

6月是我孫子市男女共同参画月間です

夫婦共働きが家族の標準スタイルの時代です。男性も仕事だけでなく、家事・育児にさらに主体的に関われる社会づくりが求められています。

仕事と家庭を両立できるようにするため、国や企業がさまざまな取り組みを行う中、私たち一人一人ができることはないでしょうか。この機会に一緒に考えてみませんか？

☎ 秘書広報課男女共同参画室 ☎04-7185-1752

1 誰にでもある「無意識の思い込み」

自分の経験や育った環境から、根拠はないけれど「こうすることが当たり前」「普通はこうだ」と思うことがあります。これをアンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)といいます。

それ自体は悪いことではありませんが、無意識のため人との会話で出てしまい、相手を傷つけたり、褒めたつもりが不快感を与えてしまったりすることがあります。それは、経験や環境が同じではないように「当たり前」や「普通」も人それぞれ異なるからです。

2 例えば、男性が家事をすると…

アンコンシャス・バイアスについて語るテーマの一つに「男性の家事」があります。実際に夫婦共働きの世帯に話を聞きました。皆さんにも思い当たることはありますか？

夫も家事をするが、それを周りの人に話すと「感謝しないと」と言われる。感謝はするけれど、お互いフルタイムで働いて、生活費も折半なのに？

我が家では食事は全て私(男性)の担当。周りの人から「男性なのにすごい」と言われる。当たり前だと思ってやっていることを褒められ、違和感がある。

夫は料理も子育てもよくしてくれる。周りの人から「夫の教育ができているね」と言われることがある。教育しているわけではないけれど…。

子どもの頃、弁当を広げたら先生に「お母さんは料理が上手だね」と言われ、「喜ばないといけない」と思った。「お父さんが作った」とは言えなかった。

男性も家事をする時代だと分かっているのに、「早く帰って夕食を作る」と聞き、つい「男性なのにすごいね」と返してしまった。すると「材料はあって、焼くだけだよ」と言われた。家庭料理の良さは、手間暇かけて作るだけでなく、みんなで一緒に食べることだと、さらに自分の思い込みに気付かされた。

3 アンコンシャス・バイアスに気付こう

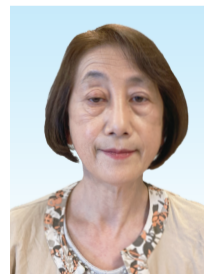
「男性が家事をする」と聞いた時に「普通は女性の担当」というアンコンシャス・バイアスがあると、「男性なのによくやっている」「妻が教育している」と言ってしまうことがあります。しかし、言われた側にとっては、あまり快い言葉ではないようです。

その他、「デートや食事のお金は男性が多く負担すべき」というアンコンシャス・バイアスもあります。性別に基づく役割を決めるのではなく、お互いが納得できる支払い方法を見つけましょう。

アンコンシャス・バイアスは誰にでもあります。しかし、それは世間一般の常識ではなく、自分だけの思い込みかもしれません。アンコンシャス・バイアスに気づき、多様な生き方を認め合う社会をつくりましょう。

あびこ女性会議共催 男女共同参画社会づくり講演会

アンコンシャス・バイアスの棚卸し～「私らしく」のその先へ～



▲高橋由紀さん

「私らしさ」という言葉が、長年、男女共同参画の啓発で使われてきました。しかし「私らしさ」が何か分からず、不安になっている人がしばしば見受けられます。ジェンダーにとらわれず自由になるための言葉が、「私らしくなければならぬ」と自分を縛っていませんか？

講演会では、男女共同参画に関わってきた講師がアンコンシャス・バイアスの視点から「私らしくあること」の意味を解き明かします。

㊚ 6月24日(出)14時～16時

㊚ 市民プラザ

㊚ 高橋由紀さん(国立女性教育会館事業課客員研究員)

㊚ 先着70人 費 無料

㊚・㊚ ちば電子申請サービスまたは電話・ファクスで氏名、電話番号・Eメールアドレスを明示。秘書広報課男女共同参画室 ☎04-7185-1752 ㊚04-7185-1520



▲ちば電子申請サービス

市議会議員一般選挙 投・開票日 11月19日(日)に決定

11月30日(休)の任期満了に伴う市議会議員一般選挙の期日などが決定しました。

投・開票日 11月19日(日)
立候補届け出日 11月12日(日) **定数** 24人

◎立候補予定者説明会

㊦ 10月3日(火)14時～ ㊦ 市役所分館大会議室

◎政治活動用ポスターなどの掲示規制

公職選挙法の規定により、5月30日から、選挙区内への当該選挙に関わる公職の候補者または候補者となろうとする方・後援団体の政治活動用ポスターなどの掲示は一切禁じられています。

㊦ 選挙管理委員会・内線345

市議会定例会 6月5日(月)開会

日程(予定)

- 6月5日(月)13時～ 本会議(市政一般報告、議案説明など)
- 6月12日(月)～14日(水)10時～ 本会議(一般質問)
- 6月16日(金)10時～ 総務企画常任委員会
- 6月19日(月)10時～ 教育福祉常任委員会
- 6月20日(火)10時～ 環境都市常任委員会
- 6月21日(水)10時～ 予算審査特別委員会
- 6月22日(木)14時～ 本会議(採決など、閉会)

※日程を変更する場合があります。詳しくは市議会ホームページをご覧ください。

㊦ 議会事務局・内線242



▲市議会ホームページ

定員になり次第締め切り

マイナンバー業務の休日開庁(交付は予約制)

㊦ ①前日までに市民課 ☎04-7185-4326(月～金曜日9時～17時※祝日を除く) ②3開庁日前までに予約サイト



▲予約サイト

開庁日時	予約開始日時
6月10日(土)9時～17時	受付中
6月25日(日)9時～17時	6月7日(水)9時
7月8日(土)9時～15時	6月21日(水)9時

㊦ 市民課(市役所本庁舎1階)

㊦ マイナンバーカードの申請(予約不要)・交付(要予約)など

㊦ 通知カード、住民基本台帳カード(お持ちの方)、本人確認書類2点

◎**本人確認書類** 運転免許証・平成24年4月以降交付の運転経歴証明書・障害者手帳・在留カード・健康保険証・介護保険証・子ども医療費助成受給券など
※代理人によるマイナンバーカードの受け取りは、本人が来庁困難なことを証する書類(診断書・障害者手帳など)が必要です。

