



私たち、国勢調査に回答中!



10月1日を基準日とした、国勢調査が全国一斉に行われます。この調査は5年ごとに実施し、国内に住む全ての人・世帯を対象とする最も重要な統計調査です。今回は、初めてオンライン調査が全国的に導入され、回答が便利になります。

国情報政策課 ☎7167-1099

オンライン調査とは

パソコンやスマートフォンを使ったインターネットによる回答方法のことです。受付期間内であればいつでも回答することができるので、仕事で帰宅時間が遅くなったり、日中不在にしたりすることの多い世帯でもご利用いただけます。

◎パソコンやスマートフォンなどの利用環境によって、正しく表示されない場合があります。詳しくは、調査員が配布する操作ガイドをご覧ください



▲利用は9月10日(休)から

受付期間内なら
24時間いつでも回答!
単身なら10分
家族4人なら20分が目安



まずは調査員が伺います

全ての世帯に伺い、インターネット回答用のID等の配布と世帯の代表者の氏名・世帯の人数を確認します。調査員が伺った際にはご協力をお願いします。

◎調査員が訪問する時期など、詳しくは2面をご覧ください

インターネット回答をしなかったら

調査票を配布するため、再度調査員が伺います。記入した調査票は、調査員に提出するか、調査票と同時に配布される郵送提出用封筒を使って郵送してください。調査員に提出をする場合は、期間内に回収に伺います。

オンライン調査のメリット

- インターネットで回答すると、その後、調査員は訪問しません
- 入力内容のチェック機能があるので、記入漏れの心配がありません
- 不正なアクセスを防止する強固なセキュリティにより、回答データを他人に見られる心配がありません



「私たち、国勢調査に回答中!」の続きは2面へ ▶▶▶

1面からの続き「私たち、国勢調査に回答中!」▶▶▶

国勢調査スマート攻略法

今回の調査では、17項目に回答します。インターネットで回答する場合、ログインしてから1時間以内に回答を終える必要があります。慌てず、正確に回答するために準備をしてから始めましょう。調査票で回答するかたも、調査の流れや調査項目を確認しましょう。



困ったら

▶国勢調査コールセンター(総務省統計局)
☎0570-07-2015
開設期間/8月24日~10月31日(土)
午前8時~午後9時

▶柏市国勢調査コールセンター
☎0570-01-0312
開設期間/9月8日(火)~10月26日(月)
午前9時~午後5時

調査の流れ



スマート回答のコツ教えます



コツ① インターネット回答用のID等を受け取ったら、同封された操作ガイドを読む

▶9月10日(木)~12日(土)に配布します

コツ② 新しいパスワードを決めておく(英字と数字が混在した8文字以上32文字以内の半角英数字を設定)

▶回答内容の確認や修正をするときに必要です

コツ③ 入力情報を事前に調べてメモにとっておく

▶回答内容は一時保存ができません。世帯全員の生年月日や会社名など、間違いを防ぐためにも事前にメモをとっておきましょう

調査結果はこんなことに役立っています

調査結果は、国・地方公共団体、研究機関や一般企業など各分野で広く活用されています。

- 衆議院小選挙区の画定
- 地方交付税の交付額の算定
- 研究機関での社会経済の動向に関する研究、それに基づいた政策提言
- 企業の商品・サービス需要予測、マーケティングに関する基礎資料など

私たちの身近では



子どもが増えている地域の学区の変更や、子育てに必要な施設の建設計画に役立てられます。



市内に住んでいる人口だけでなく、仕事や学校で柏市へ通う人口を知ることで、人の流れを分析して、商業施設の建設等にも活用されます。

調査項目

●世帯員に関する項目(13項目)

- ①氏名
 - ②男女の別
 - ③出生の年月
 - ④世帯主との続柄
 - ⑤配偶の関係
 - ⑥国籍
 - ⑦現在の住居における居住期間
 - ⑧5年前の住居の所在地
 - ⑨就業状態
 - ⑩所属の事業所の名称及び事業の内容
 - ⑪仕事の種類
 - ⑫従業上の地位
 - ⑬従業地または通学地
- 西暦・和暦どちらでも可
- 居住年数を確認しておきましょう
- 平成22年10月1日に住んでいた場所
- 9月24日(木)~30日(水)までの仕事
- 家族の勤める会社の正式名称を知っていますか?
- 該当者の業務内容を詳しく
- 都道府県名と市区町村名を記入

●世帯に関する項目(4項目)

- ①世帯の種類
 - ②世帯員の数
 - ③住居の種類
 - ④住宅の建て方
- 住宅(一戸建てやアパートなど)か、住宅外(寮や病院など)かを答えます
- 一戸建て・共同住宅(建物全体の階数)・長屋建て等、建て方を答えます
- ◎調査票、オンライン調査票とは項目番号が異なります

調査票での回答も、事前にメモに控えておけば、時間短縮!



かたり調査に注意!

国勢調査をかたり、世帯の家族構成や氏名などの問い合わせをする不審な電話や電子メール、訪問者にご注意ください。調査員は写真付きの「国勢調査員証」と「腕章」を身に付けています。



- ⚠ 国勢調査の回答は、国民の義務と法律で定められています。より正確なデータを得るために、ありのままを記入してください
- ⚠ 国勢調査に従事する者には、統計法による守秘義務が課されています。回答いただいた内容は、統計の作成以外に使用することは一切ありません

9月定例会の日程

☎7167-1451

市議会平成27年第3回(9月)定例会は、別表のとおり予定しています。9月1日の新議員就任後に改めて協議されるため、正式な日程と主な議案は次号でお知らせします。

議会中継をスマホで視聴できます

9月定例会から、動画共有サービス「Ustream(ユーストリーム)」を利用し、スマートフォンやタブレット端末でも本会議の生中継を視聴できるようになります。ぜひご利用ください。



▲本会議生中継のページにアクセス

9月定例会の日程

9月9日(水)	招集日
15日(火)	質疑並びに 一般質問
16日(水)	
17日(木)	
18日(金)	
24日(木)	
25日(金)	常任委員会 (総務・市民環境)
28日(月)	
29日(火)	
30日(水)	特別委員会
10月2日(金)	議案等採決

9月1日は防災の日 進めよう! 「災害につよい街づくり」

☎7167-1115

災害から命を守るためには、最低3日分の食糧や水の備蓄、家具の転倒防止など、個人や家庭での備え(自助)が大切です。また、地域や職場での災害時の対応・対策を知り、参画すること(共助)で、行政が行う対策(公助)と連携して「災害につよい街づくり」を進めましょう。

あなたの街で

●町会・自治会・区に入りましょう

町会・自治会・区では、日頃から地域の顔の見える関係づくりに取り組んでいるほか、防災訓練や防災講習会を行うなど、防災意識を高めています。阪神・淡路大震災では、家屋の倒壊などから助け出された人の約8割が家族や近隣の人たちによって救出されています。私たちの安全を守り、災害に備えるためにも、町会・自治会・区に積極的に参加しましょう。



あなたの職場で

●職場での備えをしましょう

災害が発生することを想定して、職場での防災計画の策定や安全点検を実施し、緊急時の連絡体制を整えましょう。

●災害発生時は無理な移動を控えましょう

帰宅困難になったときは、むやみに移動を開始しないことが大切です。

<勤務中に被災した場合>

職場内の安全な場所で待機しましょう。

<通勤・帰宅中に被災した場合>

最寄りの避難所や一時受入施設に滞在を。勤務先等から自宅までの避難所等をあらかじめ確認しておきましょう。また、やむを得ず徒歩で帰宅する場合に備え、災害時帰宅支援ステーションの場所と支援内容、勤務先等からの帰宅経路を確認しておくことも大切です。

◎災害時帰宅支援ステーションの場所と支援内容は、千葉県のホームページをご覧ください

ひろげようふれあいの輪 沼南まつり ～こどもに優しい～

☎7191-2803・☎7191-7314

時9月27日(日)午前9時～午後4時

所沼南体育館

☑商工業製品の展示・即売、文化団体の展示・体験コーナー、テガレンジャーショー、よさこい踊り、ペタンク競技、模擬店、柏消防フェスタ、アートアンブレラ、ジャンボスライダーなど

☑無料送迎バスを運行▶小野塚台バス停前～沼南庁舎バス乗継場～会場▶マルヤ高柳店前～会場



▲テガレンジャーも活躍!



