

## 魅力をお届けします!

# 柏の秋まつり

### 特集

10月8日(土)  
あけぼの山農業公園  
まつり

約100万本のコスモスは必見

芸術の秋、食欲の秋、スポーツの秋…10月は秋真っ盛り。市内には、秋を満喫できるイベントが盛りだくさんです。今号では、広報担当が思わずシャッターを切った写真などを紹介しながら、それぞれのイベントの魅力をお届けします。



10月16日(日)

かしわ市場まつり

今年も見せます、恒例のマグロ解体ショー

10月9日(日)

沼南まつり

今年の舞台は、セブンパークアリオ柏

内容など、詳しくは2・3面をご覧ください。  
ほかにも、さまざまなイベントを紹介しています!

「柏の秋まつり特集」の続きは2・3面へ ▶▶▶

1面からの続き「柏の秋まつり特集」▶▶▶

◎天候により内容の変更や中止となる場合あり

**10/8土**  
午前9時30分～  
午後3時

FOODは国土・地産地消  
**あけぼの山  
農業公園まつり**

☑地産の農産物・名産品等の販売、農業・商業団体による模擬店、ふるさと交流都市による特産品の販売、スタンプラリー、お茶会など

☒▶柏駅西口から、三井団地行きバスで「土谷津入口」下車、徒歩10分▶我孫子駅北口から、あけぼの山公園行きバスで終点下車、徒歩7分

☎問あけぼの山農業公園☎7133-8877



ここがオススメ

10月23日(日)までコスモスウィークを開催。赤・白・ピンクのコスモスが一面に広がる風車前の花畑は絶景です※開花情報など、詳しくは同公園のホームページでご確認ください



📷 地産だから新鮮

地元産の新鮮な農産物の販売や、模擬店などおいしい企画が盛りだくさん。柏市が日本一の生産量を誇るカブを使用した、農業公園オリジナルの新作スイーツ(左写真)にも注目です!

見る 食べる 体感する

# 柏の秋の三大まつり

まだまだあります!

**10/2日**  
午前9時30分～午後3時

**道の駅しょうなん収穫祭**

☑豚汁などの無料配布、模擬店、音楽イベント、ジャンボかぼちゃコンテストなど

☎問道の駅しょうなん☎7190-1131

📷 新鮮な食材の宝庫

新米や採れたて野菜など、おいしい食材の宝庫。この大きなカボチャが気になりましたが、食用ではなく大きさを競うコンテストでした



**10/8土**  
午前10時～午後3時

**2016消防フェスタ**

雨天中止

☒モラージュ柏隔地駐車場(大山台)  
☑消防車両の展示、起震車・はしご車体験、放水体験、ロープ渡り、救急講習「AEDの使用法」など。ご当地キャラクターのカシワニ、レイくん、さかサイ君も登場します

☎問西部消防署☎7133-8794

📷 オレンジ好きはチャンスです

憧れのオレンジ色の活動服を着用できる体験に、子どもたちは目を輝かせていましたが、このオレンジ部隊に胸をときめかせる女性も多いはず。イベントに参加して、一緒に記念撮影ができるかもしれませんよ



**10/8土**  
正午～午後5時

**音街かしわ×  
KASHIWA MUSIC SUN**

雨天中止

☒柏駅東口ダブルデッキ  
☑市内ミュージシャンによるコンテストと音楽イベント。手作り品販売と野菜市(8日)、管楽器ワークショップとコンサート(9日)  
☎問ストリート・ブレイカーズ☎080-7020-7120・中心市街地整備課☎7167-2354

📷 あのミュージシャンが登場

昨年ステージに立っていたのは、あの手賀沼ジュンさんです。サンパラザ中野くんやパッパラー河合さんにも負けない存在感。今年はどんなアーティストが出演するのか?ぜひ、柏駅東口にお出掛けください



**11/13日**  
午前8時30分～午後4時

**KASHIWAマラソン2016**

体感する

☒県立柏の葉公園総合競技場と園内特設周回路  
☑各種マラソンのほか、特設ステージでの音楽イベント、模擬店など  
☒種目①リレーマラソン(6時間耐久、3時間耐久)※1チーム10人まで②ソロマラソン(42.195キロメートル、ハーフ、10キロメートル)③親子マラソン④ちびっ子ラン

☒対①・②=中学生以上の健康なかた③=小学生と保護者④未就学児

☒費①=1人3,500円②=4,500円③=1組3,500円④=無料

☒申10月20日(木)までに、KASHIWAマラソン2016のホームページで

☒問KASHIWAマラソン実行委員会☎070-1301-4362・協働推進課☎7167-1133



📷 秋こそスポーツ!

親子マラソンや、仲間や家族と一緒に走る新しいスタイルのリレーマラソンなど楽しみ方はさまざま。昨年は、仮装をして走る姿も見られ、会場を盛り上げていました

## ひろげようふれあいの輪

**10/9日**  
午前10時～  
午後5時

### 沼南まつり

～こどもに優しい～

雨天中止



所 セブンパークアリオ柏(大島田)  
因 商工業製品の展示・即売、文化団体やアートアンブレラの展示・体験コーナー、テガレンジャーショー、よさこい踊り、模擬店、フワフワ遊具、バンジートランポリンなど



交 柏駅東口から沼南車庫行きバスで「セブンパークアリオ柏前」下車、徒歩3分  
因 沼南まつり実行委員会(柏市沼南商工会内) ☎7191-2803・沼南支所総務課 ☎7191-7314

#### ここがオススメ

今年の沼南まつりは、セブンパークアリオ柏での開催です。宮城県気仙沼市の物産販売やバンジートランポリンなどが初お目見えします

#### 家族でワクワク

ヒーローショーは世代を問わずワクワクするものではないでしょうか?取材を忘れて見入ってしまいました。ステージならではの臨場感をお楽しみください



## 楽しさいっぱい、新鮮天国

**10/16日**  
午前8時～  
午後1時

### かしわ市場まつり 2016



所 公設総合地方卸売市場

因 まぐろの解体ショーと即売、模擬せり、地元新鮮野菜・水産物と花の販売、縁日広場で市場の食事、おさかなシャトル水族館、氷のすべり台・氷の彫刻祭典、ステージイベント(BELL'Z、沼南戦隊☆テガレンジャー)など



交 柏駅西口から無料シャトルバスを運行(午前7時30分～午後1時10分)

因 かしわ市場まつり実行委員会 ☎7131-2620

#### 食欲の秋を満喫

新鮮な食材を使ったグルメに心奪われますが、残念ながら取材中。皆さんは、食べ逃がしのないように楽しんでください

#### ここがオススメ

氷の彫刻・すべり台は氷を多く扱う市場ならではの、模擬せりも市場でなくては体験できませんよ。グルメだけではなく、ここでしかできない体験をお楽しみください



# イベント盛りだくさん //

## 11/3木まで アートラインかしわ2016

今年のテーマは「かわり映える～ Thank past, Think next ～」。作品展示・パフォーマンスなど、約1カ月間、柏の街が芸術に染まります。

所 柏駅周辺  
因 JOBANアートラインかしわ実行委員会 ☎7167-4455・企画調整課 ☎7167-1117

#### 1枚絵アートスタンプラリー

～柏駅周辺のアートスポット等にスタンプ設置～

2014年のラッピングエレベーターを担当した東京芸術大学卒のアーティスト・傍嶋賢がスタンプをデザイン。全部集めると台紙の絵が完成します。

因 10月4日(火)～31日(月)  
台紙配布場所 / 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)

#### In the tension ～その緊張の中で～

中島崇の大型インスタレーションを吹き抜けにつり下げます。空間と作品の持つ緊張感に身を委ねてください。

因 10月28日(金)までの午前10時～午後10時  
所 柏高島屋ステーションモールS館

#### 柏ピンクプロジェクト・そごう柏店のピンクの窓

～柏の「記憶」を駅前に飾る～

原高史のプロジェクト。地域のかたがたの思い出を、華やかなピンクのシートに絵や言葉で表現し、柏駅東口駅前を飾ります。

因 10月3日(月)～11月3日(木)  
所 柏駅東口ダブルデッキ



作品イメージ▶

#### 共晶点 ～柏にゆかりの新進作家16人の作品を一挙公開～

日本画、油画、漆芸、彫刻など、手法は違っても作家たちのエネルギーが化学反応を起こし、まばゆい結晶が生まれます。

因 10月7日(金)～10日(月)午前10時～午後7時※初日は午後1時から、最終日は午後6時まで

所 市民ギャラリー (パレット柏)



