

# あびこ

パブリックコメント	2面
消費生活センター 移転	2面
湖北台行政サービスセンター業務再開	2面
市民文化祭	3面
あびこ新米フェア	4面
各種がん集団検診 申し込み受け付け中	5面
高齢者の地域交流・参加の場	6面
新型コロナウイルス・インフルエンザ予防接種	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

🕒 10時～15時  
 📍 けやきプラザ8階  
 📌 駄菓子・飲み物をお供にお喋り・ゲーム、子どもの店員体験

## 駄菓子カフェ



## 我孫子映画上映プロジェクト

我孫子をもっとPRするために私たち学生が本気で作りました。映画を通して、若者同士の交流の大切さや地域の絆を感じていただきたいです！



映画「それでも、夢を」  
 あらすじ 脚本家になる夢がある高校生の望夢と、将来に不安がある大学生の志信。2人が出会い、悩まうことで見えてきた答えは…

🕒 15時30分～15時50分  
 📍 けやきプラザ2階  
 📌 我孫子が舞台の映画を上映

橋本匠さん



シニアがHOTになれるホットできる居場所です。好きなイベントだけでもご参加ください！

宮脇怜子さん



## シニアほっとカフェ

🕒 ①12時15分～15時 ②③10時～15時  
 ④11時30分～12時、15時～15時45分  
 📍 けやきプラザ9階  
 📌 ①卓球バレー ②ニット(編み物)カフェ  
 ③eスポーツ ④昭和な歌声カフェ  
 📌 60歳以上の方



小林仁さん

子どもから大人まで楽しみながら、市民活動でこのような交流の仕方がある、ということを知っていただきたいです♪

### 10月5日(土)10時～16時

# あびこ まち活 フェス

プロジェクト委員に聞いてみました

📍 場所 | けやきプラザ・アビシルベ・アビクオーレ  
 ☎ 市民活動ステーション ☎04-7165-4370

国際社会における円滑なコミュニケーションとして、日本文化を体験していただき、調和と共存を豊かに楽しむ国際交流の場です。



小竹かつらさん

## 知って役に立つ日本文化

🕒 ①10時～12時 ②10時～13時 ③10時～、13時～(各回45分) ④13時～14時30分  
 📍 けやきプラザ8階  
 📌 ①折り紙 ②おむすび作り体験  
 ③浴衣着付けショー、あいさつ・所作を学ぶ ④子育て国際トーク



我孫子の新鮮な野菜を使ったマフィンや紅茶があります。アフタヌーンティーと一緒に、楽しみながら野菜の魅力も知っていただきたいです！

## アビコ・ベジスイーツ・アフタヌーンティー

🕒 ①13時～②14時～③15時～(各回50分)  
 📍 けやきプラザ11階  
 📌 アフタヌーンティー、紅茶の入れ方講座



今井桜子さん

まちを語るのに、おいしいお店は欠かせません。商品以外に、お店ごとのわくわくするストーリーも紹介します。新しいお店を見つけるきっかけにしてください！

## あびこパンまつり

🕒 10時～16時  
 📍 アビクオーレ入り口  
 📌 市内のパン屋・スイーツ店の出店



山崎真理さん

「市民のチカラまつり」が「あびこまち活フェス」に生まれ変わります。まちを活気づける「まち活」。多世代の「まち活」人が、我孫子への思いを伝えるイベントです。プロジェクト委員が紹介したほかにも、楽しい企画がたくさんあります。イベントに参加し、これまで知らなかった我孫子の良さを発見してください。  
 ※有料のプロジェクトがあります。けやきプラザ内の有料プロジェクトには「あびチケット」が必要です(当日けやきプラザ前広場で購入可)。



市活ステHP▶

パブリックコメント

市民活動推進基金条例(案)

公表期間 9月20日(金)~10月21日(月)
閲覧場所 市民協働推進課、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、市民プラザ、各図書館分館、各近隣センター、市ホームページ
市民活動への参加の推進を図るため、基金条例の制定について、意見を募集するもの
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)を①市民協働推進課へ郵送・ファクス・持参②閲覧場所の窓口に出すまたは備え付けの意見書投函箱に投函※ちば電子申請サービスからも可
提出先 〒270-1192市役所市民協働推進課(本庁舎地階、住所省略可)・内線488☎04-7185-5777

杉村楚人冠記念館 臨時休館

館内整備作業に伴い、休館します。
9月24日(火)~29日(日)※10月1日(火)から秋季企画展「楚人冠の本棚 楚人冠が読んだ文学-紫式部からシェークスピアまで-」を開催します。
杉村楚人冠記念館☎04-7187-1131

消費生活センター 移転

9月24日(火)に、アビクオーレ2階(イトーヨーカドー我孫子南口店)のフロア内で移転します。業務内容・運営時間などに変更はありません。現・消費生活センターの場所は、我孫子駅前妊娠・育児相談窓口になり、母子健康手帳の交付などを行います。
※10月1日(火)から、新・消費生活センターの隣に地域職業相談室が開室します。
消費生活センター☎04-7185-1469

湖北台行政サービスセンター業務再開

9月19日(木)から、湖北駅南口のビル1階(湖北台1の12の4)で業務を再開します。
市民課・内線316

災害対応型自動販売機設置事業の実施に関する協定を締結

7月19日、株式会社伊藤園と「災害対応型自動販売機設置事業の実施に関する協定」を締結しました。
この協定は、市内で災害の発生またはその恐れがある場合に、市民に自動販売機内の商品を無償で提供することで、市の防災体制の推進に寄与することを目的としています。
市民安全課・内線522

中峠地区防災行政無線子局 移設

中峠下根古屋に設置していた防災行政無線子局を市営根古屋団地に移設し、9月に運用を開始しました。
市民安全課・内線522

手賀沼花火大会2024
ご支援ありがとうございました

8月3日に開催した手賀沼花火大会の募金・協賛金・ガバメントクラウドファンディングの金額が確定しました。たくさんのご支援ありがとうございました。
来年も皆様のご協力をお願いします。



Table with 3 columns: 募金 (175万9,885円), 協賛金 (904万円), ガバメントクラウドファンディング (105万9,000円)

※広報あびこ8月16日号に掲載した募金額に誤りがありました。お詫びして訂正します。
商業観光課・内線505

バス事業者を応援しましょう!

