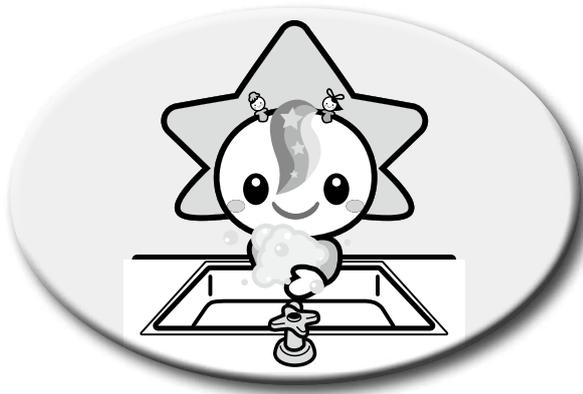


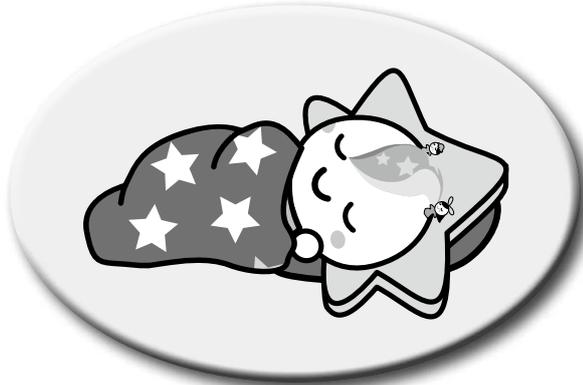
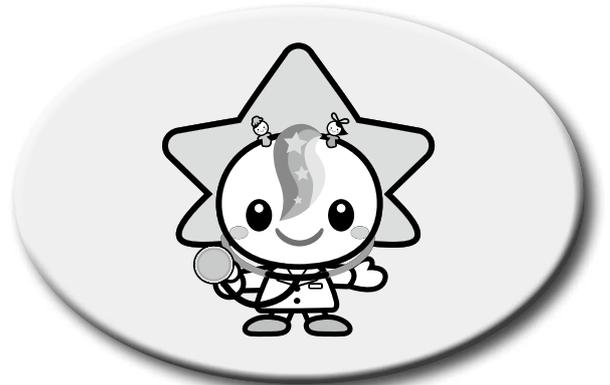
インフルエンザを予防しましょう!

インフルエンザは、感染した人からの咳、くしゃみ、唾液などの飛沫とともに、放出されたウイルスを口や鼻から吸引することで感染するので、次のようなことで予防することが大切です。



手洗いうがいを
こまめにしましょう

予防接種も予防方法の
一つです



日ごろから十分な休養をとり
免疫力を高めましょう

高齢者のインフルエンザ予防接種の助成

市では、高齢者を対象にインフルエンザ予防接種を行っています。

- ◆対象者 予防接種当日に満65歳以上の方で、昭和25年12月31日以前生まれの方
- ◆助成金額 2,500円(助成額を超えた額は自己負担)
- ◆実施期間 ~平成28年1月15日(金)(年末年始は除く)

※実施期間は、医療機関により異なりますので、
直接医療機関へご確認ください。

お問い合わせは、健康管理課(2階)
☎(20)1574、FAX(20)1600へ。

主な内容

- ◆「茂原市人口ビジョン」、「茂原市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定(P2~3)
- ◆一今だから自治会ー自治会に加入しましょう(P4)
- ◆早期発見のため、乳がん検診を受けましょう!(P6)

今月の 日曜開庁	11月22日(日)	8時30分~ 17時15分	市民課(2階) ☎(20)1502 市民税課(2階) ☎(20)1577 収税課(2階) ☎(20)1578 本納支所 ☎(34)2111
証明書等交付 時間を延長	毎週水曜日	19時まで	市民課(2階) ☎(20)1502

※一部取り扱えない業務もありますので、くわしくはお問い合わせください。

「茂原市人口ビジョン」と「茂原市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定しました

お問い合わせは
企画政策課（4階）
☎(20) 1 5 1 6
FAX (20) 1 6 0 3

平成26年末、国は人口減少・少子高齢化に対応し、将来にわたって活力ある社会を維持していくため、「まち・ひと・しごと創生法」を制定しました。

これを受け、茂原市では人口の現状分析を行い、また市民意識調査や企業アンケートによる市民の認識を理解・共有することで、目指すべき将来の方向と、人口の将来展望を示した「茂原市人口ビジョン」を策定しました。

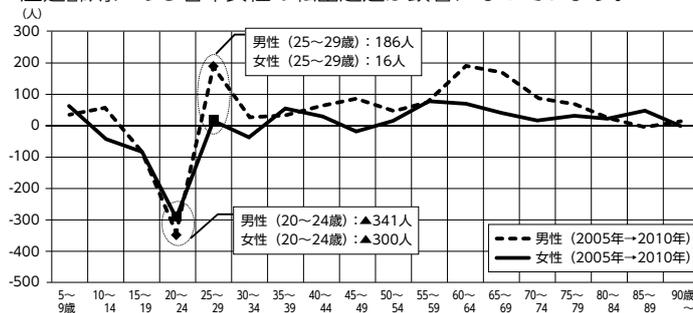
そして、ここで掲げた目標人口を達成するための様々な戦略を、「茂原市まち・ひと・しごと創生総合戦略」として策定しました。

茂原市人口ビジョン（2015～2040年）

茂原市の人口動向 ～若い世代の転出や求人倍率の低迷が顕著～

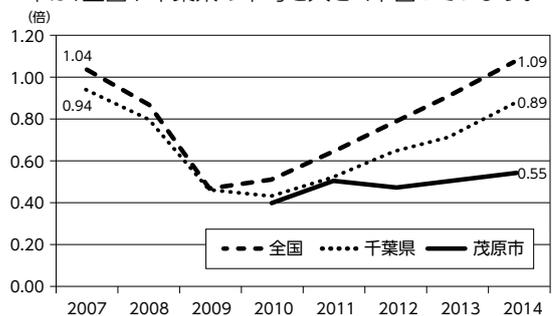
●若い女性の転出超過

・男女ともに若い年齢層で転出超過となっていますが、とりわけ出産適齢期にある若年女性の転出超過が顕著になっています。



●地域での雇用機会の減少

・ハローワーク茂原管内(茂原市、長生郡)の有効求人倍率は、全国や千葉県を大きく下回っています。



●茂原市に取り組んでもらいたい地方創生メニューの上位

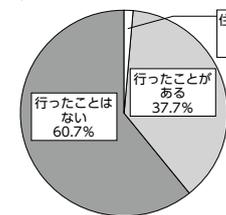
市民意識調査 (H27.6調査 有効回答数1,250人)