▲彫刻や絵画などが展示される共晶点

#### Houxo Que ～ライブペイント同作品展示&ラッピングエレベーター～

蛍光塗料を使ったスピード感のあるアートワークが注目の、新進気鋭のアーティスト Houxo Que (ホウコオキウ)が柏をジャック。

因 ①ライブペイント=10月1日午後5時～7時  
②ライブペイント作品展示=10月2日(日)～17日(月)午前10時～午後8時  
③ラッピングエレベーター=10月28日(金)までの午前10時～午後10時  
所 ①・②=柏高島屋③=柏高島屋ステーションモールS館



#### 街中に溶け込むアート

ラッピングエレベーターは、異次元の世界にいざなわれるような不思議な空間。柏駅周辺のさまざまなアートを見つけるのも楽しみ方のひとつです

▶ 昨年のラッピングエレベーター▶

## 10月はピンクリボン月間です

固保健所成人健診課 ☎7168-3715

ピンクリボンとは、乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を推進することを目的とする活動のシンボルマークです。

「がんなんて、私はまだ大丈夫」そう思っていないませんか？現在、乳がんは女性の12人に1人がかかる病気であり、女性が患うがんの中で一番多くなっています。しかし、乳がんは、早期に発見できれば、完治の可能性も高くなります。早期発見のために、乳がん検診を受けてみませんか？



Kashiwani©KIC2009  
ピンクリボン×カシワニ

### まずは登録！

市のがん検診を受けるには、各種がん検診ごとに登録が必要です。次のいずれかの方法で登録してください。

- ▶市のホームページ
- ▶登録はがき

**設置場所**／市役所本庁舎1階ロビー、母子保健コーナー(市役所別館3階)、沼南庁舎1階健康相談コーナー、保健所成人健診課(ウェルネス柏3階)、各近隣センター・出張所

**他**すでに登録し、毎回受診しているがん検診は再登録不要



▲がん検診登録フォーム

## 10月10日(月)～16日(日)は 精神保健福祉普及運動期間です

固保健所保健予防課 ☎7167-1254

この運動は、精神障害者の福祉の増進や国民の精神保健の向上を図ることを目的に実施されています。今年は「誰にでもできることがある社会の実現に向けて」をテーマに、精神保健福祉に関する知識の普及や理解の促進を図るため、講演会を行います。

時 11月12日(土)午後1時30分～4時

所 ウェルネス柏

定 100人

内 基調講演「アルコール健康障害の理解～お酒の飲みすぎで起こる健康被害～」、パネルディスカッションなど

申 11月4日(金)までに、はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を書いて、〒277-0004柏下65-1 柏市保健所保健予防課へ郵送(必着)するか ☐info-hkyb@city.kashiwa.lg.jpで※応募者多数の場合は抽選

## 認定こども園・私立幼稚園の園児を募集

固 柏市私立幼稚園協会 ☎7166-7719・保育運営課 ☎7167-1137

願書配布は10月15日(土)から、願書の受け付けは11月1日(火)から、市内の各認定こども園(1号認定こども)・私立幼稚園で行います。

◎申し込み方法や制度についてなど、詳しくは入園を希望する園へ問い合わせを



## 東葛飾地方中学校駅伝競走大会に伴う交通規制

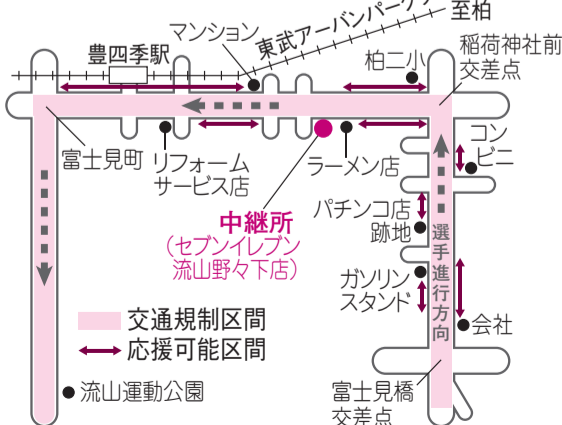
固 指導課 ☎7191-7369

東葛飾地方中学校駅伝競走大会の開催に伴い、以下のとおり交通が規制されます。ご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

時 10月15日(土)午前10時～正午※荒天時は10月16日(日)に順延

コース 松戸市民劇場～野田市総合公園陸上競技場(31.9キロメートル)

交通規制 午前10時30分～11時は、市内通過区間で別図のとおり規制があります※中継所の周辺200メートル以内と歩道のない場所は応援禁止



## 介護の仕事の魅力発見！柏市介護のしごと相談会

固 高齢者支援課 ☎7168-1996

市では、市内の介護サービス事業所・法人の合同就職相談会を開催します。介護の仕事はさまざまな職種や働き方があり、誰もが力になれます。就職活動中の学生のかた、子育てが一段落し力を生かしたいかた、新たな仕事に挑戦したいかたなど、介護の仕事の魅力を見つけにお越しください。

時 10月29日(土)午後1時～4時

所 柏商工会議所(東上町)

内 市内29の介護サービス事業所・法人がブースを設け、仕事内容や働き方などを個別で説明します※入退場自由

費 無料

申 当日、会場へ直接

◎参加する事業所・法人など、詳しくは市のホームページをご覧ください

## 里山ボランティア講座2016

固 公園緑政課 ☎7167-1148

時 11月1日(火)=柏市の緑、森を知ろう 11月8日(火)=活動場所の見学 11月15日(火)=刈り払い機・チェーンソー実習 11月22日(火)=竹林の整備方法など※いずれも午前9時20分～午後4時(計4回)。内容は変更の場合あり

所 あげぼの山農業公園

内 市内在住・在勤で18歳以上のかた、20人

費 1,500円

申 10月17日(月)までに、往復はがきに7面右上の必要事項と生年月日・性別・メールアドレス・応募動機を書いて、〒277-8505 柏市役所公園緑政課へ郵送(当日消印有効)するか ☐info-knry@city.kashiwa.lg.jpで※応募者多数の場合は抽選



▲講座受講後は、里山でさまざまな活動ができます



▲実習の成果を發揮

## 手賀沼ふれあいウォーク2016を開催

固 保健所地域健康づくり課 ☎7167-1256

秋の手賀沼を歩きながら、ウォーキングの楽しさ・気持ちよさや、健康を実感できるウォーキングイベントです。手賀沼一周コースや半周コース、ファミリー向けの探偵ウォークコースなど、年齢・体力に合った楽しみ方ができます。ぜひご参加ください。

固 11月19日(土)※荒天中止

受付時間 手賀沼一周(20キロメートル)・半周(10キロメートル)=午前8時30分～9時30分 探偵ウォーク(4キロメートル)=午前10時～10時30分

スタート・ゴール 柏会場=柏ふるさと公園 我孫子会場=手賀沼公園

費 事前申し込み=300円(振込手数料は別途)、当日=500円※17歳以下は無料

持 水筒、弁当、雨具、健康保険証の写し、振り込み受領証(事前申し込みをしたかた)

申 11月4日(金)までに、郵便局で振込取扱票に必要事項を書いて費用を支払うか、当日会場へ直接

◎詳しくは、市のホームページをご覧ください



▲青空のもと、みんなでスタート！

## 柏市都市景観賞～あたらしい柏～に投票しませんか

固 都市計画課 ☎7167-1144

同賞の表彰者は、市民投票と有識者等による審査で決定します。作品は市のホームページや各投票場所で見ることができます。あなたも市民審査員として、一票を投じてみませんか。

投票期限 10月26日(火)※中央公民館は10月20日(木)

投票方法 市のホームページから 市の施設で直接=沼南庁舎1階ロビー、図書館本館、中央公民館、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)、ららぽーと柏の葉(若柴)、セブンパークアリオ柏(大島田)、道の駅しょうなん、アミュゼ柏



▲あなたの投票で受賞作品が決まる！

# 市政情報

## 柏市文化祭

柏市文化祭は、市内各施設を会場に開催する芸術文化の総合祭典です。さまざまな芸術文化に触れてみませんか。  
 園文化課 ☎7191-7403

### ●文化祭

ジャンル	イベント	とき	ところ
オープニング セレモニー	舞台芸術	10月8日(土)午後2時～4時	アミュゼ柏
	展示芸術	10月8日(土)～10日(月)午前10時～午後6時	
総合展覧会	絵画展	10月11日(火)～14日(金)午前10時～午後6時	市民 ギャラリー (パレット柏)
	陶芸展	10月15日(土)～18日(火)午前10時～午後6時	
	華道展	10月19日(水)～22日(土)午前10時～午後6時	
	写真・手工芸展	10月12日(水)～15日(土)午前10時～午後6時	
	書道展	10月20日(木)～23日(日)午前10時～午後9時	
芸能祭	邦楽(詩吟・三曲)	10月9日(日)午後0時30分～4時10分	アミュゼ柏
	邦楽(能楽・日舞・和の集い)	10月10日(月)午後0時30分～4時	
	洋舞	10月15日(土)午後3時30分～5時45分	市民文化会館 大ホール
	民謡・民舞	10月16日(日)午前10時30分～午後5時	
	洋楽(声楽・器楽)	10月22日(土)午後1時30分～4時10分	アミュゼ柏
	マジック	11月13日(日)午後1時～3時	
各種 文化行事	話し方教室	10月15日(土)午前11時～午後4時30分	中央公民館
	川柳大会 (要参加費)	10月29日(土)正午～午後4時30分	
	短歌大会	10月30日(日)正午～午後4時30分	
	茶道(要参加費)	11月3日(木)午前10時～午後3時	
	香道(要参加費)	11月3日(木) 午前10時・午前11時30分・午後1時	
	将棋大会 (要参加費)	11月12日(土)午前9時30分～午後4時30分	
俳句大会 (要参加費)	11月12日(土)午前11時～午後5時		

