

あびこ

白樺文学館 長期休館	2面
善意(寄付)をありがとうございます	2面
雨水貯留タンク設置費用補助金	2面
全日本鳥フォトコンテスト 作品募集	3面
ファミリーサポートセンター 提供会員募集	4面
我孫子市LINE公式アカウント	
「子ども・子育て相談窓口」開設	5面
特定健診・短期人間ドック	5面
がん検診(個別・集団)	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

我孫子市初

「まち活ライター」活躍中!

～まちを活気づける活動「まち活」を発信～

「書くことであびこの魅力を発信し、まちを活性化させたい」という思いを持った市民の方が「まち活ライター」として市民活動などを取材し、あびこ市民活動ステーションの広報誌やホームページなどで発信しています。

☎ 市民協働推進課・内線488、あびこ市民活動ステーション☎04-7165-4370

まち活ライター紹介

あびこ市民活動ステーションが実施する「まち活ライター養成講座」の修了生です。講座では、元新聞記者の講師から取材の仕方や記事の書き方を学びました。

- ▲佐々木二千翔さん: 楽しい場所を見つける (趣味: カフェ)
- ▲寺田さおりさん: 料理 写真撮影 (趣味: カメラ)
- ▲Hamatomoさん: タッチタイピング (趣味: パソコン)
- ▲東浦聡子さん: 興味があることを徹底的に調べる (趣味: 読書)
- ▲藤久なおさん: ハンドメイド 写真撮影 (趣味: ハンドメイド)
- ▲外園若菜さん: 初めての場所でおいしい店を見つける (趣味: 探検)

まち活マガジン No.30
あびこ市民活動ステーション情報誌

心をとめたハンドマッサージで笑顔をふやす

同じ目線で、手と手を触れ合わせハンドマッサージをすると、不思議と心が通い合う。口紅をつける表情が明るくなって笑顔がはじける。そして自分も元気になれる。手も心もほかほかとしたたかなる魔法のような時間を届けたい。

Contents: まち活情報紹介、お化粧ボランティア「りんこの木」、あびこのおいしい「みーつけた!」、NORTH LAKE CAFE & BOOKS、白樺派のまちの見える化に向けて、第4話 白樺派のまち我孫子の演出

まち活マガジンでコラム「あびこのおいしいみーつけた!」を連載

まち活ライターが、市内の「おいしい」が見つかるスポットを取材し紹介しています。

コラムは、あびこ市民活動ステーション情報誌「まち活マガジン」に掲載しています。情報誌は、あびこ市民活動ステーション、市民協働推進課(市役所本庁舎地階)、各近隣センターなどで配布しています(ステーションホームページからダウンロード可)。



▲ステーションHP

あびこ市民活動ステーションホームページ「まち活人財たからばこ」



◀吉澤淳一さん (つくし野在住。定年後、我孫子市社会福祉協議会の運転ボランティアを始めたことをきっかけに、市民活動団体の立ち上げに関わり、現在も続けている)

まち活ライターが、まち活を行う方取材し紹介しています。記事は、ステーションホームページでご覧いただけます。



▲ステーションHP

広報あびこで「まち活ライターの『あびこ』みつけ」の連載を開始

広報あびこ5月16日号から、まち活ライターによる連載を開始します。市内のお勧めスポットなど、市の魅力を発信します。

まち活ライターの

「あびこ」みつけ 第1回 ☎ 市民協働推進課・内線490

爽快な景色の中、人と人がつながる場所 あびこ市民活動ステーション

あびこ市民活動ステーションを初めて訪れたときは、手賀沼が一望できるすてきな場所だと感じました。当時は「市民活動とは何だろう」と思いましたが、リユース絵本事業や子どもと保護者の居場所づくりなど、役に立つ情報がたくさんありました。

ここでは、市民の方へ情報や活動場所を提供することで、住みやすいまちにするための活動をサポートしています。転居したばかりで我孫子のことをもっと知りたい方、活動の場や仲間が欲しい子育て・シニア世代の方など、どんなでも利用できます。

自分や子どものことを安心して話せる「cafeネスト」、さまざまなイベントを行う「シニアほっとカフェ」、「パソコン・スマホ相談会」など、暮らしを豊かにする活動も行っているの、気軽に参加してみてください。



▲あびこ市民活動ステーションの窓から手賀沼が一望できる

まち活ライター 藤久なお

6月1日(土)～10月31日(木)(予定)

白樺文学館 長期休館

照明設備工事を行うため、休館します。
☎ 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1583



対象の方は必ず受けてください

特定計量器(はかり)の定期検査

☑ 商店や工場などで、商取引や証明などに使用している計量器

日にち	時間	場所	対象地区
5月27日(月)・28日(火)	①10時30分～12時 ②13時～15時	市役所本庁舎1階ロビー	布施、久寺家、根戸、根戸新田、つくし野、船戸、台田、我孫子、我孫子新田、白山、本町、緑、寿、栄、若松、泉、並木、天王台、東我孫子、柴崎、柴崎台、青山台、青山、南青山、高野山、高野山新田、下ケ戸
5月29日(水)・30日(木)		湖北地区公民館	布佐西町、布佐1丁目、布佐、布佐平和台、江蔵地、都、新々田、三河屋新田、大作新田、布佐下新田、浅間前新田、岡発戸、岡発戸新田、都部、都部新田、湖北台、中峠、中峠台、中里、中里新田、古戸、日秀、新木、新木野、南新木

☑ 計量器、検査手数料(種類により異なります)
☎ 消費生活センター ☎04-7185-1469

65歳以上の高齢者宅を訪問しています

民生委員による世帯訪問

地域の実情を把握するため、5月～11月に高齢者宅を訪問しています。訪問時は身分証を携帯しています。※民生委員をかたる不審な電話が多発しているため、ご注意ください。

◎民生委員

厚生労働大臣が委嘱するボランティアです。地域住民の困り事などを聞き、市や専門機関につなぎます。お住まいの地区の民生委員を知りたい方は、お問い合わせください。
☎ 社会福祉課・内線649



中高年向け

再就職支援セミナー・出張相談

セミナー

☎ 6月24日(月)10時～12時
☑ 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と面接対策
※雇用保険受給中の就職活動実績になります。
☑ 40歳～65歳の方 ☑ 先着30人