企業誘致 (茂原市内への企業進出に対する支援など)	45.9%
医療機関の充実 (産科・小児科の増設、緊急・高度医療体制の充実など)	41.5%
子育て支援 (子育て環境の整備、保育・教育費負担の軽減、多子世帯への給付など)	26.0%
交通手段の確保 (鉄道や路線バスの増便、高速バス、コミュニティバスの拡充など)	23.4%
介護・福祉の充実 (福祉施設の増設、福祉タクシーの運行など)	22.4%
商業振興 (空き店舗活用者への支援、商店街の若手リーダー育成支援など)	20.6%

●茂原市への訪問経験

市外住民意識調査

(H27.6調査 有効回答数2,050人)



茂原市が目指すべき方向 ～現状・課題を踏まえ～

現状・課題

- ・出生数の減少
- ・若者の転出超過
- ・地域での雇用の機会の減少
- ・交流人口の伸び悩み

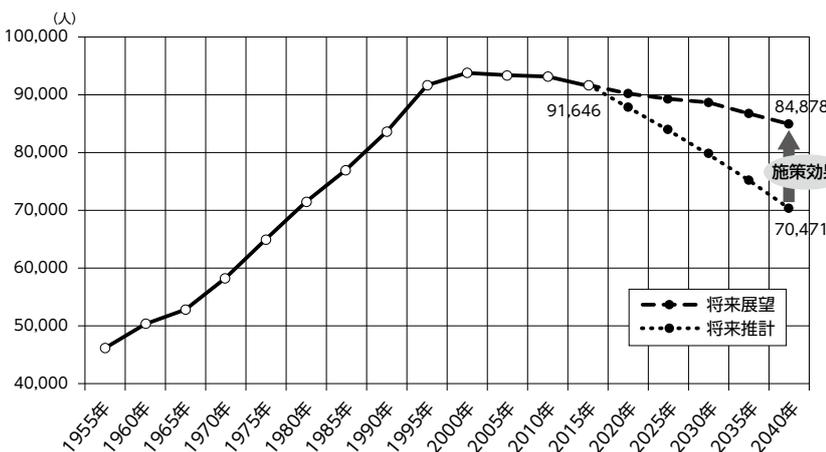
目指すべき方向

- ・出生数の増加
- ・社会増への転換
- ・地域雇用の創出
- ・交流人口の増加

これらの実現により、次の目標の達成を目指します

茂原市における人口の展望

目標年次：2040年
目標人口：85,000人



目標人口を達成するために、「茂原市まち・ひと・しごと創生総合戦略」に、次の4つの基本目標を掲げます。

- 1 産業が力強く成長するまち
- 2 結婚・妊娠・出産・子育てを応援するまち
- 3 市民の活力と賑わいにあふれるまち
- 4 地域力が暮らしを支えるまち

茂原市まち・ひと・しごと創生総合戦略（平成27～31年度）

総合戦略は、まち・ひと・しごと創生法に基づき、国・県の総合戦略と「茂原市人口ビジョン」を踏まえ、本市の「まち・ひと・しごと創生」に向けた基本目標や施策の基本的方向と主な取り組みをまとめたものです。

基本目標1 産業が力強く成長するまち

雇用の場の創出に向け、平成29年度に分譲を開始する「茂原にいほる工業団地」への成長産業の立地を促進するとともに、既存産業の競争力強化や地域資源を活かした新産業の創出を促進します。

数値目標

指 標	基準値	数値目標
市内事業所数	3,598事業所 (H26)	3,800事業所 (H30)
市内従業者数	36,560人 (H26)	40,000人 (H30)
雇用の場が確保されていると思う市民の割合	10.7% (H27)	15% (H31)

目標を実現するための基本的方向と主な取り組み

- 成長産業の立地促進
 - ・茂原にいほる工業団地の整備
 - ・企業情報の収集強化と効果的な誘致活動の実施
 - ・天然ガスを利用した新たな企業立地調査 等
- 市内産業の競争力強化
 - ・人材育成、商品開発、販路拡大、情報発信のための支援
 - ・賑わいを創出するイベントの実施支援の拡充 等

基本目標2 結婚・妊娠・出産・子育てを応援するまち

結婚・妊娠・出産・子育て、それぞれのステージで希望がかなうよう、切れ目なく総合的に支援します。また、雇用の場の創出による経済的基盤の安定とあわせ、地域や企業の支援を充実することにより、「まち」全体で子育てを応援する機運を高めます。

数値目標

指 標	基準値	数値目標
合計特殊出生率	1.25 (H25)	1.40 (H31)
子育てを楽しんでいると感じるこの方が多い市民の割合	59.2% (H25)	70% (H31)

目標を実現するための基本的方向と主な取り組み

- 結婚・出産の希望に応える支援の充実
 - ・産前・産後サポートセンターの設置
 - ・不妊検査費、治療費等に対する助成 等
- 安心して子育てできる環境づくり
 - ・子育て支援企業の認定制度の構築と、優遇措置の検討
 - ・広域連携による病児病後児保育所の増設 等

基本目標3 市民の活力と賑わいにあふれるまち

地元雇用の促進や子育て環境の充実などにより、市民が「住み続けたい」と思えるまちづくりを進めるとともに、地域資源の活性化や創出、近隣地域をはじめとする広域連携の強化、まちの魅力の発信などにより、交流人口の拡大を図り「住んでみたい」と思われるまちづくりを目指します。

数値目標

指 標	基準値	数値目標
20～39歳の社会移動数	▲256人 (H23～27平均)	▲123人 (H27～31平均)
有効求人倍率 (ハローワーク茂原)	0.55倍 (H26)	0.8倍 (H31)
観光入込客数 (延べ人数)	1,290,725人 (H25)	1,587,000人 (H31)