※15歳未満の方が申請する場合、持ち物が異なります。また、法定代理人の同伴が必要です。

※申請・交付以外の手続きは、持ち物が異なります。

マイナポイントの申し込みは休日開庁日も可能(予約不要)

ポイントの申し込みは9月30日(土)までです。持ち物など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

㊦ 2月28日(オンライン申請は3月1日)までに申請したマイナンバーカードが手元にある方※ポイントを受けるキャッシュレス決済サービスに要事前登録

〈共通〉 ㊦ 市民課・内線693



▲市ホームページ

世帯人数で異なります

井戸水使用家庭の下水道料金

井戸水を使用している家庭(井戸水・水道水の併用を含む)の下水道料金は、届け出された世帯人数で算出しています。世帯人数に変更があった場合は、下水道課に届け出てください。住民票の異動のみでは変更できません。

㊦ 下水道課(市役所東別館2階)・内線546

パブリックコメント

湖北・湖北台行政サービスセンターの統合および移転(案)

公表期間 6月30日(金)まで

閲覧場所 市民課、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

㊦ 湖北行政サービスセンターと湖北台行政サービスセンターを統合し、統合した湖北台行政サービスセンターを一時的に湖北駅南口付近に移転するため、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市民課へ郵送・ファクス・持参②閲覧場所の窓口に提出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市役所市民課(本庁舎1階、住所省略可)・内線316 ☎04-7181-1290

部活動地域移行検討委員 募集

任期 委嘱日から2年間※今年度は年3回程度開催(月～金曜日)

㊦ 子どもたちが活動する場を地域で支えるため、部活動の地域移行について検討する

㊦ 市内在住で、令和5年4月1日時点で18歳以上かつ任期満了時に75歳以下の方※他の審議会委員との兼任不可

定 1人 **報** 1回3,500円 **選** 書類

㊦・㊦ 6月20日(火)(必着)までに、申込書(文化・スポーツ課で配布。市ホームページからダウンロード可)を郵送・持参・ファクス・Eメール。〒270-1166 我孫子1684教育委員会文化・スポーツ課(水道局4階) ☎04-7185-1604 ☎04-7185-1760 ✉sports@city.abiko.chiba.jp



▲市ホームページ

若い世代の住宅取得補助金

㊦ 40歳未満(既婚の場合は夫婦どちらかで可)で市内に住宅を取得し、①市内東側で取得した方②取得者または配偶者が市外から転入した方

補助額 ①10万円②5万円※最大15万円

※令和5年度制度(令和6年3月31日(日)までの所有権登記)をもって、本制度は終了予定です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

㊦・㊦ 住宅取得日から1年以内に必要書類を持参。建築住宅課(市役所東別館1階)・内線601



▲市ホームページ

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

民生委員は、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、市や高齢者なんでも相談室などの専門機関につなぎます。住んでいる地区の民生委員が分からない場合は、お問い合わせください。

地域の実情を把握するため、5月から民生委員が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ますので、ご注意ください。

㊦ 社会福祉課・内線649



どなたでも入場できます

我孫子市・柏市共催 第60回水防演習

㊦ 6月10日(土)8時30分～11時※雨天実施

㊦ 柏市布施地先利根川河川敷(新大利根橋付近)※駐車場あり

㊦ 堤防の決壊防止や被害の軽減を目的として、消防本部・消防団・防災関係者などが土のう作り、堤防の越水を防ぐ「積み土のう工法」、漏水を防ぐ「月の輪工法」などを行います。

㊦ 治水課・内線558



【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

個人の市・県民税納税通知書 6月12日(月)に発送予定

納期限 普通徴収(納付書・口座振替)第1期…6月30日(金)
※市・県民税の課税(非課税)証明書・所得証明書は6月1日(木)から交付します。

◎3月16日以降に所得税の確定申告書を税務署に提出した方

市・県民税の算定が間に合わず、7月に税額変更・課税する場合があります。これに伴い、国民健康保険税・介護保険料・各種手当などの当初算定も間に合わず、市・県民税決定後に変更する場合があります。税額変更がある場合は変更通知書を送付します。

☎ 納税通知書…課税課・内線401、証明書…課税課・内線457

国民健康保険税納税通知書 6月15日(木)に発送予定

世帯主が国民健康保険の加入者でない場合も、納税義務者である世帯主に通知します。後期高齢者医療保険料決定通知書(納入通知書)は、7月中旬に送付します。

納付方法

◎普通徴収(納付書・口座振替)

4月～翌年3月の12カ月分を10回に分けて納めます。納期限は納税通知書・納付書に記載しています。

◎特別徴収(年金天引き)

年金支給月に仮徴収と本徴収で納めます。仮徴収(4・6・8月)は前年度の保険税額を案分した額を徴収し、本徴収(10・12・2月)は仮徴収を差し引いた残りの税額を3回に分けて徴収します。

※前年度に続き特別徴収となる方は、2月に徴収した保険税額と同額を仮徴収します。

※世帯主が年度途中で75歳になり後期高齢者医療保険に移行する場合、その年度の特別徴収はありません。

納付が困難な場合はご相談ください

保険税を滞納すると延滞金が加算されます。納付が困難な場合は、早めにご相談ください。

国民健康保険の加入・脱退

国保年金課・各行政サービスセンターに必ず届け出てください。

☎ (共通) 国保年金課・内線930

介護保険料納入通知書 6月15日(木)に発送予定

納期限 普通徴収(納付書・口座振替)第1期…6月30日(金)

納付方法 納付書裏面に記載の金融機関・コンビニエンスストア・スマートフォン決済アプリ・クレジットカードで納付

※特別徴収(年金天引き)の方は納入通知書をご覧ください。

☎ 高齢者支援課・内線313

仲間と一緒に体を動かしませんか

健康生活サポートリーダー 募集

天王台西・湖北台中央・布佐南公園で行っている遊具うんどう教室で、遊具の使い方などを指導します。

◎講習会

☎ 6月20日(火)10時45分～12時(受付10時30分～)

📍 湖北台中央公園うんどう遊園※雨天時は湖北台市民センター

👤 西城真人さん(公財)体力づくり指導協会)

💰 無料(申込不要)

👕 動きやすい服装・靴(雨天時は室内履き)、タオル、帽子、飲み物

☎ 高齢者支援課☎04-7185-1112



第4回 脱炭素化へ向けて一人一人ができること

日常生活の中で取り組む「ゼロカーボンアクション」

市は、2050年までに二酸化炭素(CO₂)排出量実質ゼロを目指す「ゼロカーボンシティ宣言」を表明しています。CO₂の排出削減にご協力ください。

環境省では、脱炭素につながる行動(アクション)と暮らしにおけるメリットを「ゼロカーボンアクション」として発信しています。詳しくは環境省ホームページをご覧ください。



▲環境省ホームページ

使い捨てプラスチックの使用を減らそう!

