



我孫子の秋を楽しもう



青空市

職業体験
あびjob
パーク



スタンプを集めて、お給料
(会場で使えるチケット)を
もらおう！

木工教室、塗装教室、マッサー
ジ教室、ヘア&メイク、消防士・警
察官体験など(対象は中学生以下)

市内商店などの飲食・遊び・
物販ブースが40店以上！

食べて、遊んで、体験！ あびこ産業まつり

日時 9月27日(日)10時～16時※荒天中止
場所 湖北台中央公園
問 実行委員会・寺内☎090-6036-9007

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	湖北台西小学校吹奏楽部
11時20分	よさこいソーラン志〜こころざし〜
12時	盲導犬コーナー&盲導犬〇×クイズ
12時30分	WAIWAI MOVE FAM
13時	極真会館 我孫子道場(空手)
13時30分	子ども実行委員会 縄跳びバトル
14時	M show dance crew
14時45分	けん玉みずき
15時30分	閉会式

その他にも
盛りだくさん！

企業PR、献血・盲導犬・小児がん支
援のコーナー、子ども実行委員会の企画
など

地産地消を推進！ あびこん新米フェア

日時 9月26日(土)9時30分～18時

場所 あびこ農産物直売所あびこん

お米全品1割引き！店内で5,000円以上購入
した方のうち先着100人にカプセルトイ1回券
をプレゼント！



▲あびこんHP

釜炊きごはんの無料試食会

我孫子産のおいしい新米を味わってみませんか？

時間 10時～13時(炊き上がり時間10時、12時)※荒天中止



問 あびこ農産物直売所あびこん☎04-7168-0821

映画「東京物語」「暗夜行路」 特別上映会&アフタートーク in 白樺芸術祭

日時 11月8日(日)

場所 けやきプラザ

希少な35mmフィルムを使用
し、大迫力のスクリーンで映画を
楽しめます。

上映作品	時間 ※上映後のトークを含む
東京物語	11時～13時50分
暗夜行路	14時15分～17時 17時25分～20時15分

出演者 山田裕さん(志賀直哉の
孫)、矢島里奈さん(スタイリスト)、
野中真規子さん(文化ディレクター)
定員 各回先着450人(要入場券)
費用 各回1,500円※別途手数料
がかかる場合があります。

入場券 11月7日(土)までにアビシルベ、チケットぴあ、セブンイレ
ブンのマルチコピー機

問 実行委員会✉shirakaba.art.fes@gmail.com



©1953 松竹株式会社

東京物語 小津安二郎
監督の不朽の名作。昭
和28年公開の白黒映画
で、日本の家族の姿を
繊細に描いた感動の物
語。



©TOHO CO.,LTD.

暗夜行路 昭和34年製
作。志賀直哉原作、豊
田四郎監督、池部良・
淡島千景・山本富士子
ほか出演の白黒映画。



市HP▶

キャッシュレス納付の対象が拡大します

9月24日(木)から税以外の公金でも、eL-QR付き納付書を読み取ることでスマホ決済アプリ、クレジットカード、インターネットバンキングなどでの納付が可能となります。

対象となる公金 介護保険料、後期高齢者医療保険料、行政財産使用料、道路・河川の占用料、土地賃借料、保育料、その他利用料など
☎ 行政管理課・内線50282

◎税金のキャッシュレス納付の一時停止

システム改修のため、市税・国民健康保険税のキャッシュレス納付などの手続きを一時停止します。

日時 9月19日(土)～24日(木)8時30分

☎ 市税…収税課・内線20342、国民健康保険税…国保年金課・内線20390

世界大会好成績者が表敬訪問

◎太極拳世界大会第3位 張楊さん(東京中国武術協会・千葉)

張さんは令和7年10月に開催された「第10回世界伝統武術太極拳選手権大会」で第3位となりました。

◎空手道世界大会優勝 石渡莉生さん(湖北台東小学校6年)

石渡さんは5月に開催された「2026国際親善空手道選手権大会(11歳男子+40kg級)」で優勝しました。



▲左から張さん、星野市長



▲左から丸教育長、石渡さん、星野市長、我孫子道場責任者・小沼隆一さん

☎ 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604

ファミリーサポートセンター 提供会員募集

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(資格・経験不問)。

区分	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)(休)・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)(休)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(要申込)