※オープニングセレモニーの展示は、最終日は午後4時まで。総合展覧会は、初日は午後1時から、最終日は午後4時まで

### ●ひまわりプラザ(旧沼南公民館)の催し

ジャンル	イベント	とき
総合展覧会	手工芸・書道・墨絵・俳句・ペン習字・絵画・写真・短歌・花展	10月30日(日)～11月6日(日) 午前9時～午後5時
	盆栽・野草	11月5日(土)・6日(日) 午前9時～午後5時
芸能祭	音楽	10月30日(日) 午後0時30分～4時
	民謡・舞踊	11月6日(日) 午前10時～午後4時
各種 文化行事	お茶会(要参加費)	10月30日(日) 午前10時～午後3時
	将棋大会(要参加費)	11月13日(日) 午前9時30分～午後5時

※総合展覧会の最終日は午後4時まで

### ●一般市民参加部門の催し

イベント	とき	ところ	
市民展	手工芸	10月23日(日)～26日(水) 午前10時～午後5時	パレット柏
	絵画	10月23日(日)～26日(水) 午前10時～午後5時	
	写真	10月27日(木)～30日(日) 午前10時～午後5時	市民ギャラリー (パレット柏)
	絵画・写真・書道	10月31日(月)～11月3日(木) 午前10時～午後5時	
ユネスコ展	10月30日(日)～11月4日(金) 午前10時～午後5時	中央公民館	
ステージフェスタ (創作ダンス)	11月3日(木) 午後1時～3時15分	ひまわりプラザ (旧沼南公民館)	
俳句大会	11月13日(日) 午後1時～5時		
ステージフェスタ (民謡・邦楽・洋楽)	11月19日(土) 午後1時～5時15分	アミュゼ柏	
ステージフェスタ (ダンス)	11月20日(日) 正午～午後4時		

※市民展は、初日は午後1時から、最終日は午後4時まで。ユネスコ展の最終日は午後4時まで

### ●地区文化祭

※ふる協…ふるさと協議会

地区名	とき	ところ	問い合わせ
豊四季台	10月21日(金)～23日(日)	豊四季台近隣センター	☎7144-1000
永楽台	10月16日(日)	永楽台近隣センター・永楽台近隣公園	☎7163-1201
西原	11月3日(木)	西原近隣センター・体育館	西原地域ふる協 ☎7134-4505
富里	11月5日(土)・6日(日)	富里近隣センター	☎7173-9531
増尾	11月5日(土)・6日(日)	増尾近隣センター	☎7174-7211
酒井根	11月19日(土)・20日(日)	酒井根近隣センター	☎7175-2400
新富	11月12日(土)・13日(日)	新富近隣センター	☎7145-1945
南部	11月4日(金)	南部近隣センター	☎7173-1000
	11月5日(土)	南部近隣センター・体育館	
	11月6日(日)	南部近隣センター・南部公園広場	
富勢	10月22日(土)	富勢西小学校体育館	☎7132-3100
	10月29日(土)・30日(日)・11月6日(日)	布施近隣センター	
高田・松ヶ崎	10月29日(土)・30日(日)	高田近隣センター	☎7144-9292
逆井・藤心	10月29日(土)・30日(日)・11月5日(土)・6日(日)	藤心近隣センター	藤心地域ふる協 ☎090-5405-6611
光ヶ丘	11月19日(土)・20日(日)	光ヶ丘近隣センター	☎7175-0033
新田原	10月1日・2日(日)	新田原近隣センター	☎7167-1276
旭町	10月30日(日)～11月6日(日)	旭町近隣センター	☎7144-8900
松葉	10月30日(日)・11月4日(金)～6日(日)	松葉近隣センター	松葉町地域ふる協 ☎7133-4938
柏中央	来年2月開催予定	アミュゼ柏	☎7164-4552

子どもと  
未来の柏  
のために

## 放射線対策 NEWS NO.068

「放射線対策ニュース」は毎月1日号に掲載します

### ■旧柏地域にお住まいのかたへ 草木ごみの分別に引き続きご協力を

園廃棄物政策課 ☎7167-1140

落葉の季節、草木ごみを出す機会が増えるかたも多いのではないのでしょうか。現在も、市では草木ごみは量を調整しながら焼却しているため、引き続き草木ごみの分別にご協力をお願いします。

●草木ごみの日(月2回、ごみ出しカレンダーの青色の日)に草木専用車で収集します。他のごみと混ぜずに分けて午前8時30分までに集積所へ出してください

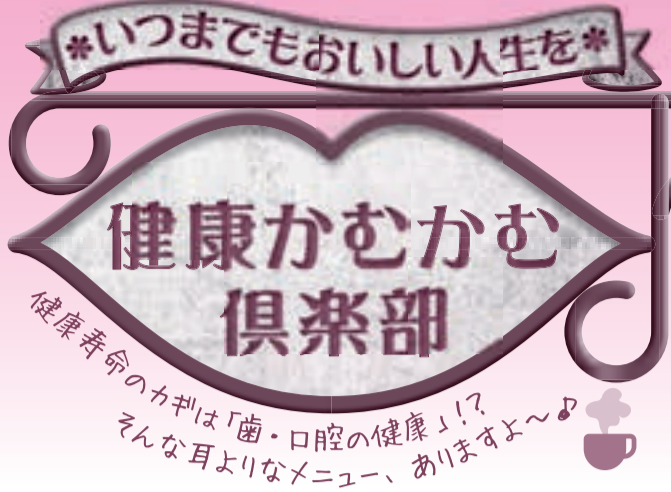
●草・葉は土をよく落とし、中身の見えるビニール袋に入れてください

●木の枝は図のとおり長さ・太さの制限を守り、ひもで束ねてください



### 放射線物質の検査結果 8月16日～9月6日検査分

■市内の農産物 園農政課 ☎7167-1143		■表記の説明 N=Nal (TI)シンチレーション ベクトロメータ G=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
N[北部]枝豆、ナス、小松菜、ホウレン草 [中央]ナス [手賀沼周辺]カブ、ナス、ブドウ	検出下限値未満	
■給食食材 園学校保健課 ☎7191-7376		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して います。私立幼稚園の 検査結果も見ることが できます
G[サツマイモ、サトイモ、キャベツ、キュウリ、ゴボウ、小松菜など17品目]	検出下限値未満	
■保育園(提供した給食1週間分) 園保育運営課 ☎7167-1137		
G[公立・私立合計35園]	検出下限値未満	



## メニュー No.7 がん治療と口腔ケア

国の最新の調査では、日本人の2人に1人は、生涯のうち1回はがんにかかるといわれており、がんは身近な病気となっています。近年ではがんにかかっても、約6割のかたは治療を受けて回復しています。今号では、がんの治療を効果的に進めるために、口腔ケアの大切さを紹介します。

このコーナーでは、歯・口腔の健康に役立つ豆知識や、市の特色ある取り組みを紹介します。  
◎柏歯科医師会の皆さんと制作し、毎月1日号で連載

柏歯科医師会 ☎7147-6500  
地域医療推進室 ☎7197-1510  
保健所地域健康づくり課 ☎7167-1256

# 1 がん治療には なぜ 口腔ケアが 重要なのか?

口腔内には多くの菌が繁殖しているため、手術の前から口の中の菌数を減らして口腔環境を整えておくことで、手術前後の感染症予防につながります。また、がんだけでなく、血液内科、消化器外科、心臓血管外科などの患者も、口腔ケアを行うことで、早期退院につながる事が明らかになっています。

いざ病気になり、入院治療を余儀なくされたときに焦らないように、日頃からかかりつけ歯科医院で歯・口腔の状態をチェックし、健康を維持しておきましょう。

### がんの手術をする前に 口腔のケアを行う意義

- 術後の肺炎リスクを下げる
- 気管チューブから歯を守る
- 術後の食事摂取の面から回復を支援
- 口や喉、食道がんの手術での術後の合併症のリスクを下げる

# 2 がん治療で起こる 口腔内トラブル

### 抗がん剤治療でのトラブル

抗がん剤治療では、特に口腔粘膜が影響を受けやすく、口内炎や味覚障害などが起きやすくなります。抗がん剤投与による免疫の抑制は、投与開始から2週間ごろに起こるといわれていて、その後少し遅れて口内炎の発症頻度が高くなります。

