

市の人口と予算(10月1日現在)

人口・世帯 ()内は前月比/前年同月比	
合計 = 211,160人	(+ 39 / + 3,352)
男 = 103,699人	(- 17 / + 1,568)
女 = 107,461人	(+ 56 / + 1,784)
世帯 = 89,456世帯	(+ 38 / + 2,026)
予算	
一般会計 = 878億5,362万9千円	
特別・公営企業会計 = 456億5,882万6千円	

犯人は今「あなた」を狙っています!

電話で忍び寄る!! 3つの手回

市内における「電話de詐欺」の被害総額が増加しています。大切な財産を失うと、自分が悲しむだけでなく、家族にも迷惑が掛かります。また、失ったお金は、新たな犯罪に使われます。

今号では、実際にあった手口と被害に遭わないためのポイントを紹介します。

☎コミュニティ課 ☎7150-6076

ID 1002705

令和4年中の市内の電話de詐欺被害は

50件 総額1億4,334万円

1件当たり平均被害額285万円

オレオレ詐欺

息子をかたる者から現金をだまし取られた



病院の医師や息子をかたる者から「息子さんが血を吐いて病院に搬送された」「財布をなくした。1,500万円必要だが、400万円しか用意できない」と電話がありました。

しばらくして再度、息子の同僚をかたる者から連絡がきて、自宅前の路上で現金を渡してしまいました。

知らない者からの「現金を預かる」は100%詐欺!

キャッシュカード詐欺盗

警察官をかたる者からキャッシュカードをだまし取られた



警察官をかたり、「銀行員を逮捕しました」「あなたの個人情報を使って、キャッシュカードの情報が使われるかもしれません」「これからあなたの家に警察官が向かうので、カードを確認させてください」と電話がありました。

その後、警察官になりすまして自宅を訪れた犯人に、キャッシュカードを手渡ししてしまい、すぐに口座からお金を引き出されました。

行政職員からの「キャッシュカードを預かる」は100%詐欺!

還付金詐欺

市役所職員をかたる者の詐欺に遭いそうになった



市役所の職員をかたる者から「介護保険の還付金があります。銀行から電話があります」と電話がありました。その後、銀行員をかたる者から「手続きはATMで操作する必要がありますが、銀行が混んでいるので、農協にカードと通帳を持って行って、着いたら電話をください」と連絡がありました。

農協に到着し、電話していたところ、農協職員から詐欺電話だと知らされ、被害に遭わずに済みました。

電話で「ATM操作」の指示は100%詐欺!

電話de詐欺に遭わないための対策トップ3



電話de詐欺の被害に遭わないためには

絶対に「詐欺犯人と直接話さないこと」

有効な対策トップ3を紹介します。

1位 留守番電話設定にする

常に留守番電話設定にすることで、被害に遭うリスクを回避しましょう!

留守番電話には「在宅中でも詐欺被害防止のために留守番電話設定にしております」などのメッセージを入れましょう!

2位 相手の電話番号を確認

ナンバー・ディスプレイサービスを利用し、電話に出る前に相手を確認しましょう!

3位 家族や身近な人にまず相談

自分一人で判断せず、第三者や電話de詐欺相談専用ダイヤルに相談しましょう!

この電話、詐欺かなと思ったら相談



千葉県警察
電話de詐欺相談専用ダイヤル
☎0120-494-506

▷受付時間=平日8時30分~17時15分

犯罪発生情報などを配信 流山市安心メールにご登録を

災害情報や犯罪発生情報に加え、「電話de詐欺」のアポ電が多発している地域や手口などの情報を随時配信しています。詐欺に気付くきっかけになるかもしれません。

二次元コードから登録できます。登録方法が分からない方は市ホームページ(ID 1002709)をご覧ください。



市議会第3回定例会が閉会 令和5年度一般会計補正予算などを可決

令和5年市議会第3回定例会が、8月31日から10月3日まで開かれました。令和5年度一般会計補正予算など市長提案25議案、議員提出のもの10議案、計35議案が提出され、そのうち市長提案25件を含め32議案が可決などされ、閉会しました。
 図 総務課 ☎7150-6067