日時	場所	内容
10月16日(金)9時～15時	我孫子南近隣センター	事業を円滑に進めるために、保育の心、子どもの世話
10月19日(月)10時～15時		小児看護の基礎知識
10月23日(金)10時～15時		安全・事故、子どもの遊び
10月26日(月)10時～17時		身体の発育と病気、心の発達とその問題
10月30日(金)9時～10時	消防本部	普通救命講習Ⅲ
11月12日(木)10時～13時	アビスタ	子どもの栄養と食生活

申込 各日前日までに、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※(祝)(休)を除く) ✉abiko-famisapo@roukyou.gr.jp



▲ファミサポHP

令和8年8月千葉豪雨 災害義援金募集

我孫子市社会福祉協議会・日本赤十字社では義援金を受け付けています。受付場所など、詳細は各ホームページをご覧ください。



▲我孫子市協HP



▲市HP(日本赤十字社義援金)

☎ 我孫子市社会福祉協議会 ☎04-7184-1539、日本赤十字社への義援金…社会福祉課・内線20377

10月1日(木)～

県の一部の窓口受付時間に変更になります

対象施設など、詳細は県ホームページをご覧ください。

変更後の受付時間 9時～16時

☎ 千葉県総務課 ☎043-223-2459



県HP▶

9月21日～30日は「秋の交通安全運動」

ライトと反射材で命を守ろう

日没時間が早まる秋は、夕暮れ時や夜間の交通事故が増加します。交通ルールを守り、事故防止に努めましょう。

目標…○歩行者の安全な道路横断と反射材・明るく目立つ衣服の着用

○ながらスマホ・飲酒運転の根絶と早めのライト点灯やハイビームの活用

○自転車・特定小型原動機付き自転車の交通ルール順守とヘルメット着用

☎ 我孫子警察署 ☎04-7182-0110、交通政策課 ☎04-7185-1369



防犯イベント

日時 9月25日(金)10時～15時

場所 あびこショッピングプラザ

◎講話(11時～、14時～)※各回60分

市内で発生している犯罪情報、すぐにできる犯罪対策・ポイント

◎相談コーナー(10時～15時)

警察庁推奨アプリ登録、「録音チュー」無料貸し出し(先着300人)、消費生活相談

◎展示コーナー

白バイ、中央学院高校の生徒が作成した「電話de詐欺対策」黒板アート、市内防犯活動の写真

◎防犯グッズプレゼント

アンケート回答で防犯グッズをプレゼント

◎秋の交通安全運動 出動式(10時15分～)

手賀沼のうなぎちさんが一日警察署長として交通安全を呼びかけ、白バイやパトカーなどの警察車両が広報活動のため出動します。

☎ 市民安全課・内線20486



9月20日は「バスの日」

バス事業者を応援しよう

日本で初めてバスが走ったことを記念し、日本バス協会が定めています。バスは日常生活に密着した公共交通機関として重要な役割を担っています。

阪東バスは200円から、アイバス・あびバスは一律200円(小学生半額)です。

☎ 交通政策課・内線20659



▲市HP



【各項目は下記のように省略しています】

☎…申し込み・申請 ☎…問い合わせ HP…ホームページ ✉…メールアドレス

Vitality我孫子ウォーク 歩いて延ばそう健康寿命

ウォーキングなどの運動に取り組んで目標ポイントを達成すると、さまざまな特典が獲得できます。

対象 市内在住の15歳以上で、次の全てに同意できる方…
○住友生命から本事業に関するメールが届く ○アンケート(無記名)への協力

※すでにVitality健康プログラムに加入済みの方は参加不可

定員 先着200人 **費用** 無料



利用の流れ

- Step1 申し込みとアプリのインストール(9月28日(月)9時～10月4日(日))**
市ホームページから申込サイトにアクセス
※Vitalityアプリ以外に、歩数計測アプリのダウンロードが必要な場合があります。  市HP▶
- Step2 ポイントを取得し特典をゲット(10月5日(月)～11月29日(日))**
1週間ごとの運動目標に向けてウォーキングなどを行う→目標を達成してルーレットを回す→特典(ドリンクチケットなど)を獲得 
- Step3 アンケートに回答**
メールで送付されるアンケートに回答

Vitalityアプリ登録サポート会・インボディー測定会

健康・栄養状態を測定するインボディー測定会のみの参加も可能です。

日時 9月30日(木)10時～15時 **場所** 我孫子南近隣センター

費用 無料(申込不要)