9月20日は「バスの日」

日本で初めてバスが走ったことを記念し、日本バス協会は9月20日を「バスの日」と定めています。

バスは通勤、通学、買い物、通院など、生活に密着した公共交通機関として重要な役割を果たしています。しかし、新型コロナウイルス感染症の流行に伴う外出自粛で利用者数が減少したことに加え、燃料価格高騰の影響で厳しい経営状況が続いています。

阪東バスは170円~、アイバスは一律200円、あびバスは一律150円で利用できます(小学生は半額)。移動時はバスの利用をご検討ください。ルート・時刻表など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

交通政策課・内線330



▲市HP

反射材 光って気づいて 事故防止

9月21日~30日は「秋の全国交通安全運動」

日没時間が早まる秋は、夕暮れ時から夜間にかけて交通事故が多発します。交通ルールを守り、事故防止に努めましょう。

目標

◎反射材の着用推進や安全な横断方法の実践による歩行者の事故防止

夕暮れ時や夜間に外出するときは、反射材を身に付け、明るく目立つ色の衣服を着用しましょう。交通事故には、歩行者側にも法令違反が認められる場合があります。歩き慣れた道路でも、交通ルールを守りましょう。

◎早めのライト点灯、ハイビームの活用促進

夕暮れ時は早めにライトを点灯し、前方車・対向車がない場合は、ハイビームを活用しましょう。

◎飲酒運転ゼロに向けた取り組みの強化

お酒を飲んだら運転は「絶対しない」、お酒を飲んだ人に運転を「絶対させない」、飲酒運転を「絶対許さない」を家族・職場・地域で徹底しましょう。県では、飲酒運転根絶を宣言し、実践する事業所・飲食店の登録を行っています。

◎自転車利用時のヘルメット着用と交通ルール順守の徹底

自転車(電動キックボード含む)利用時は、交通事故の被害軽減のため、ヘルメットを着用しましょう。自転車も車両と同様に、飲酒運転・信号無視・夜間の無灯火走行の禁止など、交通ルールを守りましょう。

我孫子警察署☎04-7182-0110、交通政策課・内線533

保健師・放課後対策事業スタッフサブリーダー

会計年度任用職員 募集

Table with 3 columns: 保健師, 放課後対策事業スタッフサブリーダー. Rows include: 任期, 勤務時間, 勤務場所, 勤務内容, 対象, 採用人数, 報酬, 選考, 申し込み, 問い合わせ, 市HP.

【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 師…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 入…入場券販売所 持…持ち物 申…申し込み・申請 問…問い合わせ HP…ホームページ

バイタリティー  
**Vitality我孫子ウォーク**

ウォーキングアプリ[Vitality]は、運動に取り組み目標ポイントを達成すると、ドリンクチケットなどが獲得できます。

定 先着200人

申 9月30日(月)9時~10月6日(日)

※詳しくは広報あびこ9月1日号・市ホームページをご覧ください。

問 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)、健康づくり支援課 ☎04-7185-1126



▲市HP

**市内農家の農作業を手伝うボランティア**

**援農ボランティア養成講座**

日にち	内容(予定)
10月12日(土)	開講式(スケジュール・概要説明、座学)
10月19日(土)・26日(土)、11月2日(土)	実習(ハウス内での作業、屋外での草取り・苗の植え付けなど)、受け入れ農家へのバスツアー ※指定場所に集合し、車で移動
11月9日(土)	閉講式

※ 受講後に援農ボランティアとして活動できる方※性別・年齢・国籍不問、市外在住の方も可

定 先着10人

費 無料※年会費1,000円

申 10月3日(土)12時までに、電話・

ファクス・Eメールで氏名、電話番号

を明示。あびこ型「地産地消」推進協議

会 ☎04-7128-7770 ☎04-7128-7771 ✉abikochisanchisyokyo@sky.plala.

or.jp (月)~(土)9時~17時※(祝)を除く)



**災害救援ボランティア講座**

災害復興の原動力となる災害救援ボランティアの養成講座です。修了者(認定資格取得者)には、受講費用を助成します。

日 11月2日(土)・3日(日)9時~17時

所 中央学院大学

内 自然災害、減災、自助と共助などの基礎

対 市内在住・在学(大学のみ)・在勤で、全回参加できる方

定 ①一般12人②学生12人

費 ①1万5,000円(助成額9,200円)②1万円(助成額6,700円)

※助成金は講座受講前に要申請、受講から約1カ月後に交付

申 講座…10月24日(木)までに災害救援ボランティア推進委員会 ☎03-6822-9900、助成金…市民安全課・内線522

**起業個別相談会**

日 10月26日(土)①9時~12時②13時~15時(1人60分)

所 我孫子市商工会館

内 税理士・コンサルタント・金融などの専門家が対応

対 市内で起業予定・起業5年以内の方

定 先着15人 費 無料

申 10月16日(火)(必着)までに、ちば電子申請サービスまたは申込書(市ホームページからダウンロード可)を郵送・

ファクス。〒270-1192市役所企業立地推進課(分館2階、

住所省略可) ☎04-7185-2214 ☎04-7185-2215



▲市HP

**上級救命講習**

日 10月6日(日)9時~17時 所 消防本部

内 心肺蘇生法、AED使用法、止血法、異物除去法、傷病者管理など

※修了者には修了証を交付

対 市内在住・在学(小学5年生以上)・在勤の方

※普通救命講習未受講でも可 ※普及員講習の受講には本講習の受講が必須

定 先着20人 費 無料

申 9月19日(土)9時~消防本部警防課 ☎04-7181-7701

**市民文化祭**

詳しくは市ホームページをご覧ください。



市HP▶

**オープニングイベント**

所 けやきプラザ

◎式典

日 9月29日(日)13時30分~15時(開場13時)