幼児教育支援センター附属幼稚園の入園児を募集 10月17日から願書を配布

来年4月に入園する園児を募集します。
 ▷所在地=江戸川台東3-2
 ▷募集園児=令和6年4月1日現在、保護者とも市内に住所(住民登録)があり、送迎のできる家庭の4歳児(平成31年4月2日~令和2年4月1日生まれ)
 ▷定員=30人 ▷保育料=無償(入園料なし)
 ▷入園案内・願書の配布=10月17日から同幼稚園で配布※平日10時~15時
 ▷願書の受け付け=11月1日~7日10時~15時に同幼稚園へ持参※平日のみ
【入園説明会】
 日 10月17日(火)10時~11時
 所 同幼稚園※駐車場はありません。
 料 不要
 図 同幼稚園 ☎7152-0353

市内中小企業者などの 電気料金高騰分を支援

10月20日から流山市電気料金高騰対策支援金の申請受け付けを開始

電気料金高騰に対する市内中小企業者などの激変緩和措置を目的として支援金を交付します。対象となる条件や必要書類など詳細は市ホームページをご確認の上、市役所商工振興課へお問い合わせください。
 所 市内に営業所や事務所などを有し、令和5年9月1日以前から申請日時点で事業を継続し、かつ市税に滞納がない中小企業者など※特別高圧で契約している分は対象外
 ▷補助額=令和5年9月分の税別電気料金(2万5,000円未満の場合は対象外。上限30万円)×15.9パーセント(値上げ相当分)×4カ月※1,000円未満切り捨て
 申 申請書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を明記の上、10月20日から12月26日16時30分(必着)までに☎270-0164流山市流山2-312流山商工会議所に郵送または持参※平日9時~16時30分
 図 商工振興課 ☎7150-6085 ID 1043398

流山ぐりーんバスの運賃を改定 11月16日から

流山ぐりーんバスの運行を維持するため、別表のとおり運賃を改定します。詳細は市ホームページをご覧ください。市役所まちづくり推進課にお問い合わせください。

【運賃改定内容】

	改定前	→	改定後
大人運賃(現金)(注1)	160円均一 ※松ヶ丘・野々下ルートを除く	→	初乗り180円 +距離に応じた加算運賃(注2)
障害のある方および妊婦の方の運賃(現金)	80円	→	大人運賃の半額
障害のある小学生の運賃	40円	→	障害のある方の運賃の半額

注1:75歳以上の高齢者および小学生は大人運賃の半額
 注2:乗車区間の距離が3キロメートル以上の場合、500メートルごとに運賃が20円(大人運賃(現金)の場合)加算

図 まちづくり推進課 ☎7150-6090

ID 1002103

高齢者免許返納一時金制度を開始 運転免許証を自主返納した75歳以上の方へ

11月16日から、高齢者の運転免許証の自主返納促進の一助とするため、運転免許証を自主返納された75歳以上の方を対象に、1万800円分(1回限り)を助成する制度を開始します。詳細は市ホームページをご覧ください。

▷助成方法=次の①~③のうちいずれかを選択※対象となる事業者を利用した場合に限ります。

- ①民間路線バスの高齢者向け定期券の購入助成券1万800円分
- ②タクシー利用助成券450円分を24枚
- ③民間路線バスの高齢者向け定期券の購入助成券5,400円分およびタクシー利用助成券450円分を12枚

所 申請時に流山市に住民票があり、運転経歴証明書の取得時点で75歳以上の方

図 まちづくり推進課 ☎7150-6090

ID 1043452

市民公開講座を開催

自宅で最期まで過ごすための備えについて考えてみませんか

「流山市でおひとりさまになっても最期までご機嫌に過ごす! 備えについて語り合おう」をテーマに、市内の在宅療養に携わる医療・介護関係者によるパネルディスカッションを行います。

日 11月18日(土)14時~16時 所 初石公民館 所 市内在住・在勤・在学の方

定 100人(先着順) 料 無料

申 氏名、住所、電話番号を明記の上、市役所介護支援課にメール、ファクスまたは電話

図 介護支援課 ☎7150-6531 FAX 7159-5055

✉ kaigo@city.nagareyama.chiba.jp

ID 1043115

流山産業博を開催

技を発見! 街を発展!! もっと知ってよナガレヤマ!!!