あびこ健康ポイントをためて、ち～バリュ～カードをもらおう

- 健康に関する目標に取り組んだり、健(検)診を受けてポイントをためると、お得なサービスを受けられます。
- 対象** 市内在住で、市に住民登録がある20歳以上 **費用** 無料
- Step1 申請用台紙を取得**
紙版…健康づくり支援課、各行政サービスセンター、各近隣センターで配布
電子版…申込フォーム  ▲市HP
- Step2 ポイントをためる**
健(検)診を受けたりウォーキングなどをしてポイントをためる※「Vitality我孫子ウォーク」は、あびこ健康ポイントの対象です。  ▲申込フォーム
- Step3 ち～バリュ～カードをゲット**
100ポイントためてカードをもらう
- Step4 協賛店で特典をゲット**
県内約1,300の協賛店で、割引・景品などの特典が受けられます。カードの有効期間は交付日から1年です。  ▲ち～バリュ～ネットHP



〈共通〉 問 Vitality我孫子ウォーク…住友生命Vitalityサービスセンター
☎0120-307864(月)～(金)9時～18時、(土)9時～17時※(祝休)を除く)、あびこ健康ポイント…健康づくり支援課☎04-7185-1126

ポールウォーキング教室

	①室内コース(基礎編)	②外コース(応用編)
日時	11月4日(木)13時15分～15時30分(受付13時～)	11月11日(木)13時30分～15時30分(受付13時15分～) ※雨天時18日(木)
場所	アビスタ	手賀沼公園
内容	ポールの持ち方などの基礎、ストレッチ、実践、栄養・歯の話と口の体操	公園付近をウォーキング

講師 長岡智津子さん(日本ポールウォーキング協会マスターコーチプロ)、歯科衛生士・管理栄養士(①のみ)

対象 市内在住の65歳以上※②は①を要受講

定員 各先着30人(要申込) **費用** 無料

持ち物 運動靴(①は室内用)、タオル、飲み物、ポール(貸し出し可)、筆記用具(①のみ)※②はリュックサック推奨

申問 11月2日(月)までに高齢者支援課・内線20396

新型コロナウイルス・インフルエンザ予防接種

	①高齢者 新型コロナウイルス	②高齢者 インフルエンザ	③小児 インフルエンザ
接種期間	10月1日(木)～ 令和9年3月31日(木)	令和9年1月31日(日)まで ※開始日は医療機関により異なる	
自己負担額	5,500円	1,600円	医療機関により異なる (助成額1回1,500円)
助成回数	1人1回		不活化ワクチンは 1人2回、経鼻弱毒 生ワクチンは1人1回
対象	接種日時時点で市に住民登録があり、次のいずれかに該当する方…○65歳以上 ○60歳～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の障害により日常生活が極度に制限されるまたはヒト免疫不全ウイルスによる重度の免疫機能障害を有する		接種日時時点で市に住民登録がある生後6カ月～小学6年生

※生活保護受給世帯の方などは、①②自己負担免除③助成額1回上限4,000円

接種方法 医療機関へ連絡※契約医療機関(市ホームページ参照)以外で接種する方は、接種前に健康づくり支援課へ要連絡

持ち物 マイナ保険証(資格確認書)、予診票(③のみ)。市ホームページからダウンロード可)、生活保護受給証明書(生活保護受給世帯の方などのみ)

問 健康づくり支援課☎04-7185-1634



▲市HP(高齢者
新型コロナ・イン
フルエンザ)



▲市HP(小児イ
ンフルエンザ)

遊具うんどう教室講習会

日時 10月13日(木)10時～11時
(受付9時45分～)

場所 湖北台中央公園
※雨天時保健センター

講師 本庄勇二さん(高齢者体力づくり支援士ドクター)

対象 市内在住の65歳以上

費用 無料(申込不要)

持ち物 運動靴、帽子、タオル、飲み物  市HP▶

問 高齢者支援課・内線20396



なないろいきいき教室「笑いヨガ」

日時 10月15日(木)14時～15時30分

場所 市民プラザ

講師 近藤研作さん(株式会社ソナエル)

対象 市内在住の65歳以上

定員 先着20人(要申込)

費用 無料

持ち物 運動靴、タオル、飲み物

申問 我孫子北地区高齢者なんでも相談室☎04-7179-7360

広告

UEKIYA KAKUMEI

植木屋革命 クイック・ガーデニング

見取り・出張費
無料!

