

北総地域で楽しむ 文化・芸術・地域 再発見の旅!

表紙写真:「あとえあす」にて体験作品

第7回草深の森 森の音楽会

印西市

10月26日(土) 13:30~15:30(予定)
草深の森(印西市高花6-17隣接地)

NPO法人ラーバン千葉ネットワークが保全活動を行っている草深の森で行われる音楽会。今年は歌手の山崎 薫さんとピアニストの泉谷景子さんを迎えます。森のカフェも一日限定でオープン! 香り高い珈琲とともに癒し溢れる演奏をご堪能ください。参加無料。申込み不要。

☎ NPO法人ラーバン千葉ネットワーク事務局

☎ 0476-37-6419(10:00~17:00)



フルーツバスケット

成田市

10月24日(木)~29日(火)
10:00~19:00(最終日18:00まで)
ボンベルタ成田1階公園側入口特設会場

今年で29周年を迎える手しごとの仲間たちによるイベント。約30のハンドメイドと10店舗のカフェ&フードが日替わりで出店! 期間中、毎日1DAYレッスンも開催されるので、お好きなジャンルのものでつくりにぜひご参加ください(要事前申込み)。

☎ マダム工房 ☎ 090-4167-1064(北嶋さん)

📧 fruitsbask.exblog.jp 📱 facebook.com/fruitsbasket2031/



第29回郷土作家展

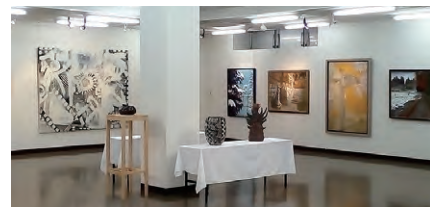
四街道市

前期10月1日(火)~6日(日) 9:00~18:00
(最終日16:00まで)
後期10月8日(火)~13日(日) 9:00~18:00
(最終日16:00まで)
四街道市民ギャラリー

四街道市美術協会の会員、約50名による作品が一堂に会します。前期は絵画と工芸、後期は書道と工芸の作品を発表。郷土の作家たちの作品をじっくり鑑賞ください。

☎ 四街道市教育委員会社会教育課

☎ 043-424-8934



* イベント情報 *

ユーカーが丘商店連合会

24th ユーカリ Together!

ユーカーハロウィンフェスタ 2019

10/27 SUN 11:00~17:00

世界からユーカーに集まれ!

2020年を前に!

合言葉はユーカーハロウィン!

参加者募集

お問合せ info@yukari-hyoren.com

お申込(申込フォーム) <http://yukari-hyoren.com/>

又は商連会員専用にて設置のチラシ裏面記入の上 FAX 043-463-0784 にて受付します。

★かぼちゃのちょうちん作り

先着60名 参加無料

北海道から直送!

11:00~14:00

申込〆切 10/7(日)

★ハロウィン仮装パレード

みんなでパレード!

先着50組 参加無料

11:00受付・14:00コンテスト開始

会場 京成本線ユーカーが丘駅

★北口駅前エリア ★中央通り(ホコ天)

主催 ユーカーが丘商店連合会

ユーカーが丘商店連合会 佐倉市ユーカーが丘3-2-1 山王サンビル内 TEL.043-463-0784

後援 元年度 街中にぎわい推進事業

第31回

歯ッピーがみんぐフェア

10月20日(日) 10:00~16:30

ウィシュトンホテル・ユーカー4F

- 一般歯科健診コーナー
- 歯科相談コーナー
- 口腔がん検診(佐倉市民対象)
- はみがきコーナー
- かむ力チェックコーナー(先着100名)
- 禁煙・健康相談コーナー
- 体組成測定コーナー
- 体験!歯ッピー体操コーナー
- お薬相談コーナー

問合せ 佐倉市健康管理センター ☎043-485-6712

主催 印旛郡市歯科医師会 佐倉地区・佐倉市

北総地域で楽しむ文化・芸術・地域再発見の旅!

暑さも落ち着き、ようやく秋の気配が感じられるようになりました。今回は北総各地からギャラリーや体験工房、博物館をご紹介します! ぜひ今年の秋は地域で作品鑑賞やものづくり、郷土の歴史に触れて、文化・芸術の秋とともに地域再発見の旅をお楽しみください!



八千代市立郷土博物館 八千代市

八千代市のシンボルでもある新川を中心とした自然と人々との関わりを始め、市の誕生、民俗、人々の暮らし、農業、漁業、考古に至るまで、八千代市の歴史を貴重な資料とともに紹介。現在から過去にさかのぼる倒叙法の展示で、八千代の成り立ちは勿論、新川や印旛沼、花見川など、私たちの貴重な水資源の歴史と変遷を知ることができ、八千代市民のみならず見です! 大規模住宅団地の日本発祥地としての歴史を持ち、商業施設や工業団地を有する人口約20万人都市に発展した八千代市の歴史を振り返りながら地域再発見をご堪能ください!