▲今年もフィナーレはよさこい踊り

トップアスリートによる講演会「私に与えてくれたオリンピック」

☎7192-8411 (火・木・金曜日午前9時～午後5時)・☎7191-7399

2020年東京オリンピック・パラリンピックの開催決定を記念して、1976年モントリオールオリンピック金メダリストによる講演会を開催します。

時10月12日(月)午後1時20分～2時30分

所中央体育館

定300人

☑「夢・目標」を持つことで、人は何歳になっても変わる——講師がバレーボールを通して得た、心身の変化などの経験をお話します

☑モントリオールオリンピックバレーボール金メダリスト・田村(旧姓:前田)悦智子さん

費無料

持靴(室内用)

☑9月29日(火)までに、同協会へ電話で※応募者多数の場合は抽選



▲講師の田村悦智子さん

育児休業代替任期付職員(保育士)を募集

☎7167-1113

育児休業代替任期付職員は、育児休業をする職員の代替として、3年を上限に任期を定めて採用する職員です。給与・勤務時間・休暇等の勤務条件は、基本的に任期の定めのない常勤職員と同じです。

募集職種・人数等

試験職種	登録(採用)予定者数	受験資格	試験内容
保育士(中級)	10人程度	昭和41年4月2日以後に生まれ、保育士の登録を受けているか、11月30日(月)までに登録を受ける見込みがあるか	論文試験・実技試験・面接試験・適性検査

採用予定日/12月1日(火)以降

試験日/10月18日(日)

試験会場/市役所本庁舎

☑9月14日(月)までに、人事課(市役所本庁舎2階)で配布する申込書に必要事項を書いて、〒277-8505 柏市役所人事課へ郵送で(当日消印有効)※受け付けは郵送だけ。受験案内と申込書は市のホームページからダウンロード可

◎主な職務内容・試験時間など、詳しくは受験案内をご覧ください

認知症について知ってください 世界アルツハイマーデー

☎7167-2318

9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。認知症は身近な病気であり、誰もが関わる可能性のある病気です。認知症という病気をもっと知ってもらうため、啓発活動を行います。

時9月19日(土)午前11時～午後4時

所イオンモール柏(豊町2丁目)

☑認知症に関する資料の配布、家族を支援するためのケアラーズカフェ等の紹介、太鼓を使った認知症予防活動等

費無料

☑当日、会場へ直接



▲紙芝居で分かりやすく伝えます

ご意見を
募集します

パブリックコメント

市では、次の計画案等について、パブリックコメント(意見公募手続き)により市民の皆さんの意見を募集します。

●柏市第五次総合計画(案)

☑平成28年度から10年を計画期間とする柏市の総合計画について

☑閲覧方法/9月8日(火)から、企画調整課(市役所本庁舎3階)、行政資料室(市役所本庁舎1階)、行政資料コーナー(沼南庁舎1階)、市のホームページで

☑提出方法/10月7日(水)までに、住所・氏名・年齢・電話番号と計画名・意見(様式は自由)を書いて、〒277-8505 柏市役所企画調整課へ郵送(必着)・直接持参するか市のホームページの送信フォームで

☑企画調整課☎7167-1117

市民講座「精神科医療の常識・非常識」

保健所保健予防課 ☎7167-1254

精神科医療機関への受診者は近年増加傾向にあります。これはストレス社会を反映した現象と、精神科への受診に対する抵抗感が減ってきたためと考えられます。しかし、今でも精神疾患や精神医療に対する根強い偏見や誤解があります。精神科医療の歴史や実際を知り、理解を深めましょう。



▲知的・精神障害者への差別と偏見を無くす運動のシンボルマーク「シルバーリボン」

時 10月8日(休)午後2時～4時

所 ウェルネス柏

定 100人

費 無料

申 10月1日(休)までに、保健所保健予防課(ウェルネス柏3階)・各近隣センターなどで配布する申込書か、はがきに6面右上の必要事項と質問事項(あるかただけ)を書いて、〒277-0004柏下65-1 柏市保健所保健予防課へ郵送(必着)・☎7167-1732・✉info-hkyb@city.kashiwa.lg.jpするか直接※申込書は市のホームページからダウンロード可。応募者多数の場合は抽選。抽選から漏れたかただけ連絡します

かしわウイスキーフォーラム2015

商工振興課 ☎7167-1141

今年で5回目の「かしわウイスキーフォーラム2015」が開催！世界的に高い評価を受けているニッカウイスキーの繊細な味わいに、酔いしれてみませんか。

時 11月15日(日)午後0時30分～5時

所 ハート柏迎賓館(柏)

定 先着600人

内 ▶ウイスキー試飲(竹鶴17年、余市、宮城峡、ザ・ニッカ12年ほか) ▶カクテルコンペティション(プロ部門・一般部門) ▶ウイスキーセミナー(初級・中級編※いずれも無料) ▶テイastingセミナー(有料)

費 4,500円※有料セミナーは別途チケット購入(1,080円)が必要

申 9月15日(火)から、かしわインフォメーションセンター(柏駅南口ファミリかしわ3階)かNBA千葉県本部東葛地区加盟店舗へ直接※有料セミナーはかしわインフォメーションセンターだけ

他 ▶参加者全員に限定オリジナルグラスをプレゼント ▶未成年者は入場できません

◎詳しくは、ウイスキーフォーラムのホームページをご覧ください



▲珠玉の一杯

カクテルレシピを公募

今年は初の試みとして、カクテルレシピを市民の皆さんから公募し、優秀作品は当日に試飲会を実施します。



対 次の要件を全て満たすかた ▶20歳以上 ▶飲食店等に勤務していない

内 ウイスキー(ブラックニッカ)を使用した自作のカクテルレシピ※1人1点まで

申 9月30日(休)までに、はがきか封書に6面右上の必要事項とレシピを書いて、〒277-0852旭町1丁目4-11 Cozy Bar Trias(鈴木)へ郵送(必着)するか直接持参を

子どもと未来の柏のために

放射線対策 NEWS NO.056

「放射線対策ニュース」は毎月1日号に掲載します

市立保育園・小中学校・高等学校の測定結果(5・6月測定分) 放射線対策室 ☎7168-1036

市立保育園や小・中学校等は平成24年度末までに除染を実施し、その後も定期的な測定を継続してきました。今回、5・6月に測定した結果がまとまりましたので、お知らせします。

なお、今回の測定で除染目標(保育園・小学校は地上5センチメートル、中学校・高等学校は地上50センチメートルで毎時0.23マイクロシーベルト未満)を超える箇所はありませんでした。

◎測定結果の詳細とその他施設の測定結果は、市のホームページをご覧ください

単位: $\mu\text{Sv/h}$ (数値は敷地内の測定箇所全ての平均値)
測定器: クリアパルス株式会社 Mr.Gamma A2700
測定期間: 平成27年5月7日～6月9日

小学校	100cm	50cm	5cm
柏第一	0.056	0.064	0.070
柏第二	0.046	0.056	0.055
柏第三	0.061	0.064	0.053
柏第四	0.049	0.049	0.053
柏第五	0.050	0.059	0.048
柏第六	0.066	0.072	0.071
光ヶ丘	0.055	0.066	0.062
土	0.066	0.084	0.091
富勢	0.066	0.040	0.052
田中	0.062	0.057	0.059
田中北	0.056	0.049	0.061
土南部	0.049	0.051	0.043
柏第七	0.061	0.053	0.058
柏第八	0.048	0.047	0.056
酒井根	0.051	0.054	0.053
西原	0.046	0.041	0.040
旭	0.048	0.053	0.059
藤心	0.036	0.048	0.048
中原	0.055	0.064	0.051
酒井根西	0.060	0.063	0.063
高田	0.049	0.054	0.055
名戸ヶ谷	0.049	0.050	0.051
増尾西	0.078	0.083	0.071
逆井	0.061	0.058	0.049
富勢東	0.075	0.061	0.073
豊	0.067	0.075	0.069
酒井根東	0.057	0.062	0.061
旭東	0.059	0.065	0.069
松葉第一	0.046	0.053	0.046
花野井	0.063	0.065	0.058
松葉第二	0.055	0.059	0.058
富勢西	0.076	0.093	0.099
十余二	0.071	0.068	0.077
風早南部	0.063	0.060	0.049
風早北部	0.051	0.065	0.060
手賀西	0.049	0.059	0.058
手賀東	0.048	0.059	0.062
高柳	0.075	0.086	0.076
大津ヶ丘第一	0.060	0.067	0.053
大津ヶ丘第二	0.062	0.069	0.056
高柳西	0.052	0.059	0.050
柏の葉	0.045	0.057	0.053

中学校	100cm	50cm	5cm
柏	0.060	0.071	0.072
柏第二	0.074	0.085	0.090
土	0.079	0.090	0.080
富勢	0.067	0.079	0.079
田中	0.070	0.074	0.082
光ヶ丘	0.079	0.082	0.083
柏第三	0.094	0.102	0.098
柏第四	0.083	0.082	0.076
南部	0.076	0.078	0.069
柏第五	0.085	0.096	0.082
酒井根	0.066	0.075	0.072
西原	0.086	0.079	0.085
逆井	0.084	0.088	0.074
松葉	0.085	0.098	0.086
中原	0.081	0.088	0.076
豊四季	0.067	0.079	0.081
風早	0.070	0.084	0.094
手賀	0.060	0.076	0.070
大津ヶ丘	0.079	0.089	0.071
高柳	0.062	0.071	0.055