普段の買い物や仕事の時も、脱炭素へ向けて工夫できます。プラスチックごみの不適正な処理は生態系にも影響を及ぼします。繰り返し使える製品を持ち歩きましょう。



アクション	メリット
●マイバッグ・マイボトル・マイ箸・マイストローなどを使う ●使い捨てプラスチックの使用を減らす	●家庭ごみを減らせる ●自分好みのバッグや容器などを使う ●物への愛着が湧く

☎ 手賀沼課☎04-7185-1484

移動スーパー運行ルート 6月12日(月)から変更

株式会社カスミと協力し、商業施設から離れた地域や高齢化率の高い地域など、買い物に困っている方のために移動スーパーの巡回を行っています。6月12日(月)から、下表のとおりルートを変更します。



☐…新たに追加した場所、☐…時間を変更、☐…日時を変更

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
布佐平和台駅前マンションウイングC前 10時20分	栄団地 10時	諏訪神社 10時15分	布佐平和台駅前マンションウイングD前 10時15分	中峠亀田谷公園 10時20分
布佐・新木地区高齢者なんでも相談室 10時45分	東陽寺 10時30分	日秀団地 10時40分	和楽久布佐 10時40分	泉6号公園 10時50分
浅間前自治会集会所 11時10分	根戸近隣センター 10時50分	根古屋団地 11時5分	ソレイユ倶楽部布佐 11時20分	柴崎橋付近空き地(柴崎115の1) 11時15分
日秀西公園 11時35分	つくし野荘 11時20分	めいとケアステーションこほく 11時25分	布佐上町自治会館 11時45分	久寺家あけぼの公園 11時40分
障害者福祉センター・あらかき園 12時5分	パシフィック我孫子グリーンタウン13 11時55分	法岩院 11時50分	ふとんのシノザキ(布佐2407) 12時5分	中峠駐車場(中峠3065付近) 14時
みどり園 14時30分	アビーサあらかき野 14時25分	ツクイあびこ湖北台 14時5分	古戸会館 14時30分	和楽園 14時20分
新木団地自治会青年館 15時	ハーベストガーデン 15時10分	アクイール 14時40分	新木団地自治会青年館 15時	アビーサあらかき野 15時10分
久遠苑 15時30分	つばめ保育園 15時40分	湖北台ケアガーデンワカバ 15時10分	久遠苑 15時30分	
		東我孫子B団地 15時40分		

ルートから外れた場所 江蔵地自治会館、湖北台4号公園、シルバーホームサンライズヒルズ、デイサービス創、一粒の麦、ふさ復興会館、ふらりえ新木野、老人福祉センターつつじ荘

☎ フードスクエアカスミ我孫子寿店☎04-7179-6511、高齢者支援課・内線429

バリアフリーおでかけマップ

「らっく楽! あびこ」をリニューアル

障害者・高齢者・子ども連れの方など、誰もが安心して外出を楽しめるように、各施設のバリアフリー情報を公開しています。

リニューアルにより、検索用ページから目的の施設を絞り込めるほか、地理情報システム(GIS)から地図上で施設を探せるようになりました。

利用方法 市ホームページトップページの「よく利用される情報」から「バリアフリーマップ」を選択

掲載協力店舗を募集

バリアフリー設備が整っていないくても、配慮などで補える店舗は掲載対象です(無料)。詳しくはお問い合わせください。

障害者福祉センター ☎04-7185-1124



▲らっく楽! あびこ



2023手賀沼チームラン・キッズランうなぎちカップ 協賛・出店 募集

詳しくは市ホームページをご覧ください。

11月25日(土)※雨天実施、荒天中止

手賀沼親水広場特設コース

※参加者数約1,000人(観覧者含む)

協賛募集

協賛金(一口5,000円)、物品提供(飲料・ノベルティなど)

※特典は、ゼッケンなどへのロゴ記載、ステージPR、協賛ブース、チームラン参加枠提供などがあります(申込口数で異なります)。

6月2日(金)~7月31日(月)※チラシ・ポスターに企業名などの記載を希望する場合は6月25日(日)まで

出店募集

飲食・物品販売など

先着15店舗

1,000円

市内枠(市内に店舗がある飲食店など)...

一般枠...

共通

電子申請サービス

市ホームページにリンクを掲載)または申込書(文化・スポーツ課で配布。市ホームページからダウンロード可)を郵送・ファクス・Eメール。

〒270-1166我孫子1684教育委員会文化・スポーツ課(うなぎちカップ実行委員会事務局) ☎04-7185-1604 ☎04-7185-1760 ✉unakichicup@city.abiko.chiba.jp



▲市ホームページ



現況届の提出が必要な方に6月上旬に案内を送付

児童手当制度

現況届の提出が必要な方

次のいずれかに該当する方...①児童と別居中で別居監護申請をしている ②離婚協議のため配偶者と別居中で、同居優先の申請をしている ③配偶者の暴力などで、住民票の所在地と異なる市区町村で受給している ④市から提出の案内があった

6月30日(金)までに子ども支援課に郵送・持参

※該当しない方は提出不要です。

受給状況に変更があった場合は届け出てください

対象児童を養育しなくなった、住所・氏名を変更した、婚姻・離婚した、公務員になったなど、受給状況に変更があった場合は届け出が必要です。

所得が所得上限限度額以上の方

対象児童を養育する方の所得が所得上限限度額以上の場合、児童手当・特例給付資格が消滅し、受給できなくなります。資格消滅後に所得上限限度額未満になった場合は、改めて申請してください。市・県民税の税額決定通知書などで所得上限限度額未満となったことを知った日の翌日から15日以内に申請が必要です。申請が遅れると受給できない月が生じる場合があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市ホームページ