乾燥し、むし菌になりやすくなります。また、唾液が減少することで味覚障害・嚥下(えんげ)障害・会話障害などが起こる可能性があります。

### 放射線治療でのトラブル

放射線治療で唾液を出す細胞が障害を受けると、唾液が少なくなり口腔内が乾燥し、むし菌になりやすくなります。また、唾液が減少することで味覚障害・嚥下(えんげ)障害・会話障害などが起こる可能性があります。

**がん治療の副作用等によって起こる口腔内トラブル**

- 口内炎 ●味覚の異常 ●口腔乾燥症
- 顎骨や粘膜の壊死(えし) など

### その他

がん治療では、栄養状態や免疫機能の低下によって、喉・気管・肺の感染防御機能が損なわれます。口腔内の細菌やウイルスが肺に侵入して肺炎を起こすことで、がん治療の継続が困難になってしまふことがあります。

また治療中は、放置されたむし菌や管理されていない歯周病が悪化する恐れもあります。口腔内が不衛生だと、口内炎の症状が悪化し治療が遅れます。

# 3 がん治療が 決まったら ～治療が始まる前に～

入院日・手術日が決まったら治療による口腔内トラブルを防ぎ、がん治療の効果を高めるために、入院の2週間前をめどに、歯科医院で口腔内の健康状態を確認してもらいましょう。



### がん治療前の 口腔管理で行うこと

- 口腔全体の検査
- 歯・義歯の清掃
- 歯磨き方法の指導

※検査の結果、緊急に歯科治療が必要と診断された場合は治療を行います

がん治療の手術前の口腔管理は、保険診療で行うことができます。

柏歯科医師会では、東京慈恵会医科大学附属柏病院をはじめ、さまざまな医療機関と連携し、がん患者の手術前や入院中の口腔管理がスムーズに行えるよう、治療や口腔ケアを行っています。

## 矢島先生の ひとことアドバイス

### 口腔内にもがんが できます ～口腔がん検診を受けてみませんか～

口腔内にできるがんを「口腔がん」といいます。口腔がんの主な原因は、たばこやアルコール、刺激の強い食べ物などです。口腔内の粘膜を持続的に傷つけたことで遺伝子に変化して起こるといわれています。40歳を過ぎるころから発生しやすくなり、年齢を重ねるごとにその割合は増加します。

口腔がんは、初期には無症状なことが多く、病気が進行しないとわからないことがあるため、他のがん同様、早期発見・早期治療が重要です。

厚生労働省の発表では、口腔がんの患者は今後30年で4倍にまで増加するといわれています。柏歯科医師会では、口腔がん検診を実施し、口腔がんの早期発見、早期治療ができる体制を整えています。この機会に検診を受けてみてはいかがでしょうか。

柏歯科医師会 矢島哲弥先生 ▶

### 「口腔がん検診」

☎11月6日(日)午前9時30分～11時  
所 柏地域医療連携センター  
☑口腔内に不安や心配があるかた、先着200人  
🆓無料  
申込期限/10月26日(水)  
📍柏歯科医師会会員の歯科医院へ直接※問診あり  
◎詳しくは、同会のホームページを見るか問い合わせを

気になったらこの機会に受診じゃ!

◎柏歯科医師会のホームページでは、情報誌「かむかむだより」のほか、市内の歯科診療所の検索、各種健診・訪問歯科事業等の情報をご覧ください

同会ホームページはこちらから▼

次回はおいしく食べて健康寿命を延ばそう!



講座・講演

オープンレッズ「女性の思考・視点、思いやりのある消防団活動を！」

時 10月20日(休)午後1時30分～3時
所 ひまわりプラザ(旧沼南公民館)
対 市内在住・在勤のかた、200人
内 柏市消防団の新しい風・女性消防団員の活躍について
申 10月15日(出)までに、はがきに7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(必着)・FAX 7163-9364するか info-chkm@city.kashiwa.lg.jpで※応募者多数の場合は抽選
場 中央公民館 ☎7164-1811

犬のしつけ方教室

時 10月22日(出)午前9時30分～午後0時30分
対 犬を飼っているか飼う予定があるかた、30組※犬の同伴は不可
内 犬の正しい飼い方や飼い主としてのマナーを学びます
費 1組1,080円
申 10月14日(金)までに、はがきに7面右上の必要事項と参加人数、犬の飼育の有無(飼っている場合は名前・犬種・年齢・雄雌)、相談内容(あるかただけ)を書いて、〒277-0924風早2丁目4-3 柏市動物愛護ふれあいセンターへ郵送(必着)・info-dbt@city.kashiwa.lg.jpするか電話で※応募者多数の場合は抽選
場 動物愛護ふれあいセンター ☎7190-2828

かしこい消費者の育成講座「機能性表示食品」ってなあに?

時 10月25日(火)午前10時～11時30分
所 パレット柏
定 先着40人
内 食品を賢く選ぶポイントを学びます
申 10月3日(月)午前9時から、消費生活センターへ電話で
場 消費生活センター ☎7163-5853

そば打ち講習会

時 10月25日、11月1日・8日の各火曜 日午後1時～3時30分(計3回)
対 市内在住・在勤のかた、先着12人
内 新そば粉でそばを打ちます(完成品は持ち帰り)
費 5,000円
調 筆記用具、エプロン、三角巾、持ち帰り容器
申 10月4日(火)午前9時から、あけぼの山農業公園へ電話か直接※以前参加したかたは申し込み不可
場 園 あけぼの山農業公園 ☎7133-8877

夫婦力がアップする! 父親学級 in 柏 一緒に産後へGO!!

時 11月6日(日)午前9時45分～11時45分
所 パレット柏
対 市内在住・在勤で、妊娠中か子育て中の夫婦、先着15組※1人でも参加可
申 10月3日(月)午前9時から、男女共同参画センターへ電話するか同センターのホームページで
内 保育あり(1歳以上の未就学児、先着10人)。希望者は10月21日(金)までに同センターへ電話で
場 男女共同参画センター ☎7167-1127

家庭教育セミナー

時 11月7日(月)午前10時～正午
所 沼南社会福祉センター
対 市内在住・在勤で就学前の子どもと保護者、15組
内 講話・助産師さんの目から見た「命の輝き」、親子でコンサート
申 10月20日(休)までに、往復はがきに7面右上の必要事項(保護者分)と子どもの名前・年齢を書いて、〒277-0005 柏5丁目8-12 柏市中央公民館へ郵送(必着)・FAX 7163-9364するか info-chkm@city.kashiwa.lg.jpで※応募者多数の場合は抽選
内 保育あり。希望者は応募時に子どもの人数・年齢の記入を
場 中央公民館 ☎7164-1811

災害ボランティアコーディネーター養成講座

時 10月27日(木)、11月9日(水)・17日(木)午後1時30分～4時、11月24日(木)午後1時30分～4時30分、11月26日(土)午前9時～午後1時(計5回)
所 いきいきプラザ
対 市内在住で20歳以上のかた、15人
内 災害ボランティアセンターの役割、コーディネートの実務・訓練など
申 10月14日(金)までに、7面右上の必要事項と災害支援活動経験の有無を書いて、柏市社会福祉協議会ボランティアセンターへFAX 7165-1355するか電話で※応募者多数の場合は抽選
場 ボランティアセンター ☎7165-0880

市民活動実践講座

Table with 3 columns: 回, 日時, 内容. Includes details for 3 sessions on community participation and field experiences.