出張相談

☎ 6月24日(月)①13時30分～14時②14時10分～14時40分③14時50分～15時20分④15時30分～16時
☑ 就職までの生活・就労に関する相談
☑ セミナー参加者 ☑ 各回先着1人
〈共通〉
☎ 市民プラザ ☎ 無料
☎ 5月20日(月)～企業立地推進課 ☎04-7185-2214

令和5年10月1日～6年3月31日分

善意(寄付)をありがとうございます

皆さんから温かい善意が寄せられました。ご厚意は趣旨に沿って大切にさせていただきます。

※震災関係の義援金、ふるさと納税以外の寄付を頂いた方を掲載しています。

◎個人 青山かおり様、飯塚正男様、大友恵子様、齊藤敦様、鈴木喬生様、高橋良和様、豊島なごさ様、西田由美子様、安武慎作様、匿名25件

◎団体 我孫子市景観形成市民会議様、我孫子市サッカー協会様、我孫子市手工芸連盟様、我孫子市書道連盟様、我孫子市認定農業者協議会様、我孫子市防災協会様、我孫子市北部地域文化祭実行委員会様、我孫子第二地区民生委員児童委員協議会様、我孫子日本舞踊協会様、我孫子南まちづくり協議会様、我孫子ライオンズクラブ様、Abiko Rejoice Gospel様、一般財団法人慈悲の会様、大久保台自治会様、NPO食の会あびこ様、NPO法人実武道会館様、NPO法人日本入れ歯リサイクル協会様、お話ボランティア「ひまわり」様、京葉ガス株式会社様、混声合唱団「響」様、社会福祉法人阜仁会特別養護老人ホームけやきの里様、誕生日ありがとうの会様、千葉県中小企業家同友会手賀沼支部様、東葛川柳会様、船戸の森のハロウィン会様、ベルクフォルテ我孫子店お客様一同様、ボーイスカウト我孫子第2団様、^{ホンコムランタイム}香江木蘭太極様、明治安田生命保険相互会社様、有限会社G-STYLE様、幼稚園型認定こども園柏ひがし幼稚園保護者の会様、匿名1件

低地への浸水をまち全体で防ぐ効果があります

雨水貯留タンク設置費用補助金

雨水を一時的にタンクにためることで、集中豪雨などによる雨水の流出を抑制できます。設置済みの方は、タンクが十分に機能するように、事前にタンク内の水を捨ててください。また、ごみの詰まりなどを防止するため、定期的に点検や掃除を行ってください。

☑ 令和7年3月31日(月)までに、市内に所有する建築物の敷地内に雨水貯留タンク(容量150リットル以上)を設置する方 ※タンクが機能すれば自作でも可 ※販売用不動産・すでに補助金を受けた敷地は対象外 ※補助金交付の通知前にタンクを購入・設置した場合は対象外

補助額 上限①1基3万円②2基以上5万円

設置した方の意見

◎タンクにためた雨水の利用方法

○鉢植えや庭木の水やり ○断水時のトイレの排水

◎設置後の水害対策などへの意識

○台風・大雨の予報が出たときはタンクを空にすることを意識している ○水害対策や防災への意識が向上した

◎設置の利点

○大雨だけでなく、渇水対策にもなる ○節水できるため、水道代を節約できる ○容量150リットルのタンクは2リットルのペットボトル75本分に相当するため、断水時も安心

☎ 申請書(治水課で配布。市ホームページからダウンロード可)に必要な書類を添えて郵送・持参。〒270-1192 市役所治水課(東別館2階、住所省略可)・内線640



▲市HP

危険物取扱者保安講習

☎ 7月5日(金)①9時40分～12時40分②13時30分～16時30分
☎ 松戸市民会館
☑ 危険物取扱作業従事者(3年に1回)、新たに取扱作業に従事する方(従事した日から1年以内または免状交付・講習を受けた日から2年以内)
※①は給油取扱所従事者、②はその他の従事者
☎ 各回先着600人 ☎ 千葉県収入証紙5,300円分
☎ 5月27日(月)～31日(金)に申請書(予防課、各消防署・分署で配布)を持参。消防本部予防課 ☎04-7181-7702

Jアラート 全国一斉情報伝達訓練

災害時にJアラート(全国瞬時警報システム)から送られてくる緊急情報を確実に皆さんに伝えるため、防災行政無線による情報伝達訓練を行います。

☎ 5月22日(水)11時～※災害発生時などは中止

☎ 市民安全課・内線522

【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

6月1日は「人権擁護委員の日」

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ボランティアで、人権相談や人権尊重のための啓発活動などを行っています。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、全国的な啓発活動を行っています。

市では人権相談を行います。秘密は厳守しますので、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。

◎特設人権相談

日 7月5日(金)10時～15時

所 市役所西別館2階相談室 費 無料

申 社会福祉課・内線432

※電話人権相談…みんなの人権110番 ☎0570-003-110(月～金)8時30分～17時15分)

全日本鳥フォトコンテスト in JBF2024 作品募集

日本最大級の鳥のイベント「ジャパンバードフェスティバル(JBF)」の野鳥写真コンテストです。写真を通して、鳥や自然への興味・関心を深めましょう。

テーマ ①生態・行動部門…^{ひしゅう}飛翔、さえずり、採食、水浴び、かわいい・かっこいい表情など、さまざまな生態や行動を捉えた写真 ②環境部門…四季折々の風景の中にいる姿、生息環境の異変・変化の中で生きる姿を写した、問題提起の意味も込めた写真

前回のグランプリ作品



生態・行動部門
「狙いすまして」 鈴木宏美さん



環境部門
「生きた証」 富沢志保さん

応募規定 未発表の鳥の写真(自身のホームページや展覧会などで営利目的とせず発表したものは可)※各部門1人3点まで(優先順位を明記)

表彰 グランプリ…各1点(賞金4万円、賞状、副賞)、準グランプリ…各1点(賞金2万円、副賞)、入賞…数点(副賞)

費 1部門1,000円

申 8月16日(金)(必着)まで※詳しくはJBFホームページをご覧ください。

問 手賀沼課 ☎04-7185-1484



▲JBF HP

川村学園女子大学連携事業

「あびこdeバス旅! 2024」を実施

新入生を対象に、市の魅力を知ってもらうためのバスツアーを開催し、学生12人が参加しました。当日は市職員が市内を案内し、障害者雇用企業から農業と福祉の連携について説明を受けたほか、旧井上家住宅、杉村楚人冠記念館、鳥の博物館などの観光スポットを巡りました。