内 開会式、舞台発表

◎展示

日 9月25日(水)~10月6日(日)9時~19時(初日12時~、最終日17時まで)

※9月30日(月)は休館

内 書道、短歌、俳句、絵画の展示

**市民文化祭**

部門	日時	場所	内容
管弦楽	9月28日(土)14時~16時(開場13時30分)	けやきプラザ	我孫子市民フィルハーモニー管弦楽団による発表
囲碁	10月5日(土)10時~17時(受付10時~)	市民プラザ	クラス別の対局(3回戦)、スイス式
俳句	10月6日(日)11時~17時	市民プラザ	兼題「紅葉」「天の川」「当季雑詠」の提出、講評
アンサンブル	10月6日(日)13時30分~16時30分(開場13時)	けやきプラザ	ハーモニカ、オカリナ、合唱、コカリナ、ウクレレ、マンドリンなどの発表
東洋蘭	10月12日(土)・13日(日)9時~16時30分(最終日15時まで)	アビスタ	春蘭、山草、柄物の展示
きもの着付け	10月12日(土)~14日(日)10時~17時(最終日16時まで)	市民プラザ	江戸小紋、振袖などをマネキンに着付けて展示※持参の着物の無料着付けあり
歌謡曲	10月12日(土)10時30分~16時(開場10時)	けやきプラザ	約50曲発表
短歌	10月12日(土)12時30分~17時30分(受付11時45分~)	アビスタ	作品の講評、表彰 賞 小島ゆかりさん
軽音楽	10月13日(日)13時~17時(開場12時30分)	けやきプラザ	ハワイアン、ウエスタン、ジャズ、ハーモニカ、大正琴などの発表
絵画	10月19日(土)~23日(水)10時~18時(最終日15時まで)	市民プラザ	油絵、水彩画、水墨画、日本画、グアッシュなどの展示
アルゼンチンタンゴ	10月20日(日)13時30分~16時(開場13時)	湖北地区公民館	ダンス、歌、楽器の発表(約30演目)
詩吟・剣詩舞	10月26日(土)9時30分~18時30分	けやきプラザ	和歌・俳句などの詩吟、剣詩舞の演奏
ダンス	10月27日(日)16時~18時(開場15時30分)	けやきプラザ	ヒップホップ、クラシック・モダンバレエなどの発表
書道	11月2日(土)~6日(水)10時~17時(最終日16時まで)	市民プラザ	漢字、かな、調和体作品と小学4~中学3年生の半紙作品の展示
茶会	11月3日(日)10時~15時(受付14時30分まで)	アビスタ	席主 北山則古さん(小笠原家茶道古流)
北部地域文化祭(展示)	11月3日(日)~5日(火)10時~17時(最終日15時まで)	つくし野コミュニティホール	絵画、書道、手工芸作品などの展示
フラダンス	11月3日(日)13時~16時(開場12時30分)	けやきプラザ	ハワイの伝統文化・フラダンスの発表
謡曲と仕舞	11月4日(月)10時~15時(開場9時50分)	湖北地区公民館	謡、仕舞、舞囃子の発表
舞踊	11月4日(月)12時~16時(開場11時30分)	けやきプラザ	古典舞踊、新舞踊、歌謡、民謡などの発表(全43曲)
手工芸	11月9日(土)~11日(月)10時~16時(最終日15時まで)	市民プラザ	刺繍、粘土工芸、七宝焼などと市民文化講座生の作品の展示
日本舞踊	11月10日(日)12時~17時(開場11時30分)	けやきプラザ	各流派10団体と一般参加による発表
北部地域文化祭(芸能)	11月10日(日)13時~17時	つくし野コミュニティホール	詩吟、歌謡曲、ハーモニカなどの発表
華道	11月16日(土)・17日(日)10時~17時	市民プラザ	我孫子華道連盟、市民文化講座生、いけばなこども教室生徒などの作品展示
三曲	11月17日(日)12時30分~16時(開場12時)	けやきプラザ	箏、三絃、尺八の演奏
合唱祭	11月23日(日)13時~16時30分(開場12時30分)	けやきプラザ	連盟加入団体、ゲストによる発表
吹奏楽	11月24日(日)14時~16時(開場13時30分)	けやきプラザ	けやきウインドアンサンブルによる発表

〈共通〉 問 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1601

### あびこん新米フェア

日 9月28日(土)①9時30分～18時②10時～14時※②は雨天中止  
 所 ①あびこ農産物直売所あびこん ②あびこん前駐車場  
 内 ①新米を1割引きで販売※あびこんの商品を購入した方に米2合(先着100人)、3,000円ごとに卵1パック(10個入り、先着100パック)をプレゼント ②新米の釜炊きごはん無料試食会  
 問 あびこ農産物直売所あびこん ☎04-7168-0821



### 手賀沼流域フォーラム

### 川めぐりと木下の史跡散歩

日 10月10日(木)11時15分～15時30分  
 ※雨天時17日(木)  
 所 印西市立中央公民館  
 内 遊覧船で手賀川下流を周遊、木下の史跡を探访  
 対 中学生以上の方  
 定 20人(抽選)  
 費 1,400円(昼食代)※船上で弁当を食べます。  
 申込 9月24日(火)(必着)までに、はがき(1枚2人まで)に、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を明記。〒270-1143天王台3の32の6我孫子の文化を守る会・佐藤やす子 ☎090-8081-9139



### 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6日(水)13時15分～15時30分	11月13日(水)13時30分～15時30分 ※雨天時20日(水)
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