<先着50名様・広報誌限定>我孫子市民割

3000円OFF

我孫子市内 771 名
ご利用いただきました

剪定

伐採

草むしり

タダで見に来るクイック

0120-329-919

9:00～18:00
土日祝含む

株式会社クイック・ガーデニング 本社 〒183-0016 東京都府中市八幡町 3-19-20 サンサティア

●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。

がん集団検診 申し込み受付中

対象 結核、肺・胃・子宮頸・乳・大腸がん集団検診の受診券をお持ちの方
申込 LINE申請または電話



受診券(ID・パスワード入り)の発行を希望する方

がん集団検診の受診券の発行を希望する方は、申し込みが必要です。
申込 結核、肺がん…9月18日(金)(必着)まで、胃・子宮頸・乳・大腸がん…11月30日(月)(必着)までに、LINE申請または窓口またははがきに検診名、住所、氏名(連名不可)、生年月日、電話番号を明記し郵送
〈共通〉 申込 〆 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

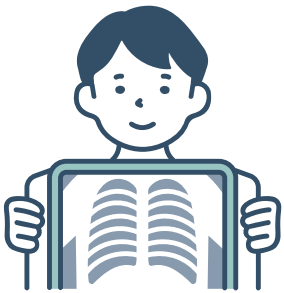
9月24日～30日は「結核・呼吸器感染症予防週間」

結核を予防・早期発見しましょう

結核は結核菌によって主に肺に炎症が起きる病気で、最初は風邪に似た症状から始まります。痰がからむせき・微熱・体のだるさが2週間以上続いている、体重が減ってきた、食欲がないなどの症状が続く場合は、早めに医療機関(呼吸器内科)を受診しましょう。

健康的な生活が免疫力を高め、結核の予防につながります。また、早期発見のため、健康診断(胸部レントゲン検査)を毎年受けましょう。

申込 千葉県松戸保健所(健康福祉センター) ☎047-361-2139



10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・検査内容		日時	申し込み・問い合わせ
思春期相談	電話	(月)～(金)9時～17時※(祝)を除く	☎047-361-2138
	来所		
精神保健福祉相談	来所	8日(木)14時～16時 19日(月)13時～15時	
酒害相談	来所	15日(木)14時～16時30分	☎047-361-2139 ※申し込みは検査日の属する週の(月)9時～(祝)の場合は翌平日)
HIV、梅毒、クラミジア、淋菌、B型・C型肝炎検査	来所	8日(木)受付13時30分～14時 22日(木)受付13時30分～14時、17時40分～18時	
DV相談	電話	(月)～(金)9時～16時※(祝)を除く	☎047-361-6651
	来所		

◎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
日時 (月)～(金)9時～11時30分、12時15分～15時30分※(祝)を除く
申込 千葉県松戸保健所(健康福祉センター) ☎047-361-2121

ジャパン・マンモグラフィー・サンデー

日本乳がんピンクリボン運動の取り組みの一つです。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。

日時	検査内容	定員(要申込)	費用
10月18日(日) 9時～12時、 13時～17時	①マンモグラフィー(2方向)	先着28人	5,500円
	②超音波	先着18人	3,850円

※①②同時検査の場合は8,500円で受診可
※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
場所・申込 我孫子聖仁会病院 ☎04-7181-2265 (月)～(土)14時～17時※(祝)を除く



▲公式HP

文芸だより

俳句

綿あめのごとく湧き出す沼の霧

【評】春は霞と言われたものが、秋には霧と言われます。柔らかく甘い綿あめのように霧が湧き出て沼を覆う。幻想的な光景です。

相川 健選 (投稿数24句)

矢部 重夫

短歌

朝霧の底に沈みて静かなり大正浪漫を知れる手賀沼

【評】朝霧に沈む静かな手賀沼。だが手賀沼は、個性の尊重や人道主義・理想主義を掲げた人々の大正ロマンの当時の実態を知っているのだとの感慨から生まれた歌。

豊島 秀範選 (投稿数16首)

矢部 重夫

朱の上におはぐろトンボの菓子器持つ寡黙な父の姿顕ちくる

梅澤 光子

ビニールの傘ならび行く交差点隠したき表情すべてさらして

新藤 道子

何もない文机の上を這ひゆける虫あり五分の魂もちて

佐藤 文江

日傘さし男が闊歩江戸の街

尾張 幹

ほれ食えと甥のさし出す樽の茄子

室山 まき子

棚経に唱和すること蟬の声

齋藤 昭義

投稿方法 毎月20日(必着)までに、①LINE投稿②はがきに作品(1人1作)、住所、氏名、年齢を明記。〒270-1192市役所秘書広報課 広報室(住所省略可)※作品は選者により添削する場合があります。※「青少年の部」(18歳以下)も募集しています。