高等学校	100cm	50cm	5cm
市立柏	0.092	0.091	0.104

保育園	100cm	50cm	5cm
桜台	0.062	0.069	0.077
若葉	0.060	0.062	0.059
あけぼの	0.055	0.058	0.057
富勢	0.054	0.052	0.057
東中新宿	0.063	0.063	0.067
豊四季	0.061	0.065	0.071
増尾	0.053	0.062	0.059
豊住	0.060	0.069	0.062
土南部	0.060	0.063	0.065
豊四季乳児	0.070	0.072	0.078
西原	0.066	0.061	0.072
豊町	0.072	0.071	0.073
富士見	0.072	0.076	0.079
酒井根	0.071	0.072	0.072
名戸ヶ谷	0.074	0.076	0.073
田中	0.060	0.067	0.061
旭町	0.059	0.057	0.058
東町	0.062	0.062	0.063
高野台	0.064	0.071	0.075
しこだ	0.059	0.060	0.060
松葉	0.071	0.070	0.075
高柳	0.064	0.060	0.063
高柳西	0.052	0.050	0.052

放射性物質の検査結果 7月17日～8月16日検査分

■市内の農産物 ☎ 農政課 ☎7167-1143

[中央]ナス	検出下限値未満
[北部]アオウリ、ゴーヤ、ナス、ネギ、ジャガイモ、キュウリ	
[手賀沼周辺]モロヘイヤ、クウシンサイ	

■小・中学校(提供した給食1週間分) ☎ 各学校保健課 ☎7191-7376

給食センター	検出下限値未満
--------	---------

■保育園(提供した給食1週間分) ☎ 保育園運営課 ☎7167-1137

公立・私立合計27園	検出下限値未満
------------	---------

■表記の説明
☒=NaI(Tl)シンチレーションスペクトロメータ
☒=ゲルマニウム半導体検出器
検出下限値=使用する検査機器で検出できる最小値のこと

品目・学校名・検査方法などの詳しい内容は、市のホームページに掲載されています。私立幼稚園の検査結果も見ることができます

読めば読むほどやればやるほど健康が止まらない!!

かしわ健康大辞典

第5章

食べよう! 野菜。

1日
350g

園保健所地域健康づくり課 ☎7167-1256

「350グラム」——これは、1人が1日に必要な野菜の摂取量です。ビタミンやミネラル、食物繊維など体に必要な栄養素を取ることができる野菜ですが、特に20・30歳代の野菜離れが深刻です。「そんなにたくさんはムリ」「調理が面倒」、そんなかたにオススメしたい簡単野菜料理を、ちょっぴり料理は苦手という若手職員に今回作ってもらいました。



350グラムの野菜でLet's cook!

かんたん
レシピ

豚肉と秋野菜で夏バテ解消、 元気いっぱいHappyに! Happy あんかけ

材料(2人分)

- | | |
|-------------------------|------------------|
| 豚小間肉 …………… 200g | 酒 …………… 小さじ2 |
| ニンジン …………… 100g (中1/2本) | A |
| ゴボウ …………… 100g (中1/2本) | |
| ナス …………… 300g (中4個) | |
| チンゲン菜 …………… 200g (2株) | |
| | |
| | 水 …… 1カップ(200ml) |
| | 砂糖 …………… 大さじ2 |
| | 酢 …………… 大さじ4 |
| | 塩 …………… 小さじ2/3 |
| | しょうゆ …… 小さじ4 |
| | 片栗粉 …………… 大さじ1 |
| | 水 …………… 大さじ2 |

豆知識 ちなみに…国内でのチンゲン菜の栽培は、ここ柏が始まりなんですよ!

作り方 (調理時間20分)

乱切りって
こんな感じ
だよな

少し
大きかった
かなあ

こぼさない
ように慎重に!

- 野菜は全て乱切りにする
- ニンジン・ゴボウは5分ほど下ゆでし、ナスは3分ほど水に浸しあくを抜く
- 豚小間肉に酒をふる
- Aを混ぜ合わせて中火にかける煮立ちしたら、豚小間肉を加える。肉の色が変わったら、野菜を加えて5分ほど煮る
- 水で溶いた片栗粉を回し入れ、とろみが出たら完成!

教えて
栄養士さあ〜ん

地域健康づくり課
管理栄養士
が伝授

このあんかけを使って…

1 day アレンジ!!

朝 水と鶏がらスープの素を加えてスープに!



昼

ごはんや麺の上にたっぷりかけて主食に!



夜

からあげや豆腐のちよい足しの具に!



今回作ったあんかけなら、3食に分けていろいろアレンジできて、前日の夜に作っておくこともできるので、忙しい日にはオススメです

普段料理をしない私でも簡単に作れました。生野菜の状態では多いなと感じましたが、加熱することでかさが減り、350グラムってそんなに多い量ではないんだなと思いました

野菜を上手に取るコツ

たくさん取るコツ

- 温野菜でかさを減らす
- ハンバーグやカレー、お好み焼きなどに野菜をみじん切りにして入れる
- 朝・昼・夕の3食に分けて食べる
- 仕出し弁当や外食では、野菜が多く入ったメニューを選ぶ
- コンビニやスーパーのおかずを活用する

例えば、あるコンビニのおかずだと…

この5品で野菜350グラムを達成!

栄養素を逃さないコツ

- 水に溶けやすく、熱に弱いビタミンCなどを含む野菜(キャベツやパプリカ等)は生で食べるか、加熱は短時間で
- 色の濃い野菜(緑黄色野菜)はカロテンが多く含まれ、油で炒めると体への吸収がよい
- 栄養素を逃がしにくい調理法は「蒸す>揚げる>炒める>煮る」。煮る場合は、スープなどにして煮汁ごと食べる
- 野菜を繊維に沿って切る(写真はチンゲン菜の断面)
- 栄養素は皮の付近に多いので、皮をむく時はピーラーなどを使って薄くむく

市のホームページでは、40以上の簡単野菜レシピを紹介!



●申し込み・問い合わせなどは、各施設の開館時間をお願いします

来て！見て！体験！～あなたが主役～ 中央公民館フェスティバル

サークル体験教室 の参加者を募集

※当日は参加証(はがき)の持参を

番号・教室名	時間	対象・人数	体験内容	費用など
9月26日(土)				
①パソコン体験教室	正午～午後1時45分	初心者、20人 ※親子の参加歓迎	パソコンで車・ケーキを描きます	無料
②着付け教室	午後1時30分～3時	20歳以上の女性、10人	らくらく手結び着付け(肌じゅばんからお太鼓結びまで)	無料。着物(普段着一式・名古屋帯)の持参を
9月27日(日)				
③スポーツ吹矢教室	①午前10時～11時45分②午後0時15分～1時15分③午後1時15分～3時	①=大人、10人②=小学3年生以上の子どもと保護者、6組③=大人、20人	スポーツ吹矢で楽しく、腹式呼吸をマスターします	1人100円
④カラオケ教室	午前10時～11時	大人、15人	カラオケ体験	500円。曲目によりテープの持参を
⑤気功教室	午前10時30分～11時20分	30人	やさしい気功で体を整えます	無料。動きやすい服装で
⑥尺八を作ろう	午後1時～3時	20人	尺八を作って音を出します	300円

市内在住・在勤・在学のかた 9月15日(火)までに、往復はがきに6面右上の必要事項と性別、希望する教室の番号・教室名、希望時間(③だけ)、曲・歌手名(④だけ)を書いて、〒277-0005柏5丁目8-12 柏市中央公民館へ郵送で(必着)※応募は教室ごとに1人1通。応募者多数の場合は抽選

中央公民館 ☎7164-1811

さわやかサービス協力会員を募集

日常生活にお困りのかたなどに、家事やちょっとした介護の支援をするかたを募集します。地域の支え合い活動に興味があるかたは、研修を受けてみませんか。
活動時間/月～土曜日午前7時～午後7時の範囲内※日曜日、祝日、年末年始を除く

- おむね70歳までのかた
- 年会費1,200円
- 活動費が支払われます
- 登録時研修
- 9月16日(水)・11月17日(火)午後1時30分～4時※いずれかに参加を
- いきいきプラザ
- 参加希望日の前日までに、柏市社会福祉協議会さわやかサービスへ電話で
- 同サービス ☎7162-2557

講座・講演

創業塾

10月4日・18日、11月1日・8日・29日の各日曜日午前10時～午後5時(計5回)
柏商工会議所(東上町)
創業を検討しているか創業間もないかた、先着24人
ビジネスプラン作成のポイントや経営・財務・販路開拓などについて学びます
3,000円
9月2日(水)午前9時から、申込書に必要事項を書いて柏商工会議所へ ☎7162-3323するか電話で※申込書は柏商工会議所のホームページからダウンロード可
柏商工会議所 ☎7162-3305・商工振興課 ☎7167-1141

あけぼの山農業公園
*フリーマーケット
*青空市 10/3(土)・4(日)
午前9時30分～午後3時30分
●出店方法など、詳しくは問い合わせを
園 園 あけぼの山農業公園 ☎7133-8877

市民活動講座「チラシ作成・デザインカパワーアップ講座」

9月14日(月)・17日(木)午後2時～4時
アミュゼ柏
市民活動をしているかたや市民活動に興味があるかた、各日先着60人
目をひくチラシの作り方(14日=キャッチコピー、17日=デザイン)を学びます
さいたま市市民活動サポートセンター・大工原潤センター長
9月2日(水)午前9時から、代表者氏名と団体名(あるかただけ)、参加人数・希望日(両日参加可)を書いて、協働推進課(市役所本庁舎3階)へ ☎7167-6644・
info-kyds@city.kashiwa.lg.jp・電話するか、近隣センター等で配布するチラシに必要事項を書いて直接持参を
協働推進課 ☎7167-0941