★自然豊かな八千代市北部には小動物や鳥類など多様な生き物が生息。



★宿場の歴史
江戸時代には成田街道が栄え、現在の大和田と萱田町は宿場として繁栄しました。



★人面墨書土器(延暦10年)
保品の上谷遺跡の住居跡から出土した文字と人面が描かれた土器。村神郷に住む女性の災いを除き、捧げ物をして延命を祈ったものとされ、人の顔は疫病神や国神などをあらわしていると考えられています。



★新川では外来魚が増えており、新川に棲む魚たちの移り変わりを知ることができます。



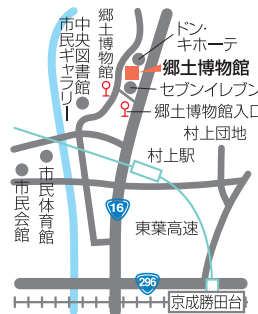
企画展「戦争の記憶 ～太平洋戦争と八千代・房総～」

【会期】10月6日(日)～11月24日(日)

【展示】戦争体験者への聞き取りや資料調査をもとに太平洋戦争の様相や戦時中の生活について、米本空襲など八千代市での戦争被害を交えて紹介します。

①【八千代市立郷土博物館】

開館時間:9:00～16:30 入館料:無料
休館日:月曜日(但し、祝日・休日の場合は開館して翌日休館)
所在地:八千代市村上1170-2 ☎19台
☎047-484-9011
🌐 <https://www.yachiyo.ed.jp/yachiyo/sosiki/rekisi/>

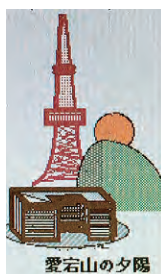


を、透析シャントには血管拡張術を、いずれも傷跡がなく痛みの少ないカテーテル治療で行っております。

脈管および透析専門医の経験豊富な医師と親切なスタッフが、アットホームな雰囲気、皆さまのお悩みに向かいます。頸部・胸腹部・四肢の動静脈の疾患(動脈硬化・下肢静脈瘤・静脈血栓症・リンパ浮腫・透析シャント血管)を専門にしております。日帰り治療として、下肢静脈瘤には、血管内焼灼術や硬化療法

ユーカリ血管クリニック ～ドクター・ラオシーの夢うつつ～ 【その四】

ラオシー少年もいよいよ自分の将来を考える年頃になりましたが、幼い頃にかわいい妹を病気で失ったことで、迷うことなく医学校へ進みました。ラオシーの母親も亡き娘が、息子を導いたのだらうと感慨もひとしおでした。その医学校は明治の始めの頃、イギリスに留学した海軍軍医が創った学校で、空襲にも耐えたレンガ積みで古い校舎の冬は、底冷えのする寒さでした。学ぶ知識は膨大で、吐いては詰め込む過酷さは、未だに夢に見るほどです。それでも普段は同級生と歓談し、やたらに守備時間の長い野球倶楽部で、手の皮をむき、打撲のアザを作りながらも、なんとか根性と体力だけは身につきました。たまに女子学生から秋波(しゅうは)が送られて来ても、ラオシーは故郷のバス停で見染めた彼女に心を奪われたままなのです。(つづく)



佐倉市西ユーカリが丘 6-12-3
イオンタウン ユーカリが丘 西街区 2F

◎事前に電話でご予約ください。

●診療時間 ☎043-463-7711

	月	火	水	木	金	土	日
10:00～13:00	○	○	×	○	○	△	×
16:00～18:00	○	○	×	○	○	△	×

◎上記の他、祝日、第2・4土曜日は休診となります。

ホームページ <http://www.yucari-kekkan.jp/>

A large mural depicting a figure in traditional Chinese attire, possibly a deity or noble, holding a fan, set against a background of stylized clouds or foliage. The figure is wearing a bright orange robe and a tall, ornate headdress. The mural is framed by a decorative border.

★展示内容に合わせて関連資料を公開。作品鑑賞とともにゆっくりご覧下さい。



A variety of Thai dishes are served on a pink tablecloth. The dishes include a green salad with tomatoes and carrots, a bowl of green soup with a lime wedge, a bowl of white rice, a bowl of yellow soup, a bowl of green soup with a lime wedge, a bowl of white rice, a bowl of yellow soup, a bowl of green soup with a lime wedge, a bowl of white rice, a bowl of yellow soup, and a bowl of green soup with a lime wedge.