今回で20回目を迎える流山産業博。市内の商工業者が一堂に会し、製品や商品を多くの方に知ってもらうイベントです。会場では製品や商品の紹介展示、即売会や飲食の出展を行います。また、ステージイベントやさまざまな体験コーナーの出展があります。詳細は特設サイト(=二次元コード)をご覧ください。

日 10月15日(日)10時~16時

所 森のまち広場(流山おおたかの森駅南口)

図 流山商工会議所 ☎7158-6111 ✉ office@nagareyama.or.jp



児童・生徒が快適に過ごすため 体育館に空調設置や 教室ロッカーを改修

市では、授業や部活動の際の熱中症予防など、児童・生徒の安全確保のため、この夏、全小・中学校の体育館に空調設備を設置しました。子どもたちからは「体育館が涼しくなり、体力テストの記録が伸びました」など、喜びの声がたくさん聞かれました。



また、ランドセルがA4教科書対応となり、サイズが大きくなったことから、ロッカーのサイズに合わないものが多く見受けられたため、小学校の教室ロッカー改修も進め、今年度は夏休み期間に13校のロッカーを改修しました。今後も複数年かけて夏休み期間に改修を進めます。



ID 1043601

市内の最高齢者を 井崎市長がお祝い

女性は大川さん、男性は高橋さん

敬老の日の9月18日に合わせ、井崎市長が市内の最高齢者をお祝いしました。今年、最高齢者になられたのは若葉台の大川ユキさんです。大川さんは、明治45年7月11日生まれの満111歳。当日は、大川さんのご自宅を市長が訪問し、お祝いの賞状と花束を手渡しました。市長から賞状と花束を受け取った大川さんは嬉しそうにほほ笑んでいました。



男性の市内最高齢者は、江戸川台西の高橋利巴津さんです。高橋さんは、大正6年8月12日生まれの満106歳。当日は、高橋さんのご自宅を市長が訪問しました。お祝いの言葉とともに賞状と花束が手渡されると、高橋さんは昨年引き続き「日本最高齢者の男性を目標にしています」と力強く抱負を語り、井崎市長と固く握手をされました。



ID 1043338

講座・イベント

★南流山福祉会館の講座・イベント

①盆踊り体験会

日 10月20日(金)・11月3日(祝)・7日(火)13時～16時 所 市内在住・在勤・在学の方 定 各50人(先着順) 費 各100円 持 動きやすい服装、タオル 申 10月12日9時から電話または直接窓口へ **ID 1042985**

②新米ママ講座

助産師による、お役立ち育児アドバイスです。 日 10月24日(火)10時～12時 所 生後6カ月までの赤ちゃん(第1子)とそのママ 定 15組(先着順) 費 300円 申 10月12日から赤ちゃんとのママの氏名、赤ちゃんの生年月日、住所、電話番号を明記の上、NPO法人nakocco(☐nakocco@gmail.com)にメール **ID 1042987**

③南流山お笑いライブ

お笑い芸人のおっぺさんやカントリーーズさん、インタレスティングたけしさんなどによるお笑いライブです。 日 10月29日(日)13時～14時 所 市内在住・在勤・在学の方 定 100人(先着順) 費 無料 申 10月12日9時から電話または直接窓口へ **ID 1042988**

【共通事項】
所 南流山福祉会館
☎ 南流山福祉会館 ☎7150-4320

★赤ちゃんと一緒におしゃべり美ヨガ&マタニティヨガ

日 10月24日(火)10時～11時30分 所 南流山センター
講 美ヨガインストラクター出口真由子さん 対 生後2カ月～ハイハイ期前の赤ちゃんとその保護者※妊娠16週以降で医師の同意のある方も参加できます。 定 15組(先着順) 費 500円 持 バスタオル、飲み物 申 電話または直接窓口へ 所 南流山センター ☎7159-4511

★ファミリー・サポート・センターの講演会

保育士で主任児童委員の田中丸宏美さんが、「子どもが健やかに育つために」をテーマに日ごろ皆さんから子育ての悩みや不安をお聞きする中で感じていることをお話しします。 日 10月25日(水)10時～12時 所 南流山福祉会館 対 市内在住の方 定 20人(先着順) 費 無料 申 江戸川台ファミリー・サポート・センターに電話、メールまたは直接窓口へ 所 同センター ☎7153-4151 ☐ famisapo-nagareyama@ever.ocn.ne.jp