かしわ市民大学公開講座

9月26日(土)午後1時30分～4時30分
アミュゼ柏
市内在住・在勤・在学のかた、先着30人
多様な主体の協働によるまちづくりについて講義を聞き、市民大学生と共に人と人をつなぐまちづくりを考えます
国土交通省・武林雅衛さん、ウォーク・ドント・ラン代表取締役・千葉葉子さん
9月2日(水)午前9時から、代表者氏名と参加人数を書いて、協働推進課へ ☎info-kyds@city.kashiwa.lg.jpするか電話で
協働推進課 ☎7167-0941

かしわ元気塾

毎月1回市民の皆さんを元気にする講座を開催します。

- 食べることは良く生きること
～柏市から生み出された新知見～
10月24日(土)午後2時～4時
柏地域医療連携センター
定200人
- 食べることの大切さと栄養素の基礎知識についての講演など
- 9月25日(金)までに、はがきに6面右上の必要事項(参加者全員分)を書いて、〒277-0845豊四季台1丁目1-118 柏市役所地域医療推進室へ郵送(必着)・☎7197-1511・
info-chkry@city.kashiwa.lg.jpするか直接※応募者多数の場合は抽選
園地域医療推進室 ☎7197-1510

成年後見制度を学ぶ

- 寸劇でわかる！はじめての成年後見制度
9月30日(水)午後2時～4時
いきいきプラザ
市内在住のかた、先着50人
9月2日(水)午前9時から、柏市社会福祉協議会かしわ福祉権利擁護センターへ電話で
同権利擁護センター ☎7163-7676
- 成年後見制度研修会
10月4日(日)午後1時～4時20分
千葉商工会議所(千葉市)
先着250人
費500円
9月2日(水)午前9時から、柏市社会福祉協議会などで配布する申込書に必要事項を書いて、千葉県後見支援センターへ ☎043-204-6013するか
smile@chibakenshakyo.comで※申込書は千葉県社会福祉協議会のホームページからダウンロード可
同支援センター ☎043-204-6012

かわら版は次の面に続きます

市民の相談室

●相談日・予約受付日が祝・休日、年末年始に当たる場合は休みます。また、都合により休む場合がありますので、詳細は事前にご確認ください

予約が必要な相談	
法律相談	①(月)・(水)・(木)午前9時30分～午後3時30分=市役所相談室。ただし②第1(水)午前9時30分～午後3時30分=沼南庁舎相談室③(夜間)第2(水)午後6時15分～8時40分=アミュゼ柏 ※9月17日(木)・21日(月)・23日(水)はお休み 予約/翌週分を(木)午前9時から。裁判中のものは遠慮を 秘書広報課 ☎7167-1119
税理士による税務相談	第2(金)午後1時～5時=市役所相談室 予約/当月分を9月2日(水)午前9時から 秘書広報課 ☎7167-1119
司法書士による相談(相続登記・会社登記、成年後見、多重債務等)	第2(水)午後1時～3時=市役所相談室 予約/当月分を9月2日(水)から 千葉司法書士会柏支部 ☎7166-2015※受付時間は(月)～(金)午後1時～4時
社会保険労務士による相談(年金・労働問題、労働・社会保険等)	第4(金)午後1時～5時=市役所相談室 予約/当月分を9月2日(水)から 千葉県社会保険労務士会東葛支部 ☎047-345-9992※受付時間は(月)～(金)午前9時～午後3時
老いじたくあんしん相談(高齢者のライフプラン・遺言・相続等)	第2・4(金)午前9時～正午=市役所相談室 予約/当月分を9月2日(水)午前9時から 老いじたくあんしんねっと ☎7169-4165(ヨイロウゴ)
行政書士の暮らしの手続き相談(成年後見・相続・遺言等)	※9月の相談はお休み
女性のこころと生き方相談	毎週(木)と第1・3(水)、第2・4(月)午前10時～午後4時 男女共同参画室 ☎7167-1127
障害者就労相談(電話・面接)	(月)～(金)午前10時～午後4時 障害福祉就労支援センター ☎7163-9353
リハビリ相談(電話・面接)	(月)～(金)午前10時～午後4時 障害福祉就労支援センター ☎7163-9353
弁護士による多重債務・消費者問題無料相談	9月16日(水)午後1時～4時=消費生活センター 予約/当月分を9月2日(水)から 消費生活センター ☎7163-5853
若者の就労相談	(火)～(土)午前10時～午後5時30分=勤労会館 かしわ地域若者サポートステーション ☎7100-1940
不登校・学校教育・幼児教育相談(電話・面接)	(月)～(金)午前9時～午後4時 教育支援室 ☎7131-6615(電話相談) ☎7131-6671(予約)
就学相談	(月)～(金)午前9時～午後4時=ウェルネス柏 教育研究所 ☎7128-2227
予約が不要な相談	
行政相談(国などへの意見・要望)	第1・2(水)午前10時～正午=市役所相談室 秘書広報課 ☎7167-1119
不動産相談(売買・賃貸借契約時のトラブル)	第1(金)午前10時～午後3時=市役所相談室 秘書広報課 ☎7167-1119
登記相談	第2(水)午前10時～正午=市役所相談室 秘書広報課 ☎7167-1119
消費生活相談	①(月)～(金)午前9時～午後4時30分 ②第3(土)午前9時～午後4時30分(電話相談) 消費生活センター ☎7164-4100
ボランティア相談	(月)～(土)午前9時～午後5時 ボランティアセンター ☎7165-0880
人権身の上相談	第1・3(水)午前10時～午後3時=市役所相談室 秘書広報課 ☎7167-1119
セカンドライフ相談	(月)～(金)午前10時～午後4時=市役所本庁舎1階ロビー 福祉政策課 ☎7167-1171
母子・父子自立支援相談	(月)～(金)午前9時～午後4時 こども福祉課母子・父子自立支援員 ☎7167-1455
ひきこもり相談	(月)～(金)午前9時～午後5時 障害者相談支援室 ☎7167-1243・保健所保健予防課 ☎7167-1254・福祉活動推進課 ☎7167-2318
こども「やまびこでんわ柏」	(月)～(金)午後1時～7時 少年補導センター ☎7166-8181
家庭児童相談	(月)～(金)午前9時～午後4時 家庭児童相談担当(市役所こども福祉課内) ☎7167-1458
少年相談	(月)～(金)午前9時～午後5時 少年補導センター ☎7164-7571
にこにこダイヤルかしわ(育児相談)	(月)～(金)午前9時～正午・午後1時～5時 保健所地域健康づくり課 ☎7162-2525
心配ごと相談	①(水)午前10時～午後3時=教育福祉会館 ☎7163-2734 ②(木)午前10時～午後3時=沼南社会福祉センター ☎7193-2942 柏市社会福祉協議会 ☎7163-1234
障害者差別に関する相談	毎週(水)午前9時～午後5時=教育福祉会館相談室 千葉県東葛飾障害者相談センター ☎7179-1088
外国人のための相談	英語=(木)、中国語=(水)・(金)、スペイン語=(水)、韓国語=第2・4(金)。いずれも午後1時～5時 協働推進課 ☎7167-0941

講座・講演(続き)

介護教室

時 9月19日(土)・10月17日(土)午前10時～正午(計2回)
 所 市内在住のかた、先着20人
 内 おいしい介護食の作り方(講義と実技)
 用 9月2日(水)午前9時から、介護老人保健施設はみんぐへ電話で
 問 問はみんぐ ☎7134-0660

父親学級 in 柏 夫婦で考える育児

時 9月27日(日)午前10時～正午
 所 アミュゼ柏
 内 市内在住・在勤の産前・産後の夫婦など、15組(30人)※1人での参加も可
 用 9月15日(火)までに、男女共同参画室へ電話するか参画eyeのホームページで※応募者多数の場合は抽選
 備 保育あり。1歳以上の未就学児、12人。講座と併せて申し込みを
 問 男女共同参画室 ☎7167-1127

文化講演会「シルクロードに悠久の夢とロマンを馳(は)せて」

時 9月30日(水)午後2時～4時
 所 アミュゼ柏
 内 市内在住・在勤のかた、50人
 内 シルクロードの歴史と各地域の文化
 講 大阪教育大学・山田勝久名誉教授
 用 9月20日(日)までに、往復はがきに6面右上の必要事項を書いて、〒277-0005 柏1丁目5-18 柏市民活動センター内メールボックスNo.45 柏市文化連盟へ郵送で※応募者多数の場合は抽選
 問 柏市文化連盟(平田) ☎7146-0687・文化課 ☎7191-7403

ボランティアセンターの講座

▶地域活動応援まなび倶楽部「お手玉で楽しもう！」
 時 10月5日(月)・11月9日(月)午後1時30分～3時30分(計2回)
 所 いきいきプラザ
 内 「お手玉」を地域活動に生かしたいか