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(①のみ)、管理栄養士(①のみ)  
 対 市内在住で65歳以上の方※②は①を要受講  
 定 各先着30人 費 無料  
 持 動きやすい服、靴(①は屋内用)、飲み物、タオル、ポール(貸し出し可)、筆記用具(①のみ)※②はリュック推奨  
 申込 11月5日(火)までに高齢者支援課・内線429

### JBF2024プレイベント バードカービング展

### 内山春雄 & 鳥刻の会と小学生の鳥たち

日 9月24日(火)～30日(月)10時～17時(初日12時～、最終日12時まで)  
 所 市民プラザ  
 内 バードカービングの第一人者・内山春雄さんの作品と野鳥保護活動のパネル展示、我孫子第一・高野山小学校6年生と鳥刻の会の作品展示  
 費 無料  
 問 手賀沼課 ☎04-7185-1484



## 文芸だより

### 短歌

母植えしほほづきの枝を供へれば「麦わりはないか」の声よみがえる 成嶋美恵子

【評】母が植えた鬼灯を、母に供える作者。鬼灯は先祖を迎える目印であり、お盆にはその空洞に先祖の魂が宿るといふ。下の句は鬼灯の中からの母の声でもあろう。

朱鷺色に染まりきれいな夕空のそのためのらいを晩夏と呼ぼう(新かな) 小屋野優子

久々に帰省する子を待ちかねて門灯ともるを確かめに出る(新かな) 山崎 貴民

ひんがしに陸果て川のそそぐ町に豊かな海と暮らす人たち(新かな) 矢部 重夫

### 俳句

三山の一山浮きて稲光り

【評】立山に登った時の体験に基づく句。雷が近づき闇夜に稲光がひらめく。眼前の三山のうちの一山が一瞬浮き出て消える。スケールの大きな句である。

その底にひかりをしづめ花木權

新涼や古き蔵書に風の入る

萍のたよりなげなるしたたかさ

豊島 秀範選 (投稿数18首)

相川 健選 (投稿数19句)

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。

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)

**申込** 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)

**申込** 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)

**申込** 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269



### 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)・年末年始を除く

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
10月4日(金)10時～15時	我孫子南近隣センター	小児看護の基礎知識
10月18日(金)10時～17時		身体の発育と病気、心の発達とその問題
10月25日(金)10時～15時		保育の心、子どもの世話
11月1日(金)10時～15時		安全・事故、子どもの遊び
11月8日(金)10時～13時	アビスタ	子どもの栄養と食生活
11月15日(金)9時～10時	消防本部	普通救命講習Ⅲ
毎月	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

申込 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

## すこやかちゃん



**よつば 四葉ちゃん**  
(1歳5カ月)

笑顔もすてきなよつちゃん☆  
これからもたくさんいろんな  
ことをして楽しもうね♡



**そうた 奏多ちゃん**  
(1歳3カ月)

音楽とダンスといないない  
ばあが大好きな奏多。これか  
らも楽しく過ごそうね♡

## 子育てQ&A 第186回

### 陰部の洗い方

**Q** 生後1カ月の女の子です。陰部に白いかすがありますが、洗えていないのでしょうか？

**A** 生後すぐの赤ちゃんの陰部に見られる白いかすは「新生児胎脂」といわれるもので、赤ちゃんの肌を外的刺激から守る役割があります。こすると粘膜が刺激されるため、無理にとろうとせず優しく洗いましょう。新生児胎脂がなくなってきた頃に再び見られる白いかすは、**恥垢**といわれるおしっこや汚れなどがたまっただけです。予防として、よく泡立てたせっけんなどを使って手で優しく洗い、最後にお湯でしっかり流しましょう。あおむけにして股を広げて洗うと洗い残しが少なくなります。訪問や育児相談でも、日常のケアに関して相談に乗ることができますので、気軽にご相談ください。

☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

## 読む得！ 在宅医療と介護の連携 第26回

### ～身近な事例から～

#### 訪問歯科診療の活用

自宅でがんを治療中の70代の男性は、抗がん剤の副作用で、気力・体力・食欲の低下が見られ、十分な栄養が取れていませんでした。体重は減少し、自宅療養が続けられない可能性もありました。そこで主治医の勧めで歯科医師による訪問歯科診療を受け、痩せたことで入れ歯が合っていないことが分かりました。入れ歯の補修剤を使用したところ、痛みが軽減し、食欲が戻り、栄養状態が改善しました。その後、入れ歯を作り直したことで、入院せずに希望どおり自宅での療養生活を送ることができました。

**訪問歯科診療** 虫歯の治療、歯石落とし、歯磨き指導、入れ歯の作成・調整、摂食・嚥下の指導などを受けられます。骨折など一時的な疾病で通院が困難になった場合も利用可能です。※症状などにより、外来受診と同じ診療が行えないことがあります。

**訪問歯科診療に関する相談窓口** 我孫子駅北口・南口地区…アライ歯科クリニック ☎04-7186-0802、天王台・東我孫子・湖北地区…小川歯科クリニック ☎04-7184-5621、新木・布佐地区…あらき野歯科クリニック ☎04-7187-4182

我孫子市在宅医療・介護連携推進協議会

☎ 高齢者支援課・内線382

## 9月24日～30日は「結核予防週間」

日本では年間1万人以上の方が結核を発病しています。結核は、結核菌により主に肺に炎症が起きる病気で、初期症状は風邪に似ています。痰のからむ咳・微熱・体のだるさが2週間以上続いている、体重が減った、食欲がないなどの症状が続く場合は早めに医療機関を受診してください。また、早期発見のため、自治体・職場で実施している健康診断を受けましょう。

結核予防には、健康的な生活をし、免疫力を高めることが大切で、子どもにはBCGワクチン接種も有効です。

☎ 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・検査名	日時	申し込み・問い合わせ
思春期相談	電話 来所 ☎ (月)～(金)9時～17時※祝を除く	☎047-361-2138
精神保健福祉相談 ☎	3日(休)、21日(月)14時～16時	
酒害相談 ☎	17日(休)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～
HIV・性感染症・肝炎ウイルス検査 ☎	24日(休)受付①13時30分～14時②17時40分～18時 ※検査可能な項目…HIV、梅毒、クラミジア、淋菌、B型肝炎	
DV相談	電話 来所 ☎ (月)～(金)9時～17時※祝を除く 原則(金)9時～17時	☎047-361-6651