まち活ライターの

「あびこ」みっけ 第27回

申込 市民活動ステーション ☎04-7165-4370

わが家で始まる、小さな国際交流「あびこホストファミリーの会」

海外から訪れる高校生や若者を家庭に迎え入れ、日本の日常とともに過ごす国際交流を続ける市民団体です。現在は我孫子市や近隣地域を中心に約20のホストファミリーが参加し、それぞれの家庭のペースで受け入れています。

特別な語学力やおもてなしは必要なく、一緒に食卓を囲み、普段通りの暮らしを楽しむことが何よりの魅力です。大人も子どもも異文化に触れ、世界へ視野を広げるきっかけになるほか、一度迎えたゲストと家族のような交流が長く続くこともあります。自宅から始まる小さな国際交流。興味のある方はぜひ「あびこホストファミリーの会」をのぞいてみてください。

まち活ライター 寺田さおり

図書館員が選ぶこの一冊 No.100

文藝春秋出版 『望郷』

湊 かなえ / 著

東京で妻と息子と暮らす洋平のもとに、故郷・白綱島の同級生から一通のはがきが届く。それをきっかけに、小学6年生の秋、父が失踪し母と貧しく暮らしていた頃を回想する。当時、何かと親切にしてくれたおっさんがいたが、彼の目的はどうやら母親のようで…。

白綱島は架空の島。島ならではの閉塞感漂う中、登場人物の故郷に対する愛憎入り混じった思いや、その後の人生への影響を織り交ぜて進む物語は「望郷」へとつながっている。第65回日本推理作家協会賞を受賞した「海の星」のほか、5つの短編が紡がれる。

消費生活センターだより 165回

太陽光発電システムの点検商法に注意

事例 業者が突然訪問してきて「太陽光パネルの点検が法律で義務化されたので無料で点検する」と言われお願いした。「パネルによる火災事故が増えている」「長期使用するためには洗浄とコーティングが必要」と言われるがまま、30万円の契約をしてしまった。

太陽光発電システムの点検商法に関する相談が、昨年度の2倍に増えています。

対処法 …○「点検が義務化された」などと言われても安易に契約しない ○まずは点検の要否を確認する。分からない場合は、設置事業者に相談する ○契約する場合は、その場で契約せずに、複数社から見積もりを取る

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)10時～17時30分)



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】

回…日時 所…場所 内…内容 講…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 券…入場券・整理券など

持…持ち物 申…申し込み・申請 問…問い合わせ

近セ…近隣センター 市活ステ…市民活動ステーション

社協…社会福祉協議会 入…入会費 月…月会費 年…年会費

イベント

市活ステ主催事業

◎あびこまち活フェスプレイベント

回9月19日(土)①13時～②14時～③15時～ 所けやきプラザ前広場 内電動工具を使って竹灯籠を作り、広場に飾ります 講住み良いまちづくり研究所 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定各回先着5組(要申込) 費1,000円 持作業手袋(軍手可) 申9月18日(金)までに電話・Eメールで氏名、電話番号を明示

◎子どもの本を愉しむ大人の読書会

回9月23日(祝)10時～11時30分 所市活ステ 内絵本・児童書を持参して語り合う 講Yasucoさん 定先着5人(要申込) 費無料 申9月22日(木)までに申 ▲申込フォーム 込フォーム

〈共通〉回市活ステ ☎04-7165-4370 ✉abiko.station@machikatsu.co.jp

市民プラザ主催事業

◎絵手紙教室 回9月20日(日)、10月11日(日)13時30分～15時30分 講櫻井純江さん 定先着10人(要申込) 費800円

◎やさしい手話教室 回9月28日(月)、10月12日(祝)・26日(月)18時30分～19時30分 講手話サークルつくし野 定各日先着10人(要申込) 費800円

◎秋の新そば！そば打ち体験 回10月14日(火)・25日(日)、11月11日(火)・21日(土)①9時15分～10時45分②10時50分～12時15分 講こもれび蕎麦の会 定各先着5人(要申込) 費2,000円

〈共通〉所申回市民プラザ ☎04-7183-2111

働く・学ぶ世代のケアラズカフェ @chibaおどり場

回9月26日(土)10時30分～11時30分 所オンライン(Zoom) 内就学・就労しながら介護している方同士が日頃の悩みを話す 費無料(要申込) 申当日9時までに申込フォーム 問けやきプラザ ☎04-7165-2886 ▲申込フォーム