★「口腔機能と子供の成長」講座

きれいな歯並びをつくり、しっかりとした体幹を育てるためには、歯が生える前の乳児期からお口を育てることが重要です。ほんじょう歯科医院の歯科医師・本浄香恵さんを講師に迎え、口腔機能のトレーニング方法を学びます。子育て中の方も、妊娠中の方もぜひご参加ください。 日 11月1日(水)10時～11時30分 所 初石公民館 対 市内在住の0歳～1歳未満の乳児の保護者または妊婦とそのパートナー(お子さんの同伴) 定 50人(先着順) 費 無料 持 筆記用具 申 保健センターに電話※1歳～就学前児の一時保育あり(先着5人。10月17日までに要申し込み) 所 保健センター ☎7154-0331 **ID 1000710**

★消しゴムはんこをつくらう

市内在住のイラストレーター・三條栄子さんを講師に迎え、図書館オリジナルデザインの来年の干支「辰」にちなんだはんこを作りませんか。大人の方も参加できます。 日 11月3日(祝)10時～12時 所 サンコーテクノプラザ 対 小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 定 10人(先着順) 費 500円(材料代) 持 丸形の彫刻刀(お持ちの方のみ) 申 10月12日9時からサンコーテクノプラザ南流山地域図書館に電話または直接窓口へ 所 同地域図書館 ☎7159-4000 **ID 1043083**

★うさぎ雛手芸講座

かわいらしいうさぎの雛人形を作ります。 日 11月15日(水)10時～12時 所 初石公民館 講 手芸家・足原登志代さん 定 10人(先着順) 費 1,000円 持 はさみ、針 申 10月11日8時30分から電話または直接窓口へ 所 初石公民館 ☎7154-9101



★ママのためのリフレッシュサロン 骨盤矯正&ストレッチ

心身を整えてリフレッシュしましょう。お子さん連れの方も参加できます。 日 11月20日(月)10時30分～11時30分 所 おおたかの森センター 講 フィットネスインストラクター・須藤由紀さん 定 20人(先着順) 費 500円※小学生以下は100円 持 動きやすい服装、ヨガマットまたは厚手のバスタオル、飲み物、タオル 申 NPO法人Rise up女性サポート実行委員会に電話(☎7103-8249)またはメール(☐riseup.kunoichi@goo.jp) 所 おおたかの森センター ☎7159-7031

☎ 問出口 ☐ kdeguchi@mva.biglobe.ne.jp
■ はがき給サロンの脳トレ(アトリエ赤い靴主催)=10月16日(月)・30日(月)14時15分～16時45分、流山福祉会館。各100円※要申し込み。荒天中止 問 事務局 ☎7186-7719
■ 南米出身インストラクターによるラテンエクササイズ&ペアダンス体験会(NPO法人流山市国際交流協会主催)=10月16日(月)・25日(水)18時～19時15分、おおたかの森センター。無料※要申し込み 問 事務局 ☐ bunkabu1002@yahoo.co.jp
■ 偏差値から検査値 チャットGPTよりY GTP 沖阿友勝展(花神会主催)=10月

展示

★うんがいい! シント・マールテン祭 オランダの秋のお祭りを楽しもう

ハロウィーンの種類ともいわれているオランダのシント・マールテン祭の紹介パネルや、ハロウィーンとシント・マールテン祭をテーマにした子どもたちの作品を展示します。 また、11月11日のシント・マールテン祭の日に利根運河交流館で工作やチューリップの球根植えなどのイベントを行います。 日 開催中～11月12日(日)9時～17時 所 運河駅ギャラリー(運河駅自由通路内) 所 利根運河交流館 ☎7153-8555(月・火曜休館、祝日の場合は翌日)



★ギャラリーガラスケース展示 水墨画展

市内で活動している墨舟会の皆さんによる水墨画展です。風景画や花鳥風月などの水墨画を展示します。 日 10月11日(水)～18日(水)9時～17時(11日は11時から)※16日は休館 所 森の図書館 所 森の図書館 ☎7152-3200 **ID 1043216**