10/ SAT
12

10:00▶12:00

陽の広場
＆
フードコート

※すべて売切れたら営業終了になります。

朝市

**MORE
MARCHÉ**



★新米
おにぎり
「味噌汁つき」販売

30食
限定

★地元農家さんのこだわりの新鮮野菜や加工品などを販売します。

次回はい11/9開催予定

10/ SAT
26

フードコート／陽の広場
10:00▶16:00

ハロウィンモアマルシェ

HALLOWEEN

MORE marche



毎月最終土曜日は、「モアマルシェ〜マンスリーセレクション〜」の開催日です。
10月はハロウィンムードたっぷりにお届けしていきます！子どもも大人もハッピーハロウィン♪

入場
無料

（備伊藤楽器ヤマハ音楽教室牧の原モアセンターの
ハロウィンパーティー[13:00〜（ステージ）]
●エレクトーンデモンストレーション演奏
●その他楽しいステージイベント盛りだくさん！
★ぶっぴるとホッピーと一緒に遊びよう！
★仮装バレードとスタンブリー
ヤマハ音楽教室牧の原モアセンター（☎0120-361-207）
に申込受付中！ 当日参加もOK！
★かぼちゃのちようちん作りほか

詳しくは [f](#) モアマルシェ [by](#) 検索

※出店者および販売内容は
変更になる場合がございます

同時開催： **印西おもちゃの病院**

13:00▶
こわれたおもちゃなほし屋 **16:00**

MORE
MAKINOHARA

1,400台 収容の大型駐車場完備

印西牧の原駅北口 **牧の原モア**

〒270-1331 千葉県印西市牧の原1丁目3番

TEL.0476-48-5514

<http://www.makinohara-more.com/>

これからイベント

成田市

NARITA花火大会in印旛沼

10月13日(日)18:30打ち上げ開始
成田市方ニュータウンスポーツ広場

様々な企画で打ち上げられる観客参加型の花火大会として、2010年には花火師とともに「グッドデザイン賞」を共同受賞。今年は12,000発の花火が令和の夜空を彩ります! 感動と興奮のひとつをお過ごしください。

◎NARITA花火大会実行委員会事務局
☎0476-89-7562(平日9:30~18:00)
◎http://narita-hanabi.com/2019/



これからイベント

成田市

第20回成田山公園紅葉まつり

11月9日(土)~24日(日)
※期間中、土・日曜日10:00~15:00はイベント開催!

成田山公園では例年11月中旬から12月上旬にかけて紅葉が見頃を迎え、モミジやクヌギ、ナラ、イチヨウといった約250本の木々の葉が美しく色づきます。期間中の土・日曜日にはお茶会や演奏会も開催。園内をゆっくり散策しながら深まりゆく秋をお楽しみください。

◎一般社団法人成田市観光協会
☎0476-22-2102
◎http://www.nrtk.jp



これからイベント

四街道市

Morino Oto Festival 2019

10月26日(土)13:00~20:00 ※荒天時27日(日)
四街道プレーパークどんぐりの森(和良比690)

森の中で、音楽やアート、飲食を楽しめる大人向けの音楽フェスティバルです。プレーパークで遊んだ経験を持つ地元の大学生が中心となり、イベントを開催。秋の森を舞台に繰り広げられる非日常的な体験をお楽しみください。入場料大人¥500、小・中学生¥300。

◎Morino Oto Festival実行委員会
◎MorinoOtoFestival@gmail.com
◎http://www.facebook.com/MorinoOtoFestival/



これからイベント

佐倉市

佐倉の秋祭り

10月11日(金)~13日(日)15:00~22:00
麻賀多神社および新町通り周辺

錦木麻賀多神社大神輿の渡御を始め、各町内の山車、御神酒所、御輿の巡行が行われます。初日の宮出しから中日の競演、最終日の宮入りまで、城下町佐倉の歴史と伝統が息づく祭礼をご堪能ください。

◎佐倉市観光協会 ☎043-486-6000
◎http://www.sakura-maturi.jp



これからイベント

佐倉市

佐倉“江戸”時代まつり

~江戸風情と賑わいの一日~
11月17日(日)10:00~15:00 ※荒天中止

新町通りとその周辺
城下町として繁栄した佐倉新町通りを中心に江戸時代のまちなぎを再現! 時代衣装行列を始め、佐倉藩藩外不出の古武術「立身流」演武や捕物寸劇、江戸の大道芸など、タイムスリップした気分での賑わいをお楽しみください。

◎佐倉市観光協会
☎043-486-6000
◎http://www.city.sakura.lg.jp/0000001055.html



これからイベント

酒々井町

第4回酒々井・千葉氏まつり

10月6日(日)
10:00~15:00(まつり) / 19:00~20:00(花火大会)

酒々井町中央公園ほか
戦国時代から明治時代まで酒々井でかつて行われていた盛大な祭りが郷土のまつりとして復活! 火縄銃鉄砲隊演武、ばか乗り(仮装)、仮装コンテスト、練り歩き、競馬の実演など、様々な催しをお楽しみください。夜には花火大会も初開催! 入場無料。

◎酒々井・千葉氏まつり実行委員会
☎043-496-1171(企画財政課・経済環境課)
☎043-496-5334(生涯学習課)