動物を適正に飼いましょう

6月は「動物の正しい飼い方推進月間」

動物を飼う上での注意点

- 災害に備えて飼い主の明示(迷子札やマイクロチップの装着など)や動物と同行避難する準備を行う
○犬の放し飼いはせず、散歩は犬を制止できる人が短い引き綱で行う
○猫は屋内で飼う
○適正に飼えない犬・猫を増やさないために不妊去勢手術を行う
○やむを得ず飼えなくなった場合は新しい飼い主を探す※保健所・動物愛護センターでも手伝います。
○動物を捨てたり傷つけたりしない
○保健所に届け出が必要 次のいずれかに該当する場合...①飼い犬が人をかんだとき ②犬・猫合わせて10頭以上を飼うとき

千葉県動物愛護センターでは「犬の正しい飼い方・しつけ方教室」を開催しています。また、学校の授業や地域の勉強会などで「動物愛護」「犬・猫の正しい飼い方」「犬のしつけ方」「動物由来感染症」などの講演を行っています。

松戸保健所(松戸健康福祉センター) ☎047-361-2139、千葉県動物愛護センター東葛飾支所 ☎04-7191-0050

6月 市民相談・県民相談

Table with columns for consultation type (e.g., 弁護士法律相談, 行政相談), date, and contact information.

Table with columns for consultation type (e.g., 住宅相談, 消費生活相談), date, and contact information.

Table with columns for consultation type (e.g., 結婚相談, 地域職業相談), date, and contact information.

【市営住宅入居者 7月3日(月)に募集開始】 入居予定は10月です。対象や募集戸数など、詳しくは広報あびこ7月1日号・市ホームページ(7月1日(土)公開)をご覧ください。

建築住宅課・内線570

地元あびこの食と農を再発見

あびこんで過ごす農業体験交流企画

日 6月17日(土)9時～13時※雨天中止
所 あびこんに集合後、農地へ移動(徒歩5分)
内 ジャガイモの収穫(持ち帰り可)、落花生の種まき、自然体験(草木の解説など)、野菜クイズ
定 先着10人 費 2,000円(小学生以下1,000円)※昼食代含む
申・問 6月1日(木)10時～12日(月)17時にあびこ農産物直売所あびこん ☎04-7168-0821

シールを20枚集めて応募しよう!

あびこエコ農産物応援キャンペーン

あびこエコ農産物とは、化学合成農薬や化学肥料の使用量を県の基準から20%以上削減したもので、あびこ農産物直売所あびこんや市内直売所などで販売しています。

あびこエコ農産物に貼ってあるシールを集めると、抽選で我孫子産の米や野菜をもらえます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

申 ①第1回…9月30日(土)まで②第2回…10月1日(日)～令和6年2月29日(木)に、応募用紙(市内公共施設、あびこんで配布)を農政課に郵送・あびこの応募箱に投函
問 〒270-1146高野山新田193水の館内農政課 ☎04-7185-1481



▲あびこエコ農産物 認証シール



▲市ホームページ

地産地消を推進!

あびこん創業祭

投げ銭公演「くせ」&ミニ縁日

日 6月3日(土)①11時～②13時30分～(上演約40分)
所 手賀沼親水広場多目的広場※雨天時は水の館3階研修室(約20人)
演 劇団サードフオーター 費 無料(申込不要)
※当日はキッチンカーの出店あり(雨天中止)

農家と交流できる軽トラ市

日 6月4日(日)10時～13時※雨天中止
所 手賀沼親水広場多目的広場
内 市内農家の新鮮野菜・加工品(総菜)販売、あびこエコ農産物PRコーナー、キッチンカー
※各農家の売り場で500円以上購入するとプレゼントあり(各売り場先着20人)
<共通>
※あびこんで1,000円以上購入すると米2合をプレゼント(各日先着300人)
問 あびこ農産物直売所あびこん ☎04-7168-0821

乳幼児の各種健診・相談・教室

Table with 3 columns: 項目, 日にち, 対象など. Rows include health checkups for pregnancy, children's health, and classes for weaning and nutrition.

問 健康づくり支援課(保健センター) ☎04-7185-1126

すこやかちゃん section featuring photos of children and text about their love for eating and smiling.

6月 子育て応援情報 無料

Table listing childcare support events like '保育園・幼稚園などの地域子育て支援' and 'マイ保育園ひろば' with dates and times.

ホール活動 保育士と一緒に体を動かして親子で楽しく交流
アビスタ 29日(木)10時30分～11時30分
湖北台保育園 ☎04-7188-5531 (月)～(金)9時～17時

出前保育
るんるんパーク 広場スタッフと一緒に体操や親子遊びをする※雨天中止
手賀沼公園 1日(木)10時30分～11時
天王台西公園 20日(火)10時30分～11時

子育て支援センターの地域子育て支援
日時など、詳しくは各広場・保育園ホームページをご覧ください。
①にこにこ広場(アビイクオーレ2階) ☎04-7185-8882 (月)～(土)
②すまいる広場(湖北台保育園内) ☎04-7185-2196 (月)～(土)
③かわむらんど(川村学園女子大学付属保育園内) ☎04-7183-5995 (月)～(金)
④ぐるんぱクラブ(布佐宝保育園併設) ☎04-7189-2799 (火)(水)(金)

Table listing specific childcare support events like '家族であそぼう' and 'ふたごちゃん・みつごちゃんの会'.