学生からは「市内にこのような場所があるとは知らなかった。もっと市のことを知りたくなった」などの感想がありました。当日の様子など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 企画政策課・内線568



▲「我孫子農場ポレポレファーム」で農業と福祉の連携を学ぶ学生たち



▲市HP

我孫子の「地産地消の取り組み」を知ろう

日 5月25日(土)13時30分～14時50分

所 市民プラザ

内 市内小・中学校給食の地産地消の取り組みについての講演

師 西田集さん(前農政課職員)

定 先着150人(申込不要)

費 無料

問 あびこ型「地産地消」推進協議会 ☎04-7128-7770(月/火/木)9時～17時

特定創業支援等事業 創業スクール

受講すると、法人設立時の登録免許税の軽減や創業関連保証額の拡充、市の創業支援補助金の補助対象資格など、さまざまな特典を受けられます。特典の利用には個別相談が必要です(日程は別途相談)。

日 7月13日～8月3日の毎週(土)10時～16時(全4回)

所 幕張テクノガーデン

内 専門家の講義、先輩社長の講演、創業計画作りなど

対 県内で創業を考えている・創業間もない方

定 30人(抽選)

費 無料

申 5月31日(金)9時～6月14日(金)12時に協会ホームページ

問 千葉県信用保証協会 ☎043-239-3281



▲協会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)

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 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

すこやかちゃん



**りつ
吏都ちゃん**
(1歳2カ月)

まんまがおいしい顔◎これから
もたくさん食べてたくさん
遊んで大きくなあれ!!

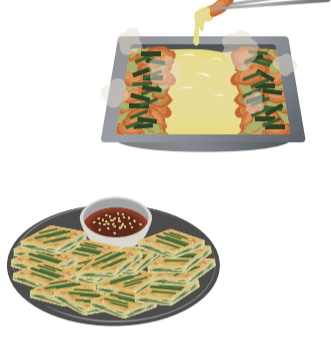


**ゆずき
柚月ちゃん**
(1歳3カ月)

食べるのが大好きでいつも元
気いっぱいゆず♡これから
もたくさん遊ぼうね!


韓国家庭料理教室

日 6月6日(休)9時45分～13時30分
所 アビスタ
内 チヂミ、チーズタッカルビ、牛肉入りわかめスープ
師 原田あずみさん(韓国出身)
定 18人(抽選) 費 2,000円
持 エプロン、三角巾、布巾2枚、筆記用具
申 5月26日(日)までに電話・ファクス・Eメールで氏名、電話番号、参加人数を明示。我孫子市国際交流協会(AIRA) ☎04-7183-1231 ㊟04-7183-2005 ✉info@e-aira.jp



出張広場「にこにこハウス」

日 5月24日(金)10時15分～11時30分
所 近隣センターこもれび
内 親子遊び、絵本の読み聞かせ、保護者同士の交流、子育てコンシェルジュへの相談など
対 未就学児と保護者
費 無料(申込不要)
問 子育て支援センター ☎04-7185-1915



ファミリーサポートセンター 提供会員募集

ファミリーサポートセンターは、子育てを手助けしてほしい方(利用会員)と手伝える方(提供会員)が互助活動を行う組織です。講習会を全て受講すると、提供会員として活動できます(年齢・性別・資格・経験不問)。

	対象	時間	内容	報酬 (子ども1人当たり・1時間) ※2人目(きょうだい)は半額
通常の援助	生後6カ月～18歳	6時～22時	保育、送迎など	(月)～(金)700円 (土)(日)(祝)・年末年始900円
病児・病後児の援助	1歳～18歳	7時～20時		(月)～(金)1,000円※(祝)を除く

入会時の持ち物 入会金500円、顔写真2枚(縦3cm×横2.5cm)、本人確認書類(運転免許証など)、印鑑

◎講習会

日時	場所	内容
5月24日(金)10時～15時	アビスタ	保育の心、子どもの世話
5月31日(金)10時～17時		身体の発育と病気、心の発達とその問題
6月7日(金)10時～15時		小児看護の基礎知識
6月14日(金)10時～15時	我孫子南近隣センター	安全・事故、子どもの遊び
6月20日(木)10時～13時	アビスタ	子どもの栄養と食生活
6月28日(金)9時～10時	消防本部	普通救命講習Ⅲ
毎月(活動前に1回受講)	ファミリーサポートセンター・市民活動ステーション	事業を円滑に進めるために

申 各開催日前日までに電話・Eメールで住所、氏名、電話番号を明示。ファミリーサポートセンター ☎04-7186-4161(月)～(土)9時～18時 ✉abiko-famisapo@roukyou.gr.jp

企画・準備から参加しませんか

げんきフェスタ2024 ジュニアスタッフ募集

日 ①6月9日(日)・16日(日)13時～15時 ②6月30日(日)9時～16時
所 湖北地区公民館
内 ①イベントの企画②当日の準備・運営
対 小・中学生※高校生以上はサポート役
申 6月2日(日)までに深津 ☎090-5315-6580



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

我孫子市LINE公式アカウント 「子ども・子育て相談窓口」開設

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。

相談方法 二次元コードからLINE友だち登録の上、「基本メニュー」→「子育て情報」→「子ども・子育て相談窓口」から送信



▲LINE登録



回答時間 送信した日の翌日9時～17時※(土)(日)(祝)・年末年始の場合は翌平日
☎ 子ども相談課・内線463

千葉県指定難病受給者証 更新手続き

申請期間・方法など、詳しくは送付する案内をご覧ください。

※5月下旬に対象者へ案内を送付

※申請に必要な臨床調査個人票の有効期間は、医師の記入日から6カ月です。医療機関によっては作成に時間がかかるため、ご注意ください。

☎ 千葉県松戸保健所(健康福祉センター) ☎047-361-2138

千葉県小児慢性特定疾病受給者証 更新手続き

申請期間 有効期間が9月30日(月)までの方…6月3日(月)～7月16日(火)、国民健康保険組合に加入中の方・住民税が非課税の方・保険証に変更があった方…6月3日(月)～17日(月)