◎ 印西ウエットランドガイド里山自然館「北総の自然アルバムX」
10月1日(火)~13日(日)9:00~17:00(最終日は15:00まで)
北総の自然の中で会員が撮りためた野鳥や昆虫、花や歴史・文化などの写真・イラストを展示。12日(土)は、公園内でドングリを使ったワークショップを開催します。参加無料。公園駐車場有料。10月9日(水)は休館。
◎ 印西ウエットランドガイド ☎FAX.0476-47-1455(阿部さん)

◎ 第14回酒々井新酒祭
11月17日(日)9:30~14:30 沼沼本家
酒々井町のしほり立て新酒の振る舞いが行われます! 新酒の限定販売や地元グルメ、野外ステージでの様々なパフォーマンスをお楽しみください。入場無料。車での来場は不可。公共交通機関または臨時循環バスをご利用ください。
◎ 酒々井すいすい倶楽部 ☎090-6703-4459

◎ 森の自然観察会
10月20日(日)10:00~12:00(9:45までに佐倉草ぶえの丘駐車場入口に集合)
佐倉市民の森(佐倉市土浮) ※雨天中止
森にすむ生き物たちがどのように工夫を凝らして生きているか、生き物たちの不思議な世界をのぞいてみませんか! 対象は小学生以下(保護者同伴)。定員先着30名。要申込み。参加無料。動きやすく、汚れてもよい服装で、水筒を持参の上ご参加ください。
◎ 佐倉市農政課 ☎043-484-6141(10月17日申込み締切)

◎ テラプレーションin佐倉
11月22日(金)10:00開演(9:45開場)
ミニシアターセンター佐倉
毎年恒例の大人のための語りの祭典。「ムフタル通りの魔女」、「シモンの父さん」、「瑞照姫」など、全国で活躍中の語り達人7名が創り出す語りの世界をお楽しみください。入場無料。
◎ 佐倉おはなしの会 ☎043-461-1612(代表 田倉さん)

◎ 花夢陶房ギャラリー「手作り陶瓶展」
10月27日(日)~11月20日(水)13:00~16:00(日曜日~水曜日)
大瓶から一輪挿し、掛形瓶のほか、食器類などの陶作品を展示販売します。入場無料。
◎ 花夢陶房ギャラリー ☎043-496-3557

◎ 墨古沢遺跡国史跡指定記念講演会
11月16日(土)13:00~16:15(12:00開場)
酒々井町中央公民館
東京大学教授の佐藤宏之氏を講師に迎え、新たに国史跡に指定される約3万4千年前の旧石器時代環状ブロック群・墨古沢遺跡の発掘調査と研究成果から歴史的意義や重要性について考えます。定員先着200名。10月10日~31日の期間中、平日8:30~17:15までにお申込みください。参加無料。
◎ 酒々井町教育委員会生涯学習課 ☎043-496-5334

イベント情報は ST&D TV みんなのイベントカレンダーもチェック! ➡ http://www.stad-tv.com/our_calendar/ 初回登録(無料)が必要です。

事業拡大につき

路線バス 運転士募集!

日常の小さな出会いが嬉しい「路線バス」

1

安心ポイント

2

京成グループ! 正社員登用実績も多数!!

3

合格率100% 大型2種養成制度で 普通免許からOK!!

4

事前に 職場見学が 可能!!

募集概要

職種 路線バス運転士

月給 200,000円~ + 乗務に伴う手当
※試用期間3ヶ月は時給1,100円

【月収例】270,000円
※200,000円+乗務に伴う手当20,000円+残業35時間(50,000円)

時間 5:00~24:00のシフト(実働6時間57分) ※変動あり

資格 大型二種免許 ※実務経験は問いません。

休日 週休制(4週5休) + 特別休暇(年間13日)

待遇 昇給有、賞与年2回、社会保険完備、残業他各種手当有、有給休暇、制服貸与、正社員は退職金制度有

応募 まずはお気軽にお電話ください。
※なお、応募書類は返却致しませんのでご了承ください。

普通自動車免許のみお持ちの方(所持3年以上、50歳迄、8t限定可)は 大型二種免許取得費用サポート制度有
※養成中も給与支給(時給制)

社員登用も可能です!

ご応募・お問い合わせは

ちばグリーンバス 株式会社

〒285-0821 千葉県佐倉市角1474-1

☎043-481-0808 (採用係)

【受付時間】9:00~18:00

KSEI GROUP

パートも随時募集 時給 1,150円~

仕事 ①送迎バス運転士 ②コミュニティバス運転士

時間 5:15~21:00のシフト制

※勤務時間・日数等は相談に応じます。

酒々井町の魅力がつまった「まるごとすい」が誕生!



10月9日(水)、酒々井プレミアム・アウトレット第3駐車場向かい側に新たな観光拠点となる「まるごとすい」がオープン!