認知症の人の家族のつどい「あびこ」

日 6月14日(水)13時30分～14時30分
 所 けやきプラザ
 内 介護方法や日頃の悩みなどの情報交換
 対 認知症の方を介護している家族・介護経験者
 費 無料
 申・問 6月13日(火)までに高齢者支援課 ☎04-7185-1112

6月 健康教室 問い合わせ先をご確認ください。

◎心の健康に関する教室
 場所 保健センター3階
 問 障害者支援課・内線421

教室名	日時
アルコール教室	9日(金) 14時30分～16時
心の健康クラブ	19日(月) 14時～16時

◎遊具うんどう教室
 ※雨天中止
 問 高齢者支援課 ☎04-7185-1112

日時	場所
14日(水) 10時～11時	布佐南公園
16日(金) 9時30分～10時30分	天王台西公園
20日(火) 10時30分	湖北台中央公園

健康メモ No.455

口腔がん

口腔がんは、口の中の組織・臓器に発生するがんです。主な原因は、たばこ・アルコールの過剰摂取、口内炎、口内感染症、ウイルス感染などといわれています。初期症状は、口内にできる白い斑点や傷、歯茎の腫れ、口の中の痛み、飲み込みにくさなどがあります。進行すると、顔の腫れ、喉の痛み、しびれ、出血などの症状が現れます。

早期発見が重要なため、定期的に口腔がん検診を受診してください。予防には、たばこ・アルコールの摂取を控える、健康的な食事を心掛ける、適度な運動を行うことなどが効果的です。かかりつけの歯科医院で定期的に口腔内環境を整えることも非常に効果的です。

問 (一社)我孫子市歯科医師会 ☎04-7165-5006

6月 ギャラリー&県民講座

- 市民プラザ**
- ◆第32回墨雅会展 日23日(金)～27日(火)10時～18時(初日13時～、最終日15時まで) 問篠田 ☎04-7182-2842
 - ◆第21回現代アート遊展 日30日(金)～7月5日(水)10時～18時(初日14時～、最終日16時まで) 問清水 ☎080-2146-4736
- アビスタ1階中央通路**
 開館時間：9時～18時 休館日：26日(月)
- ◆水彩会 絵画作品展 日9日(金)まで(最終日16時まで) 問長谷部 ☎080-5377-1946
 - ◆児玉壽一展 日10日(土)～23日(金)(初日13時～、最終日16時まで) 問児玉 ☎04-7182-1623
 - ◆公募補助金採択団体活動紹介 日28日(水)～7月11日(火)(初日13時～、最終日13時まで) 問市民協働推進課・内線490
- アビシルベ**
 開館時間：9時～18時 問 ☎04-7100-0014
- ◆第22回我孫子アートな散歩市 日11日(日)まで
 - ◆新作ゆかた展示会 日21日(水)～25日(日)(初日12時～)
 - ◆カヌー展示inアビシルベ 日28日(水)～7月9日(日)
- けやきプラザ**
 休館日：月曜日(祝日の場合は翌平日)

- 第1・2ギャラリー**
- ◆第22回我孫子アートな散歩市 日4日(日)まで10時～18時(最終日17時まで) 問関谷 ☎090-4206-6242
 - ◆ふたり展 日6日(水)～11日(日)10時～18時(初日13時～、最終日16時まで) 問林 ☎04-7138-2030
 - ◆第9回写楽の会写真展 日13日(水)～18日(日)9時～17時(初日13時～、最終日15時まで) 問土井 ☎090-6179-8366
- 第2ギャラリー**
- ◆傘寿記念個展+1 日20日(水)～25日(日)10時～17時(初日13時～、最終日15時まで) 問石井 ☎04-7184-8159
- けやきプラザ県民講座・講習(申込制)**
- ◆相続の大きいなる誤解 日7日(水) 所7階研修室 師山崎享子さん(山崎不動産相談室) 定50人
 - ◆認知症予防のためのスマホ入門講座 日15日(土) 所7階介護実習室 師ソフトバンク専任講師 定20人
 - ◆高齢者がかかりやすい病気とその予防法 日21日(水) 所7階研修室 師大森千尋さん(看護師) 定50人
- 〈共通〉時間13時30分～15時30分 費無料 申・問ふれあいプラザ ☎04-7165-2886 ※月曜休館(祝日の場合は翌平日) ※専門職対象県民研修はホームページをご覧ください

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 入…入会費 月…月会費 年…年会費

- ★ イベント**
- 地域の茶の間**
- 日①6月2日(金)②9日(金)③16日(金)④23日(金)⑤30日(金)10時30分～12時 内①③お話をする会(申込不要)②認知症のことを話そう会(申込不要)④はがき絵体験教室(要申込)⑤マジックショー(申込不要) 対60歳以上の方※家族の参加可 定④先着10人 費無料 所・申・問けやきプラザ ☎04-7165-2886
- 竹を使った工作教室**
- ◎竹灯籠教室 日6月3日(土)・17日(土)、7月1日(土)・15日(土)9時30分～11時30分 対小学5年生以上の方 定各日先着8人 費500円
 - ◎竹遊び教室 日6月10日(土)・24日(土)、7月8日(土)・22日(土)9時30分～11時30分 内竹とんぼ・バランスとんぼ作り 対小学生以上の子供と保護者 定各日先着5組 費1組100円
- 〈共通〉所住み良いまちづくり研究所(久寺家751の5) 師軍手 申・問開催日前日までに米澤 ☎090-6503-2084
- 市民のチカラまつり企画部門**
- ◎地域づくり体験ワークショップ大会 日6月17日(土)9時30分～12時 内①SDGs de 地方創生ゲーム②グラフィックコーディング講座③超高齢社会体験ゲーム「コミュニティコーピング」師①影山貴大さん(J-doc company)②野際里枝さん(市民活動ステーション)③田中玲子さん、大野令子さん(コミュニティコーピング認定ファシリテーター) 定先着①48人②20人③12人
 - ◎講演会「小さく始めて、大きく感動ー誰でもできる地域参加のススメ」 日6月17日(土)14時～16時 師早瀬昇さん(大阪ボランティア協会) 定先着100人
- 〈共通〉所我孫子南近セ 費無料 申・問6月15日(木)までに市民活動ステーション ☎04-7165-4370
- 第20回湖北台福祉バザー**
- 日6月17日(土)11時～14時※雨天実施 所湖北台近セ 内バザー、模擬店など 問湖北台地区社会福祉協議会 ☎04-7188-1410
- けやきウインドアンサンブル 第21回定期演奏会**
- 日6月18日(日)14時～16時(開場13時30分) 所けやきプラザ 内「アルルの女第2組曲」ほか 師松田康治さん(指揮)、和久井瞬さん(指揮) 定先着500人(申込不要) 費無料 問川上 ☎070-5572-4780
- インボディー測定会**
- 日6月19日(月)～25日(日)9時～21時 費200円(申込不要) 所・問市民体育