た、30人
 内 お手玉でのさまざまな遊び方を学びます
 ▶知って安心・つくって楽しい! DIY(日曜大工)のコツ
 時 10月5日(月)・8日(木)・19日(月)午後3時30分～5時15分(計3回)
 所 教育福祉会館
 定 15人
 内 工具の使い方や、網戸・家具等の修理方法を学び、作品も作ります
 《共通》
 用 9月24日(木)までに、はがきに6面右上の必要事項を書いて、〒277-0005 柏5丁目8-12 柏市社会福祉協議会ボランティアセンターへ郵送(必着)・FAX 7165-1355するか電話で※応募者多数の場合は抽選
 問 ボランティアセンター ☎7165-0880

外国語講座

講座	とき
①韓国語中級(レベル3)	10月8日～来年3月17日の毎週木曜日午後3時～4時30分(計20回)
②スペイン語中級(レベル3)	10月9日～来年3月18日の毎週金曜日午前11時～午後0時30分(計22回)

※いずれも年間継続講座の中途募集。12月24日(木)～来年1月7日(木)、祝日は休講
 内 市内か近郊に在住・在勤のかた、各講座若干名
 費 ①=17,000円②=18,500円
 用 9月7日(月)までに、はがきに6面右上の必要事項を書いて、〒277-0852 旭町1丁目4-18 後藤ビルⅢ3階 柏市国際交流協会へ郵送(必着)・✉gaikokugo@kira-kira.jpするか直接※応募者多数の場合は抽選
 問 同協会 ☎7144-1300(日曜日、祝日は休み)・協働推進課 ☎7167-0941

催し

TEGAスタンプラリー2015

手賀沼・手賀川周辺を巡るスタンプラリーを今年も開催! スタンプを集めると、柏・我孫子・印西の各市にちなんだ景品に応募できます。
 用 12月1日(火)まで
 内 手賀沼・手賀川周辺の観光施設16カ所
 景品応募期限/12月8日(火)※応募は1人1通。応募者多数の場合は抽選
 ◎スタンプの設置場所や応募方法など、詳しくは市のホームページで確認を
 問 商工振興課 ☎7167-1141

自衛消防隊競技会

16事業所18チームが出場し、事業所での火災を想定して、自動火災報知機の発報から放水による消火までの時間と動作を競います。
 時 9月8日(火)午前9時～11時30分
 所 大堀川防災レクリエーション公園
 問 消防局火災予防課 ☎7133-8792

落花生の収穫体験

時 10月3日(土)・4日(日)午前10時～午後2時※天候による日程変更の場合は事前に連絡あり
 所 湯浅農園(手賀地先)
 定 先着180組
 費 1組1,000円(10株)
 備 汚れてもよい服装、長靴、手袋
 用 9月2日(火)午前10時から、6面右上の必要事項と参加人数・参加希望日を書いて、農菜土へファクス・電話するかホームページで
 問 農菜土 ☎・FAX 7137-7318、農政課 ☎7167-1143

中央公民館のパソコン講座

※会場は中央公民館。費用は各講座100円。OSはWindows7で、Office2013・インターネットエクスプローラ11を使用。講師はパソコンボランティア

講座名	とき	対象	内容
①パソコン初心者講座	9月18日(金)・19日(土)・25日(金)午前9時30分～午後0時30分(計3回)	市内在住・在勤でパソコンに触ったことがなく、ローマ字を理解しているかた、20人	パソコンの基本操作を学び、文字入力やキーボードの操作方法を体験します
②ワード基礎講座	9月30日(水)午前9時30分～午後0時30分	市内在住・在勤で基礎的操作・文字入力ができるかた、20人	案内状や名刺を作りながら、ワードの機能を学びます

申し込み ①=9月10日(木)②=9月14日(月)までに、講座ごとに往復はがきに6面右上の必要事項を書いて、〒277-0005 柏5丁目8-12 柏市中央公民館へ郵送で(必着)※応募は1講座につき1人1通。応募者多数の場合は抽選。今年度、各講座に初めて応募したかたを優先。手話通訳や要約筆記が必要なかたは申込時に記入を

問 中央公民館 ☎7164-1811

柏の自然と生きものフェスタ2015

問 環境政策課 ☎7167-1695

かしわ環境ステーションの催し 9~11月 <http://www.kankyostation.org/>

写真展 「柏の生きもの、こんなにいろいろ」

市内で調査・保全活動を行っている市民が撮影した、選りすぐりの動植物の写真を展示します。

とき	ところ
9月14日(月)～20日(日)	中央公民館
9月21日(月)～10月4日(日)	県立柏の葉公園公園センター
10月6日(火)～12日(月)	沼南公民館
10月13日(火)～18日(日)	かしわ環境ステーション

とき	ところ
10月20日(火)～11月1日(日)	そごう柏店(5階)
11月2日(月)～6日(金)	市役所本庁舎1階ロビー
11月9日(月)～20日(金)	沼南庁舎1階ロビー

イベント ●=集合 ●=解散

催し	とき	ところ	対象・人数	費用	申し込み	問い合わせ
①柏の生きもの多様性プラン・ホットポイントめぐりバスツアー(利根運河・手賀の丘公園など)	9月24日(木)午前9時～午後4時	●・● 柏駅西口リそな銀行前か柏市役所前	先着50人	無料	9月2日(火)午後1時から、6面右上の必要事項を書いて、かしわ環境ステーションへ FAX 7172-2100・✉info@kankyostation.orgするか電話で	かしわ環境ステーション ☎7170-7090(午後1時～5時。土・日曜日、祝日は休館)
②緑がつくるさまざまな景観をめぐる・フットパス(岩井～鷲野谷方面、約11キロメートル)	11月11日(水)午前10時～午後3時	●・● 道の駅しようなん	先着25人			
③カフェ茶論「生き物語り」(1日1テーマ。16日(金)は「アロマで虫除け」の実習★あり)	10月13日(火)～18日(日)午後1時～3時	かしわ環境ステーション	入退室自由 ※★=先着20人。見学可	各日200円 ※★=別途800円	当日、会場へ直接	
④我孫子市鳥の博物館長による講演「手賀沼の鳥たち」	10月23日(金)午後1時30分～3時	中央公民館	先着100人			
⑤科学ジャーナリスト・柴田佳秀さんの里山講座「フクロウを守る」	10月11日(日)午前10時～正午	酒井根下田の森(酒井根6丁目)	先着10人	無料	9月2日(火)午前9時から、下田の杜里山協議会へ電話で	下田の杜里山協議会(廣澤) ☎090-5322-4062
⑥秋の生きもの観察会	10月17日(土)午前9時～11時※雨天翌日	名戸ヶ谷ビオトープ(名戸ヶ谷)	小学生以下		当日、会場へ直接※長袖・長ズボンの着用を	名戸ヶ谷ビオトープを育てる会(藤平) ☎7144-9855
⑦大津川清掃	10月18日(日)午前9時30分～11時30分	●・● 権現橋(増尾)				大津川をきれいにする会(興石) ☎090-4731-7699
⑧「のこしたいね、この林。」トランプペット&サクソフォンデュコンサート	10月24日(土)午後1時30分～3時30分	中原ふれあい防災公園隣接林	どなたでも	1,200円※中学生500円。小学生以下無料	当日、会場へ直接	牧場跡地の緑と環境を考える会(永田) ☎090-8725-2997
⑨秋のこんぶくろ池祭り(観察会・工作教室など)	10月25日(日)午前10時～午後3時	こんぶくろ池公園	先着150人	300円	9月2日(火)午前9時から、こんぶくろ池自然の森へファクスするか ✉info@konbukuroike.comで	こんぶくろ池自然の森 ☎・FAX 7132-8800
⑩手賀沼親子自然観察会～用水路で魚とり!	11月7日(土)午前10時～正午	●・● ヒドリ橋(戸張新田)	先着50人※小学生以下は保護者同伴	無料	9月30日(水)午前9時から、手賀沼水生生物研究会(森)へ FAX 7139-3216するか電話で	手賀沼水生生物研究会(半沢) ☎090-7243-6720

●申し込み・問い合わせなどは、各施設の開館時間をお願いします

柏の葉シリーズ プロ野球イースタン・リーグ公式戦

時 9月19日(土)午後1時～4時※荒天中止
所 県立柏の葉公園野球場
対 千葉ロッテマリーンズ 対 読売ジャイアンツ
費 ▶内野=大人(高校生以上)1,800円、小人(4歳～中学生)1,300円▶外野=大人800円、小人100円※いずれも前売り。チケットの購入はイープラス(ファミリーマート・セブンイレブン)などで
他 マリーンズ選手サイン会やキャラクターショーなどのイベントあり
◎詳しくは、千葉ロッテマリーンズ柏後援会のホームページで確認を
問 柏の葉シリーズ実行委員会 ☎0120-507-267(土・日曜日、祝日を除く)・協働推進課 ☎7167-1133