市民陸上競技大会

回10月11日(日)受付7時40分～※雨天実施 所柏の葉公園総合競技場 内100m、1,000m、4×100mリレー、キッズ50mなど 対市内在住・在学・在勤の方(小・中学生は東葛6市に在住・在学の方も可)※要申込 申9月24日(木)～10月1日(木)18時に我 孫子市陸上競技協会HP 問山本 ☎070-1463-1961 ▲協会HP

秋の午後にアンサンブルを～珠玉の名曲たち～

回10月25日(日)14時～16時 所アミューゼ柏 内A.ドボルザーク「ピアノ五重奏曲第2番 作品81イ長調」など 演阿部雪子さん、中井川温子さん、井崎真理さんほか 対5歳以上 定先着400人(要入場券) 費2,000円(高校生以下1,000円) 券10月24日(土)までに協会HP・電話またはアミューゼ柏・軽喫茶ぱぼら※当日券あり 問柏市音楽家協会・大部 ☎080-4450-1539

水の輪 夢♡こんさと

回①10月27日(火)～31日(土)10時～16時(初日12時30分～)②31日(土)12時～16時30分③31日(土)13時～16時 所けやきプラザ 内①作品展②販売会③障害者も楽しめるコンサート 演③兄一ズほか 費①②無料③1,000円(中学生以下500円、介助者1人無料)※要入場券 券③申込フォームまたは軽喫茶ぱぼら 問長岡 ☎090-1889-5080 ▲申込フォーム

講演・講座・教室

バレトン

回毎週(金)13時10分～14時10分 内シェイプアップを目指してエクササイズ 定各日先着20人(要申込) 費500円 持タオル、飲み物 所申回市民体育館 ☎04-7187-1155

スマホなどの相談・教室

◎ぱそすまサロンあびこ 回9月24日(木)①10時～16時②11時～11時50分 所けやきプラザ 内①サロン形式のPC・スマホ相談②講座「自分の料金プランを知ろう」 定②先着6人(①②申込不要) 費無料 持相談したい機器 問我孫子市社協 ☎04-7184-1539

我孫子市史研究センター 古文書入門講座

回10月13日(火)・20日(火)・27日(火)9時30分～11時30分(全3回) 所我孫子南近セ 講鈴木江里子さん 対高校生以上 定先着25人(要申込) 費2,500円(会員1,500円) 持筆記用具 申回9月30日(火)までに電話・Eメールで講座名、住所、氏名、電話番号を明示。 荒井 ☎090-2740-6682 ✉sisiken@ab.auone-net.jp

湖北地区公民館(コホミン)講座

◎ちびっこクラブ 回10月6日(火)10時30分～11時15分 内親子体操 講小松綾さん 対未就園児と保護者 定先着10組(要申込) 費無料 持室内履き、タオル、飲み物

◎みんなの教室 回①10月8日(木)②22日(木)10時～11時 内①スクエアステップ②リズム体操 講①矢澤かづあさん②金子南代さん 定各日先着20人(要申込) 費500円 持室内履き、タオル、

飲み物

◎まちかどキャンパス 回10月14日(火)13時～15時 内歴史講座「弘法大師信仰と房総」 講中川和明さん 定先着40人(要申込) 費無料

〈共通〉所申回9月16日(火)9時～湖北地区公民館 ☎04-7188-4433

けやきプラザ県民講座・講習

◎怒りと仲良く生きる方法 回10月7日(火) 講金澤昭彦さん

◎カラダは食べた物からできている 回10月28日(火) 講磯端亜弥さん

〈共通〉時間13時30分～15時30分 定先着60人(要申込) 費無料 所申回けやきプラザ ☎04-7165-2886

募集

自衛官

◎一般幹部候補生 試験日1次…10月10日(土)、2次…11月21日(土)～25日(火) 対22歳～25歳 申9月25日(金)(必着)まで

◎一般曹候補生 試験日1次…11月28日(土)～12月6日(日)、2次…令和9年1月7日(木)～13日(火) 対18歳～32歳 申11月20日(金)(必着)まで

◎2等陸・海・空士(任期制自衛官) 対18歳～32歳 申随時

〈共通〉申回自衛隊柏募集案内所 ☎04-7163-6884

制服バンク 寄付

使用しなくなった久寺家中の制服をご提供ください 所申回我孫子市社協 ☎04-7184-1539

お知らせ

定例教育委員会

回9月29日(火)10時～※変更の場合あり 所水道局4階会議室 問議案は9月18日(金)～教育委員会総務課 ☎04-7185-1110

関東大学女子駅伝 交通規制

回10月3日(土)8時30分～12時 所千葉ニュータウン周辺(印西市) 問関東学生陸上競技連盟 ☎03-5411-1488

弁護士による法の日無料法律相談

回10月3日(土)13時～16時(1人20分) ※申込不要 所回千葉県弁護士会松戸支部 ☎047-366-6611

調停手続相談会

回10月10日(土)10時～15時 所松戸市民会館 内離婚・遺産分割など家族内のもめ事、金銭関係・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※すでに裁判中・調停中の事件は不可 費無料(申込不要) 問千葉地方・家庭裁判所松戸支部 ☎047-368-5141