- 館 ☎04-7187-1155
- ウェア販売会**
 日6月22日(木)～25日(日)9時～21時(最終日18時まで) 所・問市民体育館 ☎04-7187-1155
- あびマルシェ「浴衣の販売」**
 日6月24日(土)～25日(日)10時～16時 内浴衣販売、着付け教室の案内 所・問アビシルベ ☎04-7100-0014
- 婚活パーティー 「アニメ・漫画好き集まれ」**
 日7月9日(日)14時～16時 対25歳～34歳の方 定男女各12人(初参加者・市内在住の方優先) 費2,000円 所・申・問6月27日(火)までに結婚相談所あびこい♡ハート ☎04-7184-8100
- だれでも気軽にクラシック クラリネットってどんな音?**
 日7月1日(土)14時～15時 所けやきプラザ 内「パパパの二重唱」「チャールダーシュ」「子犬のワルツ」 師後藤みのりさん(ソプラノ)、鈴木結佳さん(クラリネット)、平野裕樹子さん(ピアノ) 定先着500人 日6月30日(金)までに軽喫茶ぼぼら、ブックマルシェ、PassMarket(電子チケット) 費1,500円(中学・高校生1,000円、3歳～12歳500円、1歳～2歳は保護者の膝の上であれば無料で入場可) 問後藤 ☎090-6482-1969

- 講演・講座・教室**
- 我孫子市ALOHA協会 親子フラ体験講座**
- 日7月8日(土)・15日(土)、8月19日(土)・26日(土)、9月9日(土)・23日(祝)、10月21日(土)・28日(土)13時～14時30分(全8回) 所アビスタ 対4歳～小学生以下の子供と保護者 定10組(抽選) 費1組2,000円(別途教材費300円程度) 申6月15日(木)までにホームページ https://bit.ly/40khg5g 問水上 ☎090-4021-7923
- 普通救命講習I (e-ラーニング適応)**
- 日6月18日(日)10時～11時 所消防本部大会議室 内心肺蘇生法、AED使用法、止血法、異物除去法※救命技能適正者に修了証を交付 対市内在住・在学(小学5年生以上)・在勤でe-ラーニングの受講証明書が確認できる方 定先着20人 費無料 申・問6月8日(木)9時～消防本部警防課 ☎04-7181-7701
- シニアいきいき講座**
- 日6月25日(日)13時30分～15時 所天王台北近セ 内ミュージックフープ健康体操とヘルスリズムス 師山口江美さん(NPO法人鼓響理事長) 定先着40人 費無料 対動きやすい服装、

●休日(日曜日、祝日、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。※JAとりで総合医療センターにおける23時～翌8時30分の小児救急は原則重症患者のみです。※緊急の場合は迷わず☎119へ電話してください。※休日・夜間などの診察料は割高になります。

室内履き、飲み物 ④・閩天王台地区
社会福祉協議会☎04-7183-9009

知って安心!聞いて納得!
講演会「今日から考える老後の備え」
④6月29日(休)9時30分～11時30分
④けやきプラザ ④成年後見制度・民事信託・死後事務契約・遺言など ④安武慎作さん(弁護士) ④市内在住の方※両親などが市内在住の場合は市外在住でも可 ④先着30人 ④無料 ④④6月26日(月)までに我孫子南地区高齢者なんでも相談室☎04-7199-8311

募集
げんきフェスタ2023
ジュニアスタッフ

④①6月11日(日)・18日(日)13時～15時
④26月25日(日)9時～15時30分 ④湖北地区公民館 ④①ゲームの企画②げんきフェスタ ④小・中学生※高校生以上はサポート役 ④④6月10日(出)までに深津☎090-5315-6580

山階鳥類研究所 アルバイト
任期7月1日～令和6年3月31日※更新あり 勤務日時(月)～(金)10時～17時※祝日を除く(月10～14日、応相談) ④データ入力、書類整理など ④パソコンの基本操作ができる方 ④1人 ④日額6,300円 ④書類、面接 勤務場所・④④6月14日(休)(必着)までに、履歴書を郵送。〒270-1145高野山115山階鳥類研究所☎04-7182-1101 ※詳細は研究所ホームページ参照

柏税務署 税務職員(高卒程度)
採用予定日令和6年4月1日 ④6月19日(月)～28日(休)にホームページ※詳細は東京国税局ホームページ「採用関係お役立ちリンク集」参照 ④東京国税局☎03-3542-2111

けやきプラザ イベント参加団体・作品
◎ワークショップ参加団体 ④8月1日(火)～6日(日) ④絵画・書道・手工芸などのワークショップを開催できる団体 ④6月30日(金)まで
◎みんなの写真展 作品 ④8月2日(水)～6日(日) ④7月15日(出)まで
<共通>④④④けやきプラザ☎04-7165-2883

お知らせ

猫譲渡会
◎ねこ友会 ④6月4日(日)・18日(日)10時～12時 ④アビスタ前広場 ④保護猫の譲渡、日用品の販売※保護猫飼育ボランティア募集中 ④ねこ友会☎070-9101-7209

◎猫里親会 ④6月11日(日)、7月9日(日)12時～15時※雨天中止 ④市役所駐車場※譲渡には条件あり※持ち込みは要事前連絡※保護犬猫の引き取り不可 ④猫里親会☎090-1618-2502

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市民の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※災害発生時などは中止 ④6

月7日(休)11時～ ④市民安全課・内線522

第7回フードドライブ
④6月9日(金)・10日(出)10時～17時 ④あひこショッピングプラザ1階あひプラキッチンイベントスペース ④家庭で余った食品を持参し、地域の福祉団体・施設・フードバンクに寄付 ④賞味期限まで2カ月以上で常温保存可などの条件あり ④小田☎090-1805-5169

シルバー人材センター入会説明会
④6月15日(休)14時～15時 ④市民プラザ ④市内在住の60歳以上で働く意欲がある方 ④先着20人 ④2,400円 ④④6月9日(金)までにシルバー人材センター☎04-7188-2200

