まちづくり協議会】
◎風のワークショップ
日2月4日(木)10時～12時 内春の花のサンキャッチャー制作 対・定20歳以上の方、5人 費2000円 所・申・閏近隣センターふさの風 ☎7181-6211

◆【こもれびまちづくり協議会】
◎そば打ち教室
日2月28日、3月13日・27日いずれも(日)9時30分～13時30分(全3回) 対・定全日程参加できる方、10人(応募者多数時は抽選) 費1回1600円 持エプロン、バンダナまたは三角巾、タオル、持ち帰り容器(タッパーのようなもの) 所・申・閏往復八ガキに教室名、郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、2月12日(金)必着で〒270-1144 東我孫子1の41の33近隣センターこもれび ☎7165-2011(10時～17時)

楽2のふれあい工房

☎7186-5500 青山450番地

●ひな祭り作品展のお知らせ…リサイクル教室で製作した「つるし雛・布のお雛さま・手作りお雛さま」等の作品を展示します。日時2月27日(土)、28日(日)10時～15時 場所我孫子市ふれあい工房・和室 申・閏我孫子市ふれあい工房

Table with 5 columns: リサイクル教室名, 開催日時, 募集人数, 費用, 持参する物・備考. Rows include 布クラブ教室(作務衣), 木工教室(組立式段飾り棚), 布バッグ作り教室(裂き織りトートバッグ), etc.

※申し込み方法:申し込みは本人に限る(詳細は工房に問い合わせを)月曜日(休館日)を除く毎日【電話のみ受付】9時～17時(いずれも定員になり次第締め切り。キャンセルの場合は、必ず連絡をしてください)。なお、キャンセル待ちの方は、参加希望教室開催日の前日に電話で問い合わせてください。

リサイクルアドバイザー来館日 閏ふれあい工房 ☎7186-5500 FAX7165-2430

- 「裂き織り・バッグ作り相談日」 第2水曜日 10時～15時
■「木工アドバイザー」 休館日を除く毎日 9時30分～16時30分
■「おもちゃの病院」[傘の修理] 毎週日曜日 13時～16時
■「トールペイント相談日」 第1水曜日 10時～15時
■「布クラブ相談日」 第1火曜日・第1水曜日・第1木曜日・第4木曜日 10時～15時
■「布ぞうり相談日」 第2金曜日 10時～15時

◎布クラブ、布ぞうり、裂き織り相談日(10時～15時)にはミシンを開放。糸とボビンを持参(工房使用料がかかります)。
※リサイクル教室の作品写真は、ふれあい工房のホームページでご覧になれます。
☎http://www.abiko-fureaikoubou.com

楽は「あびこ楽校(市が提供するさまざまな生涯学習事業の総称)」の事業です。「まち協」とは、まちづくり協議会の略称で、自治会をはじめ地域のさまざまな団体および個人で構成された住民組織です。市内に10協議会あり、近隣センターを拠点に、地域のまちづくりに取り組んでいます。

情報ひろば

「情報ひろば」の掲載記事は、市や官公庁主催・共催・市の後援、補助団体の記事です。◎…あびこ楽校事業です。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、対…対象、定…定員、費…費用、持…持参、◎…申し込み(記載のないものは申し込み不要)、◎…問い合わせ

イベント

- ◆あよう販売会
日2月5日(金)10時～11時50分 所アビイクオーレ1階エントランス(イトーヨカドー我孫子南口店) 内 中学部・清新分校生徒の作業学習製品販売 ◎ 我孫子特別支援学校 ☎7187-0831
- ◆第35回 柏地区特別支援学級合同 花と太陽と希望の作品展
日2月5日(金)～8日(月)10時～20時(8日は15時まで) 所 柏市民ギャラリー(柏高島屋S館8階) 内 我孫子・柏の特別支援学級で学ぶ子ども達の絵画・工芸工作などの展示 費 無料 ◎ 柏市立富勢西小・東福寺 ☎7132-2244
- ◆第75回 にっぽんの心を歌う会 歌と踊り新春大会
日2月7日(日)10時30分開演(10時開場) 所 けやきプラザ 内 カラオケの熱唱と舞踊、ダンス、合唱ほか。出演…にっぽんの心を歌う会会員・有志の方々、カルロス森下さん(タンゴ)、秋吉真実さん(テイチク) 費 無料(全席自由) ◎ 阿部 ☎090-8081-7827
- ◆市民ゴルフフェスタ
日3月8日(火) 所 我孫子ゴルフ倶楽部 競技方法18ホール(新ペリア方式)