これは主に酒々井町の特産品開発の推進と観光案内の拠点を目的に、国の平成30年度地方創生拠点整備交付金を活用して開設されたものです。特産品の開発では、地元企業に働きかけ専門家のアドバイスのもと、商品開発から試食会、販路開拓に至るまで、持続可能な支援を行っていきます。

観光案内拠点としては、館内にデジタルサイネージを設置。酒々井町の年間の催事情報を映像で紹介するほか、観光マップやパンフレットなどを多数用意。アウトレット以外にも、町内の観光施設や中心市街地に足を延ばして貰おうと、レンタサイクルの貸し出しも行われます。体力に自信がないという方には、電動アシスト付自転車が快適。館内に用意されたサイクリングマップを参考に、ハーブガーデンや飯沼本家などの観光施設や国史跡本佐倉城跡といった歴史のロマンを体感するサイクリングもおすすめです!

酒々井町の魅力発信の一環として、土・日・祝日には酒々井を代表する土産品や地元生産者の季節野菜も販売予定。ピーナッツや地酒、

地元の人気レストランによるドレッシングなどを始め、オープン時には町内で採れた秋の味覚も登場する予定です。また、町内の事業者および町内外のサークル団体などに展示棚の貸し出しも行い、商品や作品展示を通して、地域の魅力を発信していくとともに、気軽に一般の方々が利用できるスペース作りを目指します。

オープンの10月9日(水)には、テープカットなどの記念式典が行われるほか、来場者にはまちのキャラクター焼きをプレゼント(なくなり次第終了)! 施設の名称通り、ここに来れば酒々井の全てがわかる、町の魅力がつまった新名所「まるごとすい」にぜひ足を運んでください。



酒々井町の土産品販売



酒々井町出身の江戸指物伝統工芸士、根本一徳さん寄贈による「時計付引出箱」の展示



地元飯積の方々による手編み作品の展示

【まるごとすい】

- 開館日：10月9日(水)10:00オープン!
- 開館時間：9:00～18:00
- 休館日：毎週月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)および年末年始(12月29日～1月3日)
- 問合せ：まるごとすい ☎043-376-6810
酒々井町経済環境課商工観光班 ☎043-496-1171(代)

まちづくりコラム Vol.34

地元の農産物で地域を元気に! ~栄町の“どらまめ”事例より~

今、各地で地方創生に取り組む中、地域の特性をいかして地域課題の解決を目指した様々な取り組みが進められています。中でも、地元の農産物を活用し地元ならではの特産品の開発等による地域ブランドづくりが活発になってきています。食を通じた地域ブランドづくりは、生産者の6次産業化・農工商連携の推進や、地元産業の活性化、新たな観光プロモーション、地域コミュニティづくりなど、地域経済の活性化に大きな期待が寄せられています。

今号では、栄町の“どらまめ”に注目したいと思います。“どらまめ”とは、丹波黒と呼ばれる黒大豆の高級品種のことで、約20年前に国の減反政策による稲作からの転作で地域の生産者が一丸となり、試行錯誤を繰り返しながら高品質の生産を確立されました。

栄町では、この“どらまめ”をいかした地域ブランド化を推進するため、“どらまめ”のオーナー制や、平成28年10月8日には中小企業地域資源活用促進法に基づく、「ふるさと名物応援宣言」を実施しました。「ふるさと名物応援宣言」とは、市町村において地域をあげて支援を行う「ふるさと名物」を特定し、積極的に情報発信することで、地域資源活用事業計画の

このコーナーでは、「市民協働によるまちづくり」について、STaD発行人のまちづくりプロデューサー中村正明が北総エリアでの事例を交えお伝えします!

補助金において優先措置等が受けられるというものです。

栄町のふるさと名物応援宣言は、「どらまめ(黒大豆)を活用した商品群」として栄町をはじめ、商工団体・生産者・民間事業者・町民・全国に広がる栄町ファンの方々の力で全国へ発信していくことを目的としたものです。

栄町の魅力的な“どらまめ”の取り組みをご紹介しましたが、食を通じた地域ブランドづくりで大切なことは、地域の生産者をはじめ様々な団体や個人が連携・協働することで、地域独自のブランドへと少しずつ醸成させていくものだと思います。

最後に、“どらまめ”の生産者や関係者との交流の機会として、10月12日(土)に開催される産業まつりをご紹介します。美味しい“どらまめ”を食べに出かけてみませんか!

栄町産業まつり

- ◎開催日：10月12日(土)8:00～14:00
*順延なし、小雨決行(悪天候中止)
- ◎開催場所：ふれあいプラザさかえ駐車場
- ◎主催：栄町産業まつり実行委員会
- ◎テーマ：見ごろ! 食べごろ! 龍のまち 栄町
- ◎内容：黒大豆オーナー引渡式、どらまめの試食および枝豆の販売、どらまめ加工品紹介と販売、栄町農産物の販売など



こんにちは、生活習慣病センターです!