※対象者へ個別に案内を送付済み

※申請に必要な医療意見書の有効期間は、医師の記入日から3カ月です。医療機関によっては作成に時間がかかるため、ご注意ください。

☎ 必要書類を郵送・持参。〒271-8562松戸市小根本7千葉県松戸保健所(健康福祉センター) ☎047-361-2138

手話奉仕員養成講座

☎ 7月3日～令和7年1月22日の毎週(水)13時30分～15時30分(8月14日・10月23日・1月1日を除く。全27回)

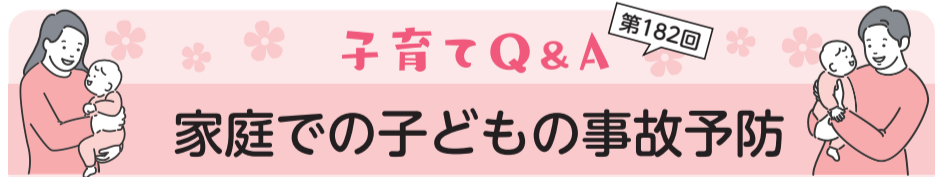
☎ 市役所分館会議室

☎ 市内在住・在勤の方

☎ 先着20人

☎ 4,400円(教科書代) ※別途送料あり

☎ 6月19日(水)までに電話・ファクスで住所、氏名、生年月日、電話番号を明示。障害者支援課・内線381 ☎04-7183-1158



第182回

家庭での子どもの事故予防

Q もうすぐ1歳になる子どもが、伝い歩きを始めました。家の中で安全に過ごすにはどうしたらよいでしょうか。

A 1歳ごろの子どもは独りで動けるようになり、行動範囲が広がります。思考力も育ち手先が器用になるため、台を使ってテーブルに登ったり、小さな物をつまむこともできます。子どもから目を離さないことが大切ですが、目を離しても危険がない環境づくりを事前しておくことが必要です。

転落の危険があるベランダ、溺れやすい浴室、やけど・けがの事故が多い台所など、危険な場所は鍵や柵などで対策しましょう。小さなおもちゃなどの誤飲による窒息、害のあるたばこ・薬などにも注意が必要です。また、おもちゃの電池なども中から取り出す場合があるので、危険な物は、鍵のかかる場所や子どもの手の届かない場所に保管しましょう。

☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

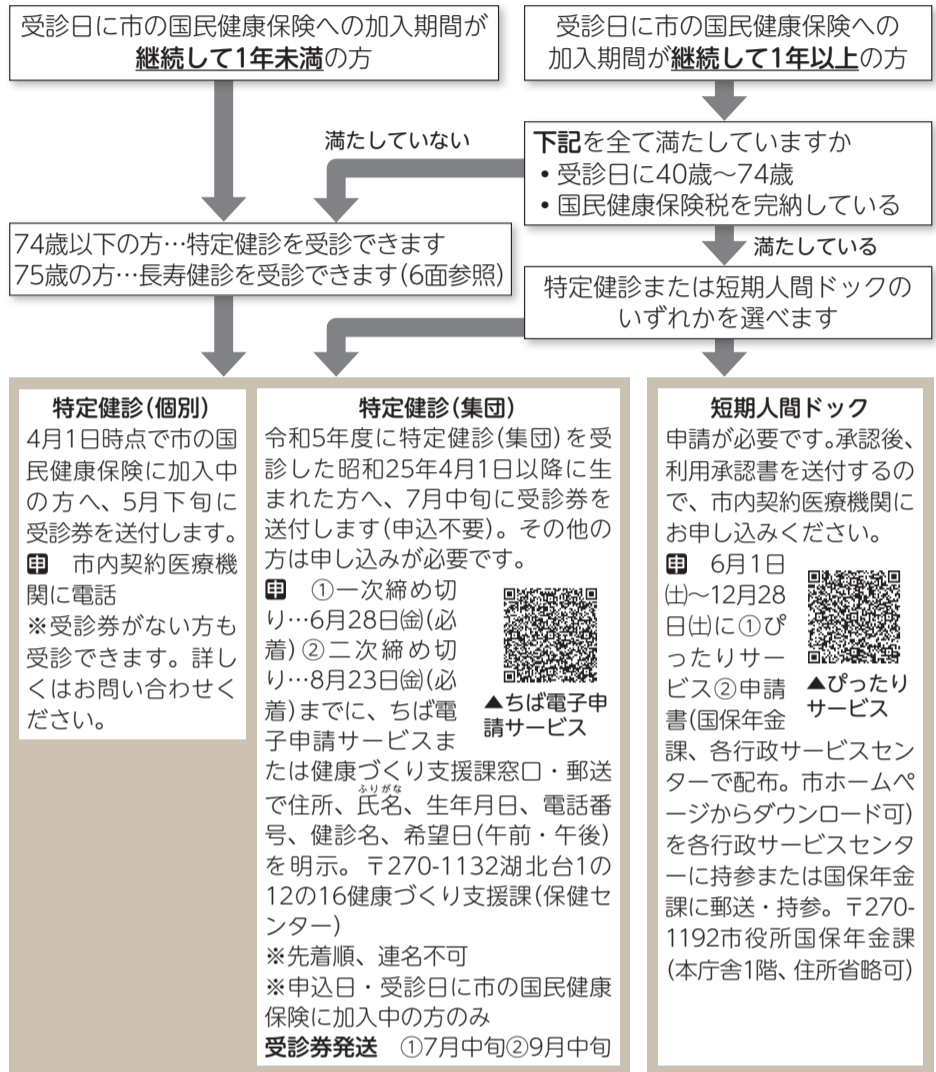
市の国民健康保険に加入中の40歳～74歳の方へ

特定健診・短期人間ドック

健診は、生活習慣病をはじめ、さまざまな疾病を早期に発見し、予防するための大切な機会です。積極的に受診してください。市内契約医療機関は市ホームページでご確認いただくか、お問い合わせください。