◎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※祝を除く  
☎ 千葉県松戸保健所(健康福祉センター) ☎047-361-2121

## 各種がん集団検診 申し込み受け付け中

☎ 結核・肺がん、胃がん、子宮頸がん、乳がん集団検診の受診券をお持ちの方  
☎ 検診予約システムまたは電話 予約システム ▶ 

### 受診券(ID・パスワード入り)の発行を希望する方

胃・子宮頸・乳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。結核・肺がん検診の申し込みは終了しました。

☎ 11月29日(金)(必着)までに、ちば電子申請サービスまたは窓口・はがきで検診名、住所、氏名(連名不可)、生年月日、電話番号を明示

☎(共通) ☎ ☎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



▲ちば電子申請サービス

### 高齢者の地域交流・参加の場

市民の方が自主的に運営している高齢者同士の交流の場です。活動日など詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP



- ◎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。
- ☑ 健康体操、バス旅行、季節の行事など
- 費 無料～500円程度(1回あたり)※団体により異なります。

団体名	場所	団体名	場所
きらめき根戸	根戸近隣センター	一粒の麦	都部83の1
よりみちサロン「風」	久寺家近隣センター・みんなの広場「風」	湖北台ふれあいサロン	湖北台市民センター・湖北台近隣センター
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	おしゃべりサロン「輪」	湖北台8の10の8
天王台ふれあいサロン	近隣センターこもれび	湖北地区ふれあいサロン	湖北地区公民館
ふれあいサロンACOPA	本町1の1の11青木ビル1階	新木ふれあいサロン	新木近隣センター
並木小ふれあいサロン	我孫子北近隣センター並木本館	ふらりえ新木野	新木野3の5の3
手賀沼ふれあいサロン	アビスタ	さつきの会	近隣センターふさの風
ひなぎくの会	泉集会所	シニアサロン「かえで」	布佐南近隣センター

◎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。

☑ 清掃・スポーツ活動、研修旅行など

年会費 1,000円～3,600円程度※団体により異なります。

団体名	活動地域	団体名	活動地域
花水木サークル	市内全域	青山台フェニックスクラブ	青山台
SG笹山		天王台相和会	天王台自治会内
湖北台はくとう会		東栄会	東我孫子近隣
台田シニアクラブ	台田町会近隣	中峠台友愛クラブ	中峠台
船戸朝風クラブ	船戸、白山	芝原長寿会	中峠上
あじさいクラブ	つくし野	中峠下永寿会	中峠
つくし野すぎな会		みどり台鶴亀クラブ	
都シニアクラブ	つくし野7丁目	湖北台一二三會	湖北台1～3丁目
GRけやきクラブ	我孫子2丁目	上あらき台なのはな会	古戸
シティアシニアクラブ	我孫子2丁目4・5番地	つつじ会	新木野
松園つくし会	我孫子3丁目近隣	あすなる会	あらき野自治会内
根戸みどり会	我孫子北部	みやこ会	布佐2丁目
喜楽長寿会	並木6～9丁目、柴崎台	布佐東ことぶき会	布佐1丁目、大和町など
若松長寿会	若松	三丁目朝日会	布佐、都・布佐西町の一部
高野山シニアクラブ	高野山	布佐平和台悠悠クラブ	布佐平和台

☎ 高齢者支援課・内線412

### 3分で高める健康効果 ラジオ体操

日 10月26日(土)13時30分～15時

所 中央学院大学

内 ラジオ体操第1・2とみんなの体操を学ぶ

師 鈴木大輔さん(NHKテレビ・ラジオ体操指導者)、原川愛さん(元NHKテレビ体操アシスタント)

定 150人(抽選)

費 無料

申込 10月1日(火)(必着)までに、ちば電子申請サービスまたははがきに講座名、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記。〒270-1147若松26の4我孫子地区公民館 ☎04-7182-0511



▲鈴木大輔さん



ちば電子申請サービス▶

### 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(火)～令和7年3月31日(月)	10月1日(火)～令和7年1月31日(金)	
自己負担額	2,300円	1,500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(②のみ昭和34年12月31日までに生まれた方) ○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り、生後6カ月～小学6年生の方
市HP			

※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円になります。

接種方法 医療機関へ連絡の上、接種してください。

※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ご連絡ください。

☑ 健康保険証、③のみ予診票(市ホームページからダウンロード可)、生活保護受給世帯の方などのみ休日・夜間等医療受給証

☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1634

#### 年に一度健診を受けましょう

### 生活習慣病を予防しましょう!

高血圧・高血糖・脂質代謝異常があると動脈硬化が進行しやすく、脳卒中や心筋梗塞の発症リスクが高まります。BMIや腹囲が基準値内でも、血圧・血糖・脂質が基準値を超えている方はご注意ください。

毎年健診を受け、ウォーキングやジョギングなどの有酸素運動、主食・主菜・副菜のバランスが取れた食事などを心掛けましょう。

☎ 国保年金課・内線646

#### 認知症の予防と共生

### 健康いきいき講演会

「認知症になっても安心して暮らせるまち・あびこ」を実現するために必要な予防方法や知識を分かりやすく説明します。

日 10月29日(火)13時30分～15時30分

所 市民プラザ

師 宇良千秋さん(東京都健康長寿医療センター研究所博士)

