

0歳から 100歳まで...

我孫子

家族になる

が大きな

市民のチカラまつり

shimin-no Chikara Matsuri

9/22(土)
9/23(日)
10:00~15:30

開催場所：けやきプラザ 我孫子市本町3-1-2

(9月22日の2階ホール、開始 11:00~)

お問合せ：04-7165-4370 (あびこ市民活動ステーション)

主催：市民のチカラまつり実行委員会・あびこ市民活動ネットワーク・我孫子市・あびこ市民活動ステーション

後援：我孫子市教育委員会

協賛：アーシアン柏 / CAFEDOCK / 生活共同組合コープみらい / NPO法人手賀沼トラスト / ハリオン
ローラーリンパ整体ことぶき

Supported by haco-color Illust&design:mogumi



ori gam



「0歳から100歳・・・我孫子が大きな家族になる」
市民の千カラまつり 2018

9月22日(土) 9月23日(日) けやきフラガ

注目企画は、これだっ！ ①

我孫子、三世代で楽しめます。
(われ(まご)(こ)

すべてが参加費無料 先着順

9F 世界の弦楽器
 中国の古箏(こと)
 ウクライナのバンドウーラ
 22日10:00-11:15
 9階ホール



演奏は、先着120名
 10:00~フウ スミン
 10:30~カテリーナ

9F 親子で
ハッピーコンサート
 22日14:30-15:30
 9階ホール **先着50名**



心を伝えるシンガー
ミネハハ
 歌 & トーク

11F スカイラウンジ
音楽コンサート
 22日10:00-15:30
 11階うなきちさん家

10:00- ポピュラー
 11:00- 歌謡曲 J-POP
 12:00- クラシック
 13:00- JAZZ
 14:00- SP自作蓄音機

我孫子オーディオファンクラブ



1F アビシルベ前ス
テージは、音楽の
てんこ盛りだよっ！

ジャズにフォークにハワイアン、
 コーラス、ウクレレ、大正琴。
 金管、ポップス、昭和歌謡ま
 でも網羅。ぜ～んぜん飽きさ
 せな～い！

23日11:00-15:30
 1階アビシルベ前



MusicPlayersParty

9F 家族で楽しむ
落語体験
 23日11:00-12:30
 9階ホール


落語のいろはが
 学べます。

山遊亭くま八さん

1F 2F ニュースポーツ
を体験だっ！

22日1階
 太極拳
 グラウンドゴルフ

23日2階
 室内ペタンク
 オーバルボール
 バドミントン
 卓球バレー



総合型地域スポーツクラブ

主催 市民の千カラまつり2018実行委員会、あびこ市民活動ネットワーク、我孫子市
 あびこ市民活動ステーション

問、申込先 あびこ市民活動ステーション

(TEL 04-7165-4370 メール abikosks@themis.ocn.ne.jp)

「0歳から100歳・・・我孫子が大きな家族になる」
市民の千カラまつり 2018

9月22日(土) 9月23日(日) けやきフラザ

注目企画は、これだっ！ ②

我孫子、三世代で楽しめます。
(われ)(まご)(こ)

すべてが参加費無料 先着順

9F
 長寿大学フシセンツ
昔遊びとマジック



9階ホール
 22日11:30-11:50 マジック
 23日10:00-11:00 昔遊び
(こままわし)

長寿大学生

9F
**頭脳マジックを
 楽しもう！**

???

23日12:30-13:30
 9階ホール

東京理科大学
 マジック・サークルPALM

9F
おもしろ実験
 22日12:00-13:30
 9階ホール



申込み必要
 先着36名(小学生対象)

筑波大学
小林正美先生

9F

 なんでもおしゃべり
ざんかい
子ども座談会
 23日13:30-15:30
 9かいホール

お互いのいのちのかがやき
 方をみとめあおう いじめ
 ゼロのあびこをめざして

協力 我孫子市少年センター
 我孫子高校演劇部
 我孫子中学校演劇部
 大学生

8F
子ども食堂



23日11:00-13:30 **限定100食**
 8階 調理実習室、第1会議室

作りたい人、申し込んで
 ください
 子ども無料 大人有料

子ども食堂ネットワーク
 杜福)つくばね会

1F
 ご当地グルメ
白樺派カレー
が味わえる



1階ぽぽら
 両日10:30-18:00
 有料 700円~1000円
 セットメニュー有

主催 市民の千カラまつり2018実行委員会、あびこ市民活動ネットワーク、我孫子市
 あびこ市民活動ステーション

問、申込先 あびこ市民活動ステーション

(TEL 04-7165-4370 メール abikosks@themis.ocn.ne.jp)