健康

沼南体育館の教室

教室	とき(各計8回)	内容
①ナイトピラティス	10月1日～11月19日の毎週木曜日午後7時15分～8時15分	体幹部を強化し姿勢を整えます
②ヨーガ	10月2日～11月20日の毎週金曜日午前9時30分～10時45分	呼吸の改善や心と体のバランスを整えます
③シェイプアップエアロ	10月7日～11月25日の毎週水曜日午前9時30分～10時30分	リズムに合わせて筋肉を刺激します

問 18歳以上のかた、①=先着40人②=45人③=40人
費 ①・③=各5,250円②=6,300円
持 運動ができる服装・靴(室内用)、タ

オル、飲み物
問 ①=9月2日(水)午前10時から、沼南体育館へ電話で②・③=9月18日(金)までに、沼南体育館で配布する申込書に必要事項を書いて、沼南体育館へ直接持参を※応募者多数の場合は抽選
問 ①=子ども同伴不可②・③=保育あり(1人1回300円。要予約※10人以上の場合は抽選)
問 沼南体育館 ☎7193-1111

シニア

介護予防のための「スマイル講座」

問 9月9日(水)午後1時～2時30分
問 市内在住で60歳以上のかた、先着50人
問 ヨガ、ストレッチ、脳トレ、口腔(こうくう)体操、発声練習など
持 運動ができる服装、タオル、飲み物
申 当日、会場へ直接
問 柏寿荘 ☎7131-9511

介護予防講座「七宝焼教室」

問 9月25日(金)午後1時～3時30分
問 市内在住で60歳以上のかた、15人
問 型枠に釉薬(ゆうやく)を盛って炉で焼き、ペンダントやキーホルダーを作ります
費 1,200円
持 エプロン
問 9月10日(水)までの午前10時～午後4時に、沼南老人福祉センター「いこい荘」へ電話か直接※応募者多数の場合は抽選
問 いこい荘 ☎7192-1401

詩吟講習会～大きな声で健康増進

全く経験がない人も一緒に漢詩を吟じ、詩吟に親しんでみませんか。

手賀沼流域フォーラム 柏地域イベント

問 ①・③=各先着20人②・④=各先着30人※いずれも小学生以下は保護者同伴 問 ②=弁当・飲み物
問 9月2日(水)午前9時から、6面右上の必要事項を書いて、各申し込み先へファクスで※②・③は電話も可
問 環境政策課 ☎7167-1695 集=集合 解=解散

催し	とき	内容	問い合わせ・申し込み先
①こんぶくろ池・秋の自然観察会	9月27日(日)午前10時～正午※雨天中止	こんぶくろ池の自然を観察します 集・解 こんぶくろ池公園管理棟前	こんぶくろ池自然の森 ☎・FAX 7132-8800
②大津川上流域の自然と歴史を歩く	10月3日(土)午前9時～午後2時※雨天中止	谷津・里山・里川の自然に触れ、史跡を訪ねます 集 高柳駅 解 東武新鎌ヶ谷駅	梅田 ☎・FAX 7191-1857
③手賀沼周辺の史跡巡りと船上よりの景観を楽しむ	10月4日(日)午前9時～正午※雨天中止	手賀沼の歴史と現状を、陸上・水上から見て学びます 集 我孫子駅南口 解 手賀沼公園	中野 ☎090-1208-8680・FAX 7147-8680
④手賀沼船上見学と我孫子の史跡ウォーキング	10月18日(日)午前9時～正午※雨天中止	手賀沼船上見学と史跡散策をします 集 ボートセンター小池(我孫子市) 解 志賀直哉邸跡	山木 ☎・FAX 7191-7568

秋の手賀の丘 釜のめしキャンプ

障害のある子どもない子ども一緒に遊ぼう

障害のある子どもない子どもと一緒に泊まって、「同じ釜のめしを食う」ことを目的に、料理や野外レクリエーションをします。

問 障害のある小学3年生～中学生、先着10人(必要に応じて、保護者や介助者と一緒に参加を)・障害のない小学3年生～中学生、先着25人
費 2,500円(保護者・介助者は食費など実費)

催し・日程	時間		ところ	内容
	参加者	ボランティア		
事前交流会※保護者同伴 10月4日(日)	午前10時～正午	午前9時～午後2時	中央公民館	参加者交流会・保護者向け説明会
キャンプ当日(1泊2日) 10月17日(土)・18日(日)	午後2時～翌日午後2時	正午～翌日午後3時	県立手賀の丘少年自然の家(現地集合・解散)	レクリエーション活動・野外炊飯など

釜のめしボランティア募集

交流会で一緒に遊んだり、宿泊で共に生活したりしながら、子どもたちの活動をサポートします。

種別	対象	費用
ボランティア体験	中学生～18歳、先着5人	2,500円
ボランティアスタッフ	18歳以上(高校生を除く)、先着5人	無料

問 9月4日(金)▶参加者=午前10時▶ボランティア=午前11時から、しこだ児童センターへ電話で 問 しこだ児童センター ☎7145-2522

問 9月30日、10月7日・21日、11月4日・18日、12月2日・16日の各水曜日午後1時30分～3時30分(計7回)
問 市内在住で60歳以上のかた、24人
費 100円
問 9月10日(水)までに、往復はがきに6面右上の必要事項と応募動機を書いて、〒277-0051加賀3丁目16-8 ほのぼのプラザまでお郵送で(必着)※応募は1人1通。応募者多数の場合は抽選
問 ほのぼのプラザまで ☎7170-5570

介護予防講座「自彊(じきょう)術」

問 10月8日～29日の毎週木曜日午前10時～正午(計4回)
問 市内在住で60歳以上のかた、25人
問 心身の健康効果が期待される「自彊術」を体験します
持 運動ができる服装、飲み物、バスタオル、汗拭きタオル
問 9月10日(水)までの午前9時30分～午後4時に、南部老人福祉センター「かたくりの里」へ電話か直接※応募者多数の場合は抽選
問 かたくりの里 ☎7176-6151

知って安心セミナー 「地域包括支援センターを知る!!」

問 10月9日(金)午後1時30分～3時30分
問 いきいきプラザ
問 市内在住で60歳以上のかた、50人
問 同センターが行う支援内容を知り、最大限に利用できるようにします
問 9月29日(火)までに、はがきに6面右上の必要事項を書いて、〒277-0005柏5丁目8-12 柏市社会福祉協議会ボランティアセンターへ郵送(必着)するか FAX 7165-1355で※応募者多数の場合

は抽選
問 ボランティアセンター ☎7165-0880

キッズ

風船バレー交流体験会

風船を使い、全員にパスを回したあとに相手コートに返すニュースポーツ「風船バレー」を楽しみます。
問 9月20日(日)午前9時30分～午後0時30分
問 県立柏の葉公園コミュニティ体育館
問 運動が苦手な4歳～高校生と保護者、先着40人※本人だけの参加や発達障害のあるお子さんの参加も可
費 1人500円
持 運動ができる服装・靴(室内用)、タオル、飲み物
問 9月4日(金)午前9時から、6面右上の必要事項と学年(参加者全員分)を書いて、スマイルクラブへ FAX 7169-3303・E smile-c@jcom.home.ne.jpするか電話で
問 スマイルクラブ(山田) ☎7169-4183・スポーツ課 ☎7191-7399

子育て支援講座 「親子で絵本を楽しもう」

問 9月25日(金)午前10時～正午
問 幼児・小学生の母親、先着30人※子ども同伴可
問 絵本の読み聞かせの方法や楽しみ方などを学びます
問 9月2日(水)午前9時から、沼南公民館へ電話か直接
問 保育あり(要予約)
問 沼南公民館 ☎7192-1111

かわら版は次の面に続きます

楽しく子育て ルンルンクラブ 0歳児コース

子育ての情報交換をしたり、自分たちで遊びを考えたりして、親子で楽しみながら仲間づくりをしませんか。

対象 平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの第1子と保護者、各センター先着20組
申し込み 申し込み開始日から、各申し込み先へ電話で※平成27年度前期の参加者は応募不可。応募状況により開催しない場合あり

ところ・申し込み先	日程(各計6回) ※時間は午前10時～11時15分	申し込み開始
しこだ児童センター ☎7145-2522	10月1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)・31日(土)、11月5日(木)	9月3日(木)午前10時
豊四季台児童センター ☎7144-5363	10月2日(金)・9日(金)・30日(金)、11月6日(金)・15日(日)・20日(金)	
高柳児童センター ☎7190-1348	10月7日(水)・14日(水)・21日(水)、11月1日(日)・11日(水)・18日(水)	9月3日(木)午前11時
柏一小子どもルーム ☎	申し込みはしこだ児童センターへ	
松葉二小子どもルーム ☎	10月1日～11月5日の毎週木曜日	9月3日(木)午後2時

0歳児ルンルンクラブ だっこボランティア 募集

同事業に参加している子どもの見守り支援をしませんか。
問 別表参照
問 子育て支援ボランティアに関心があるかた
問 9月3日(木)午後3時から、希望する会場の申し込み先へ電話で

児童センターへ行こう!