- 対・定 市内在住の方、80人(応募者多数時は抽選) 費 3000円(別途食事代、プレー費約1万8000円) ◎ 往復ハガキ(1人1枚)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し、2月8日(月)必着で〒270-1163久寺家357 鈴木正己 ◎ 山崎 ☎7184-5941
- ◆第8回 市民プラザ寄席
日2月11日(祝)13時30分～15時30分(13時開場) 出演 寿限無の会、特別出演…柳家三壽さん 定 先着150人(申込不要) 費 300円※未就学児の入場不可 所・◎ あびこ市民プラザ ☎7183-2111
- ◆我孫子市長杯争奪囲碁大会
日2月13日(出)10時～(受付9時30分～) 所 あびこ市民プラザ 内 段位・級位5クラスのトーナメント戦 対 市内在住・在学の方、囲碁連盟加入者 費 1000円(昼食・茶代含む)、小・中学生500円 ◎ 川村 ☎090-2648-7519
- ◆手賀沼親水広場プラネタリウム 星空観望会 ～冬のダイヤモンドを見てみよう～
日2月13日(出)17時～星空教室、17時30分～観望会(約1時間)※雨、曇天時は望遠鏡体験 定 先着50人 費 100円(保険代、資料代) 所・◎ 水の館 ☎7184-0555(休館日…火～木、祝日の場合は翌日)
- ◆バレンタイン チャリティーコンサート
日2月14日(日)14時30分開演(14時15分開場) 所 けやきプラザ 内 ディズニーメドレー、花は咲くほか。出演…布佐中学校吹奏楽部、柏鳳保育園鼓隊、ラメールボーカルグループほか 費 無料(全席自由) ◎ 石原 ☎7100-0343
- ◆湖北地区公民館イベント ◎おやこであそぼう! 日2月15日(月)

- 10時～11時 内 コルクボードでフォトフレーム作りほか 対・定 乳幼児と保護者、先着10組 費 200円
- ◎楽しい♪オカリナコンサート～春の香りにのせて癒しの音色のひととき～
日2月21日(日)14時開演(13時30分開場) 出演 山田恭弘さん(オカリナ奏者)、松本真昭さん(キーボード)、塩のやもとひろさん(パーカッション)、アンサンブルオリーブほか 定 250人(全席自由) 費 前売500円(当日700円)※窓口または電話で申込(共通) 所・◎ 湖北地区公民館 ☎7188-4433
- ◆我孫子吹奏楽団 第27回定期演奏会
日2月21日(日)14時開演(13時30分開場) 所 けやきプラザ 内 バレエ音楽『三角帽子』よりほか。指揮…近藤裕明さん 費 700円(中・高校生400円、小学生以下無料)(全席自由)※チケットは当日会場で販売 ◎ 中村 ☎080-3472-8420

講演・講座・教室

- ◆人生100年時代に立ち向かう 心の健康づくりセミナー
日・内 ①2月11日(祝)「認知症支援における心のケア」講師…影山佳奈さん(東京工科大学医療保健学部) ②2月28日(日)「壮年期・向老年期を健康的に生活するためのセルフケア」講師…森田夏実さん(同) (共通) 時間 13時30分～15時30分 所 けやきプラザ7階研修室 対・定 介護施設等関係者、在宅介護や高齢者支援に関心のある方、先着各60人 費 無料 ◎ 電話またはファクス。住所、氏名、連絡先、介護施設関係者の方は施設名を明示。NPO法人ACOPA ☎7181-9701 7185-2241