ひきこもり家族相談会
④6月11日(日)13時～16時 ④アビスタ ④ひきこもり・障害がある方やその家族で、親の死後の不安を抱える方 ④先着6組 ④無料 ④④6月10日(出)までに東葛市民後見人の会・敷下☎04-7184-6918

制服バンク 譲渡会
④6月24日(出)10時～16時※なくなり次第終了 ④アビスタ ④市民の方から提供された我孫子・白山・久寺家中の体操服・ジャージを譲ります※サイズなど希望に沿えない場合あり ④我孫子市社会福祉協議会☎04-7184-1539、当日のみ☎070-6962-2457

まち協情報

我孫子南まちづくり協議会
◎スマホ・タブレット・パソコン講座 ④6月10日(出)13時～15時30分 ④初心者質問教室※実践あり ④先着30人 ④費300円 ④質問したい機器、室内履き

◎スマホ・タブレット・パソコン相談室 ④6月24日(出)13時～16時 ④①相談(1人60分)②ミニ相談(1人20分) ④①15人②申込不要 ④無料 ④持相談したい機器
<共通>④④④6月3日(出)～我孫子南近隣センター☎04-7181-1011

湖北台地区まちづくり協議会
◎地域の多世代交流のためのお楽しみ映画会 ④6月15日(休)13時30分～(開場13時)※上映約95分 ④「社長千一夜」 ④湖北台地区在住の方(申込不要) ④先着150人 ④無料 ④④湖北台近隣センター☎04-7187-1122

新木地区まちづくり協議会
◎らくらく健康体操 ④6月17日(出)13時30分～15時 ④リズム太鼓とフープで楽しく体操 ④山口江美さん(NPO法人鼓舞理事長) ④先着20人 ④無料 ④動きやすい服装、室内履き ④6月4日(日)～

◎料理セミナー ④6月25日(日)13時30分～16時 ④太巻き祭りずし「ツバキ」を巻こう! ④川合美津子さん(元学校栄養士) ④先着16人 ④費800円 ④エプロン、三角巾、食器用布巾、手拭き、巻きす(お持ちの方)、持ち帰り用容器、筆記用具 ④6月4

日(日)～20日(火)
<共通>④④④新木近隣センター☎04-7188-2010

市民伝言板
詳しくは各問合わせ先にご確認ください。

講演・催し

▼ピアノ体験会 6月6日(火)・20日(火)10時30分～11時。天王台北近セ。仲間と交流しながら上達。初心者歓迎。無料。④④鈴木☎080-5683-1080

▼岡本有珠ピアノリサイタル～オールショパンプログラム～ 6月8日(休)13時30分～14時15分。「ピアノ・ソナタ第3番」ほか。無料(申込不要)。場所・④④パレット柏☎04-7157-0280

▼YouTube Musicと無料音楽サイトで音楽を聴く 6月8日(休)・16日(金)14時～16時。市民プラザ。先着5人。1,500円。資料は会計後Eメールで送付。④④今泉☎090-4715-2905

▼プールに入ってみませんか 6月11日(日)10時～11時30分。セブンスイミングクラブ牧の里。障害がある小・中学生。先着5人。500円。④④おたまじゃくしの会・タイムラ☎090-3689-0418

▼流通経済大学付属柏高校吹奏楽部第23回定期演奏会 6月11日(日)14時～16時。柏市民文化会館。1,500人(申込不要)。無料。④湯本☎04-7131-5611※詳細は高校ホームページ参照

▼中村天風の教えを学ぶ 第21回講演会「天風教義と積極～尊い人生を生き抜くために」 6月11日(日)14時～16時30分。我孫子南近セ。初心者歓迎。先着30人。500円。④④勝又☎080-1252-0308

▼第32回我孫子寿寄席 6月18日(日)15時～17時。我孫子市商工会館。昔昔亭桃之助(真打ち)、立川幸朝(二つ目)、立川幸路(前座)。先着60人。2,000円。④④みやま☎090-3102-8070

▼気軽に吹矢を体験しませんか 6月23日(金)10時～12時。新木近セ。初心者歓迎。100円(マウスピース代)。④④我孫子吹矢クラブ・黒木☎090-

6565-9641
▼講演会 「民藝運動」と式場隆三郎ー精神科医の芸術探究ー 6月24日(出)14時～16時。アビスタ。④美崎大洋さん。先着45人。300円。④④我孫子の文化を守る会・佐々木☎04-7185-0675
▼学習会 聞こえにくいを放っておかない「難聴・補聴器について詳しく知ろう」 6月25日(日)13時30分～15時30分。湖北台近セ。④岡田恵子さん。先着50人(申込不要)。④補聴器の補助を求める会・高橋☎04-7149-8901

会員・仲間募集

▼第16回定期演奏会 ステージ団員(友情出演) 9月16日(出)14時～17時。けやきプラザ。「旅」、叙情歌などを楽しく歌う。④男声合唱団シャウティングフォックス・塚本☎090-7234-7163

▼バリアフリーヨガ&ダンスセラピーの会 アロマヨガ…毎週(月)19時30分～20時30分、我孫子北近セつくし野。ヨガ&ダンスセラピー…(金)(出)(日)中(不定期)、市民プラザ。障害がある方も可。有料。④藤本☎090-7633-4917

▼レシピ会 毎月第3(月)午前。アビスタ。料理に挑戦しませんか。楽しく和気あいあいと。初心者歓迎。④約2万円。④中込☎04-7184-4355

▼食道楽の会(男の料理サークル) 毎月第1(火)9時30分～12時。我孫子南近セ。高齢者向けの健康レシピ。初心者歓迎。④2万円(6カ月ごとに分割)。④榎木☎080-1160-1202

▼混声合唱団Chor Wonne 毎週(火)13時30分～16時。我孫子北近セ並木・天王台北近セ。令和6年春演奏予定のモーツァルト「戴冠ミサ」を一緒に歌いませんか。随時見学可。④4,000円。④佐合☎04-7183-6444

▼布施新町囲碁クラブ 毎週(水)(日)13時～17時。布施新町ふるさとセンター(柏市)。初心者歓迎。1回200円。④1,000円。④1,000円。④西部☎090-3818-7905