※特に記載がないものは会場・申し込み・問い合わせともに各施設へ 保護者=主に保護者対象

県立手賀の丘少年自然の家 園しこだ児童センター☎7145-2522

●じどセン参上!~うんどう会ごっこ in 手賀の丘 運動遊び・ミニ工作・手遊び・お話などで交流します 園9月15日(火)午前10時30分~11時30分 対象 幼児と保護者、先着30組 申込 当日時間内に、会場へ直接

豊四季台児童センター☎7144-5363

●募集 とよしきもりもりハロウィーン実行委員 ハロウィーンイベントの準備をして、当日のスタッフになります 時▶準備=9月27日、10月4日・18日の各日曜日午後2時~4時▶当日=10月24日(土)午前9時30分~午後2時30分(計4回) 対象 小学生以上、先着20人 申込 9月2日(水)午後2時~☎で

しこだ児童センター☎7145-2522

●ファミリーday「プラレールであそぼう!」 プラレールで交流しながら楽しく遊びます 園9月19日(土)午前10時~11時30分 対象 どなたでも、先着15人 申込 当日時間内に、会場へ直接

●救急救命士による乳幼児の救命講習~AEDを体験しよう 保護者 救急救命士に心肺蘇生法やAEDの使い方方を教わります 園9月24日(木)午前10時~正午 対象 乳幼児の保護者、先着20人(子ども同伴可) 申込 9月2日(水)午前10時~☎で

●釜のめし・おもちゃ図書館 障害のある子もない子も手作りおもちゃと一緒に遊びます 園9月27日(日)午前10時~正午・午後1時~3時 対象 どなたでも(未就学児は保護者同伴) 申込 当日時間内に、会場へ直接

●子育てミニ講座「発達障害ってなに?」 保護者

言語聴覚士の高畑和子さんから、子どもの発達や心配事などについての話を聞きます。質問や個別相談もできます 園9月27日(日)午前10時~11時(個別相談は午前11時~正午) 対象 どなたでも、先着10人(子ども同伴可。個別相談は先着5人) 申込 9月2日(水)午後2時~☎で

永楽台児童センター(永楽台近隣センター内) ☎7163-4050

●ベビーマッサージ 免疫力を高め、親子の絆も深めます 園9月16日(水)午前10時~11時 対象 11カ月までの乳児と保護者、先着15組 申込 9月2日(水)午前10時~☎で

高柳児童センター☎7190-1348

●森のコンサート 「ママさんプラス・森の音楽隊」によるアンサンブルを楽しみます 園9月24日(木)午前11時~11時50分 対象 どなたでも(未就学児は保護者同伴)、先着80人 申込 当日、会場へ直接

こども図書館 9月前半の催し

Table with 2 columns: とき (Time) and 催し (Event). Includes events like 'ぼっかばかひろばミニ読み聞かせ' and 'ちょっと大きい子のためのおはなし会'.



①ブロッコリーの植え付け・ジャガイモの手入れ ②サトイモ・ニンジン収穫(10月中旬) ③ジャガイモ・ブロッコリーの収穫(11月中旬) ※時期と作物は予定。収穫の後には取れたてを味わいます

園 ①=9月19日(土)午前9時30分~正午 ②=10月中旬 ③=11月中旬(計3回) ※②・③は農作物の生長をみて日程を調整 対象 小学生以下の子どもと保護者、先着10組 園 1組2,000円 汚れてもよい服装・靴・手袋・帽子 申込 9月2日(水)午前9時から、あけぼの山農業公園へ電話か直接※初めて応募したかたを優先 園 あけぼの山農業公園☎7133-8877

ふれあい親子広場 わいわい

対象は1歳6カ月~3歳児と保護者。みんなで「わいわい」楽しもう! *ふれあい親子広場 市内の公園等で、保育士と一緒に手遊びやゲーム・エプロンシアターなどを楽しみます。 園 別表参照 申込 当日、会場へ直接 *子育てサークルへの遊びの支援 定期的に活動している子育てサークルへ保育士が出向き、遊びやおもちゃ作りのノウハウを伝授します。 園 しこだ児童センター☎7145-2522

Table with 2 columns: とき (Time) and ところ (Location). Lists dates and locations for the 'わいわい' event.

こども健康ガイド 9月

夜間・休日に急病になったら ▶夜間...内科・小児科☎7163-0119※音声案内 ▶日曜日・祝日...歯科☎7164-8114(午前9時45分~正午) 歯科以外☎7163-0119※音声案内

保健所地域健康づくり課☎7167-1256・1257

- ママパパ学級 園 育メン編=5日(土)午前9時30分~11時30分・午後1時30分~3時30分、ウ柏。初めての出産を迎える夫婦、各27組
ママパパクッキング 園 17日(木)午前10時~午後1時、アミュゼ柏。妊婦のかた(家族も可)・妊娠を予定しているかた、20人。
離乳食教室 園 28日(月)午前10時30分~11時30分、中央保セ。
発達支援相談 園 ※9月の相談はお休み

団体・サークルの催し

- ヨガ&Eキッズ体験会 園 9/2・9・16の16時30分~17時20分 所 アミュゼ柏
●明日香写真友会写真展「それぞれの写真」 園 9/7~13の9時~17時(7日は12時から、13日は15時まで)
●フリーダンス体験会 園 9/15の11時~12時30分 所 中公
●ヨガ&Eキッズ体験会 園 9/2・9・16の16時30分~17時20分 所 アミュゼ柏
●明日香写真友会写真展「それぞれの写真」 園 9/7~13の9時~17時(7日は12時から、13日は15時まで) 所 中公
●フリーダンス体験会 園 9/15の11時~12時30分 所 中公
●ミニコンサート「秋風とともにフランス音楽はいかが?」 園 9/19の14時~15時30分 所 アミュゼ柏
●新柏女声合唱団コンサート 園 9/19の14時~16時 所 アミュゼ柏
●柏チェンバーミュージッククラブ「室内楽コンサート2015」 園 9/21の14時~16時 所 アミュゼ柏
●私立高校説明会 園 9/26の10時~16時15分 所 柏の葉カンファレンスセンター

- 柏ギターサークル演奏会 園 9/26の14時~16時30分 所 アミュゼ柏
●障害年金個別相談会 園 9/10・10/8・11/12の13時30分~16時30分 所 池松ビル
●リウマチ医療講演会 園 9/12の13時~15時 所 千葉県福祉ふれあいプラザ
●ハワイアンカーニバル 園 9/20の13時~16時20分 所 森のホール21
●年金・労働相談 園 9~11月の毎日10時~15時 所 千葉県社会保険労務士会東葛支部

時=とき 所=場所 対象=対象 定=定員 内=内容 講=講師 費=費用 持=持ち物 申=申込 交=交通 他=その他 問=問い合わせ

「サークル会員募集」コーナーは毎月15日号に掲載します

●当日参加できるイベント等を掲載しています。天候により中止となる場合あり。情報は8月24日現在 ●…有料、近セ…近隣センター、県プラ…さわやかちば県民プラザ

かしわイベントカレンダー

2015
SEPTEMBER 9

日	月	火	水	木	金	土
●企画展「芹沢銈介×棟方志功」 (9/6まで。郷土資料展示室) ●ちばのお宝再発見(9:00～。9/6まで。県プラ)		1 ●TEGAスタンプラリー(P8参照)	2 ●柏レイソルホームゲーム	3 📖	4	5 ●ふるさと田中みこし祭り(10:30～。柏の葉キャンパス駅西口広場・駅前通り)
6 ●救急ふれあいフェスタ(11:00～。モラージュ柏) ●ちば県民カレッジ「歌声と健康」(14:00～。県プラ)	7	8 ●自衛消防隊競技会(P8参照)	9	10 📖	11	12 ●柏市場市民感謝デー(8:00～。公設総合地方卸売市場) ☆
13 ●ユルベルトKASHIWAX(14:00～。9/14まで) ☆	14	15 🌸	16	17 📖	18	19 ●交通安全運動出動式(11:00～。イオンモール柏) ●プロ野球イースタン・リーグ公式戦(P9参照) ●世界アルツハイマーデー啓発イベント(P3参照) 📖
20 ●SFS合奏団日独交流オープニングコンサート(14:00～。県プラ) ●柏レイソルホームゲーム	21	22 ●お茶会(10:00～。9/23まで。あけぼの山公園内柏泉亭) ☆ Pick Up で詳しく!	23 ●かしわスポーツフェスティバル(P12参照)	24 📖	25	26 ●下総航空基地開設記念行事(9:00～。海上自衛隊下総航空基地) ●中央公民館フェスティバル(9:30～。9/27まで。中央公民館) ●図書館まつり(10:00～。図書館本館) ●なかよし動物フェスティバルinかしわ(13:00～。ららぽーと柏の葉) ☆
27 ●沼南まつり(P3参照) ●かしわde国際交流フェスタ(11:30～。柏駅前通り商店街) ☆	28	29 ●健康ヨガ教室	30	🌸		

図書館本館の催し

図書館本館 ☎7164-5346
(月曜休館※祝日は除く)

プラネタリウム

テーマ/南半球への旅 物語/マウイのつりばり
🕒12日(土)①午後1時30分②午後3時30分
13日(日)・26日(土)・27日(日)①午前11時②午後1時30分③午後3時30分