目標を実現するための基本的方向と主な取り組み

- 生活基盤の安定による移住・定住の促進
 - ・三世代同居のための建物の増改築費用等への助成
 - ・インターンシップの導入による雇用の定着支援 等
- まちの魅力を活かした賑わいづくり
 - ・市民参加型のイベントの充実
 - ・健康寿命延伸に向けた運動教室の開催やトレーニング機器の整備
 - ・桜の再生や休憩スペースの設置による茂原公園の魅力の向上 等

基本目標4 地域力が暮らしを支えるまち

人口減少や高齢化社会に対応しながら、市民が心身ともに安心・安全に暮らすことができ、住みよいまちづくりに向け、市民の主体的なまちづくりへの参画を促進します。また、地域交通ネットワークの構築や圏央道の利活用により、地域と地域をつなぎ、市内外の交流を促進しつつ、外房地域の拠点都市としての都市機能を充実させます。

数値目標

指 標	基準値	数値目標
茂原市に誇りや愛着を持っている市民の割合	47.7% (H27)	70% (H31)
茂原市にずっと住み続けた市民の割合	41.4% (H27)	60% (H31)
地域行事等へ参加している市民の割合	33.1% (H27)	50% (H31)

目標を実現するための基本的方向と主な取り組み

- 市民が主体的に取り組む住みよいまちづくり
 - ・市民活動団体の育成支援
 - ・市民や企業からの地域の情報発信 等
- 安心・安全に暮らせるまちづくり
 - ・防犯カメラの効果的な設置と運用 等
- 地域をつなぐ交通網の形成と利便性の向上
 - ・高速バスの拡充（羽田方面の利便性向上、成田方面の開設）
 - ・(仮称)茂原長柄スマートインターチェンジの整備 等

— 今だから自治会 — 自治会に加入しましょう



自治会は、住民の皆さんが自主的に組織し、隣近所との絆づくり、災害時の対応、いざという時の相互扶助など、地域のために様々な活動を行っている団体です。

自治会活動に対して、より深いご理解をいただき、積極的な参加をお願いします。

《安全・安心な地域づくり》

防犯灯の設置・管理、防犯パトロール、交通安全運動、子どもや高齢者の見守りなど、赤ちゃんからお年寄りまで、すべての住民が安全で安心に暮らせる地域づくりに取り組んでいます。

《災害に強い地域づくり》

いつ起こるか分からない災害に備えて、防災訓練の実施、自主防災組織の結成、高齢者世帯の見守りなど、住民同士が共に助け合える地域づくりに取り組んでいます。



《清潔で美しいまちづくり》

ごみ集積所の管理・清掃、公園や道路などの除草・清掃、花壇づくりなど美しいまちづくりを進めています。また、ごみ減量やリサイクル活動にも取り組んでいます。

《交流と親睦、にぎわいのあなを楽しむまちづくり》

夏祭り、運動会、敬老会、餅つき大会、新年会など様々な親睦イベントを企画・開催し、地域の方々が気軽に楽し



み、交流できる場づくりに取り組んでいます。

★住みよいまちづくりにあなたの力を！

少子高齢化が進むなか、誰もが明るく健やかな生活を営むためには、行政や個人の力だけでなく、地域の力が必要不可欠となります。

今こそ自治会に加入し、皆さんの力と知恵を集めて、『安全・安心な住みよいまちづくり』を進めましょう。自治会への加入は、お住まいの地域の自治会長または班長(組長)にお申し込みください。

お問い合わせは、

生活課(2階)

☎(20)1505、FAX(20)1600へ。

茂原市議会基本条例素案

パブリックコメントの

結果をお知らせ

市議会では、9月16日☎から10月15日☎まで、「茂原市議会基本条例素案」について、パブリックコメント(市民意見募集)手続きを実施したところ、4人の方から、33件のご意見をお寄せいただきました。

ご協力ありがとうございました。

いただいたご意見に対する市議会の考えについては、市議会ウェブページにて公表しています。

なお、いただいたご意見を条例案に反映し、12月議会へ上程する予定です。

お問い合わせは、議会事務局(3階)

☎(20)1585、FAX(20)1611へ。

「市民ふれあいミーティング」

参加団体・グループを募集します！！

市民の皆さんに、市政をより身近なものに感じていただくため、これからの茂原市について、市長と直接、意見交換をしてみませんか？

◆開催期間 随時受付。議会開催月(12月・3月・6月・9月)は除く。

※開催日・開催時間は、協議の上、決定します。

◆対象 市内在住・在勤・在学の団体、グループで、出席者数が5人以上10人程度。※宗教および政治上の目的を有する団体、公序良俗に反する団体は除く。

◆テーマ 市政に関することのみから申込団体、グループが設定。

◆場所 市長応接室

◆申込方法 開催希望日の1カ月前までに、電話または窓口で参加者の住所、氏名、電話番号、話し合いたいテーマを申し出てください。

お申し込み・お問い合わせは、秘書広報課(3階)

☎(20)1512、FAX(20)1601へ。

電柱広告に避難場所案内

「広告付避難場所等 電柱看板に関する協定」を締結

市では、東電タウンプランニング株式会社千葉総支社と左記により広告付避難場所等電柱看板に関する協定を締結しました。

1. 協定名
 広告付避難場所等電柱看板に関する協定書

2. 協定相手
 東電タウンプランニング株式会社千葉総支社

3. 協定締結日
 平成27年10月6日

4. 協定概要
 市内の東京電力所有の電柱に掲出する看板(※)の広告面の一部に市の避難場所の案内表示を掲載するものです。



市民および市外からの来訪者に対しても避難場所への誘導に効果が期待されます。

※なお、本協定による案内表示は、東電タウンプランニング株式会社千葉総支社が広告主との契約により設置する看板に掲載するもので、広告主の協力が必要となります。

お問い合わせは、
 総務課防災対策室(4階)
 ☎(20)1519、FAX(20)1602へ。

全国瞬時警報システム(Jアラート)に関する全国一斉情報伝達訓練を実施します



地震や武力攻撃などの災害時に備え、次のとおり情報伝達訓練を行います。この訓練は、Jアラートをを用いた全国一斉の情報伝達訓練で、本市においても市内の防災行政無線から次のとおり放送されます。ご理解・ご協力のほどよろしくお願い致します。

1. 実施日時
 11月25日(水) 11時頃

2. 放送内容
 〈上り4音チャイム〉
 「これは、テストです。」
 (3回繰り返し)
 「こちらは、ほうさいもばらです。」
 〈下り4音チャイム〉

お問い合わせは、
 総務課防災対策室(4階)
 ☎(20)1519、FAX(20)1602へ。

茂原市の防災・防犯に関する情報を携帯電話にメールで配信

もばら安全安心メールサービスをご利用ください!