定 先着100人 費 無料

申込 9月17日(火)～10月28日(月)に申込フォームまたは高齢者支援課・内線508



申込フォーム▶



### 献血・骨髄ドナー登録にご協力を

日本赤十字社の献血ウェブ会員サービス「ラブラッド」で献血の予約が可能です。

日 9月30日(月)①10時～11時45分②13時～16時

※ドナー登録は①11時15分②15時30分まで

所 市役所本庁舎ロビー

対 男性45kg以上・女性40kg以上で16歳～69歳の方 ※65歳以上の方は60歳～64歳の時に献血経験がある方  
持 献血カード(お持ちの方)、本人確認書類(マイナンバーカード・健康保険証など)

☎ 社会福祉課・内線377



▲ラブラッド



●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。

# 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

### 市民活動ステーション主催事業

◎ばそすまサロンあびこ 9月29日(日)10時～16時 ①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

◎あなたの始めたいを聴く場 10月7日(月)10時～12時(1組50分) ①活動を始めたい方の相談 ②20歳～59歳の方 ③先着2組 ④10月5日(出)までに、電話・Eメールで氏名、電話番号を明示

〈共通〉⑤無料 ⑥申 ⑦市市民活動ステーション ☎04-7165-4370 ⑧abikosks@themis.ocn.ne.jp

### ペタンク大会

10月20日(日)8時30分～※小雨実施 ①五本松運動広場 ②3人1チームのリーグ戦 ③1チーム1,500円 ④メジャー、サークル ⑤9月30日(月)(必着)までに、はがき・ファクス・Eメールに大会名、チーム名、全員の氏名、ボールの有無、代表者の電話番号を明記。〒270-1165並木6の1の41の207佐藤孝平 ☎080-1329-8383 ⑥04-7100-8083 ⑦namiki6141@yahoo.co.jp

### 市民陸上競技大会

10月13日(日)7時～※雨天実施 ①柏の葉公園総合競技場 ②100m、3,000m、4×100mリレー、キッズ50mなど ③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) ④9月24日(火)～10月4日(金)18時に協会HP ⑤山本 ⑥abirun.net@gmail.com※費用・持ち物など詳細は我孫子市陸上競技協会HP参照

### 市民剣道大会

11月2日(出)9時～ ①市民体育館 ②小学校低学年・高学年、中学男子・女子、高校男子、高校・大学女子、一般女子、大学・一般男子39歳以下、一般男子40歳以上※個人戦 ③市内在住・在学・在勤の方 ④700円(小・中学生500円) ⑤10月12日(出)(必着)までに、はがき・Eメールに住所、氏名、性別、年齢、学年、電話番号、段・級位を明記。〒270-1164つくし野5の19の7松本武 ☎080-6727-4695 ⑥mimasan1962@ezweb.ne.jp

### 市内チーム卓球大会

11月16日(出)9時～ ①市民体育館 ②団体戦4単1複またはトリプルダブルス(1チーム4～6人) ③市内在住・在学・在勤の方、連盟加入者 ④1チーム4,000円(連盟加入チーム3,000円) ⑤ゼッケン ⑥10月18日(金)(必着)までに、はがき・Eメールに大会名、チーム名、全員の氏名、代表者の

住所・氏名・電話番号を明記。〒270-1164つくし野3の12の305山田優子 ⑦yyamada201904@gmail.com ⑧桑江 ☎080-4375-9071

### 水の輪 夢♡こんさーと

①作品展…11月6日(火)～9日(出)10時～16時(初日12時30分～)②販売会…11月9日(出)12時～16時③こんさーと…11月9日(出)13時～15時30分(開場12時40分) ④けやきプラザ ⑤①②無料③1,000円(小・中学生500円、介助者1人・未就学児は無料)※申込不要 ⑥福祉ネットワーク水の輪柏支部事務局・小山 ☎090-4364-0214

### おやこ舞台鑑賞 「クモばんぱとぎんのくつつした」

11月10日(日)14時～15時 ①アミューゼ柏 ②演劇団うりんこ ③先着150人 ④2,500円(3歳～18歳1,500円、2歳以下無料)※前売り500円引き ⑤電話・Eメールで住所、氏名、電話番号、チケット枚数、2歳以下の人数を明示。NPOこどもすぺーす柏・高橋 ☎080-3738-8451 ⑥kodomo20190609@gmail.com

## 📢 講演・講座・教室

### 湖北地区公民館(コホミン)講座

◎陶芸活動自由見学会 9月21日(出)・25日(火)、10月5日(出)10時～11時30分 ①無料(申込不要)※作品の土産あり

◎ネイティブスピーカーによる「大人の基礎英語教室」 10月17日～11月8日(木)16時30分～17時30分 ①全回参加できる小学5年生以上の方 ②先着20人 ③1,600円 ④10月16日(火)まで

◎ふれあい陶芸講座～本格的陶芸をやってみませんか～ 11月2日・16日・30日、12月21日、令和7年1月11日・25日、2月8日・22日いずれも(出)9時30分～15時 ①全回参加できる方 ②先着20人 ③7,000円 ④10月19日(出)まで

〈共通〉⑤申 ⑥湖北地区公民館 ☎04-7188-4433

### 講演

### 「多様な働き方を選べるドイツに学ぶ」

10月10日(休)13時30分～15時 ①松戸市男女共同参画センターゆうまつど※Zoom参加可 ②田中洋子さん(筑波大名誉教授) ③先着50人※別途Zoom参加先着50人 ④無料 ⑤10月4日(金)までにセンターHP。千葉県男女共同参画センター ☎043-420-8411(月休館※祝休の場合は翌平日)

### 今日から考える災害時の食事 ポリ袋クッキング実習

10月16日(火)10時～13時 ①アビス

タ ①伊藤裕子さん、田中玲子さん(我孫子SL災害ボランティアネットワーク) ②市内在住の方 ③先着20人 ④無料 ⑤申 ⑥我孫子南地区高齢者なんでも相談室 ☎04-7199-8311