会議

★都市計画審議会

日 10月23日(月)14時から 所 市役所 対 用途地域の変更について、生産緑地区の変更について 定 10人(先着順) 所 都市計画課 ☎7150-6087

その他

★森の図書館のイベント

①おもちゃ病院 おもちゃドクターが壊れたおもちゃを修理します。 日 10月14日(日)13時～15時30分 費 無料(材料代がかかる場合あり) 申 不要 **ID 1043215**
②勉強night! 秋 試験勉強は図書館で! 閉館後の図書館を試験勉強のラストスポットの場所として提供します。勉強に役立つ本や進路に関する本、息抜きになる本なども展示します。 日 11月5日(日)17時30分～20時45分 対 中学・高校生 定 25人(先着順) 費 無料 申 10月12日10時から電話 **ID 1043217**
【共通事項】
所 森の図書館
所 森の図書館 ☎7152-3200

★どんぐりマルシェ

かわいいハンドメイド作品の販売やワークショップがあります。ゲームコーナーやフードショップのほか、今年子どもたちが自ら出店するキッズマルシェコーナーもあり、親子で楽しめます。 日 10月22日(日)10時～14時 所 おおたかの森小学校区学童クラブ、おおたかの森センター 所 同学童クラブ ☎7197-7231 NPO法人Rise up女性サポート実行委員会 ☎7103-8249

★福祉会館まつり

①野々下福祉会館まつり 野々下福祉会館で活動されている皆さんの発表やゲーム、くじ引きのコーナーがあります。 日 10月28日(日)10時～15時 所 野々下福祉会館 申 不要 所 野々下福祉会館 ☎7145-9500 **ID 1042991**
②思井福祉会館まつり 思井福祉会館で活動されている皆さんの発表やゲームコーナーがあります。 日 11月11日(日)9時30分～16時 所 思井福祉会館 申 不要 所 思井福祉会館 ☎7159-5666 **ID 1043347**

★博物館子ども教室 古代の鏡を作ってみよう!

古代の鏡は金属で作られ、まつりの道具として使われていました。金属を溶かして磨き、自分だけの鏡を作ってみましょう。 日 11月4日(日)10時から、13時30分から 所 中央図書館 対 小・中学生※小学校低学年は保護者同伴 定 各15人(先着順) 費 各500円(材料代) 持 汚れてもよい服装、博物館子ども教室スタンプカード(お持ちの方のみ) 日 10月12日10時から 電子申請 所 博物館 ☎7159-3434 **ID 1042962**



★大人のためのおはなし会

秋をテーマに、大人に向けた絵本の読み聞かせなどを行います。 日 11月9日(木)10時～11時30分 所 東部公民館 対 中学生以上 定 20人(先着順) 費 無料 日 10月12日10時から木の図書館に電話または直接窓口へ 所 木の図書館 ☎7145-8000 **ID 1043129**

★は市または指定管理者などの主催のもの

しみの伝言板

問 秘書広報課 ☎7150-6063 **ID 1010465**

イベント

■ アウシアス・パレハ ギターコンサート(サンタリタ ギター主催)=10月12日(木)16時～17時30分、初石公民館。一般2,500円、高校生以下1,500円 問 鈴木 ☎080-3123-2120
■ ミューズコンサート2023(ミューズ熊坂音楽スタジオ 老ゆう大音楽専科OB連合会主催、市教委後援)=10月14日(土)14時～16時30分、生涯学習センター(流山エルズ)。無料

19日(木)～24日(火)10時～21時(19日は12時から、24日は15時まで)、生涯学習センター(流山エルズ)。無料 問 塚本 ☎090-8175-3713
■ 南流山さつき会秋期展=10月28日(土)～29日(日)9時～17時(29日は16時まで)、東部公民館。無料 問 大町 ☎080-6894-0112
■ リレー・フォー・ライフ・ジャパン2023 ちば(公財)日本対がん協会主催、市後援)=10月28日(土)11時30分～17時30分、柏の葉公園コミュニティ体育館。1,000円※18歳未満の方・がん患者無料 問 菊地 ☐ emiko3.rfljchiba@gmail.com
■ 第一回 古事記・日本書紀を楽しむ会(文学を