- ◆春休みジュニアスキー教室
日3月24日(木)(市役所前20時発)～27日(日) 所 蔵王温泉スキー場 対・定 小学3年生以上、先着40人 費 4万5000円(小学生3万円、中学生3万5000円、高校生・会員4万円)※リフト券・昼食・レンタル代別 ◎ 八ガキに住所、氏名、性別、学年、生年月日、電話番号、保護者名を明記し2月15日(月)必着で〒270-1152寿1の3の28 渡辺忍 ☎090-5348-3033
- ◆あれから5年! 「自然エネルギーへの今後の期待!」
日2月20日(出)14時～16時 所 けやきプラザ 内 水力からもんじゅまで?電気が選べる!あなたはどんな電気を使いますか?講師…荒川文生さん(地球技術研究所長) 定 先着60人 費 500円(資料代など) ◎ 湖北地区公民館 ☎7181-9701 7185-2241
- ◆平成28年度 里山農教室
日3月～12月、月3回(出)8時30分～12時 所 根戸新田 内 有機無農薬による野菜・水稲・そば栽培、里山保全活動の基礎など。収穫は原則全員で分配。講師…遠藤織太郎さん(農学博士)など 定 先着30人 費 4000円※別途入会金等5000円 ◎ 事前説明会 日2月28日(日) ◎ 2月27日(出)までに手賀沼トラスト・富沢 ☎090-2234-5610 info@teganuma-trust.jp
- ◆理学療法士の腰痛改善教室(全5回)
日4月2日～毎週(出)①9時30分～②13時～(各90分) 講師 高見沢圭一さん・山口正貴さん(東大病院) 対・定 全回参加できる40歳以上の方、各先着10人 所・◎ 2月27日(出)までに電話でけやきプラザ ☎7165-2881

募集

市民伝言板

詳しい内容の確認は、当事者間でを行うようお願いします。

市民伝言板は、次の通り省略しています

近セ=近隣センター・市セ=市民センター・布佐ステ=布佐ステーションホール・入=入会金・月=月会費・年=年会費・◎=申し込み・◎=問い合わせ

講演・催し たのしもう

- ▼はじめて英会話体験会 2月3日(火)・10日(水)14時～14時40分。けやきプラザ。講師は外国人 初心者・中高年の方歓迎、キッズクラスもあり。体験1回500円。◎ 稲吉 ☎090-5498-0715
- ▼歌声クラブ 2月5日(金)13時30分～15時。我孫子北近セ並木。本物のソングリーダーとピアノの生演奏で楽しく。ワンポイントアドバイスあり。500円。◎ 稲吉 ☎090-4027-6903
- ▼我孫子の文化を守る会 放談くらぶ 2月6日(出)14時～16時。あびこ市民プラザ。「将門の王国は湖北日秀地方にあった」講師…戸田七支。先着35人。300円(会員無料)。◎ 佐々木 ☎7185-0675
- ▼古い時代の『心のうた』を歌う会

- 2月6日(出)14時～16時。近セこもれび。元ヤマハピアノ専属の伴奏あり。500円。◎ 伊東 ☎090-2903-4141
- ▼平成会創立20周年記念 名画鑑賞会「風と共に去りぬ」 2月10日(水)12時30分開演(12時開場) アビスタ第2学習室。カラー日本語吹き替え版。先着40人。無料。◎ 中村 ☎7187-2934
- ▼楽しい歌声広場 2月12日(金)13時30分～15時。我孫子北近セ並木。懐かしい歌や童謡を歌いませんか! 350円(初回のみ別途楽譜代) 飲み物持参。◎ 乳井 ☎7185-2010
- ▼教育こん談会 2月13日(出)9時30分～我孫子南近セ。「道德の教科化と子どもの心」。どなたでも参加可。無料。◎ 加藤 ☎7189-1781
- ▼占いクラブ 2月13日(出)、3月12日(出)12時30分～14時30分。アビスタ第4学習室。参加自由。無料。講師…松木。