特定健診(個別・集団)または短期人間ドックのいずれかを選べますが、同年度内に、特定健診と短期人間ドック両方の受診はできません。

☎ 市の国民健康保険に加入中で、令和6年度中に40歳～75歳になる方



メタボ解消サポート(特定保健指導) 生活習慣病のリスクが高いと判定された方は、専門家のサポートを受けながら、食生活・運動習慣を改善しましょう。

	特定健診(個別)	特定健診(集団)	短期人間ドック
期間	6月1日(出)～令和7年1月31日(金)	①7月30日(水)②9月28日(出)③10月15日(火)④10月16日(水)	7月1日(月)～令和7年2月28日(金)
場所	市内特定健診契約医療機関	①②③保健センター④市民プラザ	市内短期人間ドック契約医療機関
検査項目	問診、身体計測、血圧測定、血液検査(血糖、脂質、肝・腎機能、貧血)、尿検査 【追加項目】心電図、眼底検査…医師の判断で実施 頸動脈超音波検査…令和7年3月31日時点で5の倍数の年齢の方 ※希望者のみ各種がん検診などの受診可(自己負担額は下記または6面参照)	問診、身体計測、血圧測定、血液検査(血糖、脂質、肝・腎機能、貧血)、尿検査 【追加項目】大腸がん検診、前立腺がん検診…50歳以上の男性 心電図・眼底検査…医師の判断で実施 肝炎ウイルス検診…受診歴がない方 ※頸動脈超音波検査は不可	問診、身体計測、血圧測定、血液検査(血糖、脂質、肝・腎機能、貧血、尿酸、感染症)、尿検査、心電図、胸部エックス線検査、肺活量検査、便潜血検査、腹部超音波検査、眼科検査(視力、眼底) 【追加項目】肺がん検査(喀痰細胞診)…医師の判断で実施 【希望者のみ追加】胃エックス線検査または胃内視鏡検査(食道・胃・十二指腸)前立腺がん検診…男性 ※頸動脈超音波検査は不可
自己負担額	基本料金 1,100円 【希望者のみ追加】大腸がん検診 500円、前立腺がん検診 900円、肝炎ウイルス検診 600円	基本料金 1,000円、前立腺がん検診 500円、肝炎ウイルス検診 200円	基本料金 9,330円、肺がん検査追加時は1万580円 【希望者のみ追加】胃エックス線検査 4,220円、胃内視鏡検査 4,310円、前立腺がん検診 920円

※昭和37年4月2日～54年4月1日に生まれた男性で風しん抗体検査を受けていない方は、無料で特定健診・短期人間ドックと同時受診できます。クーポン券が手元にない方は、健康づくり支援課予防接種係(☎04-7185-1634)にご連絡ください。

☎ 特定健診…健康づくり支援課 ☎04-7185-1126、短期人間ドック…国保年金課・内線482

がん検診(個別・集団)

市に住民登録がある方は、年度内に1回受診できます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

個別がん検診

6月1日(土)～令和7年1月31日(金)

胃・子宮頸・乳・大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診
※特定健診(集団)を受診する方は、個別の大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診の受診不可



▲市HP

※集団がん検診(下記参照)の大腸がん検診を受診する方は、個別がん検診の大腸がん検診の受診不可

受診券 次のいずれかに該当する方へ5月下旬に送付

- ①平成31年4月1日～令和6年3月31日に市の胃・子宮頸・乳・大腸・前立腺・肺がん検診、結核・肺がん検診を受診した
 - ②令和7年3月31日時点で、年齢が女性20歳～75歳・男性40歳～75歳のうち5の倍数
 - ③令和5年度に市の特定健診(個別・集団のいずれか)を受診した
 - ④女性20歳以上・男性40歳以上で、令和5年5月1日～6年3月31日に転入した
- ※該当しない方は、直接医療機関に申し込みの上、必要書類への署名で受診可

集団がん検診

令和3～5年度に市の集団がん検診を受診した方へ受診券を送付済みです(結核・肺がん検診は8月上旬に送付)。該当しない方で集団がん検診を希望する場合は、申し込みが必要です。



▲市HP

保健センター(肺がん検診、結核・肺がん検診は下表参照)

検診名(検査方法)	日にち	対象	自己負担額	
胃がん (胃部エックス線検査)	6月10日(月)・19日(火)・21日(金)、7月31日(火)、11月8日(金)・20日(火)・21日(火)・30日(土)、12月2日(月)・17日(火) ※各日午前のみ	40歳以上(昭和60年3月31日以前の生まれ)の方 ※令和7年3月31日時点で、年齢が50歳以上で偶数の方は、胃がん検診(胃内視鏡検査)とどちらか一方のみ受診可 ※令和5年度に市の胃がん検診(胃内視鏡検査)を受診した方は、胃部エックス線検査の受診不可	1,200円	
子宮頸がん (視診、子宮頸部細胞診)	6月3日(月)・14日(金)・20日(火)・24日(月)、7月3日(火)、11月6日(火)・11日(月)・19日(火)、12月16日(月) ※各日午前・午後	20歳以上(平成17年3月31日以前の生まれ)の女性 ※生理期間を避けてください。	1,500円	
乳がん	(超音波検査)	6月5日(火)・27日(木)、7月1日(月)・12日(金)、11月15日(金)、12月11日(火)・19日(火)・21日(土) ※各日午前・午後	30歳～39歳(昭和60年4月1日～平成7年3月31日生まれ)の女性	1,100円
	(マンモグラフィ検査(2方向))	40歳～49歳(昭和50年4月1日～60年3月31日生まれ)の女性	2,000円	
	(マンモグラフィ検査(1方向))	6月17日(月)・26日(火)、7月16日(火)・19日(金)・25日(木)・27日(土)、11月18日(月)・22日(金)、12月4日(火) ※各日午前・午後	50歳以上(昭和50年3月31日以前の生まれ)の女性	1,000円
大腸がん (便潜血反応検査)	子宮頸・乳がん検診と同日 ※子宮頸・乳がん検診の受診券送付者には検診キットを送付済み ※別日の提出は不可	40歳以上(昭和60年3月31日以前の生まれ)の女性で、子宮頸・乳がん検診を受診する方 ※大腸がん検診のみの受診不可	400円	
肺がん (胸部エックス線検査)	9月30日(月)アビスタ、10月2日(火)天王台北近隣センター、10月4日(金)・18日(金)・26日(土)・29日(火)保健センター、10月7日(月)・21日(月)鳥の博物館駐車場、10月9日(火)・17日(火)・24日(火)あひこショッピングプラザ、10月19日(土)布佐南小学校、10月23日(火)近隣センターふさの風 ※各日午前・午後	40歳～64歳(昭和35年4月1日～60年3月31日生まれ)の方	400円	
結核・肺がん (胸部エックス線検査)		65歳以上(昭和35年3月31日以前の生まれ)の方	無料	