楽しむ会主催、市教委後援)=10月28日(土)13時～14時30分、生涯学習センター(流山エルズ)。1,000円※要申し込み 問 井出 ☎090-4911-5489
■ 小さな小さな音楽会 2023年 秋のオカリナフェスティバル=10月31日(火)12時～16時30分、スタートおおたかの森ホール。無料 問 荒木 ☎080-5420-2874
■ 歴史人物講座「ソ連から北海道を守った樋口季一郎」(日本の心を育む会・東葛主催)=11月12日(日)16時～17時30分、パレット柏。1,000円※高校生以下無料 問 岩淵 ☎090-4847-0400

三郷流山橋開通記念イベントを開催

開通前の橋を歩いて江戸川の新しい眺めを発見しよう

11月26日
開通決定

三郷流山橋が令和5年11月26日に開通することが決定しました。開通を記念し、開通前の橋を歩くことができるイベントを三郷市と共同で開催します。貴重な機会ですので、ぜひお申し込みください。

📅11月12日(日)10時～12時※荒天中止

📍三郷流山橋※三輪野山地先で受け付け。詳細は当選者に別途案内 📧市内在住の方

定500人(多数抽選)

費無料 持当選ハガキ兼参加証

📅10月25日までに専用フォーム(=二次元コード)から電子申請または申込書(市ホームページからダウンロード可)を専用ダイヤル(FAX)022-398-7238へファクス

※グループでの申し込みも可(1グループ5人まで。抽選はグループ単位)。当選者には当選ハガキ兼参加証を11月2日ごろに発送予定(グループの場合は各住所の代表者宛て)

📞道路建設課☎7150-6094

📄ID1043244



専用フォーム



流山史跡ガイドウォーク 秋編

江戸文化遺産「江戸川八十八ヶ所」と周辺史跡めぐり

弘法大師生誕1250年を記念し、周辺史跡を巡るコースです。NPO法人流山史跡ガイドの会の皆さんと、意外と知らない流山の歴史や史跡を楽しく学びましょう。

日時 ※いずれも小雨決行	コース ※いずれも約4キロメートル。現地解散
11月11日(土) 9時～12時	南流山駅→東福寺→鱈ヶ崎三本松古墳跡→熊野神社→耳だれ地蔵→愛染堂→流山セントラルパーク駅
11月25日(土) 9時～12時	南流山駅→流山寺→赤城神社→一茶双樹記念館→近藤勇陣屋跡→閻魔堂→流山駅

📍JR武蔵野線南流山駅北口集合 📧市内在住・在勤・在学の方

定各20人(先着順) 費無料 持動きやすい服装、タオル、飲み物

📍文化会館に電話または直接窓口へ

📞文化会館☎7158-3462 📄ID1014851

#流山公園
トライアル

秋の紅葉パークデイ

(NY Wellness & Yoga主催)

市総合運動公園を楽しくする実験

📅みどりの課☎7150-6092 📄ID1040179

秋を感じながら五感を使ったヨガやネイチャーゲームを楽しみませんか。参加された方にはベールを提供します。

📅11月3日(祝)①9時～10時②9時～11時30分③10時30分～11時30分※雨天中止

📍市総合運動公園ピクニック広場

📍①ヨガ②ヨガ+ネイチャーゲーム③ネイチャーゲーム

費①②2,000円③1,000円

📍申込専用フォーム(=二次元コード)から

📍NY Wellness & Yoga

📧renaomrena@gmail.com



利根運河シアターナイト2023

テーマは「ほどく」そこから生まれる利根運河の新しい光景

東京理科大学建築学科の学生有志が中心となって地域と協力し、利根運河の魅力と光と水、音、食などを用いて幻想的な空間を創出する「利根運河シアターナイト」。今回のテーマは「ほどく」。利根運河周辺で感じられる空間や距離、見慣れた風景などへの既成概念を「ほどく」作品群を中心に、新しい利根運河を演出します。また、音楽ライブや飲食店などの出店ブースがあります。利根運河の「一日限りの非日常空間」をお楽しみください。

📅10月21日(土)12時～20時

※荒天の場合は22日(日)に延期

📍運河水辺公園・西深井散策の森

▷ライブ出演=流山おおたかの森高校吹奏楽部・合唱部、流山子どもミュージカル、パブリックピアノ

部、東京理科大学ジャズ研究会(ほか)