- ◎ 松木 ☎090-5311-9662
- ▼あびこ市歩こう会 2月14日(日)(雨天中止)。我孫子駅8時15分乗車、下赤塚駅下車。文化の里・赤塚散策10km ウォーク。昼食持参。300円。◎ 米川 ☎090-2458-6686
- ▼遺言セミナー～相続を争族にしないために 2月14日(日)10時～12時。我孫子南近セ第1会議室。500円。◎ NPO法人老いじたくあんしんねっと・石上 ☎070-6947-8188
- ▼世界国別何でも語る会：ベルギー編 2月14日(日)13時～16時。けやきプラザ10階大会議室。ベルギーを旅して食べて思った事。ベルギーをよく知るためにはなど語り合います。◎ 上原 ☎7184-5322
- ▼平成27年度 生涯大学校陶芸卒業記念作品展 2月23日(火)～26日(金)10時～17時。流山市生涯学習センター。◎ 稲田 ☎7159-3173
- ▼iPadとアンドロイド・タブレットで写真を撮り、加工、整理をしよう 2月27日(出)。けやきプラザ8階第2会議室。iPad14時～、アンドロイド15時30分～。800円。要予約。◎ 今泉 ☎090-4715-2905

会員・仲間募集 やってみよう

- ▼時事問題勉強会(内外政治・経済社会情勢について意見交換) 毎月第3(水)10時～12時。けやきプラザ6階講師控え室。若干名。1回200円。◎ 伊豆野 ☎7182-5362
- ▼中高年から始めるらくらくピアノ 原則月2回(内)10時～11時30分。あびこ市民プラザ。60～80歳くらいのピアノ初心者の方男女が練習しています。月2000円。◎ 藤田 ☎090-1765-3692
- ▼国定歌謡サークル 毎週(内)原則13時～17時シダックス。(月)出も応相談)。年1回「皆様と歌う会」で発表、歌の好きな方募集いたします。費1000円と会場費、月200円。◎ 国定 ☎080-5686-2062
- ▼シニア野球クラブ「我孫子エンジョイス」 毎週(出)9時～12時。湖北台野球場。軟式野球による健康の維持・増進と親睦。原則45歳以上。入3000円、月1000円。◎ 宗像 ☎7183-9066
- ▼1億人に愛されている気功 毎週(出)18時～20時30分。我孫子南近セ和室ほか。初心者歓迎。若干名。無料。◎ 高峰 ☎090-8048-0792

〈市民伝言板のお申込み方法〉 このコーナーに掲載を希望する方は、広報掲載依頼書(市役所秘書広報課広報室・各行政サービスセンターに用意、市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、掲載希望号の1か月前の前日までに広報室へ提出してください。掲載する内容はイベント名・日時・場所・内容・費用・問い合わせ先などです。◎ 秘書広報課広報室 ☎7185-1269 7185-1520



メール配信サービス

市からのお知らせをメールで配信しています(事前登録が必要)。
パソコンからは、市ホームページ内「メール配信サービス」をご覧ください。
携帯電話からは、右のQRコードを読み込むか、我孫子市携帯サイト
<http://www.city.abiko.chiba.jp/mob/>へアクセスしてください。