市では、茂原市の防災・防犯に関する情報を携帯電話にメールで配信する「もばら安全安心メールサービス」を行っています。このサービスを利用することにより、茂原市の安全安心情報をいち早く入手することができます。なお、情報料は無料です(パケット料金は利用者の負担となります)。

◆サービス内容

- ①防災情報：防災に関する情報(注意喚起・避難情報など)
- ②防犯情報：市内の不審者等発生情報

◆登録できる人

携帯電話やインターネットに接続したパソコンを利用している人なら、どなたでも登録が可能です。

◆登録方法

- ①茂原市公式ウェブサイト (<http://www.city.mobara.chiba.jp/>)
 をご覧ください(トップページの安全・安心情報の中の「もばら安全安心メールサービス」をクリックしても見ることができます)。
- ②茂原市携帯電話サイト(モバイルもばら) (<http://www.city.mobara.chiba.jp/m/>)

茂原市携帯サイト二次元コード

※読取機能のある携帯電話でご利用ください



- 登録・防災情報に関するお問い合わせは、総務課(4階) ☎(20)1519、FAX(20)1602
- 登録・防犯情報に関するお問い合わせは、生活課(2階) ☎(20)1505、FAX(20)1600

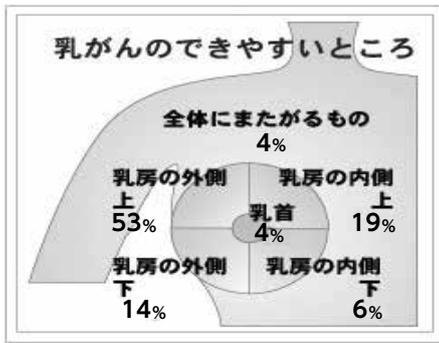
お知らせ

市では、広報紙の送付を希望される方に無料で郵送しています。
 お問い合わせは、秘書広報課 ☎(20)1512、FAX(20)1601へ。

早期発見のため、 乳がん検診を受けましょう！

乳がんは女性が患うがんの中で最も多いがんで、近年増えていきます。近年は12人に1人が乳がんになると言われています。また、無症状でも乳がん検診を受診した人は、乳がんが早期に発見される可能性が高く、その段階で適切な治療をすれば、良好な経過が期待できます。

乳がんが発生しやすい場所
乳首を中心に乳房を4つに分けると、乳房外側の上の方、内側の上、外側の下、乳首付近、内側の下の順です。



※日本対がん協会HPより

マンモグラフィと超音波検査
マンモグラフィ(乳房X線)は、自己チェックでは発見で

きないしこりや、石灰化のある小さな乳がんの発見に適しています。40歳以上の方を対象とした検診で実施しています。

超音波検査(エコー)は、数ミリの手に触れないしこりを見つけ出すことが出来ます。乳腺密度の高い30歳代の方を対象に実施しています。

集団検診を受けることが適当でない方

豊胸手術、ペースメーカー等の医療器具を装着されている方は、医療機関にご相談ください。

乳房のしこり、乳房の皮膚のくぼみ等の自覚症状がある方は検診を待たずに医療機関を受診しましょう。

平成27年度 乳がん検診日程表

実施日	会場	マンモグラフィ		超音波	
		午前	午後	午前	午後
12月5日(土)	保健センター	○	○	○	○
12月8日(火)	本納公民館	○	○	△	△
12月9日(水)	保健センター	○	○	○	○
12月11日(金)		○	○	○	○
12月14日(月)		○	○	△	△
12月15日(火)	東部台文化会館	○	○	○	○
12月16日(水)	本納公民館	△	△	○	○
12月17日(木)	鶴枝公民館	○	○	△	△
12月18日(金)	保健センター	○	○	△	△
12月21日(月)	東部台文化会館	○	○	○	○
12月22日(火)		○	○	△	△
12月24日(木)	保健センター	○	○	△	△
12月25日(金)	五郷福祉センター	○	○	○	○
1月6日(水)		○	○	△	△
1月7日(木)	保健センター	○	○	○	○
1月8日(金)		○	○	○	○
1月9日(土)		○	○	○	○
1月12日(火)	東部台文化会館	○	○	△	△
1月14日(木)	鶴枝公民館	○	○	○	○
1月15日(金)	保健センター	○	○	△	△
1月16日(土)		○	○	○	○
1月18日(月)		○	○	△	△
1月20日(水)	豊岡福祉センター	○	○	○	○
1月23日(土)	保健センター	○	○	○	○
1月25日(月)		○	○	△	△
1月26日(火)		○	○	△	△
1月27日(水)	本納公民館	○	○	△	△
1月28日(木)	鶴枝公民館	○	○	△	△
1月29日(金)	保健センター	○	○	○	○

受付時間 午前の部 9時～10時
午後の部 13時～14時

お問い合わせは、保健センター
☎(25)1725、FAX(25)1865へ。

乳がん検診を実施

市では乳がん検診(集団検診)を実施します。

◆対象者

4月1日現在30歳以上の女性

◆検査方法

- ・30～39歳⇒超音波検査
- ・40歳以上⇒マンモグラフィ(乳房X線撮影)

◆費用(検診一部負担金)

500円

◆受付時間

9時～10時、13時～14時

◆申込期限

希望日の10日前

※平成26年度に受診された方には、11月上旬に受診票

等を郵送してあります。

※各会場とも定員になり次第締め切りますのでご了承ください。

お申し込み・お問い合わせは、健康管理課(2階)

