

自転車の交通事故を防止しましょう!!

自転車が加害者となる事故も発生するなど、自転車の安全利用に対する関心が高まっています。自転車乗用中の交通事故や迷惑行為を防止するため、自転車の交通ルールを守りましょう。

守ろう!自転車安全利用五則

- ①自転車は、車道が原則、歩道は例外
- ②車道は、左側を通行
- ③歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- ④安全ルールを守る
(・飲酒運転は禁止 ・二人乗りは禁止
・並進は禁止 ・夜間はライトを点灯など)
- ⑤子どもはヘルメットを着用

※万一来に備え、賠償責任に対応した保険に加入しましょう。



駅前放置自転車クリーンキャンペーン ～11月30日(水)まで実施中!

スローガン 「困ります! 自転車置きざり 知らんぷり」

市では、駅前広場や周辺道路への放置を防止するため、条例を制定し、自転車駐車場の整備をはじめ、放置自転車等の撤去などの対策を実施しています。

買物等で自転車等を使用するときは、各自転車駐車場またはご利用店舗の駐輪場に駐車して、放置自転車のない安全で安心なまちづくりにご協力ください。

※撤去した放置自転車等の返還に際しては、撤去・保管料が必要です。

WEBサイトでオリジナルアニメ公開中!楽しく自転車のルールを学ぼう!

<http://www.chibapedal.jp/>

ちばペダル

検索



お問い合わせは、生活課(2階) ☎(20)1505、FAX(20)1600へ。

- ◆行財政改革大綱第6次実施計画の進捗状況をお知らせします(P2)
- ◆第65回茂原市文化祭会場案内(P5)
- ◆スポーツもばら(P8～9)

今月の日曜開庁	10月23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
証明書等交付時間を延長	毎週水曜日	19時まで	収税課(2階) ☎(20)1578
			本納支所 ☎(34)2111
			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。

行財政改革大綱第6次実施計画の 進捗状況をお知らせします

市では、平成26年度から平成28年度までを計画期間とする行財政改革大綱第6次実施計画を策定し、その推進を図っています。平成27年度までの進捗状況については、全28項目中、A評価「計画どおり順調に進捗している」が17項目、B評価「計画の進捗に一部遅れがある」が10項目、C評価「計画の進捗にかなり遅れがある」が1項目となっています。

1 進捗状況

基本目標	推進項目	評価		
		A 計画どおり 順調に進捗	B 進捗に一部 遅れがある	C 進捗にかなり 遅れがある
地域力の向上 (6項目)	市民協働の推進	1	1	
	開かれた行政運営	2	1	1
組織力の向上 (6項目)	行政運営の効率化	1	1	
	行政機構・人事管理の適正化	2		
	公共施設の見直し	1	1	
財政力の向上 (11項目)	歳入の確保	3	2	
	歳出の最適化	3		
	健全な財政運営	3		
職員力の向上 (5項目)	人材の育成	1	1	
	人事給与制度の検証		3	
合計 (全28項目)		17	10	1

2 財政効果

(単位：千円)

取組項目	H26	H27	H28	計	備考 (平成27年度実績内訳)	
公有財産の売却、有効活用	計画	95,434	74,319	147,105	316,858	土地売却処分 59,941,236円 メガソーラー (事業用地賃借料、固定資産税) 8,678,100円
	実績	61,416	68,619	-	130,035	
市税収入の確保と徴収率の向上	計画	153,843	134,510	152,726	441,079	
	実績	396,245	520,500	-	916,745	
債権回収の強化	計画	4,200	4,600	4,800	13,600	
	実績	16,678	13,688	-	30,366	
広告掲載事業の拡充	計画	200	300	400	900	広告入り周辺案内板設置 661,870円 ボランティア清掃専用広告付きごみ袋 257,904円相当 (2万枚) 広告付き共通封筒 324,000円相当 (10万枚)
	実績	90	1,243	-	1,333	
ふるさと納税の取組強化	計画	1,000	2,000	2,000	5,000	ふるさと茂原まちづくり応援基金条例 (平成26年12月11日制定) 74件 12,451,120円
	実績	736	12,451	-	13,187	
全事業の再検証	計画	-	5,000	10,000	15,000	消耗品削減額 6,180,000円
	実績	-	6,180	-	6,180	
電力調達方法の変更	計画	8,400	8,400	8,400	25,200	年間電力料金 削減額 16,478,839円 削減率 14.47%
	実績	17,153	16,478	-	33,631	
固定資産課税台帳のデジタル化	計画	-	1,228	1,228	2,456	名寄帳見出し簿作成代 522,600円 名寄帳用紙代 720,000円
	実績	-	1,242	-	1,242	
合計	計画	263,077	230,357	326,659	820,093	
	実績	492,318	640,401	-	1,132,719	