◎自己負担額が減額・免除の方 ①令和7年3月31日時点で70歳以上または後期高齢者医療被保険者 ②生活保護世帯など ③世帯全員が住民税非課税 ※③の方は受診する14日前までにお申し込みください。

市ホームページ掲載のちば電子申請サービスまたは健康づくり支援課窓口・はがき(5月下旬送付の個別がん検診受診券に添付のはがき可)で、希望検診名、住所、氏名、生年月日、電話番号を明示。〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課(保健センター)

※6月、7月は申込者が多いため、受診券の送付に時間がかかる場合があります(結核・肺がん検診は8月下旬以降に送付)。

健康づくり支援課(保健センター) ☎04-7185-1126

5月31日は「世界禁煙デー」 5月31日～6月6日は「禁煙週間」

世界禁煙デーは、世界保健機関(WHO)が制定した禁煙推進のための日です。厚生労働省では、世界禁煙デーから1週間は禁煙週間と定めています。

◎たばこの害 たばこの煙には多くの有害物質が含まれており、肺が破壊されて呼吸がしにくくなる「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」をはじめ、がん・脳卒中・心筋梗塞・糖尿病など、さまざまな病気になりやすくなります。

喫煙は不妊症の原因にもなり、妊娠中の場合、流産や低出生体重児(2,500g未満の子ども)が生まれる可能性が高まります。

20歳未満の方が喫煙や受動喫煙をすると、成長ホルモンの分泌が阻害され、脳が酸欠状態になり思考力・集中力が低下します。

たばこには強力な依存性があります。やめられない方は、医療機関で禁煙治療が受けられます(要件あり)。詳しくは禁煙外来一覧をご覧ください。喫煙しない方も受動喫煙の被害に遭わないよう、たばこの煙から身を守りましょう。



▲禁煙外来一覧

◎受動喫煙(加熱式たばこ含む)につながる可能性がある行為

- 服・カーテンなどに付着したたばこの有害物質を吸う
- ベランダや換気扇の下でたばこを吸う
- 車の窓を開けてたばこを吸う

健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

長寿健診

6月1日(土)～令和7年1月31日(金)

受診日に千葉県後期高齢者医療被保険者の方

受診券 4月1日時点で次のいずれかに該当する方へ5月下旬に送付

- ①後期高齢者医療被保険者
 - ②市の国民健康保険に加入中で令和6年度に75歳になる
- ※受診券がない方は、医療機関に後期高齢者医療被保険者証を持参の上、必要書類への署名で受診可

健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

歯科口腔健康診査

6月1日(土)～12月28日(土)

口腔診査、口腔衛生指導※市の6024歯科健診との併用受診不可

昭和23年4月2日～24年4月1日生まれの千葉県後期高齢者医療被保険者

無料 千葉県後期高齢者医療被保険者証、受診票(5月下旬に送付)

対象医療機関(受診票に同封)に電話

健診…千葉県後期高齢者医療広域連合 ☎043-216-5013、受診票…国保年金課・内線928

6024運動普及標語 募集

市では、国が掲げた8020運動から一歩進み、60歳で自分の歯を24本以上保つ「6024運動」に取り組んでいます。歯の健康法や虫歯・歯周病にならない大切さを啓発するための標語を募集します。入賞作品は市ホームページなどに掲載し、最優秀作品は県が実施する審査会に推薦します。

市内在住・在学・在勤の方

5月29日(火)(必着)までに、健康づくり支援課窓口・はがき・封書で標語1点、住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号を明示。〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課(保健センター) ☎04-7185-1126

6月 各種無料相談・検査 千葉県松戸保健所(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 来所申	☎047-361-2138
精神保健福祉相談	6日(木)、17日(月)14時～16時	
酒害相談	20日(木)14時～16時30分	
HIV・性感染症・肝炎ウイルス検査	①13日(木)、27日(木)受付13時30分～14時 ②27日(木)受付17時40分～18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)9時～

◎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)9時～11時30分、12時15分～15時30分

千葉県松戸保健所(健康福祉センター) ☎047-361-2121

●休日(日祝・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

入会費 月会費 年会費

★ イベント

野崎信一傘寿記念 人生遊び心絵展

5月18日(土)～26日(日)9時30分～16時30分※20日(月)は休館 図書館布佐分館 市の建物・史跡文化財・風景・花・野鳥など 無料(申込不要) 岡ギャラリー芙蓉 ☎04-7106-1369

市民活動ステーション主催事業

◎絵本よみがたりタイム 5月23日(木)11時～12時 鈴木美智子さん 子どもと保護者 定先着10組(申込不要)
◎ぼそすまサロンあびこ 5月29日(木)10時～16時 サロン形式のパソコン・スマホ相談(申込不要)※最大同時10人まで
◎あなたの始めたいを聴く場 6月3日(月)・19日(木)10時～12時(1組50分) 活動を始めたい方の相談の場 20歳～59歳の方 定先着2組 各開催日前日まで
<共通>無料 申問電話・ファクス・Eメールで氏名、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

なぎなた教室

5月31日(金)9時30分～11時、6月2日(日)9時15分～10時45分※1日のみでも可 市民体育館 基本の動作と技 小学生以上の方 定先着6人 費300円 飲み物、タオル 申問5月26日(日)までに電話・Eメールで住所、氏名、電話番号を明示。中村 ☎090-1253-2996 kn.antar@gmail.com

市民ゴルフ大会

7月1日(月) 我孫子ゴルフ倶楽部 18ホール(新ペリア方式) 市内在住の方 定120人(抽選) 費1,000円(別途プレー費約1万8,000円※キャディー費含む) 申問5月27日(月)(必着)までに往復はがき(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。〒270-1163 久寺家357鈴木正巳 ☎090-8891-1281

働く・学ぶ世代のケアラズカフェ @chibaおどり場

6月1日(土)10時30分～11時30分※Zoom参加 日頃言えないことを話し共有する※相談員も参加 就労・就学しながら家族や親戚を介護している方※18歳以下の方は保護者の許可必須 無料 申問 https://x.gd/CBgb2 岡けやきプラザ ☎04-7165-2886(月休館)

ボーイスカウトと遊ぼう 忍者の修行ニン!ニン!