### 高齢者のためのなないろいきいき教室

10月24日(木)14時～15時30分 ①つくし野コミュニティーホール ②優しいヨガ教室 ③芦川尚史さん(健康運動指導士) ④先着25人 ⑤無料 ⑥飲み物、タオル、動きやすい服 ⑦申 ⑧我孫子北地区高齢者なんでも相談室 ☎04-7179-7360

## 👤 募集

### 利根土地改良区職員

採用予定日令和7年4月1日 勤務時間(月)～(金)8時30分～17時15分 ①農道・農業用排水路・用排水機場の管理など ②令和7年3月大学卒業見込みの方※既卒者応相談 ③1人 ④書類、適性検査、面接 ⑤勤務場所申 ⑥利根土地改良区(柏市根戸471) ☎04-7131-3370 ※詳細は求人HP参照 ⑦https://x.gd/Lm1R5

## 📢 お知らせ

### 定例教育委員会

9月27日(金)10時～※変更の場合あり ①水道局4階会議室 ②議案は9月24日(火)～教育委員会総務課 ☎04-7185-1110

### ふたつのハロウィンジャンボ 販売

9月17日(火)～10月17日(休) ①県内の宝くじ売り場 ②千葉県市町村振興協会 ☎043-311-4162

### スポーツウェア・ケアグッズ販売会

9月26日(休)～29日(日)9時～21時(最終日17時まで) ①申 ②市民体育館 ☎04-7187-1155

### 関東大学女子駅伝 交通規制

10月5日(出)8時30分～12時 ①千葉ニュータウン周辺(印西市) ②関東学生陸上競技連盟 ☎03-5411-1488

## 📍 まち協情報

### 根戸地区まちづくり協議会

◎根戸秋まつりですよ！ 10月5日(出)10時～15時 ①根戸近セ ②新そば(手打ち)・弁当・飲み物の販売、おもちゃの広場、子ども向け遊びコーナーなど ③室内履き ④市民協働推進課・内線484

### 布佐南地区まちづくり協議会

◎布佐文化祭 ①10月12日(出)②13日(日)③20日(日)10時～16時(①は19時まで) ④①②作品展(絵画、書道、華道、手芸など)※①のみフリーマ

## 納付のお知らせ

項目	納期限(口座振替日)
上下水道料金	9月27日(金)
介護保険料第4期 国民健康保険税第4期 後期高齢者医療保険料第3期 下水道受益者負担金第2期	9月30日(月)

ケットあり③発表(コーラス、ダンス、楽器演奏など) ④申 ⑤布佐南近隣センター ☎04-7189-3740

### 我孫子南まちづくり協議会

◎南まち協フェスティバル 出展・出演者募集 11月9日(出)・10日(日)10時～16時※10月14日(祝)16時～説明会あり(各団体1人要出席) ①出展…絵画、書道など②出演(9日(出)のみ)…舞台(1団体20分) ③市内活動団体・個人 ④無料 ⑤申 ⑥10月12日(出)までに申込書(我孫子南近セで配布)を持参・ファクス。我孫子南近隣センター ☎04-7181-1011 ⑦04-7181-1033

## 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

▼パソコンスマホなんでも相談会 9月18日(火)、10月3日(休)9時～12時(1人60分)。けやきプラザ。シニア・障害がある方・外国人(英語)。1,500円。①申 ②グループハマダ・ヤマダ ☎050-6867-9040

▼秋風に乗ってシャンソン・カンツォーネを 9月20日(金)13時～16時。けやきプラザ。シャンソンの名曲がいっぱい。3分間のドラマをお楽しみください。無料(申込不要)。③坂本 ☎090-7171-3811

▼絵画サークル 9月21日(出)12時30分～14時30分。アビスタ。初心者歓迎。無料(申込不要)。④村井 ☎080-3126-4960

▼成年後見無料相談会 毎月第1(火)14時～16時。県内在住の方。場所申 ⑤東葛市民後見人の会 ☎04-7137-9393

▼国立がん研究センター柏キャンパス オープンキャンパス 10月5日(出)10時～15時。無料(申込不要)。⑥事務局 ☎04-7133-1111 ⑦opencampus@east.ncc.go.jp

▼体験登山 百蔵山 11月9日(出)※10月下旬に説明会あり。4時間程度歩ける方。交通費約4,000円。⑧申 ⑨10月16日(火)までに、我孫子登山倶楽部・山田 ☎090-7737-1805または団体HP

## 会員・仲間募集

▼シニア硬式テニスクラブ 毎週(火)14時～16時。市民体育館。専任コーチの指導あり。初心者歓迎、体験入会あり。若干名。⑩1,000円。⑪3,000円。⑫申 ⑬ひばりの会・佐藤 ☎090-1651-0114

## 市の人口

	9月1日時点	前年同月比
人口	131,302人	+394人
うち外国人	3,399人	+906人
男	64,208人	+72人
女	67,094人	+322人
世帯	62,949世帯	+1,225世帯

【市民伝言板の申込方法】 広報掲載依頼書(秘書広報課広報室、各行政サービスセンターで配布。市ホームページからダウンロード可)を掲載希望号の1カ月前の前日までに提出してください。掲載する内容はイベント・団体名、日時、場所、内容、対象、定員、費用、問い合わせ先などです。※市ホームページから申込可 ①申 ②秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269 ③04-7185-1520



▲市HP



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。



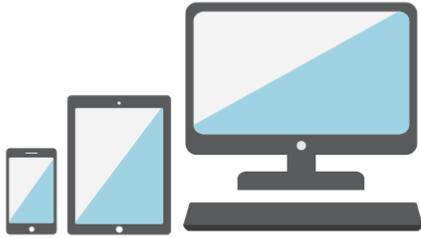
アプリ「マチイロ」  
マチイロ(二次元コードからダウンロード可)で広報あびこが閲覧できます。