※計3回。第2回は、いずれか1つ以上に参加を
所 パレット柏ほか
内 地域参加や市民活動を始めたいかた、先着20人
申 10月2日(日)午前10時から、市民活動サポートコーナー(パレット柏)へ電話か直接
◎詳しくは、市のホームページを見るか問い合わせを
場 同コーナー ☎7163-1143

千葉県調理師講習会

時 11月1日(火)午後1時～5時
所 ウェルネス柏
内 市内の飲食店等や給食施設で調理業

務に従事する調理師、先着70人
内 栄養と健康、食品衛生、食文化、調理学の4科目
申 10月3日(月)～11日(火)に、7面右上の必要事項と勤務施設名・調理師免許登録番号・免許を取得した都道府県名を書いて、柏市保健所管内調理師会へFAX 7163-5767で
場 同調理師会 ☎7163-5767(火・水曜日)、保健所地域健康づくり課 ☎7167-1256

「かじサポ」養成講座

高齢者世帯の掃除や買い物などの日常生活を支える活動をしてみませんか。
時 11月14日(月)・15日(火)午前10時～午後4時(計2回)
所 いきいきプラザ
対 市内在住のかた、40人
内 認知症の理解と対応、接し方など
費 500円
申 10月14日(金)までに、はがきに7面右上の必要事項と生年月日・応募動機を書いて、〒277-0005 柏5丁目11-8 柏市社会福祉協議会へ郵送(必着)するかFAX 7163-9199で※応募者多数の場合は抽選
場 柏市社会福祉協議会 ☎7162-2557

通訳ボランティア養成講座

オリンピック・パラリンピックなどで、千葉県を訪れる外国人を案内するボランティアを養成します。
時 12月7日～21日の毎週水曜日午前10時30分～午後4時(計3回)
所 パレット柏
対 18歳以上で、日常会話程度の英語の語学力があり、講座修了後、千葉県国際交流センターの語学ボランティアとして登録できるかた、30人
内 通訳としての心構え・マナー、ロールプレイ、千葉の特性と魅力の講義など
申込期限/10月18日(火)
◎申し込み方法など、詳しくは千葉県国際交流センターのホームページで
場 同センター ☎043-297-0245・協働推進課 ☎7167-0941

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

Table with 2 columns: 予約が必要な相談 (Legal, Tax, Social Security, etc.) and 予約が不要な相談 (Administrative, Women's, Youth, etc.).



●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

## 催し

### いこい荘まつり

時 10月20日(木)・21日(金)午前9時30分～午後3時30分  
 内 ステージ発表や作品展示、お楽しみくじ(20日だけ。先着100人)、とん汁の無料配布(各日先着150人)、甘味・陶芸作品等の物品販売など  
 場 10月19日(水)午後1時～4時は臨時休館  
 所 沼南老人福祉センター「いこい荘」 ☎7192-1401

### 吉田芝居小屋「落語×演劇」

時 10月22日(土)午後3時～4時30分  
 定 先着50人  
 内 落語をお題とした演劇  
 費 1,500円  
 申 10月2日(日)午前9時30分から、旧吉田家住宅歴史公園へ電話するか同公園のホームページで  
 所 旧吉田家住宅歴史公園 ☎7135-7007

### 柏の葉公園オータムフェスタ 2016

同公園最大のイベントで、家族で一日中遊べる盛りだくさんの内容。大人には、日本庭園の野点(のだて)もおすすめです。アンケートの回答者には、花苗をプレゼント(各日先着300人)します。  
 時 10月29日(土)・30日(日)午前10時～午後3時30分  
 内 野外コンサート、フリーマーケット、模擬店、野菜と花苗の販売、体験コーナー、屋外で楽しむ茶会など  
 所 県立柏の葉公園 ☎7134-2015

### 市民読書交流会

時 11月5日(土)午前10時～正午  
 内 好きな本を紹介したいかた、先着20人  
 テマ/孫に伝えたいこの一冊  
 所 お薦めの本1冊  
 申 10月2日(日)午前9時30分から、図書館本館へ電話か直接  
 所 図書館本館 ☎7164-5346

### パーカッションコンサート「大地の響宴」

時 11月9日(水)午後7時～9時  
 定 先着200人  
 内 迫力あるメキシカンマリimbaや、さ

## 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。

### 肌荒れにご用心

時 11月20日(日)午後2時～4時  
 所 柏地域医療連携センター  
 定 200人  
 内 皮膚科医による肌の健康に関する講演など  
 申 10月24日(月)までに、はがきに7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)・FAX 7197-1511・info-chkry@city.kashiwa.lg.jpするか直接※応募者多数の場合は抽選  
 場 地域医療推進室 ☎7197-1510

さまざまな打楽器と子どもたちの合唱でリズムを堪能します  
 出演/梅津千恵子、古徳景子ほか  
 費 前売り2,800円(高校生以下割引あり)  
 申 10月2日(日)午前9時から、アミュゼ柏へ電話か直接  
 所 アミュゼ柏 ☎7164-4579

## 求人

### 北千葉広域水道企業団職員

職種/一般事務(上級)、1人程度  
 ◎来年4月採用。詳しくは、同企業団のホームページで確認を  
 場 同企業団 ☎047-345-3211

## 健康

### 市民公開講座「知っておきたい抗がん剤治療」

時 10月15日(土)午後1時～3時  
 所 国立がん研究センター東病院(柏の葉6丁目)  
 定 先着200人  
 内 抗がん剤の副作用対策や食事の悩み、化学療法と治療費などを解説します  
 申 当日、会場へ直接  
 場 同病院 ☎7133-1111・保健所総務企画課 ☎7167-1255

### ゆるやかヨガ

時 10月29日(土)午後1時～2時30分  
 定 先着20人  
 内 静かな動きで心身のバランスを整えます  
 費 1,500円  
 場 タオル・靴下  
 申 10月2日(日)午前9時から、旧吉田家住宅歴史公園へ電話するか同公園のホームページで  
 所 同公園 ☎7135-7007

### スポレク祭柏「ふわどっち大会」

時 11月23日(水)午前9時～正午  
 所 中央体育館  
 内 市内在住・在勤・在学で小学生以上のかた、100人(小学3年生以下は保護者同伴)  
 部門/▶小学生の部▶ファミリーの部(親子)  
 費 1人100円  
 場 運動ができる服装・靴(室内用)、タオル、飲み物  
 申 10月27日(木)までに、往復はがきに7面右上の必要事項と性別・参加希望の部門、学校名・学年(該当者だけ)を書いて、〒277-8503 柏市教育委員会スポー

ツ課へ郵送で(必着)※応募は1人1通、1部門だけ。応募者多数の場合は抽選  
 場 チーム分けや参加通知を11月14日(月)ごろに郵送  
 場 スポーツ課 ☎7191-7399

### スポーツ推進委員スポーツイベント

▶東部支部「秋のスポーツフェスタ」  
 時 10月23日(日)午前8時30分～11時30分  
 所 名戸ヶ谷小学校  
 種目/①体育館=ふわどっち、風船バレー、ショートテニス、ビーンボーリング  
 ②校庭=グラウンド・ゴルフ(24ホール)  
 場 中野 ☎7139-8420  
 ▶北部支部「秋の北部支部祭」  
 時 10月23日(日)午前9時～正午  
 所 西原小学校  
 種目/③体育館=ふわどっち、卓球、ショートテニスなどのニュースポーツ  
 ④校庭=グラウンド・ゴルフ  
 場 田中 ☎090-4715-8709

《共通》  
 内 市内在住・在勤・在学で小学生以上のかた(②は中学生以上の経験者)、②=先着96人④=先着144人※いずれも小学3年生以下は保護者同伴  
 場 運動ができる服装・靴(①・③は室内用)、タオル、飲み物  
 申 ①・②=10月13日(木)④=10月18日(火)までに、7面右上の必要事項と性別、希望種目(体育館か校庭)を書いて、①・②=田中へFAX 7163-3994④=田中へFAX 7133-6740で③=当日、会場へ直接※①=当日、会場へ直接も可  
 場 スポーツ課 ☎7191-7399

## シニア

### シニアのための仕事説明会 in 柏

時 10月14日(金)午後1時～2時30分  
 所 根戸近隣センター  
 内 市内在住で60歳以上のかた、先着30人程度  
 内 大手コンビニエンスストア担当者がパートタイム就業について説明します  
 申 10月3日(月)午前9時から、セブンイレブン・ジャパン松戸地区事務所(☎047-383-2570)へ電話で  
 場 商工振興課 ☎7167-1141

### 介護予防講座「みんなでルンパ!」

時 10月24日～11月21日の毎週月曜日午後1時30分～3時(計5回)  
 内 市内在住の60歳以上で軽い運動ができるかた、先着20人  
 内 初歩のステップを学び、踊ります  
 費 500円  
 場 動きやすい服装・靴(室内用)、タオル、飲み物

申 10月3日(月)午前10時から、沼南老人福祉センター「いこい荘」へ電話か直接  
 所 園いこい荘 ☎7192-1401(午前10時～午後4時。日曜日・祝日を除く)

### かたくり学級(後期)

時 11月1日～29日の毎週火曜日午前10時～正午(計5回)  
 内 市内在住で60歳以上のかた、50人  
 内 みんなで犯罪ストップ、柏の昭和史、館外学習(旧吉田家住宅歴史公園)など  
 場 無料※館外学習の入館料(80円)は実費  
 申 10月18日(火)までに、往復はがきに7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(必着)・FAX 7163-9364するか  
 場 info-chkm@city.kashiwa.lg.jpで※応募者多数の場合は初めてのかたを優先し抽選  
 所 中央公民館 ☎7164-1811