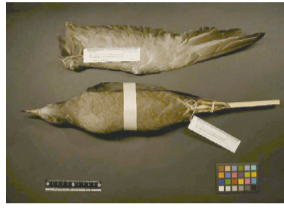
2月のギャラリー & 県民講座

- あびこ市民プラザ**
- ◆第21回 森林美術家連盟展
日時 ~3日(休)10時~18時 (最終日16時まで)
問 成田☎7184-8838
 - ◆第40回我孫子市消費生活展
のびのびタウン♡あびこ~安全・安心で豊かな明日~
日時 6日(出)・7日(日)10時30分~16時30分
問 消費生活センター☎7185-1469
 - ◆我孫子市文化財展 同時開催 寄贈絵画展
日時 20日(出)~23日(休)10時~17時
問 文化・スポーツ課☎7185-1601
 - ◆グリーンキルターズ パッチワークキルト展
日時 27日(出)~3月1日(休)10時~17時 (最終日16時まで)
問 窪田☎7189-2564
- 図書館 2日(休)~28日(日)**
- 湖北台分館**
- ◆我孫子市めるへん文庫 第4集 表紙・挿絵 文化・スポーツ課
- 布佐分館**
- ◆風景・旅写真展 野中益男
- アビスタストリート**
開館時間:9時~21時 休館日:29日(月)
- ◆みんな集まれ! ガールスカウト!
日時 1日(月)~14日(日)
(初日は12時~、最終日17時まで)
問 北嶋☎7184-4531
 - ◆モンスター・アート(湖北)油絵展
日時 15日(月)~28日(日)
(初日12時~、最終日16時まで)
問 根本☎7183-5017
- けやきプラザ**
- 第1ギャラリー**
- ◆市内小・中学生席書大会 入選作品の展示
日時 12日(金)~14日(日)9時~19時 (最終日17時まで)
問 川喜田☎7187-7110
- 第1・2ギャラリー**
- ◆あびこアーティストMAP展
日時 16日(休)~21日(日)9時~18時 (初日13時~、最終日15時まで)
問 飯野☎7184-8684
- アビシルベ** 問 ☎7100-0014
開館時間:日~木曜日 9時~18時、金・土曜、休前日 9時~20時
- ◆我孫子東高校・つまようじ点描アート展
日時 ~5日(金) (最終日12時まで)
 - ◆中央学院大学箱根駅伝報告写真展示
日程 7日(日)~14日(日)
 - ◆アビストリーム「アビスト de Night☆」
日時 19日(金)18時~
 - ◆ひなまつり記念撮影会
日程 20日(出)※詳しくは5面参照
 - ◆ひなまつりの折り紙展示
日程 27日(出)~3月6日(日)
- けやきプラザ県民講座・講習**
- ◆いつまでも元気で暮らすために
日時 3日(休)・12日(金)14時~16時
場所 7階研修室
講師 風間弘美さん(セカンドライフファクトリーコーディネーター)
定員 50人(要申込)
 - ◆老後の住まいと介護
日時 18日(休)13時30分~15時30分
場所 7階研修室
講師 柳沼正秀さん(ライフデザイン21代表)
定員 50人(要申込)
 - ◆やさしい家庭の介護のコツ Part3
日時 19日(金)・26日(金)・3月11日(金)13時30分~15時30分
場所 7階介護実習室
講師 高橋芳恵さん(千葉県ホームヘルパー協議会副会長)
定員 20人(要申込)

けやきプラザ県民講座・講習 問・図 電話で住所、氏名、電話番号を明示。千葉県福祉ふれあいプラザ☎7165-2886
受講料 無料 休館日 月曜日(月曜日が休日の場合は翌日火曜日)※専門職対象県民研修はホームページwww.furepla.jpをご覧ください。※けやきプラザ機械式駐車場は、定期点検のため15日(月)9時~17時まで利用できません。

ミュージアム・インフォメーション 問・図 鳥の博物館☎7185-2212

楽 テーマトーク 鳥に乗ってちゃっかり移動?—マダニの大旅行—



▲ハシボソミズナギドリ(山階鳥類研究所蔵)

日時 2月13日(出)午後1時30分~2時15分(1時15分開場)

場所 鳥の博物館2階多目的ホール

内容 ハシボソミズナギドリは南半球で繁殖する海鳥です。日本の海辺に打ちあげられたこの鳥体に、生きたマダニがついていました。飛ぶことのできないマダニが鳥を乗り物として利用したのでしょうか。一緒に考えましょう。

講師 鶴見みや古さん((公財)山階鳥類研究所自然誌研究室長・専門員)

定員 当日先着50人(申込不要)

楽 鳥博セミナー どうしてフクロウはかわいいの?