☎(20)1574、FAX(20)1600へ。

臨時福祉給付金の申請受付は 12月1日で終了します

臨時福祉給付金の申請は12月1日[㊤]（郵送の場合は当日消印有効）までです。

期限を過ぎますと臨時福祉給付金を受け取ることができなくなり、申請が済みでない方は、至急申請をお願いします。

◆支給対象者

平成27年度の市・県民税が課税されていない方が対象です。（ただし、市・県民税が課税されている方に扶養されている方、生活保護制度の被保護者の方などは除く。）

※臨時福祉給付金に関して、市役所などが

・ATM（金融機関等の現金自動預払機）の操作をお願いすること

・「臨時福祉給付金」のために手数料の振込を求めるとは、絶対にありません。

ただし、申請後に申請書等の内容に不備があった場合などは、市役所から問い合わせの電話連絡等をする場合があります。

りますので、その際はご協力をお願いいたします。

お問い合わせは、
茂原市役所
臨時福祉給付金事務室（5階）

☎2156、FAX201605へ。

子育て世帯

臨時特例給付金の申請はお済みですか

平成27年6月分の児童手当受給対象児童（または受給要件を満たす児童）1人につき、3,000円の支給が行われるものです。

児童手当の現況届が未提出の方や、提出しても未申告や書類不備があるため審査保留となっている方は、期限内に提出・申告をしてください。（現況届に申請欄が設けてあります。）

公務員の方は、所属庁から証明をされた申請書を提出してください。

◆提出期限

12月1日[㊤]必着

お問い合わせは、
子育て支援課（2階）

☎201573、FAX201610へ。



第49回 茂原市統計グラフ コンクール入賞者が決定

茂原市統計研究会主催「第49回茂原市統計グラフコンクール」に、市内小中学校から62点の応募がありました。主な入賞者は次のとおりです。

【第一部（小学1～2年）】

市長賞 風戸悠聖（五郷小2年）、議長賞 元吉七夢（豊田小1年）、教育長賞 久我柚璃（五郷小1年）、千葉農林水産統計協会会長賞 齋藤錬（東郷小2年）、統計研究会会長賞 内川修作（東部小2年）、吉田あゆか（豊田小1年）

【第二部（小学3～4年）】

市長賞 佐藤光一（豊田小4年）、議長賞 蒔田虹波（二宮小3年）、教育長賞 鈴木友菜（豊田小3年）、千葉農林水産統計協会会長賞 齋藤怜奈（東郷小4年）、統計研究会会長賞 地引海璃（東部小3年）、古山翼（萩原小3年）

【第三部（小学5～6年）】

市長賞 阿部蘭・永島凜香（緑ヶ丘小5年）、議長賞 齊藤篤志（豊田小6年）、教育長賞 大塚裕弥（緑ヶ丘小5年）、千葉農林水産統計協会会長賞 齊藤礼風（二宮小5年）、統計研究会会長賞 齋藤瑞姫（東郷小6年）、塚本夏帆（豊田小6年）

【第四部（中学1～3年）】

市長賞 佐藤真波（早野中2年）、議長賞 安藤太祐（東中1年）、教育長賞 芦田萌子・中村なつみ（富士見中1年）

【学校賞】

小学校 豊田小学校
中学校 早野中学校

お問い合わせは、
企画政策課（4階）

☎201516、FAX201603へ。

第4回 青少年健全育成標語 コンクール入賞者決定

青少年育成茂原市民会議では、青少年健全育成事業の一つとして、市内在住の小中学生を対象に「私とお金」をテーマとして標語を募集しました。審査結果は次のとおりです。

【小学生の部】

最優秀賞 伊藤彩葉（鶴枝小6年）「身につけよう 正しいお金の 使い方」、優秀賞 長田彩（二宮小5年）、松岡芽依（中の島小6年）

【中学生の部】

最優秀賞 尾田美夕（西陵中1年）「感謝して お金が使える ありがたさ」、優秀賞 糸井千春（富士見中3年）、鈴木素佳（早野中2年）

お問い合わせは、
生涯学習課（7階）

☎201559、FAX201607へ。



お知らせ



11月は
市税収納対策強化月間です

国民健康保険税(第5期)の納期限は11月30日(月)です。最寄りの金融機関もしくはコンビニエンスストアで納付してください。

納期内に納付できない事情のある方はご相談ください。また、納税には便利な口座振替をご利用ください。口座振替をご利用いただいている方は、振替結果を預貯金通帳への記帳でご確認ください。

固収税課(2階)
☎(20)1578、FAX(20)1609

11月～3月は、
滞納整理強化期間です

千葉県は、自動車税の未納額の縮減のため、11月～3月までを滞納整理強化期間として、給与・預金・自動車などの差し押さえを一層強化します。

自動車税を納められていない方は、至急納付してください。

固茂原県税事務所収税課
☎(22)1721

日本赤十字社社資への
ご協力をお願いします

日本赤十字社茂原市地区では、日赤事業推進の基盤となる社資募集について、地域住民の方々をはじめ多くの関係者のご支援をいただいています。本年度も「社員増強、社資募集運動」を展開していますので、ご理解、ご協力をお願いいたします。

- 日本赤十字社社資の主な使途
- ・被災者への見舞金、救護要員の派遣、養成
 - ・毛布、日用品セットの整備等、災害救護体制の充実・強化
 - ・防災学習、福祉体験等、青少年赤十字の活動への支援
 - ・赤十字病院の運営、看護師の養成等、医療事業の充実
 - ・献血事業の推進、義肢・装具製作等、社会福祉事業の推進

※日赤社資とは、日本赤十字社社員として納入いただく「社費」と赤十字事業に賛同してご協力いただく「寄付金」を併せて「社資」としてあります。社費の金額は500円以上とさせていただきますが、寄付金に

は金額の定めがありません。固社会福祉課(7階)
☎(20)1571、FAX(20)1605

年金受給者の方、「平成27年
分公的年金等の受給者の扶
養親族等申告書」は期限ま
でに提出しましょう

この申告書を提出しないと、源泉徴収の段階で受けることのできる人的控除などが受けられないこととなります。

提出する必要がある方には、毎年11月に日本年金機構から申告書が送付されますので、提出期限までに必ず提出してください。

固千葉年金事務所
☎043(242)6320

11(い)月30(み)ら5(ろ)日は
「年金の日」です!