▼我孫子校友会(生涯大学校OB会) 講演会、懇親会、日帰りバス旅行、近隣散策、落語鑑賞会、カラオケ、ハイキングなどで親睦を深める。④2,000円。④外崎☎04-7188-7430

**5月能登地方地震
災害義援金にご協力を**

5月に能登地方で発生した地震により、石川県で人的被害や家屋倒壊などの被害が発生し、輪島市・珠洲市・能登町に災害救助法が適用されました。

我孫子市社会福祉協議会では、被災者支援のため、義援金の受け付けと募金箱の設置を行います。

④ 9月29日(金)まで
④ ◎義援金の受け付け…我孫子市社会福祉協議会、各地区社会福祉協議会(我孫子北、我孫子南、天王台、湖北・新木、湖北台、布佐)、西部福祉センター、ボランティア市民活動相談窓口で・と・り・あ
◎募金箱の設置…軽喫茶ばぼら
④ 我孫子市社会福祉協議会☎04-7184-1539



我孫子市LINE公式アカウント友だち募集中！
右記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(左記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。

新型コロナウイルス感染症関連情報

5類感染症移行後の入院医療費の減額 (国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入中の方)

5類感染症移行後、新型コロナウイルス感染症治療のための入院医療費は保険診療(自己負担あり)、食事代は自己負担になりました。ただし、急激な負担増を抑制するため、9月末まで、医療機関窓口での支払いは、高額療養費制度の自己負担限度額から原則2万円を減額した額を上限とします。

◎69歳以下の方

区分	高額療養費制度の自己負担限度額	減額措置後の自己負担限度額
ア 年間所得901万円超	25万2,600円+(医療費の総額-84万2,000円)×1%	24万2,600円
イ 年間所得600万円超 901万円以下	16万7,400円+(医療費の総額-55万8,000円)×1%	15万7,400円
ウ 年間所得210万円超 600万円以下	8万100円+(医療費の総額-26万7,000円)×1%	7万100円
エ 年間所得210万円以下	5万7,600円	3万7,600円
オ 住民税非課税世帯	3万5,400円	1万5,400円

◎70歳以上の方

区分	高額療養費制度の自己負担限度額	減額措置後の自己負担限度額
現役並み所得者 Ⅲ 課税所得690万円以上	25万2,600円+(医療費の総額-84万2,000円)×1%	24万2,600円
Ⅱ 課税所得380万円以上 690万円未満	16万7,400円+(医療費の総額-55万8,000円)×1%	15万7,400円
Ⅰ 課税所得145万円以上 380万円未満	8万100円+(医療費の総額-26万7,000円)×1%	7万100円
一般 課税所得145万円未満	5万7,600円	3万7,600円
低所得者 Ⅱ 住民税非課税世帯	2万4,600円	4,600円
Ⅰ 住民税非課税世帯(所得が一定以下)	1万5,000円	0円

☎ 国保年金課・内線325(74歳以下の方)、内線928(75歳以上の方)

新型コロナワクチン 令和5年春開始接種の予約

インターネット予約は、6月接種分まで受付中です。7月接種分からは、医療機関への直接予約になる予定です。接種は無料です。

☎ 我孫子市新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0120-855-366(毎日9時～17時30分) ※6月30日(金)で終了

手賀沼花火大会の募金にご協力を

駅頭募金を行うほか、市内公共施設(市役所本庁舎1階ロビー、アビスタ、アビシルベ)やコンビニ、飲食店などに募金箱を設置しています。

◎駅頭募金

日時	場所
6月21日(水)18時～19時	我孫子駅北口・南口
7月3日(月)18時～19時30分	
7月18日(火)18時～19時30分	
7月25日(火)18時～19時30分	

☎ 商業観光課・内線506

鳥の博物館 インフォメーション

鳥のサイエンストーク(オンラインで開催)

宮内庁埼玉鴨場で50年間のカモ類捕獲数の推移

📅 6月17日(出)13時30分～14時15分

📍 宮内庁では、埼玉県と千葉県との2カ所の鴨場で、伝統的な鴨の引き堀猟を保存・継承しています。鴨場で捕獲された全てのカモ類は、一羽一羽を区別できる足環などの標識を付けて放鳥されています。今回は、過去50年間に埼玉鴨場で捕獲されたマガモとオナガガモの個体数の推移を紹介し、性比や新しく放鳥された個体の割合などから、個体数の変化の原因を考察します。

👤 仲村昇さん(山階鳥類研究所研究員)

📄 無料

📺 視聴方法 鳥の博物館ホームページに掲載のリンクから動画サイトで配信(申込不要)



▲埼玉鴨場で標識放鳥されたオナガガモ



▲鳥の博物館ホームページ

☎ 鳥の博物館 ☎04-7185-2212

千葉県誕生150周年記念事業

6月15日(木)は県民の日 当日は施設入館料などが無料

入館料・入場料が無料

◎杉村楚人冠記念館

🕒 時間 9時～16時30分(入館16時まで)
☎ 杉村楚人冠記念館 ☎04-7187-1131

◎鳥の博物館

🕒 時間 9時30分～16時30分(入館16時まで)
☎ 鳥の博物館 ☎04-7185-2212

◎白樺文学館

🕒 時間 9時30分～16時30分(入館16時まで)
☎ 白樺文学館 ☎04-7185-2192

◎水の館プラネタリウム

🕒 時間 ①14時～②15時～(上映約20分)
※上映1時間前から水の館3階手賀沼課で受付
📄 定 各回先着50人
☎ 水の館 ☎04-7184-0555

利用料・使用料が無料

◎手賀沼周遊レンタサイクル

🕒 時間 9時～17時※雨天中止
📍 貸出場所 ①我孫子市…手賀沼公園、サイクルパーク・我孫子南、手賀沼親水広場多目的広場駐車場 ②柏市…道の駅しょうなん、北柏ふるさと公園 ※場所により貸出時間が異なります。
☎ ①シルバー人材センター ☎04-7188-2204 ②柏市商工振興課 ☎04-7167-1141

◎市民体育館

🕒 時間 9時～21時(ナイターは有料)
☎ 市民体育館 ☎04-7187-1155

◎手賀沼公園ミニ鉄道

🕒 時間 9時30分～17時(12時～13時は休止)
※雨天中止
☎ シルバー人材センター ☎04-7188-2204