生活習慣病センター 糖尿病看護認定看護師 長谷川 裕美

日本では、食生活の欧米化やライフスタイルの変化と共に、糖尿病や糖尿病予備軍の方が増加しています。40歳以上では、3人に一人が糖尿病や糖尿病予備軍といわれており、もはや国民病とも言えます。

では、糖尿病とはいったいどんな病気なのでしょう。

人は、体の中にある膵臓から分泌されるインスリンというホルモンで、血糖値をコントロールしています。インスリンの分泌が少なくなったり、肥満などからインスリンの効が悪くなって、インスリンの作用が不足すると、血糖値が慢性的に高い状態、いわゆる糖尿病となります。

血糖値が高い状態が続くと、血管の障害を引き起こし、神経や、目、腎臓に影響を与えます。また、動脈硬化も進みやすく、狭心症や、心筋梗塞、脳梗塞、壊疽などを起こしやすくなります。最近では糖尿病によって、歯周病やうつ病、認知症、骨粗しょう症、がんなどの発症リスクが高まるともいわれています。

糖尿病は、発症して早い段階では、症状を感じにくく、健診などで初めて糖尿病に気づくことが少なくありません。ですから、年に1回は健診を受けることで、糖尿病の早期発見に役立ちます。



■糖尿病の検査

血糖値：血液中のブドウ糖で、身体を動かすエネルギー源。健康人の空腹時血糖値は、70～110mg/dl。

HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)：過去1,2か月の血糖の状態を推定できる。基準値は、4.6～6.2%。

尿糖：健康人では、検出されない。血糖値が160～180mg/dl以上になると、陽性になる。

■糖尿病の治療法

食事療法、運動療法、飲み薬やインスリン注射などの薬物療法



糖尿病は、残念ながら治る病気ではありません。しかし、血糖値を良好にコントロールすれば、合併症の進行を抑えることができます。糖尿病の治療法は、生活と結びついており、なかなか続けていくことが難しくもあります。症状も感じにくいので、治療や受診をやめてしまう方も多くいらっしゃいます。

そこで、生活習慣病センターでは医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士などの専門スタッフが、糖尿病と向き合っておられる方、そのご家族、また糖尿病を予防していきたい方々に対して、何かひとつでもこれならできると、感じていただけるように、様々な取り組みをしています。定期的に行っている糖尿病教室や、年に1度テーマを掲げて糖尿病イベントを行っています。また、当院に受診されている方へ、看護外来で個別に療養相談や足の爪切り、手入れ方法の説明も行っております。

糖尿病の治療は、継続することがとても重要です。ひとりで悩まずに、専門スタッフへご相談ください。

糖尿病週間イベントを開催します

『今からはじめる糖尿病対策!正しく知って、元気な体を手に入れよう!』をテーマに糖尿病のプロフェッショナルたちが糖尿病の基本についてお話しします。

- 日時／11月9日(土)9:00～12:00(受付8:30～)
- 場所／6階ホール
- 内容／・眼科医からの講話
 - ・理学療法士による運動についてのお話
 - ・看護師による靴の選び方、履き方のお話
 - ・測定(HbA1c(先着100名)、血糖値、血圧、身長、体重)
 - ・食品サンプル・おくすりの紹介等
- 参加無料・申込不要
- お問い合わせ／☎043-486-1151(代) 総合企画室

認定看護師主催 今年も“わくわく健康教室”を開催します!

専門・認定看護室 皮膚・排泄ケア認定看護師 青木 佐紀子

今年度も認定看護師による“わくわく健康教室”を11月30日(土)に開催します。わくわく健康教室は、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護実践を行う認定看護師が企画・運営をする健康教室となっております。

今回は『こんなときどうする?』をテーマに「糖尿病看護」「認知症看護」「がん化学療法」「がん放射線療法看護」「慢性心不全看護」「摂食・嚥下障害看護」「救急看護」「皮膚・排泄ケア」の8領域12名の認定看護師が、「地震発生!!電気、ガス、水道が止まったとき」「胸部の不快感を感じたとき」「がんのリスクを減らすには」「舌が白くなったとき」「足のしびれ!～糖尿病編～」 「傷ができたとき」「物忘れが心配になったとき」など健康に関する話題についてお届けいたします。

是非、ご参加頂き、寒い冬を乗り越えられるよう、自宅での実践に取り入れて頂ければと思います。

皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

“わくわく健康教室”を開催します!

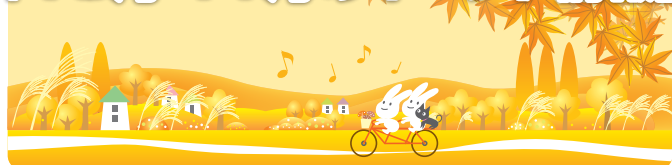
わくわく楽しくご自身の“健康”について一緒に考えてみませんか?