### 健康麻雀教室

時 11月1日～12月20日の毎週火曜日午前10時～正午(計8回)  
 内 市内在住の60歳以上で初めてマージャンをするかた、12人  
 内 マージャンを覚えて楽しめます  
 費 1回100円  
 場 筆記用具  
 申 10月15日(土)までに、往復はがきに7面右上の必要事項を書いて、〒277-0801船戸山高野535 柏寿荘へ郵送で(必着)※応募者多数の場合は抽選  
 所 園柏寿荘 ☎7131-9511

### 介護支援サポーター説明会

時 11月1日(火)午後1時30分～3時30分  
 所 いきいきプラザ  
 内 市内在住で65歳以上のかた、50人  
 申 10月25日(火)までに、はがきに7面右上の必要事項と生年月日・ファクス番号(あるかただけ)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  
 場 ボランティアセンター ☎7165-0880

## キッズ

### なかよし広場

時 10月26日(水)午前10時～11時30分

ところ	問い合わせ
名戸ヶ谷保育園	☎7164-8783
高柳西保育園	☎7108-1000
西原保育園	☎7154-7964
富士見保育園	☎7145-1721

内 3歳ぐらゐまでの子どもと保護者、各先着30組  
 内 体操やリズム遊び、お話・手作りコーナーなどを楽しめます。また、お母さん同士の交流もできます  
 申 10月3日(月)午前9時から、希望する保育園へ電話で  
 場 保育運営課 ☎7167-1137

中央公民館のパソコン講座

※会場は中央公民館。費用は各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
パソコン初心者講座	10月17日～31日の毎週月曜日午後1時30分～4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	パソコンの基本的操作を学び、文字入力やインターネットを体験します
デジタルカメラ講座	10月20日(木)・27日(木)午後1時30分～4時30分(計2回)	市内在住・在勤で基礎的操作・文字入力ができるかた、20人	写真の取り込み方や編集・整理の仕方、写真を使ったチラシ作りを学びます

申し込み 10月11日(火)までに、講座ごとに往復はがきに7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、各講座を受講したことがないかたを優先。手話通訳や要約筆記が必要なかたは申込時に記入を

場 中央公民館 ☎7164-1811

あけぼの山農業公園  
**フリーマーケット**  
**・青空市 10/22(土)・23(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  
 所 園あけぼの山農業公園 ☎7133-8877  
 かわら版は次の面に続きます

キッズ(続き)

ビーンズカップ(アドバンス) 硬式テニス大会

時 10月23日(日)午前9時30分～午後4時30分
所 富勢運動場
対 市内在住・在学中、試合を経験していない小学生、40人
費 1,800円
備 運動ができる服装・帽子、タオル、飲み物
◎申し込み方法など、詳しくは問い合わせを
☎ 福原 ☎080-4113-3232・スポーツ課 ☎7191-7399

かしわファミリー・サポート・センターの会員を募集

対 ▶利用会員=市内在住・在勤で生後6カ月～小学6年生の子どもがいるかた▶
協力会員=市内在住で心身ともに健康なかた
対 子どもの預かりや送迎など。援助時間は午前6時～午後10時の範囲内
費 各会員とも入会金1,000円
■入会説明会・基礎研修会の日程
種類 とき(いずれか1日)
利用会員 入会説明会 10月6日(木)・11月10日(木)・12月8日(木)午前10時～正午
協力会員 入会説明会・基礎研修会 11月8日(火)・来年1月13日(金)午前9時30分～午後3時30分
▶会場はいずれもいきいきプラザ▶入会金と登録者(保護者)の写真(縦3センチメートル×横2.4センチメートル)2枚の持参を
☎ かしわファミリー・サポート・センター ☎7162-0330



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

高柳児童センター ☎7190-1348

●カプラのじかん
手のひらサイズの薄い積み木で家や橋・滝作りなどに挑戦します
時 10月15日(土)午後2時～3時30分 対 どなたでも(未就学児は保護者同伴)、先着30人 申 当日、会場へ直接
●パパとあそぼう
親子でミニ運動会ごっこを楽しみます
時 10月23日(日)午前10時30分～11時30分 対 子どもと保護者、先着15組 申 当日、会場へ直接

永楽台児童センター ☎7163-4050

●永楽台地域子どもフェスティバル
ハッピーハロウィーン「仮装でGO!」
仮装コンテストの参加者を募集します
時 10月30日(日)午前10時～11時 対 ①乳幼児(保護者同伴)②小学生、①・②とも3人程度のグループか個人、各先着10組
申 10月2日(日)午前10時～☎で



しこだ児童センター ☎7145-2522

●うたってあそぼう
地域のかたと一緒に、童謡や季節の歌を歌ったり、手遊びをしたりします
時 10月5日(水)午前10時50分～11時20分 対 どなたでも(未就学児は保護者同伴)、先着50人 申 当日、会場へ直接
●ファミリーday「にじいろおはなし会」
楽しい手遊びやうた・お話のパネルシアターなどで交流します
時 10月16日(日)午前11時～11時30分 対 どなたでも(未就学児は保護者同伴)、先着50人 申 当日、会場へ直接
●ツインズ～多胎児のつどい～
双子ちゃん三つ子ちゃんのママ・パパ集まれ!自由に遊びながらおしゃべりします
時 10月4日(火)・18日(火)午前10時～11時30分 対 多胎児と保護者、各日先着15組 申 当日、会場へ直接

豊四季台児童センター ☎7144-5363

●はぐはぐスペシャル「運動会ごっこ」
親子で体操やかけっこ、玉入れを楽しみます
時 10月19日(水)午前11時20分～11時50分 対 乳幼児と保護者、先着20組 申 当日、会場へ直接



布施遊戯室(布施近隣センター内) ☎7135-3960(午後1時～5時)

●ハロウィーンごっこ
簡単なハロウィーンの工作や歌などを楽しみます
時 10月31日(月)午前10時30分～11時30分 対 乳幼児と保護者、先着15組
申 10月2日(日)午後1時30分～☎で

こども健康ガイド 10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

マママパ学級
▶育メン編=22日(土)午前9時30分～11時40分・午後1時30分～3時40分、ウ柏。初めての出産を迎える夫婦、各27組▶子育て・栄養編=24日(月)午後1時15分～3時30分※いずれもウ柏。初めての出産を迎えるかた
ママパクッキング
15日(土)午前10時～午後1時、中央保セ。妊婦のかた(家族も可)・妊娠を予定しているかた、20人。「赤ちゃんも家族も元気!ヘルシーメニュー」。費用600円。予約時に用意する物の確認を
乳児家庭全戸訪問事業
▶新生児・産婦訪問=生後2カ月までの第1子がいる家庭と、希望する家庭に保健師・助産師が訪問し、赤ちゃんの健康状態の観察や体重測定・育児相談などを実施※母子健康手帳別冊の「出生連絡票」の提出を
▶こんにちは赤ちゃん訪問=新生児・産婦訪問を受けていない、生後3～4カ月の乳児がいる家庭に保健師・看護師が訪問
推進員の赤ちゃん訪問
生後3～4カ月の乳児がいる家庭に柏市民健康づくり推進員が訪問し、地域の子育て情報等を提供
離乳食教室
▶前期(生後4～6カ月)=11日(火)▶後期(生後9～11カ月)=17日(月)※いずれも午前10時30分～11時30分、中央保セ。各月齢児の保護者。母子健康手帳・筆記用具の持参を※保育・試食なし。乳児同伴の場合はバスタオルの用意を
発達支援相談
21日(金)午後2時～5時、ウ柏。児童精神科医師・保健師等による、発達の気掛かりなお子さんに関する相談(1人40分間)

通知が届いていない場合はご連絡を
▶1歳6カ月児健診(平成27年3月生まれ) ▶3歳児健診(平成25年4月生まれ)
▶2歳の歯☆ピカランド(平成26年10月生まれ) ▶フッ化物歯面塗布(平成26年4月生まれ)

※7面の「健康ガイド」でも健康相談等の案内を掲載

こども図書館 10月前半の催し
午前中催しがない日は、午前10時30分から「こども図書館おはなし会」あり
とき 催し
1日・2日(日)午前11時～11時30分 ちよっと大きい子のためのおはなし会
5日(水)午前10時30分～11時 読み聞かせ・親子ふれあい遊び・歌
8日(土)午前11時～11時30分 ちよっと大きい子のためのおはなし会
9日(日)午前11時～11時30分 読み聞かせ・手遊び・パネルシアター
10日(月)午前11時～11時30分 ちよっと大きい子のためのおはなし会
13日(木)午前10時30分～11時 読み聞かせ・テーブル人形劇
15日(土)午前11時～11時30分 ちよっと大きい子のためのおはなし会
※当日、会場へ直接。「ちよっと大きい子」=4歳以上向け
☎ こども図書館 ☎7108-1111