まち協情報

我孫子北まちづくり協議会

◎みんなのフェスティバル 回9月27日(日)10時～16時 内発表(コーラス、フラダンス、演劇、和太鼓、楽器演奏など)※観覧自由、100円カフェあり 所回我孫子北近セ並木本館 ☎04-7157-4517※駐車場利用不可

布佐南地区まちづくり協議会

◎布佐文化祭 回①10月10日(土)②11

日(日)③18日(日)10時～16時※①のみ17時まで 内①②作品展示(絵画、書道、華道、手芸など)※①のみフリーマーケット・豚汁などのふるまいあり③発表(コーラス、ダンス、楽器演奏など)

所回布佐南近セ ☎04-7189-3740

我孫子南まちづくり協議会

◎スマホ講座 回10月10日(土) 内GoogleとAI Gemini体験 定先着20人(要申込) 費300円 持スマホ

◎フラワーアレンジメント 回10月16日(金) 内室内を彩る秋の花※ティータイムあり 講栗城玲子さん 定先着12人(要申込) 費2,000円 持花ばさみ(お持ちの方)

〈共通〉時間13時20分～15時30分 所申回我孫子南近セ ☎04-7181-1011

新木地区まちづくり協議会

◎料理教室 回10月18日(日)10時～13時30分 内シーフードの緑ソース、肉巻き、豚肉のトマトソースなど 講川上恵子さん 定先着12人(要申込) 費1,000円 持エプロン、三角巾、マスク、布巾、飲み物、手拭き、筆記用具、持ち帰り用容器2個 所申回9月19日(土)～10月14日(火)に新木近セ ☎04-7188-2010

市民伝言板

詳細は各問い合わせ先にご確認ください

≡ 講演・催し

▼男声合唱団フロイデ 創立40周年記念第15回定期演奏会 9月26日(土)16時～18時。柏市民文化会館。980円(当日券あり)。申回赤木 ☎04-7146-3033

▼手賀沼市民大学公開講座「あの手賀沼うなぎを甦らせる」 10月3日(土)12時15分～14時45分。アビスタ。講鈴木昇さん、安田陽一さん、若狭秀己さん。先着45人。500円。申回中津川 ☎04-7146-6800

▼体験登山 箱根旧道と鷹巣山・浅間山 11月14日(土)※10月下旬に説明会あり。4時間程度歩ける70歳以下。交通費約5,300円。申回10月16日(金)までに我孫子登山倶楽部・三輪 ☎080-3158-3654または団体HP

▼ほぼ・シニア劇団コダカラ「病院みしゅらん」 10月23日(金)18時～、24日(土)11時～・15時～。柏市民文化会館。先着300人。2,000円。申回西村 ☎090-3686-9583

▼おもちゃドクター養成講座 11月1日(日)・7日(土)10時～16時(全2日)。近セこもれび。若干名。5,300円(別途部材代)。申回大西 ☎090-6029-8340または我孫子おもちゃ病院HP

≡ 会員・仲間募集

▼KPC合唱団 毎週(金)18時～21時。我孫子南近セなど。初心者歓迎、譜面あり。練習曲「夢の意味」「ヘンデル・メサイア」など。回4,000円。問平野 ☎04-7186-2782

市の人口	9月1日時点		前月比
	人口	132,015人	－39人
	うち外国人	5,068人	－15人
	男	64,342人	－25人
	女	67,673人	－14人
	世帯	65,337世帯	－20世帯

9月21日は「敬老の日」



敬老の日を迎えるにあたり、多年にわたり地域社会に貢献されてきた皆様に心より感謝申し上げます。皆様がますますの長寿を重ねられ、健康と笑顔の絶えない日々が末永く続きますようお祈りいたします。

我孫子市長 星野 順一郎

◎100歳の方に祝い金を贈呈

- 金額 1万円
- 対象 4月1日～9月1日に、市に住民登録があった大正15年1月1日～昭和2年3月31日生まれ
- 申 6月に住民登録地に送付した
□座振込依頼書を返送