年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計を考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額についてご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。

利用方法は日本年金機構のウェブページまたは千葉年金事務所にお問い合わせください。固千葉年金事務所
☎043(242)6320

電子カルテシステムを導入
します

長生病院では、平成28年2月1日(月)より「電子カルテシステム」の運用を開始します。システムの導入により、院内の情報の共有・伝達がスムーズになり、診療や会計の待ち時間軽減や医療の透明性の確保、質の向上などが考えられます。なお、導入に伴い、外来診療は原則として予約制となります。

現在、外来で通院されている方も、次回の診察日が2月以降となる場合は、事前に予約が必要です。担当の医師とご相談のうえ、予約をお願いします。

固公立長生病院
☎(34)2121

狩猟期間が始まります

狩猟期間は、11月15日から2月15日までです。狩猟者は

マナーを守り、安全な狩猟に努めましょう。野外で活動する場合は、目立つ服装を着用し、ラジオを携帯するなど、事故防止の対策を行いましょ。

固農政課(6階)

☎(20)1526、FAX(20)1604
長生地域振興事務所
地域環境保全課
☎(26)6731

選挙人名簿の縦覧

選挙管理委員会では、12月2日に登録する選挙人名簿および同日までに登録する在外選挙人名簿の縦覧を行います。縦覧期間は12月3日(水)～7日(日)縦覧場所は選挙管理委員会固選挙管理委員会(6階)
☎(20)1529、FAX(20)1604

献血にご協力ください

日時=11月16日(月)
10時～11時45分
13時～16時

会場=市役所102会議室
主催=茂原市献血推進協議会



お問い合わせは、健康管理課(2階)
☎(20)1574、FAX(20)1600へ。

野外での焼却は禁止です

適法な焼却設備を用いずに廃棄物の焼却をすることは、法律で禁止されています。

家庭のゴミは分別し、指定された集積所に出してください。

なお、次のような焼却は例外として認められています。

- ①風俗習慣上又は宗教上の行事を行う為の焼却。②農業、林業又は漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる焼却。③たき火その他日常生活を営む上で通常行われる廃棄物の焼却であって軽微なもの。ただし、周辺地域の生活環境に十分配慮し、臭いや煙で、まわりに迷惑をかけないようにしましょう。

募 集

18歳〜29歳の

投票立会人募集

選挙管理委員会では、若い世代の方に選挙や政治に関心をもち、期日前投票立会人を募集しています。

応募資格 市内に住民登録があり、特定の政党等の政治活

動を行っていない30歳未満の方 ※現在18歳・19歳の方は選挙権を取得された後に立会いをお願いする予定です。

国際交流バスツアー

市内在住の外国人の方との交流を目的としたバスツアーを開催します。

平成28年1月5日(土)8時〜16時/行先 いちご狩り(成東)、成田山新勝寺/参加費 2500円/定員 30人(先着順) ※要事前申込

企画政策課(4階) ☎(20)1651、FAX(20)1603

新春歌舞伎鑑賞会

①1月8日金 ②1月14日(土)

開演時間 正午/演目 通し狂言『小春隠沖津白浪』小狐『三』/行き先 国立劇場(千代田区隼町)/出演者 尾上菊五郎ほか/集合場所 時間 中央公民館前9時出発、17時30分帰着予定/定員 45人(応募者多数の場合)

は抽選(市内在住・在勤者、初回の方優先)/参加費 7900円(1等A席・昼食別)/申込締切 11月27日(金)

応募方法 往復はがきに希望日①か②を選択(①②どちらでも可能であれば、「どちらでもよい」と記入)のうえ、氏名・住所・電話番号・年齢を必ず明記し郵送。(1枚で2人まで。1枚のはがきで2人申し込む場合は必ず2人の氏名、住所などを明記してください。)

園生涯学習課(9階) 〒297-8111 茂原市道表1番地 ☎(20)1559、FAX(20)1607

ながいきファームフェスタ

11月23日(日)/時間 10時30分〜15時30分(荒天中止)

場所 千葉県立茂原樟陽高等学校(茂原市上林283) 内容 牛の写生会、ぬり絵コーナー、卵のゲームなど。地元の牛が集まった美人コンテスト、「まさばマーケット」で千葉県牛乳を使った乳製品の販売。※牛のコスプレをした来場者にプレゼントを用意しています。

第2回まちづくり茂原市民ネットセミナー 「まちづくり条例 制定記念フォーラム」を開催

まちづくり条例の制定を記念し、まちづくり茂原市民ネットとの協働により、フォーラムを開催します。

市民参加・市民協働のまちづくりについて、皆さんで考えてみませんか?

日時 12月12日(土)13時30分〜16時

会場 市役所市民室

内容 基調講演(千葉大学准教授 関谷昇氏)、パネルディスカッション

対象 市内在住・在勤・在学の方

参加費 無料

定員 120人(先着順)

申込方法 電話、FAXまたはEメール

お申し込み・お問い合わせは、企画政策課(4階)

☎(20)1516、FAX(20)1603へ。

✉kikaku@city.mobara.chiba.jp

園千葉県長生農業事務所

企画振興課 ☎(22)1751

善意をありがとうございます (敬称略)

社会福祉協議会へ

金坂医院 (金15万円)

公益社団法人茂原法人会 (金10万円)

市立本納小学校 (金2万1300円)

秋の鎌倉郊外研修参加者一同 (金8860円)

NPOふるさと未来ネットワーク (金8815円)

太巻き寿司&オーブン料理教室受講生一同 (金5075円)

ベッシエアズーロ (金1000円)

青い魚 (金1000円)

チャリティー交流会 (金500円)

明治安田生命茂原第一営業所(使用済切手50枚、プルタブ4kg) (金1000円)

ASA茂原 (使用済切手4000枚)

二宮福祉センター

☎(26)3740 FAX(26)3741
Ⓞ原則として祝日および年末年始

◆☆わいわい☆クリスマスパーティー
12月13日⑩10時～13時／対象＝市内在住小学生／定員＝30人（先着順）／参加費＝500円／内容＝ゲーム、おやつパーティーほか／持ち物＝上履き、飲み物／申込み＝11月21日④9時～
※参加費を添えてお申し込みください。申し込みは、本人含め2人まで。