市民のチカラまつり2018 講演会・フォーラム

市民活動団体の自主企画による講演会やフォーラムです。学びつつ、地域に知り合いを増やす機会になります。ぜひご参加ください。
参加費無料、先着順、当日直接会場にお越しください。(会場:けやきプラザ)

■介護・認知症予防、健康に関心のある方

	日時	タイトル	主催団体	内容・講師など	階	会場	定員
9/22 (土)	13:00- 15:00	親・配偶者が急変!! あなたならどうする? ～これだけは知っておきたい介護のキホン ～<認知症VR視聴体験付>	NPO法人わごころ	山口靖子(社会福祉士、主任ケアマネージャー)、富野浩司(わごころ、社会福祉士)他 親・配偶者がまだ元気だけど、何かあったらどうしたらいいのかよく分からない方、是非ご参加ください	7	介護実習室	40名
	13:00- 15:30	いまこそスマートホン、タブレット端末で豊かな情報生活をICTを活用した認知症予防	NPO法人あびこ・シニア・ライフ・ネット	東京都健康長寿医療センターの監修したカリキュラムに沿った「生き生きクラス」の一端を紹介	8	第2会議室	20名
9/23 (日)	13:00- 15:30	私のやりたい健康法 三種目同時体験できます!	アシの会	あびせら体幹ストレッチで柔軟に、ポイストレーニング&みんなて歌う、太極拳を舞う	7	介護実習室	40名

■定年後の生きがいづくりの情報を求めている方

9/22 (土)	10:00- 12:40	地域に戻って毎日が日曜日、「心スッキリ」人生これからは面白い! <2階での喫茶利用券付>	我孫子健康生きがいづくりアドバイザー協議会	西野雅也(NPO法人終活支援センター千葉副理事長)、大和哲(健康生きがいづくりアドバイザー)他	7	7階研修室	70名
	12:30- 14:00	趣味を活かして生きがいづくり	「日本の戦争」と平和を語る会、一粒の麦	森田茂氏の講演、喜楽会の演芸紹介	2	2階ホール内イベントスペース	70名

■我孫子の環境・景観・文化に関心のある方

9/22 (土)	13:00- 15:30	我孫子景観フォーラム2018 水辺・ハケの道を市民の財産とするために	我孫子市景観形成市民会議	手賀沼の水辺・ハケの道を魅力あるものにし、市民の財産とするために多角的に話し合い、人・まちづくりの足がかりをつくる。	7	7階研修室	70名
	13:00- 15:30	えっ?! 会議室で八景歩き?	我孫子の景観を育てる会	当会によるまち歩き全12コースを映像で紹介	8	8階第1会議室	30名
9/23 (日)	10:00- 11:30	嘉納治五郎をもっと知ろう!	我孫子の文化を守る会	我孫子に白樺派文人が集まるきっかけをつくり、オリンピック誘致のキーマンだった嘉納治五郎について詳しく紹介。藤原昌樹氏(川村学園女子大学教授)他	7	7階研修室	55名

■平和であること、豊かな環境での子育てを大切だと思う方

9/22 (土)	10:00- 15:30	子どもの心と身体づくりー学校給食の役割	新日本婦人の会我孫子支部、子どもを平和の中で育てようあびこ市民の会	栄養士による講演と参加者懇談。別室で制服・学用品のリサイクル	8	8階第1会議室(AM)、和室(AM・PM)	40名
9/23 (日)	14:00- 15:30	『世界がもし100人の村だったら』から平和を考える	我孫子革新懇、我孫子市九条の会	この文章を翻訳した池田香代子氏を講師に、世界の多様性・平等・平和について考える。	7	7階研修室	60名

* 2階ふれあいホール、7階介護実習センター、8階我孫子南近隣センター