いつでもどこでも利用できます

## あびこ電子図書館サービス 開始

10月1日(火)10時から、自身のパソコン・スマホ・タブレットで電子書籍が借りられます。

本・雑誌など市販の電子書籍の貸し出しや、郷土に関わる資料を電子化した市を知るための「あびこデジタル郷土資料」のページも公開します。



**利用方法** 図書館ホームページから「あびこ電子図書館」にアクセスし、利用カード番号(ID)とパスワードを入力

**貸出期間** 2週間

**貸出点数** 1人2点まで

**対象** 市内在住・在学・在勤で図書館利用カードをお持ちの方

**問い合わせ** 図書館アビスタ本館 ☎04-7184-1110



▲図書館HP



イベント後は体育館施設を無料開放！

## チャレンジスポーツフェスタ

チャレンジブース in 市民体育館

**日** 10月5日(出)10時～15時(受付14時30分まで)

**内容** ①チャレンジコーナー…フリースロー、ストラックアウト、キックターゲットなど ②体験コーナー…卓球、バドミントン、ショートテニス、スカイクロス、ボッチャなど ③トレーニングルーム開放(インストラクターの指導あり、中学生以下は保護者同伴) ④インボディー測定

**費用** ①②③無料④200円(申込不要) **持参** 運動靴(屋外用と屋内用)、飲み物

**問い合わせ** 実行委員会 ☎04-7187-7110(火休)8時30分～15時30分)

親子向け かけっこ&ラグビー教室 in NEC我孫子事業場

**日** 10月5日(出)9時30分～11時45分

**講師** スプリントスクール石原塾、NECグリーンロケッツ東葛所属選手・スタッフ

**対象** 4歳～小学生の子どもと保護者

**定員** 先着60組 **費用** 無料

**持参** 運動靴(屋外用と屋内用)、飲み物

**申込** 9月30日(月)までに市ホームページ

**問い合わせ** 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604



▲市HP



## 鳥の博物館 インフォメーション

### 竹かごをつくろう

**日** 10月27日(日)13時30分～16時30分

**内容** 身近な竹で六つ目の籠を作ります。

**講師** 間野政勝さん(竹細工職人)

**対象** 小学5年生以上の方※小学生は保護者同伴

**定員** 5人(抽選)

**費用** 2,500円※別途入館料

**入館料** 300円(高校・大学生200円、中学生以下・70歳以上無料)

**持参** 汚れてもよい服

**申込** 10月10日(木)(必着)までに、往復はがきにイベント名、住所、氏名(小学生は保護者氏名も)、年齢、電話番号を明記



**所申込** 〒270-1145高野山234の3鳥の博物館 ☎04-7185-2212

## ブカツ未来アクション in 我孫子

**日** 10月5日(出)13時～17時 **所** NEC我孫子事業場

**内容** 中学校の部活動改革(地域移行)における企業連携やデジタル活用などを検証するためのイベントです。

どの競技にも生きるマルチスポーツをはじめ、陸上、ラグビーなどの実技指導や座学「マルチスポーツの意義」を開催します。

**講師** 協力企業(日本電気(株)、(一社)CORDPROJECT、(株)ヤマダホールディングス、(株)明治アドエージェンシー)所属アスリートなど

**対象** 市内在住・在学の小学5～中学2年生 **費用** 無料

**持参** 運動できる服、飲み物、雨天時のみ屋内用運動靴

**申込** 10月1日(火)までにちば電子申請サービス(市ホームページ参照)

**問い合わせ** 教育委員会文化・スポーツ課 ☎04-7185-1604



▲市HP



▲ブカツ未来アクションHP

## 図書館員が選ぶこの一冊 No.78

『あかね空』 文藝春秋  
山本 一カ/著



江戸で豆腐屋を始めるため、京から深川蛤町にやってきた職人・永吉。だが、京風の柔らかい豆腐は、固い木綿豆腐が主流の江戸では、なかなか売れない。やがて同じ長屋のおふみと夫婦になり、一緒に「京や」をもり立てていく。3人の子に恵まれ5人家族となるが、長男のけがをきっかけに、おふみの長男への偏った愛情が家族の間に確執を生むことになる。

永吉一家がさまざまな困難に相対する姿に、時代小説の枠を超えて現代に生きる私たちも家族の在り方を考えさせられる。悩み苦しみながらも幸せをつかんでいく家族の絆の物語。第126回直木賞受賞。



## 消費生活センターだより 143回

### 健康食品について

健康食品は国の制度に基づき「特定保健用食品」「栄養機能食品」「機能性表示食品」と「それ以外」に分け、表示しています。その他「サプリメント」「栄養補助食品」「健康補助食品」「自然食品」などがあります。何でも「摂取すれば健康になる」「病気の治療ができる」と思われがちですが、それは間違いです。

健康食品の広告は有効性のみが強調され魅力的ですが、うのみにすると経済被害や健康被害を受ける場合があります。錠剤・カプセル状の製品は医薬品と誤認し過大な期待を持ちやすく、特定成分が濃縮・強化されている場合、健康被害を受けやすいです。成分の過剰摂取に気を付け、基礎疾患のある人が健康食品を利用する場合は医師や薬剤師に必ず相談しましょう。

**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)

## まち活ライターの

「あびこ」みつけ 第5回

**日** 市民活動ステーション ☎04-7165-4370

### 天神坂とバーナード・リーチ

我孫子は「北の鎌倉」と呼ばれていたことをご存じですか？「天神坂」を初めて訪れた時、そう呼ばれるゆえんを垣間見た気がしました。丸石と平石が敷かれた石段、うっそうとした竹林と樹木の間から差し木漏れ日。坂を登ると眼下には手賀沼を望むことができます。

かつて天神坂の隣には民藝の父・柳宗悦の邸宅がありました。柳は陶芸家のバーナード・リーチに我孫子での作陶を提案。リーチは柳邸の庭に窯を築き、1917～1919年まで制作に没頭します。晩年リーチは我孫子で過ごした年月を「人生で最も幸せで充実していた」と語ったとか。柳やリーチが見た景色を一度、眺めてみてはいかがでしょうか。

まち活ライター 寺田さおり