団体・サークルの催し

●市民団体やサークルからの情報を掲載しています

近セ=近隣センター、中公=中央公民館、ひまプラ=ひまわりプラザ、教福=教育福祉会館、県プラ=さわやかちば県民プラザ

■一緒に歌いましょう 懐かしの童謡・抒情歌
時 10/5・25の14時～16時 所 アミュゼ柏 費 各回1,000円※初めて参加するかたは要歌集代
☎ 淵 ☎090-1707-4594
■詩吟講習会
時 10/6・20の12時～15時(計2回) 所 豊四季台近セ 対 経験不問 対 基本から丁寧にプロが指導 費 無料 所 竹下 ☎090-4453-9439
■柏市カラオケ連合会歌謡祭
時 10/9の9時40分～18時 所 市民文化会館小ホール 費 無料 所 石崎 ☎090-8500-5175
■KJSO子ども音楽づくりワークショップ
時 10/9の10時45分～12時・13時15分～14時30分※雨天10/16 所 柏駅東口ファミリー広場 費 無料 所 石田 ☎7139-6069
■シンポジウム「自宅で穏やかな最期を迎える知恵」
時 10/10の14時～16時 所 中公 対 後悔しない人生の締めくくり方を学びます 費 500円 所 谷口 ☎7139-9522

■柏市武道祭り
時 10/10の10時30分～13時30分 所 中央体育館 対 柔道・剣道・弓道・相撲・合気道の演武 費 無料 所 石田 ☎7132-0126
■ピアノ講座体験会
時 10/11の9時30分～10時30分 所 豊四季台近セ 対 初心者歓迎 対 親しみのある曲を気軽に弾きましょう 費 無料 所 高木 ☎080-5683-1080
■歌唱「楽しく歌う!」練習見学会
時 10/11の11時15分～12時 所 豊四季台近セ 対 世界の歌・叙情歌 費 無料 所 田口 ☎090-1802-5169
■健康歌声広場
時 10/13の10時～11時30分 所 パレット柏 対 先着20人 費 500円 対 飲み物 所 暮らしの支援・えんがわ ☎7100-2839
■チャリティーフリーマーケット
時 10/15の10時～14時※雨天翌日 所 名戸ヶ谷第3公園(新柏) 費 無料※出店料1,000円(先着40区画) 所 バザー一品募集 所 ザザビエ・ドゥ(寺床) ☎7136-1604

■パッチワーク1日講習会
時 10/14の12時～15時 所 パレット柏 対 梅の花の巾着を作ります 費 1,900円 所 大田 ☎7139-1105
■青葉祭
時 10/15の10時～14時30分 所 WITH US(十余二) 対 自閉症や障害があるかたによる製品の販売、音楽イベント 費 無料 所 青葉会 ☎7197-4080
■ゆかいなハロウィンポット&UVレジンとプラ板アクセ
時 10/15=リフレッシュプラザ柏、10/16=アミュゼ柏※各13時～18時 費 450円～1,500円 所 笹 ☎090-3088-6518
■大堀川の高田地区大掃除
時 10/16の9時30分～12時30分※雨天10/23 所 高田緑地(高田近セ隣) 費 無料 所 汚れてもよい服装 所 河井 ☎7179-5049
■コール四季Memorialコンサート
時 10/22の14時～16時 所 市民文化会館大ホール 費 980円 所 湯浅 ☎7144-8443

■一彩会展
時 10/18～23の10時～17時 所 県プラ 対 油彩・水彩、具象・非具象絵画。特別企画「私の好きな近所の風景」 費 無料 所 檜垣(ひがき) ☎7131-7710
■講座「認知症を改善できるのは家族だけ」
時 10/20の12時30分～14時30分 所 パレット柏 対 先着20人 費 500円 申 要予約 所 北川 ☎090-5509-5398
■光ヶ丘地域ふれあいまつり
時 10/22の11時～15時 所 麗澤大学はなみずき(光ヶ丘団地) 費 無料 所 福山 ☎090-8112-0038
■詩吟響楽の尺八奏で詠う「道徳教育の父」廣池千九郎詩歌集
時 10/23の13時～15時 所 麗しの杜光ヶ丘(光ヶ丘2丁目) 対 先着10人 費 無料 申 要予約 所 夢沼(たでぬま) ☎7175-4138
■読み語り時代小説
時 10/23の13時30分～14時35分 所 今谷上町ふるさとセンター 費 500円 所 中塩 ☎090-5531-4136
■今年的高校入試はこうなる!～2020年改革を控えて～
時 10/23の14時～15時30分

所 パレット柏 費 無料 申 団体ホームページか電話で 所 教育研究所アークス ☎7197-5461
■「創版会」木版画展
時 10/26～31の13時～17時 所 ハックルベリーブックス2階(柏3丁目) 費 無料 所 林 ☎080-6525-7760
■対話と傾聴講座
時 10/28の10時～15時・11/4の14時30分～16時30分・11/11の13時30分～15時30分(計3回) 所 いきいきプラザ 費 2,000円 所 嶋田 ☎080-5549-2139
■ママまつりin柏の葉
時 10/30の11時～16時 所 ららぽーと柏の葉(若柴) 費 無料 ※ワークショップは別途 所 チルドリンちば(西藤) ☎080-2076-7864
■あんだんて天満敦子ヴァイオリンコンサート
時 11/13の14時～16時 所 ひまプラ(旧沼南公民館) 費 2,500円 申 要予約 所 乾(いぬい) ☎090-9688-9682

「サークル会員募集」コーナーは毎月15日号に掲載します

●対象が限定でなく、当日参加できるイベント等を掲載。天候により中止となる場合あり。情報は9月15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

2016  
OCTOBER

10



# かしわイベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
<p>●拡大常設展～かしわ3万年の歩み～ (来年2/19まで。郷土資料展示室)</p> <p>●TEGAスタンプリアー (11/30まで。手賀沼・手賀川周辺)</p>						<p>1</p> <p>●八朔相撲大会(9:00～。あけぼの山農業公園)</p> <p>●アートラインかしわ(P3参照)</p> <p>●中央公民館フェスティバル(9:30～。10/2まで)</p>
<p>2</p> <p>●道の駅しょうなん収穫祭(P2参照)</p> <p>●ららぽーと柏の葉ミュージックふえすた (14:00・16:00～)</p>	3	4	5	6	7	<p>8</p> <p>●あけぼの山農業公園まつり(P2参照)</p> <p>●消防フェスタ(P2参照) ●柏市場市民感謝デー(8:00～)</p> <p>●音街かしわ×KASHIWA MUSIC SUN(P2参照)</p>
<p>9</p> <p>●沼南まつり(P3参照)</p> <p>●ららぽーと柏の葉ミュージックふえすた (14:00・16:00～)</p>	<p>10 体育の日</p>	11	12	13 <p>●環境カフェ (12:00～。16日 まで。パレット柏)</p>	14	<p>15</p> <p>●鉄道模型運転会(13:00～。県プラ)</p> <p>●柏トーア'82ホームゲーム</p>
<p>16</p> <p>●かしわ市場まつり(P3参照)</p> <p>●鉄道模型運転会(10:00～。県プラ)</p> <p>●派遣青少年合同帰国報告会(P7参照)</p> <p>●吉田ミュージック (17:30～。旧吉田家住宅歴史公園)</p>	17	18	19	20 <p>●いこい荘まつり (P9参照)</p>	21	<p>22</p> <p>●あけぼの山農業公園フリーマーケット・青空市 (9:30～。10/23まで)</p> <p>●柏レイソルホームゲーム</p>
<p>23</p> <p>●わくわく人形劇まつり (10:30～。中央公民館)</p>	24	25	26	27	28	<p>29</p> <p>●介護のしごと相談会(P4参照)</p> <p>●ららぽーと柏の葉ミュージックふえすた(14:00・16:00～)</p> <p>●柏レイソルホームゲーム</p>
30	31	11/1	2	3	4	5

**Pick Up** 柏の葉・街まるごと  
オープンキャンパス  
2016

◎カレンダー内の  
が開催日

**図書館本館の催し**

図 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/星の質問箱

時 8日(土)・22日(土)①午後1時30分②午後3時30分  
9日(日)・23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**

時 毎週木曜日午後4時～4時30分  
15日(土)午後2時30分～3時(毎月第3土曜日)

**Pick Up** 柏の葉・街まるごと  
オープンキャンパス  
2016

東京大学や千葉大学などの研究施設が立ち並ぶ柏の葉には、学びの場がいっぱい! 秋の1カ月間、普段は入れない施設に入れるオープンイベントがめじろ押しです。この期間は、街がまるごとキャンパスに! 秋の柏の葉でしか体験できない学びを探して、キャンパスを巡ってみませんか。