6月2日(日)9時30分～12時※雨天中止 中里市民の森 市内在住で年長～小学2年生の方 定先着20人 費300円

6月1日(土)までに https://x.gd/RBtJS 岡伊藤 ☎080-6561-5341

歌劇「マクベス」全4幕

6月2日(日)13時30分～16時30分 けやきプラザ 演金子亮平さん、宮川典子さん、加藤康之さんほか 定551人 費2,500円(高校生以下1,000円※当日券のみ) 券ブックマルシェ我孫子店 岡オペラを上演する会・金子 ☎04-7111-0957

我孫子市茶道連盟 月釜茶会

6月9日(日)10時～15時(受付14時30分まで) アビスタ 費1,000円(申込不要) 席主岡中根宗節(裏千家) ☎04-7189-2465

📢 講演・講座・教室

お元気まんてん教室

5月22日(木)14時～16時 近セこもれび※Zoom参加可 楽しく食べてフレイル予防 岡田真由美さん 定先着30人 無料 申問天王台地区高齢者なんでも相談室 ☎04-7182-4100

📢 お知らせ

定例教育委員会

5月24日(金)14時～※変更の場合あり 水道局4階会議室 議案は教育委員会総務課 ☎04-7185-1110

📍 まち協情報

布佐南地区まちづくり協議会

◎地域コミュニティづくりのための春の映画鑑賞会 6月9日(日)13時30分～15時30分(開場13時) 市内駅前旅館※コーヒーの販売あり 無料(申込不要) 申問布佐南近隣センター ☎04-7189-3740

我孫子南まちづくり協議会

◎父の日のフラワーアレンジメント 6月11日(火)13時30分～15時30分 定先着12人 費1,500円 花ばさみ(お持ちの方) 申問我孫子南近隣センター ☎04-7181-1011

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

▼硬式テニス無料体験会 5月16日(木)・23日(木)・30日(木)10時30分～12時、25日(土)14時～15時30分。湖北台中央公園テニスコート。申込不要。我孫子市TC・北村 ☎090-2524-5214

▼腰痛・肩凝り・膝痛などの無料施術

体験 5月31日(金)まで。TANAKA天王台整体院。申問高橋 ☎04-7169-4274
▼混声コーラス無料体験 5月22日(木)13時～14時30分(開場12時45分)、5月29日(木)10時～11時30分(開場9時45分)。アビスタ。申込不要。岡村井 ☎080-3126-4960

▼障害年金無料個別相談会 5月23日(木)13時30分～16時30分。ラコルタ柏。先着10人。申問5月22日(木)までにみんなでサポートちば ☎070-1541-7661

▼混声合唱団コールヴォンネ演奏会 5月25日(土)14時～16時30分(開場13時30分)。湖北地区公民館。戴冠ミサ、アヴェマリアなど。先着250人。1,000円。申問佐谷 ☎04-7183-6444

▼昭和歌謡・懐メロの集い 5月29日(木)12時45分～14時45分(開場12時30分)。アビスタ。ピアノ伴奏で一緒に歌う。1,000円(申込不要)。岡村井 ☎080-3126-4960

▼手賀沼でお散歩しぜん観察会 6月2日(日)9時30分～12時。手賀沼自然ふれあい緑道など。植物、昆虫、野鳥の観察など。先着30人。300円。申問5月31日(金)17時30分までに廣川 ☎070-4489-7003

▼落語で学ぶ「振り込め詐欺被害防止」 6月1日(土)14時～16時。湖北台近セ。演山遊亭金太郎さん(落語家)。先着150人(申込不要)。無料。我孫子を元気にする会・林 ☎04-7187-0333

▼流通経済大学付属柏高校吹奏楽部定期演奏会 6月2日(日)14時30分～16時30分(開場14時)。柏市民文化会館。詳細は高校HP参照。先着1,300人(申込不要)。無料。岡湯本 ☎04-7131-5611

▼講演「なぜ戦争は起こるのか?～元イスラエル兵士ダニー・ネフセタイさんに聞く」

6月8日(土)14時～16時30分(開場13時30分)。市民プラザ。先着200人(申込不要)。500円(学生無料)。岡井上 ☎090-5193-0601
▼講演「アメリカは日本の同盟国といえるのか?」 6月8日(土)15時50分～17時40分。パレット柏。岡ジェイソン・モーガンさん。先着50人(申込不要)。1,000円。岡須田 ☎090-5768-2605

▼朗読劇ワークショップ 6月23日(日)・30日(日)、7月7日(日)。ラコルタ柏。18歳以上の方。先着20人。1,000円。申問6月8日(土)までに柏・麦わらぼうしの会 ☎090-9218-2927

▼スクエアステップと睡眠の話 6月9日(日)9時30分～12時。アビスタ。認知機能向上に。上級睡眠健康指導士の講演あり。中・高齢者の方。先着20人。500円。申問岡本間 ☎047-446-9784(18時～)

👤 会員・仲間募集

▼我孫子合気会 毎週(月)(木)(金)(日)。白山・我孫子中。初心者歓迎。詳細は合気会HP参照。費2,000円(高校生以下1,000円)。岡鈴木 ☎04-7185-0695

▼歌声サロン「ひばり」 毎月第2月13時30分～15時30分。懐かしい歌、思い出の歌と一緒に歌いましょう。ピアノ伴奏あり。1回500円。場所岡ACOB A ☎04-7181-9701

▼英語を楽しむ会 毎週(木)13時30分～15時30分。市民プラザなど。講師は日本人女性。初心者歓迎。若干名。費3,500円。岡佐藤 ☎090-4377-8267

▼水彩画教室「写生画友会」 月2回(木)13時30分～16時30分。市民プラザ。和気あいあいとした楽しいサークル。岡小林大彦さん。費2,000円。岡2,000円。岡鈴木 ☎04-7139-6678

