

ふくしフェスタ 2015

日時 10月3日(土)午前10時〜午後2時(雨天中止)
場所 手賀沼公園中央通路・芝生広場
内容 市内障害福祉施設の出店(洋菓子・漬物などの食品、手芸・木工・陶芸作品、野菜販売、焼きそば販売など)
園 あらき園 ☎7185-2459

第39回 あびこ福祉バザー

日時 10月10日(土)午前10時30分〜午後3時(品物売り切れ次第終了)
場所 アビイクオーレ3階アビイホール(イトーヨーカドー我孫子南口店)
園 我孫子市社会福祉協議会 ☎7184-1539

案 平成28年成人式

日時 平成28年1月10日(日)
【午前の部】我孫子中学校区・白山中学校区にお住まいの方
式典 午前10時30分〜11時30分(受付10時)
【午後の部】久寺家中学校区・湖北台中学校区・湖北中学校区・布佐中学校区にお住まいの方
式典 午後1時30分〜2時30分(受付1時)
場所 けやきプラザふれあいホール
対象 平成7年4月2日〜平成8年4月1日生まれの方
園 教育委員会生涯学習課 ☎7185-1160

公開講座 エイジングの心理学 シニア以降の自分について考える

日時 10月11日(日)午後1時〜2時30分(0時30分開場)
場所 アビスタホール
講師 北原靖子さん(川村学園女子大学心理学科・同大学院心理学専攻教授)
定員 先着150人(申込不要)※入場無料
園 心理相談センター 無料相談会

健康フェア 元気なまちをめざして自分の健康と体力の確認から!

日時 10月24日(土)・25日(日)午前10時〜午後4時(相談時間約30分)※予約制
場所 川村学園女子大学心理相談センター
内容 当センター所属の臨床心理士による相談
【共通】
園・園 川村学園女子大学心理相談センター ☎7183-7165(平日午前10時〜午後3時)

人権フェスタあびこ

津軽三味線の迫力を生で体験しながら、人権に関する身近な問題を考えてみませんか?
日時 10月21日(水)午後1時〜2時40分
場所 老人福祉センター つじ荘
内容 ①講演「ネット詐欺・NO!と断るぞ! 訪問販売」講師:消費生活センター ②「迫力の津軽三味線」演奏:伊藤茂秀さん
費用 市内60歳以上の方は無料



健康フェア 元気なまちをめざして自分の健康と体力の確認から!

日時 10月26日(月)
内容 午前の部(午前10時〜11時30分)講演会「健康で自宅生活をエンジョイするために!&ヘルスリズム」講師:山口江美さん(NPO「鼓響」理事長)
定員 30人(要予約)
園 近隣センターこもれび

近隣センターこもれび

日時 11月17日(火)
内容 午前の部(午前10時〜11時30分)「気にしていませんか? 血糖値 知っていませんか? 糖尿病 忘れないでお薬の事」講師:三浦慎也さん(名戸ヶ谷あびこ病院薬剤部)
定員 50人(予約不要)
【共通】
受付時間 午後1時〜2時
内容 ①体力測定(定員30人・要予約):6m歩行、動的バランス、椅子座り立ち、握力、開眼片足立ち、体力相談 ②健康チェック(予約不要):肺活量・身長・体組成計・血圧測定・血管年齢測定・骨健康測定
定員 健康相談
園・園 天王台地区社協 ☎7183-19009(第2・4火曜、祝日を除く平日午前9時〜正午、午後1時〜4時)両まち協共催

家族介護教室 家族介護者のための法律相談(座談会)

日時 10月27日(火)午後1時30分〜3時30分

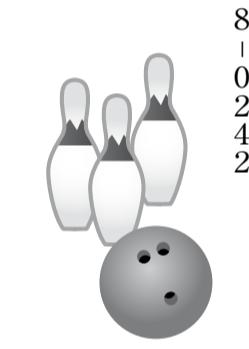
場所 我孫子南近隣センター第1会議室(けやきプラザ8階)
講師 神保正宏さん(みぎわ法律事務所・弁護士)
対象・定員 市内在住の方先着20人(要予約)※無料
園・園 我孫子地区高齢者なんでも相談室 ☎7179-17360

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 10月28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)
園 高齢者支援課 ☎7185-11112

障害者スポーツ体験教室「ボウリング」

日時 10月29日(木)午前10時〜正午
場所 ハローズガーデン竜ヶ崎店(龍ヶ崎市小柴5の1の2シヨッピングセンター1サプラ2階)
※送迎については要相談
対象 市内在住の障害をお持ちの方
定員 先着20人
費用 260円(1ゲーム靴代込み)
園・園 電話かファクスで障害者福祉センター ☎7185-11124、☎7185-10242



赤い羽根共同募金が始まります

赤い羽根共同募金は、毎年10月1日〜12月31日の期間、全国で行われます。我孫子市でも自治会や学校、企業などによる募金運動が行われます。ぜひ募金にご協力ください。
園 千葉県共同募金会我孫子市支会事務局(社会福祉協議会) ☎7184-1539



今日から始める「老い支度」

自分らしく暮らすために
日時 10月30日(金)午前10時30分〜午後0時30分(10時開場)
場所 アビイクオーレ3階アビイホール(イトーヨーカドー我孫子南口店)
講師 明石久美さん(ファインシヤルプランナー、消費生活アドバイザー)
定員 先着100人
費用 無料
園・園 電話またはファクスで消費生活センター ☎7185-11469、☎7182-1800(平日第2・4土曜日午前9時30分〜午後6時)

案 手賀沼ふれあいうオーク2015

日にち 11月21日(土) (雨天実施・荒天中止)
時間・コース ①手賀沼一周コース(20km)②手賀沼半周コース(10km)※①・②受付午前8時30分〜③探偵うオークコース(4km)受付午前10時〜※③限定で、親子向けイベント「うなきちさんのぼうしを探せ!」あり
場所 手賀沼公園集合※駐車場がないため、公共交通機関をご利用ください。
費用 ①18歳以上…500円(事前申し込み300円)※参加費の払い戻しはできません。②18歳未満…無料※保険加入が必要なため、当日受付を行ってください。
申込方法 振込用紙(郵便局に用意)に振込先(口座記号番号「00210-4-98261」)、加入者名「手賀沼ふれあいうオーク実行委員会」、依頼人欄「代表者の氏名・年齢・性別・参加コース・住所・電話番号」、通信欄「代表者の居住区(我孫子市・柏市・他市)、スタート会場名(我孫子)、参加コース(4km、10km、20km)」を明記し、11月6日(金)までに郵便局に振り込み。グループで参加する方は、全員の氏名、年齢、性別を記入。書ききれない場合は、名簿をふれあいうオーク実行委員会へファクス ☎7167-1732※「払込金受領証」を当日持参してください。
園 健康づくり支援課 ☎7185-1126

ボランティア入門講座

～知りたい! 始めたい! 愉しみたい! ボラ活～
市内で活動する団体やボランティアについて楽しく学ぶ講座です。市民活動やボランティア活動を始めたい方のお手伝いもします。一緒に始めませんか。
日時 10月29日(木)午前9時30分〜11時45分
場所 我孫子南近隣センター
内容 レクリエーション、ボランティアの基礎知識、介護保険ボランティアポイント制度ほか
定員 先着40人(要申込)
費用 無料
園・園 10月20日(火)までに電話、ファクス、Eメールでボランティア市民活動相談窓口でと・り・あ ☎7185-5233、☎7185-5243、✉avc@abiko-shakyo.com