日時 2月21日(日)午後1時30分~3時 場所 鳥の博物館2階多目的ホール

内容 フクロウをはじめ鳥類に関する多くの著書や講演で活躍されている柴田佳秀さん(科学ジャーナリスト)を講師に迎え、フクロウの魅力についてお話いただきます。

定員 50人(要申込)



▲撮影…田中富夫さん

共通 費用 無料(ただし入館料がかかります)
入館料 一般300円、高校・大学生200円、中学生以下・70歳以上無料

講演会 バードウォッチング入門~入門済みの人はちょっと復習~

日時 2月20日(出)午後2時~4時 場所 手賀沼親水広場・水の館3階研修室



▲メジロ

内容 野鳥は色鮮やかで声も美しく親しみやすい反面、手にとって見比べられないなど、入門のハードルが高い側面もあります。初心者にもわかりやすく、経験者にも興味深いバードウォッチングを紹介します。

講師 平岡考さん((公財)山階鳥類研究所自然誌研究室)

定員 当日先着150人(申込不要・無料)

主催 我孫子野鳥を守る会、鳥の博物館友の会

白樺文学館

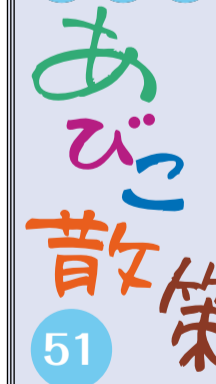
楽 我孫子の風景を詠んでみよう

開催中の企画展「原田京平展—我孫子を詠んだ歌人—」関連イベントとして、我孫子の風景を詠んだ短歌を募集しています。応募者には白樺文学館グッズをプレゼント! 優秀作品は館内に展示します。期間 2月21日(日)まで
場所 白樺文学館1階図書室 応募方法 展示パネルを題材に短歌を詠み、応募用紙に短歌と必要事項を記入し投稿箱に投函してください。費用 無料(ただし入館料がかかります) 入館料 一般300円、高校・大学生200円、中学生以下無料 問 白樺文学館☎7185-2192



▲原田が我孫子に移住した1921(大正10)年に詠んだ短歌

ふらり あびこ 散歩 策



かじ池

みなさん、こんにちは。今回は、国道6号から利根水郷ラインを東に進み、すぐの信号を右に曲がるとある五つの押堀(おしほり)に向かいます。押堀とは、川が決壊したときに水が流れ込んでできた池のことです。そのうち四つがNECの敷地内にあり「四つ池」(非公開)と呼ばれ、残る一つは、それらの池の南東側に位置し「梶池」と呼ばれています。五つの池がいつできたかは不明ですが、明治14(1881)年に測量した地図にはすでに書かれています。



▲かじ池の様子 渡邊岳人さん提供

梶池には、こんな伝説があります。むかし、落ち武者が住みつき農具や鍋釜の修理をしていましたが、大雨で利根川が決壊し、その落ち武者は家と共に流されて、跡地は池となりました。村人は落ち武者を偲んで池を「鍛冶池」と呼んだそうです。この伝説からも利根川の洪水の恐ろしさが読み取れます。現在、利根川は整備され、洪水の心配はありません。そして、鍛冶池周辺の開発とともに、いつしか表記が変わり昭和45(1970)年には地図上で「梶池」と記されるようになりました。梶池は四季折々の花や豊かな緑に囲まれ、季節によっては野鳥や睡蓮などが訪れる人を迎えてくれます。私有地ですが一般開放していますので、ルールやマナーを守り、ぜひこの気持ちの良い景色を見に来てはいかがでしょうか。