文芸だより

◇俳句

葎の花ま白き陣を敷くことし

【評】食する葎の花ではなく所構わず咲く葎の花がある。その勢いは合戦の陣を敷くように広がる白い存在である。

山菜黄に時費やしてしまひけり

誰よりも大きな声で卒園す

もう三分いやもう五分と花談義

◇短歌

のびのびと若木のさくら咲きにけり未だ樹齢といふを持たねば

【評】こだわりなく咲いている若木の桜を「未だ樹齢といふを持たねば」と受けたこととで、納得し、さまざま思いが広がっていく。想像力をかき立てる巧みな一首。

神々の処罰のごとき速さにて着き空より落ちくる雲雀

利根川のほとりに住みて五十年余いままに変わらぬ水の夕映え

菜の花にゴマを和えれば香りたち厨に母の笑顔うかび来

佐藤 麻績選 (投稿数20句)

桐山 弘之

柏谷 達夫

尾張 幹

矢部 重夫

豊島 秀範選 (投稿数19首)

林 珠白

小室野優子

新藤 道子

佐藤 文江



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。

地産地消を推進！

あびこん創業祭

農家と交流できる軽トラ市

日 6月2日(日)10時～13時※雨天中止
所 手賀沼親水広場

内 市内農家の新鮮野菜・加工品(総菜)販売、竹とんぼの実演販売、あびこエコ農産物PRコーナー

※軽トラ市の各売り場で500円以上購入するとプレゼントあり(各売り場先着20人)

※当日はあびこんで花苗木・果物の特価販売あり

※当日9時30分からあびこんで商品を購入すると2,000円ごとに卵1パック(10個)をプレゼント(先着300パック)

問 あびこ農産物直売所あびこん ☎04-7168-0821



ファミリースポーツテスト×

NECグリーンロケッツ東葛ラグビー体験会

詳しくは市ホームページをご覧ください。

日 6月16日(日)9時～13時(受付12時30分まで)

所 市民体育館



▲市HP

ファミリースポーツテスト

内 ○共通…握力・上体起こし・長座体前屈 ○6歳～64歳…反復横跳び・20mシャトルラン・立ち幅跳び ○65歳以上…開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行



ラグビー体験会

市内に練習拠点がある「ジャパンラグビーリーグワン」所属チーム「NECグリーンロケッツ東葛」の選手による体験会です。

〈共通〉

費 無料 持 運動できる服装、室内用運動靴、飲み物

申 6月3日(月)までにLINE申請(市ホームページ参照)

問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604(当日は市民体育館 ☎04-7187-1155)



谷津の春を観察しよう

日 5月26日(日)9時45分～12時

※雨天時6月1日(出)

所 谷津ミュージアム作業小屋集合

※阪東バス「中央学院高校」下車徒歩5分

師 柄澤保彦さん

定 先着20人※小学生以下は保護者同伴

費 無料

申問 5月25日(出)までに電話・ファクスで氏名、年齢、学年、電話番号を明示。岡発戸・都部の谷津を愛する会・田島 ☎04-7188-8778



スイレンや田園風景を眺めながら散策

ポールウォーキングを楽しむ会

日 6月1日(出)9時～12時※荒天時9日(日)

所 東我孫子駅南口広場集合、解散

内 東我孫子駅南口～西音寺・八幡神社～かじ池～谷津ミュージアム～近隣センターこもれび～東我孫子駅南口

持 6km以上歩ける方※小学生以下は保護者同伴

定 先着30人

費 無料

持 歩きやすい服装、飲み物、タオル、ポール(貸し出し可)

申問 5月24日(金)(必着)までに、ちば電子申請サービスまたは

はがき・電話・ファクスで住所、氏名、年齢、電話番号、ポールの有無を明示。〒270-1166我孫子1684教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604 ☎04-7185-1760



▲ちば電子申請サービス

クリーン手賀沼推進協議会

遊覧船で手賀沼について学ぼう！

手賀沼の歴史と現状、手賀沼で見られる生き物をガイドします。

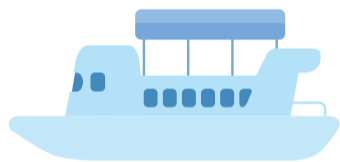
日 6月8日(出)10時30分～11時30分※雨天・強風中止

所 手賀沼公園内「ボートセンター小池」集合

定 先着30人※小学生以下は保護者同伴

費 無料

申問 5月17日(金)～6月7日(金)に手賀沼課 ☎04-7185-1484



図書館員が選ぶこの一冊 No.74

『ハンチバック』 文藝春秋
市川 沙央 / 著



中学2年の頃から背骨がS字に大きく曲がり、寝たきり同然の病を患った井沢 稔華は、自らをハンチバックの怪物とやゆする。両親が残してくれた財産のおかげで金銭的な苦勞はない。ウェブライターの仕事と通信制大学で日々を過ごしつつ、SNSの誰もものぞかないアカウントに過激な思いを投稿していたが、ホームヘルパーの田中がそれを見たとき、動揺する。

健康者とは違う、どうにもならない体。変えられない運命を客観的に描写する。さまざまな立場の人間の、さまざまな考え方。バリアフリーとは、知らないことを知ることから始まるのかもしれない。第169回芥川賞を受賞。



消費生活センターだより 139回

入院時の差額ベッド代の支払い

事例1 父が転んで緊急入院をした。翌日退院したが、差額ベッド代が3万円と高いので支払いたくない。
事例2 母が脳溢血で倒れ、搬送された。気が動転し差額ベッド代が1日2万円かかることに同意してしまった。

医療費には高額療養費制度がありますが、差額ベッド代は対象外です。自分で差額ベッド代のかかる病室を希望した場合は差額を支払う必要がありますが、病院の判断で差額ベッド代のかかる病室になった場合は支払う必要はありません。事例1は、病院の判断で入室したため支払わずに済みました。事例2は、すでに支払いに同意していたため困難でしたが、本人が交渉した結果、支払わずに済みました。

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

納付のお知らせ

項目	納期限 (口座振替日)
上下水道料金	5月27日(月)
軽自動車税(種別割)	5月31日(金)
自動車税(種別割)※県税	

市の人口

	5月1日時点	前年同月比
人口	131,316人	+289人
うち外国人	3,252人	+853人
男	64,270人	+57人
女	67,046人	+232人
世帯	62,711世帯	+1,096世帯