◎88歳の方にメッセージを送付

- 9月上旬以降、住民登録地に送付します。
- 対象 昭和13年1月1日～14年3月31日生まれ

〈共通〉 問 高齢者支援課☎04-7185-1152

健康に自分らしく 生き生きと暮らせるまち あびこ

我孫子市の平均余命(令和5年度)は男性82.5歳、女性88.1歳で、男女共に千葉県より約1歳長くなっています。

地域交流・参加の場

市民が自主的に運営している高齢者の交流の場です。活動日など、詳細は市ホームページをご覧ください。



▲市HP



▲高齢者運動会

◎きらめきデイサービス

社会参加、寝たきり予防などを目的に活動しています。

- 内容 健康体操、バス旅行、季節の行事(七夕、クリスマス会)など
- 費用 無料～500円程度(1回当たり)※団体により異なる

◎シニアクラブ

社会活動、心身の健康保持を目的に活動しています。

- 内容 清掃、見守り、スポーツ活動、研修旅行など
- 年会費 1,000～3,600円程度※団体により異なる

団体名	場所
並木小ふれあいサロン	我孫子北近隣センター並木本館
湖北台ふれあいサロン	湖北台近隣センター
湖北地区ふれあいサロン	湖北地区公民館
手賀沼ふれあいサロン	アビスタ
天王台ふれあいサロン	近隣センターこもれび
新木ふれあいサロン	新木近隣センター
さつきの会	近隣センターふさの風
つくし野みなみサロン	我孫子北近隣センターつくし野館
台田ふじの会	柏聖アンデレ教会
ひなぎくの会	泉自治会集会所
布佐平和台シニアサロン「かえで」	布佐南近隣センター
ふれあいサロンACOBА	本町1の1の11青木ビル1F
よりみちサロン「風」	久寺家近隣センター・みんなの広場「風」
おしゃべりサロン「輪」	湖北台8の10の8
きらめき根戸	根戸近隣センター
並木サロン	並木8丁目自治会館
ふらりえ新木野	新木野3の5の3(北村商店跡)

団体名	場所	団体名	場所
中峠下永寿会	中峠下	あじさいクラブ	つくし野
船戸朝風クラブ	船戸、白山	松園つくし会	我孫子3丁目近隣
芝原長寿会	中峠	つくし野すぎな会	つくし野
高野山シニアクラブ	高野山	SG笹山	天王台2・3丁目、笹山町会
東栄会	東我孫子近隣	布佐平和台悠悠クラブ	布佐平和台
みやこ会	布佐2丁目	みどり台鶴亀クラブ	市内全域
布佐東ことぶき会	布佐	根戸みどり会	根戸
喜楽長寿会	並木6～9丁目、柴崎台	台田シニアクラブ	台田町会近隣
若松長寿会	若松	中峠台友愛クラブ	中峠台
青山台フェニックスクラブ	青山台1～4丁目、南青山	GRけやきクラブ	我孫子2丁目
湖北台一二三会	湖北台1～3丁目、島原自治会	シティアシニアクラブ	シティア
湖北台はくとう会	市内全域	花水木サークル	我孫子駅北口周辺
つつじ会	新木野	上あらき台なのはな会	古戸
あすなる会	あらき野自治会内	三丁目朝日会	布佐、都・布佐西町の一部
		都シニアクラブ	つくし野7丁目

いこいの場

◎高齢者福祉センターつつじ荘

高齢者の交流と健康づくりをサポートする施設です。

- 日時 9時30分～16時※風呂は15時30分まで
- ※休館日や送迎バスの運行情報など、詳細は市ホームページ参照
- 内容 大広間(カラオケあり)、娯楽室(囲碁・将棋・麻雀など利用可)、風呂、健康器具コーナーなど
- 対象 我孫子・取手市在住の60歳以上
- 費用 無料(64歳以下は100円)
- 申問 利用日前日までに高齢者福祉センターつつじ荘
- ☎04-7188-0123※空きがあれば当日利用可



▲市HP

いきがい・活躍の場

◎シルバー人材センター

経験や技能を生かして働きませんか？働いている方の平均月収は約4万円です。

- 内容 マンション・施設・公園などの清掃・草刈り・剪定、施設での軽作業など
- 対象 市内在住の60歳以上
- 年会費 3,600円
- 申問 シルバー人材センター☎04-7188-2200



入会説明会

- 日時 ①10月9日(金)14時～15時②14日(水)10時～11時
- 場所 市民プラザ
- 定員 各先着20人(要申込)
- 申 ①10月2日(金)②7日(水)までに電話