おはなし会

🕒毎週木曜日午後4時～4時30分
19日(土)午後2時30分～3時(毎月第3土曜日)

Pick Up

健康ヨガ教室

この教室では、ヨガのやさしいポーズや呼吸を通して、運動不足やストレスを解消し、心身ともにリフレッシュを促します。夏の暑さで疲れた体を、ヨガで整えてみませんか。

◎9面では沼南体育館の教室も掲載



男性の参加者も▶

夏バテした体を整えよう



1時間では短いと思いましたが、充実した内容で十分な時間でした。体が柔らかくなってきた気がするので、自宅でも続けたいです



先生が参加者の年齢や体調に合わせて指導してくださり、無理なくできます

◀先生の声に合わせてゆったりとポーズ

黄金色に輝く稲穂を刈り取ろう



毎日の食卓に欠かせないお米。市内でも、利根川沿いの遊水地や手賀沼周辺地域を中心に、なんと東京ドーム約219個分もの広大な水田で、たくさんのお米が作られています。皆さんも、柏の新米を食べてみませんか。

農政課 ☎7167-1143

お米が育つまで ※一般的な品種の場合

4月	苗づくり	種籾(たねもみ)を水に浸して発芽しやすい状態にします。上から薄く土をかぶせ、ビニールハウスの中で日に当てて温め、発芽を待ちます
	田起こし・代(しろ)かき	田んぼを耕す作業。土を掘り起こして肥料をまきます。その後、田んぼに水を張って土をかき混ぜ、平らにします
5月	田植え	水を張った田んぼに苗を植えていきます。田植えの時期が農家にとって最も忙しい時期です
7・8月	草取りなど	夏の間に稲はすくすく育っていきます。肥料の追加や除草、水の管理をしながら、大事に育てます。この時期の天候や気温に、お米の出来は大きく左右されます
9月	稲刈り	秋になって田んぼが一面黄色く色づくとき、いよいよ収穫!

稲刈りってどんな作業?

稲を刈り取って収穫する作業のこと。機械がなかった時代は、稲束を手でつかんで、鎌で稲を刈り取っていました。収穫してから米にするまでの期間が長く、刈った稲を乾燥させ、籾を落とし、籾殻を取り除き、白米にするまでの作業に数カ月もかかりました。現代ではコンバインの導入により機械化され、稲刈りから脱穀までの作業を一度にできるようになりました。

稲刈り体験の参加者を募集

稲刈り体験を通じて、収穫の喜びや、食べ物を育てる大変さ・大切さを感じましょう。

🕒9月26日(土)午前10時～正午※荒天中止

📍山崎農園手賀沼地湖畔(布瀬地先)

👤先着10組

💰1組3,500円(精米5キログラム付き)

👟長靴・手袋・汚れてもよい服装

🕒9月2日(水)午前10時から、6面右上の必要事項・参加人数を書いて、農菜士へファクス・電話するかホームページで

📞農菜士 ☎・FAX 7137-7318

▲鎌で稲を刈ります



このコーナーでは、柏の自然を感じられる場所、季節の農産物など「旬を感じる」情報をお届けします。

今月のテーマ
柏の新米



Home 通信 town

柏市は地元スポーツチームを応援します

このコーナーは、柏市に本拠地や練習拠点などがあるプロスポーツチームや実業団の活躍・地域活動などを取材、紹介します。

日立サンロッカーズ JX-ENEOSサンフローズ リオへ日本代表がラストスパート

リオデジャネイロオリンピック出場に向け、8月13日～16日、千葉ポートアリーナ(千葉市)と代々木第二体育館で、バスケットボール日本代表の国際強化試合が行われました。日立サンロッカーズ、JX-ENEOSサンフローズからは、それぞれ3選手が出場。男子は2勝1敗、女子は3戦全勝を収め、優勝すればオリンピック出場が決まるFIBA ASIA選手権へ向け弾みをつけました。同選手権は、女子が8月29日～9月5日(土)に、男子が9月23日(水)～10月3日(土)に中国で開催。日本代表、そして柏の選手たちの戦いに注目です!



勝利に貢献した日立サンロッカーズ・竹内謙次選手(上写真右)とJX-ENEOSサンフローズ・吉田亜沙美選手

かしわの輪

このコーナーでは市民の皆さんの活躍や季節の話題、笑顔が輝く市内の出来事などを取材、紹介しています



元気なおやじたちが柏を熱くした おやじの夏祭り



▲みんなで一緒にランニングマン



▲暑さが原因?!



◀子どもたちもワークショップを楽しみました

猛暑日となった8月2日、柏駅東口ファミリー広場で「おやじの夏祭り」が初開催されました。柏の熱いおやじたちが、勝手ながら8月2日をおやじの日(082=おやじ)と設定し、柏をもっと元気な街にしようと歌やダンス、大道芸などの熱いパフォーマンスを繰り広げました。この日の柏はおやじたちの汗でさらに暑く感じ、スペシャルゲストのゴジラも暑さに耐えられず台車に乗って登場!会場に笑いがこぼれていました。訪れた女性は「おやじの皆さんの熱いパフォーマンスに元気をもらいました」と話してくれました。

かしわスポフェス 柏のホームタウンチームが勢ぞろい

柏のホームタウンチームが一堂に会し盛り上げるスポーツイベントが、今年も開催されます。選手が直接教えてくれたり、一緒に遊んだり、1日でさまざまなスポーツに触れることができます。また、音楽ステージを見たり、屋台でおなかを満たしたりと、子どもから大人までたっぷり楽しめます。ぜひ、会場へお越しください!

開 9月23日(水)午前10時～午後4時※雨天中止
参加チーム/ YBC柏(野球)、柏エンゼルクロス(バレーボール)、柏TOR'82(フットサル)、柏ゴールデンホークス(チアダンス)、日立サンロッカーズ(バスケットボール)、TTC(テニス)など

費無料 申当日、会場へ直接
他 柏日体高等学校相撲部と子どもたちによる綱引きも実施。参加券は当日午前10時から、小学生先着50人に配布
所 圃 吉田記念テニス研修センター(花野井) ☎7134-3030



▲バレーボール体験



▲ティーボール体験



心臓の音、聴こえるかな? 獣医師職業体験教室

夏休みが始まり暑さもピークを迎えた8月4日、動物愛護ふれあいセンターで獣医師の職業体験教室が行われました。参加者は、同センターの概要や狂犬病などについての講義を受けた後、施設の中を見学。治療処置室では、子どもたちが白衣と本物の聴診器を身に付け、犬の心音を聴いたり、カルテに様子を記入したりして、獣医師になりきって仕事を体験しました。子どもたちは「獣医師さんの仕事をいろいろ体験できて楽しかった」と、目を輝かせていました。



▲職員の説明に真剣に聴き入ります



▲よく耳を澄ませて...

有料広告

新しい高齢者マンション
SunCity

サフリティ柏
現地見学会開催

9/1(火)～9/23(水祝) 各 ①11:00～(ランチ付き)
②14:30～
※ご都合の良い日時をお選びのうえご予約ください

お元気なときから、介護が必要なときまでをサポート
要予約 食事付 柏市増尾台1-2-1

「柏市有料老人ホーム 設置運営指導指針による表示事項」●類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護) ●土地建物所有形態/事業主体非所有 ●居住の権利形態/利用権方式 ●利用料の支払方式/一時金方式 ●入居時の要件/入居時自立、原則満65歳以上の方 ●介護保険/柏市指定介護保険特定施設、柏市指定介護予防特定施設 ●居室区分/全室個室(夫婦・縁故者用二床室あり) ●介護にかかわる職員体制/1.5:1以上 ※状態により介護居室に移り住み頂く場合があります。住み替えにあたり新たな入居一時金の費用負担はなく、月額利用料は変わりません。介護居室では、一人あたりの専有面積は、当初入居した一般居室に比べて減少します。

見学会のご予約・資料ご請求は ☎0120-34-3782 サフリティ柏 検索

千葉県指定 放課後等デイサービス
発達改善スクール
楽しく学ぶコミュニケーション療育!

HAPPY TERRACE
ハッピーテラス柏 検索

無料体験実施中

トレーニング時間 90分/日
利用料金 900円程度/日(受給者証利用で1割負担)
開所時間 平日:16～19時(土・日)13～17時
☎0120-115-423 (担当:北原)
(教室一覧) 柏、中野、国立、国分寺、横浜南、町田駅前、八王子みなみ野、西葛西、新川崎、鶴ヶ島、東府中、葛飾高砂、堀之内

千葉県柏市中央町 6-19 コープビル柏 5F

税理士による
無料税務相談

開催日/ 毎月第1・第3 水曜日

申込み/ 千葉県税理士会柏支部事務局
(柏市柏2-6-7 佐山ビル2階)

内容/ 相続・贈与の税金、
個人・法人の税金など税務全般

時間/ 10時～15時(12時～13時を除く)
一人あたり相談時間30分

対象者
柏市・我孫子市
野田市在住の方

要予約

☎04-7164-1719