- 日時／11月30日(土)14:00～16:00(受付13:45)
- 場所／6階ホール
- 定員／先着80名
- 参加無料・申込不要
- お問い合わせ／☎043-486-1151(代) 総合企画室



昨年の“わくわく健康教室”の様子

『10月・11月のイベント情報』



※駐車場有料(¥100/8時間まで)

ロビーコンサートを開催します

サクソによる、素敵なステージをお届けします。
どなた様もご参加いただけます。皆さまのご来場をお待ちしております。

【アーティスト】中村 れい子(サクソ)

●日時／10月5日(土)14:00～15:00

●場所／1階ロビー

●お問い合わせ／☎043-486-1151(代) 総合企画室



2019年度第3回市民公開講座を開催します

2019年7月に改訂された「患者さんのための乳がん診療ガイドライン」について改訂のポイントと基本的な事柄について解説します。乳腺領域初の免疫関連治療薬についてもお話します。

●日時／10月26日(土)14:00～15:30(開場13:30)

●場所／6階ホール

●内容／「『患者さんのための乳がん診療ガイドライン2019』を解説します」
講師：川島 太一・宮内 充(乳腺外科)

●定員／100名 ●参加無料・申込不要

●お問い合わせ／☎043-486-1151(代) 総合企画室

アイアイフェア2019を開催します

『目の愛護デー(10月10日)』にちなみ、眼科医の講話と無料体験を実施します。

ご自分の大切な“目”について、一緒に考えてみませんか。



「白内障について」 眼科 小野田 康孝

白内障の原因で最も多いのは加齢によるもので「加齢性白内障」と呼んでいます。早ければ40歳代から発症し、80歳を超えるほとんどの方が白内障の状態にあるといわれています。

超高齢化社会を迎えた日本では白内障患者数が増加しており、年間140万件もの白内障手術が行われています。

今回は白内障の基本的なことのお話をしたいと思います。

●日時／10月19日(土)13:30～15:30(受付13:15)

●場所／1階ロビー

●内容／講話：『白内障の治療について』

◎14:00 ◎14:45

講師：眼科 医長 小野田 康孝

《測定コーナー》

眼圧測定(緑内障早期発見!)

簡易式視野検査(黄斑変性・緑内障のチェック)

《体験コーナー》

白内障・緑内障疑似体験／色覚体験／

VR(virtual reality)体験／眼のストレッチ

《その他》

眼鏡クリーニング／ルーペ紹介

●参加無料・申込不要

●お問い合わせ／☎043-486-1151(代) 総合企画室

STaD × 三門農園 稲刈り体験



三門増雄さん

9月15日(日)、佐倉市青菅にある「三門農園」で、「STaD」とのコラボレーション企画による稲刈り体験が行われました。

始めに農園主の三門増雄さんから、台風15号の影響で佐倉市の南部地域で停電の復旧が遅れている現状や日頃の備えの大切さが伝えられました。「三門農園」では、幸い大きな被害はありませんでしたが、「台風の影響で稲穂が斜めに倒れ、露もついていて刈りにくいので、ゆっくり無理しないで刈ってください」と呼びかけられました。



この日は、佐倉市と印西市から家族連れを中心に8組約30名が参加。田植え以来の参加の方もいて、その間の稲とアイガモの成長に驚いていました。稲は一株をまとめて握って刈ることや大・小、鎌の使い方などの指導を受けて稲刈りがスタート。昨年から継続参加の子ども達は、慣れた手つきで積極的に刈り進み、たくましさを感じます。自分が食べているお米がどうやって作られているのか知る良い機会との思いから参加した印西市の家族連れは、まだ幼い子ども達に分まで大人が汗を流して収穫の秋を体験。また、西ユーカリが丘から初参加の家族連れは「予想以上に大変!」と、手で刈ることの大変さを実感していました。稲刈りは約1時間半、田んぼを半分程刈ったところで終了。その後、刈り取って束にした稲を脱穀機にかけていくと、あっという間に稲藁と穀粒に分けられていき、その様子子ども達は興味深そうに眺めていました。

次回は農業体験の最終回となる「収穫祭」。新米と鴨鍋を頂きながら、米作りを振り返ります。



●収穫祭

◎日 時：11月17日(日)10:00～14:00

◎参加費：¥2,000(4名様まで) ◎会 場：青菅会館

◎お問い合わせ・お申込み (株)コミュニティデザイン(担当: 伊藤)

☎043-486-1107(平日9:00～17:00)

■三門農園ホームページ <http://mikadonouen.com/>

STaD × 江戸優り佐原

佐原に秋の訪れを告げる佐原の大祭・秋祭り。各町自慢の大人形山車が、佐原の歴史的町並みを曳き廻される様子は江戸の風情たっぷりです。出展される花の見事さで有名な香取神宮奉納菊花大会や、日本一の与倉屋大土蔵でのさわら軒先コンサートも開催されます。ぜひ、秋の佐原へお出かけください。



イベント

佐原の大祭・秋祭り

国の重要無形文化遺産に指定されている「佐原の大祭」夏祭りと秋祭り。約300年の歴史を有し、2016年には「ユネスコ無形文化遺産」にも登録されました。諏訪神社の秋祭りでは、佐原の町並みの中心を流れる小野川の西側(新宿地区)で14台の大人形山車が曳き廻されます。日本三大囃子に数えられる「佐原囃子」と「手踊り」、「山車の曲曳き」など見所は盛り沢山です。