図 柏の葉アーバンデザインセンター(UDCK) ☎7140-9686・企画調整課☎7167-1117

**耳より情報** 11月6日(日)の「見て! 知って! 機動隊!!」では、救助用の特殊車両や装備品、実際の訓練の様子を見ることが出来ます! ※事件・事故等により中止の場合あり

とき	催し名	ところ	問い合わせ
10月2日(日)	ヤングパワームーブメント2016		☎7140-8611
10月9日(日)	さわやかちば県民プラザ開所20周年記念の集い	さわやかちば県民プラザ	☎7140-8615
10月15日(土)	国立がん研究センター東病院オープンキャンパス	国立がん研究センター東病院(柏の葉6丁目)	☎7133-1111
10月16日(日)	かしわ市場まつり2016	公設総合地方卸売市場	☎7131-2620
10月21日(金)	東葛テクノプラザ秋の一般公開	東葛テクノプラザ(柏の葉5丁目)	☎7133-0139
10月21日(金)・22日(土)	東京大学柏キャンパス一般公開2016	東京大学柏キャンパス(若柴)	☎7136-3200
10月23日(日)	秋のこんぶくろ池祭り	こんぶくろ池公園	☎7132-8800
10月29日(土)・30日(日)	柏の葉公園オータムフェスタ2016	県立柏の葉公園	☎7134-2015
11月2日(水)～13日(日)	「ちばのふるさと鉄道再発見」親子で楽しむ鐵の道	さわやかちば県民プラザ	☎7140-8600
11月3日(木)	千葉大学センター祭	千葉大学環境健康フィールド科学センター(柏の葉6丁目)	☎7137-8000
11月6日(日)	見て! 知って! 機動隊!!	千葉県警察第三機動隊(柏の葉6丁目)	☎7140-9686(UDCK)

**柏の旬感**

このコーナーでは、「旬を感じる」情報をお届け! 今年度は、市内で生産される季節の農産物を紹介します。

今月のテーマ  
**「柏のお米を味わおう」**

地元のお米を堪能して、食欲の秋を満喫しましょう!

図農政課☎7167-1143

**柏の稲作**

市内では、早いところで8月中旬過ぎから稲刈りが始まり、一部の農家では11月中旬まで稲刈りが続きますが、多くの農家では9月下旬までには作業を終えます。

市内で栽培されているお米の品種は「コシヒカリ」が主流ですが、他にも千葉県が独自育成した「ふさこがね」や「ふさおとめ」、冷めてもおいしいと評判の「ミルクイーン」など、さまざまな品種のお米が栽培されています。

▲コンバインで刈り取ります

**お米をおいしくいただく!**

ふっくらツヤツヤの新米はそれだけでごちそうです。一般的に、新米は古米に比べて水分が多いので、規定量より少なめのお水で炊きましょう。

また、お米は生鮮食品です。特に、精米したお米は冷蔵庫の野菜室などに保管して、なるべく2～3週間まで食べきるようにしましょう。市内の直売所には、精米したてのお米だけでなく、玄米も並びます。購入した玄米は、その場で精米することも可能です。ぜひ、こまめに買い足してください。

**もち米もおすすめ**

市内ではもち米も栽培されており、おこわやおはぎなど、手作りに挑戦してみるのもおすすめです。ちょっとハードルが高いと感じるかたは、直売所に毎日並ぶつきたてのお餅やおこわをご利用ください。

▲お気に入りの品種を見つけるのも楽しい

▲つきたてのお餅が勢ぞろい!

# かしわ

平成28年(2016年)  
No.1514

# 10.1

市内人口

417,184人(前月比230人増)  
●男 207,244人 ●女 209,940人  
●世帯数 178,528世帯(前月比122世帯増)  
(28.9.1 現在)

柏の情報をスマホで!  
無料宅配やメール  
配信サービスの  
申し込みも



QRコード

## ホーム通信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。



### 柏レイソル 攻守の連動で強豪を撃破!

セカンドステージ2連勝と勢いづく柏レイソルが9月10日、ホームの日立台で鹿島アントラーズと対戦しました。チケット完売となったスタジアムに両サポーターの応援が飛び交う中、前半は両チームの堅守により、0対0で折り返します。後半先に動いた柏レイソルの下平監督は、フォワードの伊東純也選手を投入し攻撃のスイッチを入れます。この采配が見事に的中し、機能した柏のカウンター攻撃は鹿島を圧倒、2点を奪い勝利を収めました。ここまで失点が課題とされた守備陣が完封で抑えた意味は大きく、選手たちの自信につながる価値ある1勝。セカンドステージも終盤に入り激化する優勝争いで、首位と勝ち点差3(9月10日現在)と好位置に付ける我々が柏レイソルをみんなで応援しましょう。



▲伊東選手のセンターリングを豪快に決めるディエゴゴリヴェイラ選手



▲試合後にサポーターと喜びを分かちクリスティアーノ選手

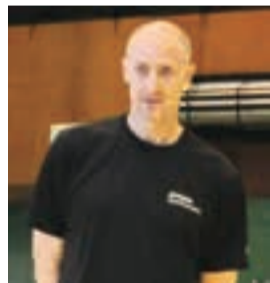


### JX-ENEOSサンフラワーズ V9を目指してWリーグいよいよ開幕!

いよいよ開幕するWリーグ9連覇に向け、練習に一層熱が入るJX-ENEOSサンフラワーズ。今シーズンからは、トム・ホーバス新ヘッドコーチが指揮を執る、新体制での挑戦です。キャプテンの吉田亜沙美選手は「ホーバス新ヘッドコーチの下、チーム内で切磋琢磨(せつさたくま)し、Wリーグ9連覇を目指します。柏市にサンフラワーズあり!と応援してもらえると、頑張ります。熱いご声援をお願いします」と意気込みを語ってくれました。開幕戦は10月7日(金)に代々木第2体育館で行われ、対戦相手は昨シーズンのWリーグで2位につけた強豪の富士通レッドウェーブ。連覇のプレッシャーをはねのけ、Wリーグ9連覇をつかみとれ! JX-ENEOSサンフラワーズ!



▲試合さながらの気迫で練習に励みます



▲選手の動きをチェックするトム・ホーバス新ヘッドコーチ



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



### 市内の約100店舗が子どもたちの舞台 かしわ街ごとキッズニア2016

青空が広がる8月21日、子どもたちの職業体験学習「かしわ街ごとキッズニア」が柏駅周辺とららばーと柏の葉(若柴)で開催されました。3年前に初めて開催され、大好評だったイベントが再び。今回は、市内約100の店舗の協力で、小学生約970人が参加しました。実際のお店での接客など、さまざまな体験ができるのは、子どもの夢を応援する企業がたくさんある柏だからこそ!街中で、子どもたちが元気にあいさつする声が聞こえたり笑顔で仕事に取り組む姿が見られたりしました。



▲エレベーターでお客様をお出迎え



▲商品は丁寧に陳列



▲初めてのレジ打ちにワクワク



### 私たちの事業所は私たちが守る 自衛消防隊競技会

強い日差しが照りつける9月2日、大堀川防災レクリエーション公園で、自衛消防隊競技会が開催されました。この競技会は、各事業所が火災発生から消火までの一連の動作についての速さ・正確さ・安全性を競うもので、市内の18事業所19チームが真剣なまなざしで日頃の練習の成果を競い合いました。最優秀賞の栄誉に輝いたのは、ステーションモールチーム。同チーム隊長の筒井章裕さん(左下写真右から3番目)は、「前は2位だったので、優勝できてとてもうれしいです。来年は連続優勝を狙います」と、早くも来年の競技会へ向けて意欲をのぞかせていました。



▲的を狙って放水

◀念願の優勝カップを手に

有料広告

新しい高齢者マンション  
SunCity

介護付有料老人ホーム

## サンシティ 柏



外観  
土地建物所有形態:事業主体非所有

### 食事付個別見学会開催 10/1(土)~23(日)

〈要予約〉各日 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。



中庭



レストラン



居室の一例



ビリヤードコーナー

このゆとり、この上質感。  
すべてご自由にお使いください。

ご自宅の書斎として、応接として、そしてサブリビングや庭園も。プライベートルームだけでなく、サンシティのすべてが皆さまのご自宅です。

「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) ●居住の権利形態/利用権方式 ●利用料の支払方式/全額前払い方式 ●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

●見学会のご予約・資料請求は ☎0120-34-3782

柏市増尾台1-2-1

●東武アーバンパークライン「増尾」駅から徒歩6分。●増尾駅、新柏駅、南柏駅からのシャトルバスをご利用いただけます。



古紙配合率70%再生紙と植物油インキを使用しています。また、見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

※広報かしわに掲載する有料広告を随時募集しています。詳しくは広告代理店「株式会社ホープ」(☎092-716-1401)へ