※出店・出演の詳細は特設サイト(=二次元コード)をご覧ください。

費無料※出店ブース(ワークショップを含む)は実費

📍利根運河シアターナイト実行委員会・江原☎070-2641-6635

流山本町・利根運河ツーリズム推進課☎7168-1047



昨年の様子



生物多様性シンポジウム

見て! 知って! 楽しむ! 講演会&観察会

「ながれやまの生物多様性」についての講演会を開催します。講演会の後は、利根運河の生態系を守る会の皆さんと実際に自然に触れる観察会を行います。ぜひ、生物多様性への理解を深めましょう。

📅11月12日(日)9時30分～12時10分

	時間	場所	内容
第1部 講演会	9時30分～ 10時40分	森の図書館	東深井地区公園(古墳の森)のキンラン・ギンラン・ササバギンランの開花数推移2023 📍東葛自然と文化研究所所長・新保國弘さん ながれやまの自然発見! 生物多様性モニタリング調査～野鳥調査・ニホンアカガエル卵塊調査・カヤネズミ巣調査～ 📍利根運河の生態系を守る会副会長・紺野竹夫さん
第2部 観察会	10時50分～ 12時10分	東深井地区公園(古墳の森)	3班に分かれて観察会 古墳の森で学ぶ 支え合う生き物

📍市内在住・在勤・在学の方

定60人(先着順) 費無料 持歩きやすい服装と靴、帽子、飲み物、タオル、筆記用具、

雨具、双眼鏡またはルーペ(お持ちの方のみ) 📍市役所環境政策課へ電話

📞環境政策課☎7150-6083 📄ID1002614

ながれやまで いきいき過ごすために

医療専門職からの健康アドバイス⑦(最終回)



中部高齢者なんでも相談室
(地域包括支援センター)
センター長
土谷 しのぶ

看護師と保健師の資格を取得後、平成7年4月に都内の病院に入職し、病棟・訪問看護・外来・訪問診療看護を経験。平成13年から東葛病院に勤務し、病棟・外来・訪問診療看護を行う。その後平成24年9月に流山市中部高齢者なんでも相談室(地域包括支援センター)に保健師として着任し、現在に至る。

📞高齢者支援課☎7150-6080

「人との交流」と「社会参加」で健康リスクを最小限に

令和5年4月1日現在、住民基本台帳のデータによると、市内における高齢者世帯の約37パーセントが1人暮らし世帯、約33パーセントが高齢者のみで暮らし世帯です。若い世代の転入者が多い中部圏域でも、流山おおたかの森駅周辺では高齢化率10パーセントを下回るエリアもありますが、それ以外の地域では高齢化率40パーセントを超えている集合住宅街もあり、老老介護・認知症独居・8050世帯(80代の親が50代の子どもを経済的に支援しながら同居する世帯)など全国的に問題となっている状況と同じ相談が増えていきます。これらは「孤立」につながりやすい問題です。今回は、健康の観点における「交流」の大切さについてご紹介します。

人との交流が週1回未満を下回ると健康リスクが生じ、月1回未満の場合は毎日頻りに交流している場合と比べて1.3倍早く亡くなるリスクがあるといわれています。さらに、地域の社会参加率が高いほど、そこに住んでいる方の健康度が上がり、認知症・転倒・うつ

のリスクが低い傾向にあるといったデータもあります。健康でいるためにも「交流」や「社会参加」はとても大切です。健康格差をなくすため、動けるうちに地域の活動や集まりに参加し、地域の人々と交流を持つことをお勧めします。例えば、「ながいき100歳体操」や「いきいきサロン」などに参加したり、高齢者ふれあいの家に通って新たな友人をつくったり、新たな趣味を見つけて挑戦したりしている方々は、高齢になっても元気で、フレイル予防につながっています。さらに、けがや病気をしたときも声を掛けてくれる友人がいるため、孤立に対する不安が少なく過ごせています。最近ちょっと衰えてきたなと感じたら、ぜひ身近な活動や他者との交流に一步踏み入れてみましょう。

高齢者なんでも相談室(地域包括支援センター)は、市内に5カ所ある高齢の方のための相談窓口です。社会福祉士やケアマネジャー、保健師などが在籍し、相談に乗っています。お困りごとがありましたら、気軽にお住まいの地域を担当する高齢者なんでも相談室(地域包括支援センター)に電話してみてください。