豊岡福祉センター

☎(34)8321 FAX(34)8321

◆初心者対象の将棋教室

12月6日、20日、平成28年1月10日、24日、2月7日、21日、3月6日、27日（日曜日全8回）13時30分～15時30分／内容＝将棋の基礎を学びながら、頭の体操をしませんか。将棋をできない方も大丈夫です。駒の並べ方から指導します／対象＝市内在住の小学3年生から中学生まで／定員＝10人（申込順）／費用＝無料／受付＝11月21日④8時30分～（申込は本人または保護者のみ）

ボランティア募集

茂原市子どもセンター（社会教育センター内）では子ども遊び場の見守り役を募集しています。あなたの少しの空いている時間を提供してください。

◆募集人員 5～6人

◆時間（ご希望に合わせて）

- ・9時30分～12時（2時間半）
- ・12時30分～15時（2時間半）
- ・15時～17時30分（2時間半）

☎生涯学習課（9階）

☎(20)1559、FAX(20)1607へ。

市民体育館

☎(23)2811 FAX(25)9351
Ⓞ原則として年末年始のみ

◆第64回市民体育祭結果

各競技とも、優勝者・優勝チームのみ掲載（敬称略）

◆バレーボール

【一般女子】Olive／【中学生女子】白子中学校／【一般男女混合】一宮クラブ

◆弓道

【団体】一般＝宮中・前床・鈴木／少年＝長生高校A（高梨・横山・今関）／【個人男子】一般遠的＝長谷川／一般近的＝菊池／少年遠的＝目黒／少年近的＝刈屋／【個人女子】一般遠的＝永瀬／一般近的＝塚本／少年遠的＝齋藤／少年近的＝渡邊／【個人総合】一般＝長谷川／少年＝目黒／【金の天賞】白井



◆柔道

【未就学児】米元勇人／【小学生】低学年＝関龍之介／中学年＝木下聖音／高学年男子＝江沢悠馬／高学年女子＝鷓澤麻央／【中学生男子】1年＝久我仁俊／2年＝笹川大介／3年＝岡本光矢／【中学生女子】菅原樺菜／【高校団体】大多喜高校A

◆サッカー

【小学生】FC中の島

◆クレ射撃

【スキート】岡本嘉夫
【トラップ】深山理

◆硬式テニス

【ダブルス】男子＝林英二・杉本周平／女子＝野木佳子・佐久間智子
【男子シニアダブルス】須藤順一・石川重雄

◆グラウンド・ゴルフ

石井美子

◆ソフトボール

【一般男子】本納ボンバーズ／【壮年】鷲巣イーグルス／【小学生】大芝マリンス／【レディース】茂原レインボーズ／【親子】たけのこの里

◆バスケットボール

【男子】WARRIORS
【女子】cross

◆ソフトテニス

【中学1年】男子＝東中（都倉・村川）／女子＝南中（古橋・麻生）／【中学2年】男子＝茂原中（原田・池上）／女子＝東中（深山・芝地）／【一般男子】嶋原・水野

◆剣道

【小学1・2年生男女】白井里緒菜
【小学3・4年生男女】白井京介
【小学5・6年生男子】柳川幸太郎
【小学5・6年生女子】伊藤はるか
【中学生】男子＝細入慈元／女子＝高橋未来

◆インディアカ

【女子】新治
【混合】ディズニーズA

◆軟式野球

【一般】東郷小区C

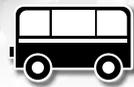
◆ゲートボール

早野





あなたも参加しませんか?



※お申し込みは費用を添えて直接各施設へ。原則として☎・FAXでのお申し込みはできません。

東部台文化会館

☎(23)8711 FAX(23)9767

※12月10日※ 原則として偶数月と3月の第2木曜日、年末年始

◆施設の利用受付

	受付分	受付開始日
音楽ホール	平成28年12月27日まで	12月1日④ 9時～
体育センター	平成28年3月末日まで	12月2日④ 9時～
その他	3か月先まで	順次

◆大画面でみる映画会

12月3日④第1回10時～(字幕版)、第2回13時30分～(吹替版) / 対象=一般 / 入場料=無料(申込不要) / 内容=「若草物語」(122分 1949年)

日本で人気のオルコットの名作小説を映画化。南北戦争時、慈愛深い母を助け貧しくも希望を持って生きるマーチ家。温順な長女メグ(ジャネット・リー)、活発な次女ジョー(ジューン・アリソン)、おしゃれな三女ベス(エリザベス・テラー)、無邪気な四女エミイ(マーガレット・オブライエン)。4姉妹の微妙で複雑な心の動きを描いた感動作。監督:マーヴィン・ルロイ



若草物語

◆東部台文化会館の催し物案内

次の催し物の詳細については、主催者にお問い合わせください

◆茂原室内合唱団・クリスマスコンサート

12月13日④15時～17時(会場14時30分) / 内容=モーツァルト「戴冠ミサ曲」K.317、ヘンデル「メサイヤ」抜粋、その他(室内楽の伴奏付き) / 入場料=1500円(全席自由) ④=荒井(25)1748

美術館・郷土資料館

☎(26)2131 FAX(26)2132

④12月21日④

開館時間=9時～17時、下記展示すべて無料。自動車で来館される高齢者、身体の不自由な方は、館の脇に駐車出来ますのでお問い合わせください。

◆美術収集品展

◆「王子江 雄原大地展」全部展示 ~ 12月20日④ / 内容=平成8年NHK「にっぽん点描」で一躍話題になった王子江の約100メートルの水墨画、第1作目「雄原大地」の全部を一挙に展示

〈学芸員による展示解説会〉

11月23日④13時30分～14時15分 / 担当学芸員 舛田隆満 / 申込不要・無料

◆第64回茂原市文化祭 小中美術展、小中書写展、幼稚園・保育所美術展、塾書道展

12月10日④～16日④ / 小中美術展=ロビー、小中書写展=市民ギャラリー、幼稚園・保育所美術展、塾書道展=実習室等

◆郷土資料館展示

◆「収蔵の刀剣展」

～平成28年2月14日④

◆資料を探しています

新たな茂原市史編纂に向け、古文書等の調査を開始しました。お宅に眠っている歴史資料等がございましたら、美術館・郷土資料館まで、お知らせください。

◆市民ギャラリー

市民ギャラリーは、皆さんの作品発表スペースです。(会場使用は有料)