期間：10月11日(金)～13日(日)

時間：10:00～22:00

会場：小野川周辺 佐原新宿地区

お問い合わせ：香取市商工観光課 TEL.0478-54-1111

水郷佐原観光協会 TEL.0478-52-6675

佐原商工会議所 TEL.0478-54-2244

※お祭り開催区域周辺は大規模な交通規制が実施されます。

お車でご来場される場合は、利根川河川敷の臨時駐車場をご利用ください。



香取神宮の奉納菊花大会

地元をはじめ茨城県南部にまたがる近隣市町村の菊花愛好家たちによる丹精こめた作品約700点が並びます。楼門や拝殿の周辺は菊花の芳香に包まれ、七五三詣などの大勢の参詣客の目を楽しませています。秋を満喫し足を運んでみてはいかがでしょうか。

期間：11月1日(金)～24日(日)

時間：8:30～17:00

会場：香取神宮(香取市香取1697)

お問い合わせ：TEL.0478-57-3211

<https://katori-jingu.or.jp>



県民芸術劇場 香取市さわら軒先コンサート

～千葉交響楽団によるピアノ三重奏とソプラノ歌手の演奏～

ピアノ、ヴァイオリン、チェロの三重奏にソプラノ歌手を加えた構成で、クラシックのナンバー以外にも童謡やテレビでお馴染みの曲など幅広いジャンルが演奏されます。会場は約500畳という日本屈指の大きさを誇る与倉屋大土蔵。出演は千葉県唯一のプロオーケストラ・千葉交響楽団。地元・佐原中学校合唱部も登場し、コラボ曲も演奏されます。

日時：11月17日(日)13:45～15:15 ◎入場無料

会場：与倉屋大土蔵

お問い合わせ：佐原商工会議所 TEL.0478-54-2244



【制作協力】プラットフォーム佐原 (<http://www.facebook.com/platformsawara>)

読者プレゼント 2019 10・11月号



1
「フルーツバスケット」
お買いもの券1,000円分

表紙中段枠でご紹介した「フルーツバスケット」で利用できる1,000円分のお買いもの券をプレゼント! 美味しいものから素敵な作品までご活用ください。尚、申込み締め切りが10月20日となりますのでご注意ください。

5名様



2
「タベルナ・ダ・イシイ」
オリジナルドレッシング2種

酒々井町の野菜が主役のレストラン「タベルナ」のドレッシング「しょうが」と「たまねぎ」の2種をセットにしてプレゼント! 尚、商品は、トピックスでご紹介した「まるごとすい」での受け取りとなり、2019年11月30日(土)までに各来店頂ける方に限ります。

5名様



3
「あとえりありす」
サンドブラストグラス体験教室

「すたっと歩こう!」でご紹介した「あとえりありす」の体験教室から、サンドブラストグラスの体験に3名様をご招待! ネコ柄のサンドブラストをお楽しみください。

3名様

応募方法

ハガキ、または「STaD」のHPから、メールでご応募ください。

- ①お名前②年齢③ご住所④電話番号
- ⑤ご希望のプレゼント(第1希望、第2希望)
- ⑥以下のアンケートにお答えください。

Q1.今号で一番興味をひいた記事を教えてください。

Q2.「STaD」はどちらで入手されましたか?

Q3.あなたの知りたい気になる健康情報をお知らせください。

Q4.「STaD」に関するご意見、ご感想をお願いします。

【応募先】

〒285-0012 佐倉市田町74-1

(株)コミュニティデザイン内STaD編集部

または、「STaD」のHPからもご応募頂けます!

<http://www.stad-tv.com/>

締め切り 2019年10月27日(日)まで必着
但し①に関しては10月20日(日)までになります。

※当選者は「STaD」のHPで発表させていただきます。

編集後記

●今号を制作中、台風15号が千葉県を直撃し、北総地域も甚大な被害を受けました。被害に遭われた皆様には、心よりお見舞い申し上げます。一日も早く心穏やかな日常が訪れ、私達の地域で文化・芸術の秋を楽しんで頂くことができたら嬉しいです。(STaD編集部)

STaD スタッフ

- STaDプロデューサー/中村正明 ●取材・編集/加瀬聡子
- アートディレクション/細野ゆり ●写真/田尾敏郎
- 企画・編集・印刷・発行/(株)コミュニティデザイン

(株)コミュニティデザインは、STaDの発行を始め、コミュニケーションデザイン事業(Web・印刷・イベント・TV・ラジオ等)によるまちづくり代理店を目指しています。 ☎043-486-1107

STaDとは...

オランダ語で「まち」の意味。私達のまちから、地域の魅力をお伝えし、まちをもっと好きに、まちを元気にするまちづくりメディアを目指します。