図書館

☎(23)6151 FAX(25)6136

④原則として年末年始

◆おはなし会

11月28日④、12月5日④14時～14時30分 / 内容=すばなし、絵本の読み聞かせ、紙芝居など

◆映画会

11月21日④14時～14時30分 / 対象=3歳以上 / 上映作品=「つるのおんがえし」「さんねんねたろう」

◆赤ちゃんといっしょのおはなし会

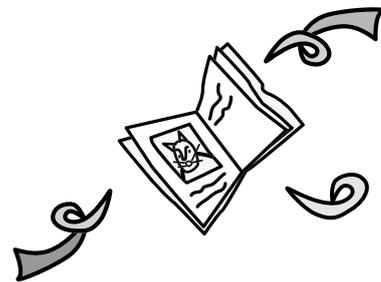
11月17日④、12月15日④第1部10時30分～11時、第2部11時30分～12時

◆阪本里美先生の絵手紙教室

大好評につき今年も開催します 11月29日④13時～15時 / 対象=一般 / 定員=30人 / 申込=11月1日④から受付開始 / 費用=無料 ※材料は図書館で用意します

◆冬のおたのしみ会

12月12日④14時～15時 / 対象=幼児～小学生 / 内容=映画・大型絵本・手遊び・うた等



五郷福祉センター

☎(25)7880 FAX(25)7880

④原則として祝日および年末年始

◆作品展

11月28日④～29日④9時～16時(29日は15時まで) / 内容=五郷福祉センター活動グループによる作品展示、五郷小学校児童の作品展示



「野菜のチーズチャンプルー」

作り方

- ①木綿豆腐はキッチンペーパーに包み、水切りをする。玉ねぎはくし形切り、にんじんは短冊切り、小松菜は5cm幅に切る。
- ②フライパンにごま油を熱し、木綿豆腐を一口大にちぎりながら入れ、焦げ目がつく程度に焼きつける。玉ねぎ、にんじんを加え、炒める。
- ③野菜がしんなりしたら塩・黒こしょうで味をととのえ、小松菜を加えてさらに炒め、色が変わったらスキムミルクと溶けるチーズを加える。
- ④卵を溶いて③に加え、しょうゆを鍋はだから回し入れ、卵が半熟状になったら火を止める。

ひとこと

牛乳やチーズなどの乳製品はカルシウム含有量が多い上に、カルシウムの吸収を促進するカゼインというたんぱく質や乳糖などを含んでいます。そのため、吸収率も高く、効率良くカルシウムを摂取することができますので、積極的に摂るようにしましょう。

(1人分) エネルギー 75kcal たんぱく質 4.5g 脂質 4.4g カルシウム 146mg 塩分 0.7g

材料 2人分

木綿豆腐	80g
玉ねぎ	1/8個 (20g)
にんじん	1/4本 (20g)
小松菜	80g
ごま油	小さじ1弱
塩	ひとつまみ
黒こしょう	少々
スキムミルク	小さじ2
溶けるチーズ	20g
卵	1/2個
しょうゆ	少々

茂原市健康生活推進員会のみなさんが栄養バランスを考えて作ったレシピをご紹介します



今夜のおかず



健康生活推進員
石田しづかさん
(鶴枝支部)

保健センターからのお知らせ

各健診・教室のお申し込み・お問い合わせ・会場は、保健センター☎(25)1725へ。
(予防接種のお問い合わせは、健康管理課☎(20)1574へ。)

名称	日時・内容	受付時間	主な対象者	持ち物など
6か月乳児相談	12月24日☎	9時30分～10時 13時30分～14時	平成27年 6月生	母子健康手帳、問診票、バスタオル
1歳6か月児健康診査	12月15日☎	13時～13時20分	平成26年 6月生	母子健康手帳、問診票、 歯ブラシ、タオル 汚れてもよい服装でお越しください
2歳児歯科健康診査	12月17日☎	9時～10時10分	平成25年 6月生 7月生	
3歳児健康診査	12月16日☎	13時～13時20分	平成24年 6月生	
ママ・パパ教室	①11月28日⊕ 出産準備編 ②12月22日☎ 産後・育児編	9時20分～9時30分	妊娠中の方 およびそのご家族	母子健康手帳、筆記用具 ※申込制 必ずご予約ください
B C G 予防接種	①12月 8日☎ ② 1月12日☎	13時30分～14時20分	①平成27年 6月生 ②平成27年 7月生	母子健康手帳、記入した予診票 (必ず保護者がお連れください)

夜間の急病は



- 長生都市夜間急病診療所 20時～23時
内科・小児科 (初期診療) ☎(24)1010
- テレフォン案内
(19時～23時 長生都市夜間急病診療所のご案内)
(23時～翌6時 救急当番病院(内科・外科)のご案内)
☎(24)1011



- 防災行政無線が フリーアクセス しみんは 119
再確認できます 0120(438)119
 - 携帯電話、PHSからは ☎0475(22)7290
- 火災のお問い合わせは
広域消防本部テレフォンサービス ☎(25)4411



テレフォンガイドもばら ☎(20)1616
ご希望の情報サービスコードをダイヤルしてください。
※茂原市公式ウェブサイトから確認できます。

日曜・休日当番医 ※診療時間は9時～17時です

	《内科系》	《外科系》
11月15日☎	豊栄元氣クリニック ☎40-4884	鎗田整形外科医院 ☎24-8686
11月22日☎	すだ内科医院 ☎24-7717	公立長生病院 ☎34-2121
11月23日☎	上茂原診療所 ☎25-2510	穴倉病院 ☎24-2171
11月29日☎	茂原中央病院 ☎24-1191	君塚病院 ☎25-1811

※都合により、変更する場合があります。救急患者の方が優先となります。
中央消防署指揮情報係☎24-0119、☎25-8448へお問い合わせください。

こども急病電話相談 実施：千葉県

お子さんの急な病気で心配なとき、看護師・小児科医が電話でアドバイスします。

#8000

(プッシュ回線・携帯電話)

☎043(242)9939

(ダイヤル回線)

相談日時 毎日
19時～22時