お問い合わせは、経営改革課 (4階) ☎(20)1702、FAX(20)1602へ。

平成28年度
臨時福祉給付金および障害・
遺族基礎年金受給者向け給付金
申請期限は12月1日(木)まで



臨時福祉給付金および障害・遺族基礎年金受給者向け給付金の申請は、12月1日(木) (郵送の場合は当日消印有効) までです。

申請期限を過ぎると給付金は受け取れませんので、お早めに申請をお願いします。

◆支給対象者 【臨時福祉給付金】

平成28年度の市・県民税が課税されていない方。

※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対象外です。

【障害・遺族基礎年金受給者向け給付金】

平成28年度の臨時福祉給付金対象者のうち、平成28年5月分の障害基礎年金または遺

出産年齢世代を襲う

子宮頸がん

子宮頸がんは、女性の命を脅かし、命が助かった場合でも、出産の機会を奪われることがあるため、「マザーキラー」と呼ばれています。

子宮頸がんは検診によって、早期で症状のないうちに見つければ、子宮を温存し、将来の妊娠・出産の可能性を残すことができます。

子宮頸がんの原因のほとんどは、HPV（ヒトパピローマウイルス）というごくありふれたウイルスの感染であることがわかっています。HPV感染は、性交渉で感染するウイルスです。

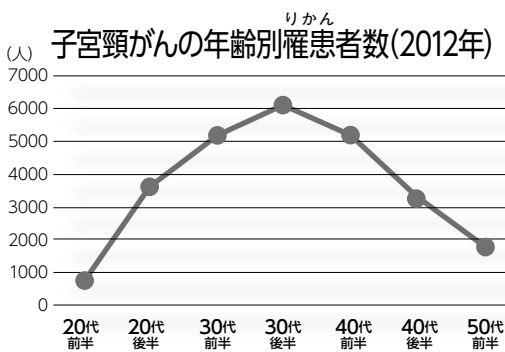
子宮頸がんは決して特別な病気ではなく、日本では約76人に1人が生涯かかる可能性があります。

【子宮頸がん検診】

表にあるように、子宮頸がんは20代、30代の女性でも発症します。発症のピークは30代です。現在、「出産年齢」のピークも30代です。つまり、子宮頸がんの発症のピークと出産年齢のピークが重なっているのです。

子宮頸がん検診は、柔らかい綿棒のようなもので子宮頸部の細胞を採取します。採取した細胞を観察し、異常がないか調べます。痛みはほとんどありません。

特に症状がないからこそ、20歳を過ぎたら、2年に1回、ぜひ子宮頸がんの検診を受けてください。



平成28年度 子宮頸がん検診日程表

実施日	会場	午前	午後
11月 1日(火)	保健センター	○	○
11月 8日(火)	本納公民館	○	○
11月10日(木)	保健センター	○	○
11月15日(火)	鶴枝公民館	○	○
11月21日(月)	五郷福祉センター	○	/
	保健センター	/	○
11月24日(木)	東部台文化会館	○	○
11月25日(金)	豊岡福祉センター	○	/
	保健センター	/	○
11月26日(土)	保健センター	○	○
11月28日(日)		○	○
12月 1日(火)		○	○

【受付時間】 午前の部 9時30分～10時30分
午後の部 13時～14時

子宮頸がん検診を実施



市では、子宮頸がん検診（集団検診）を実施します。
対象者 平成28年4月1日現在20歳以上の女性で、生まれ年が西暦で偶数年（大正・昭和で奇数年または平成で偶

数年）の方※隔年（2年に1回）の受診となります／**検査方法** 子宮頸部細胞診／費用（検診一部負担金） 500円／**受付時間** 9時30分～10時30分、13時～14時／**申込方法** 希望日の10日前までに健康管理課（2階）まで。
※対象者のうち、平成26年度に受診された方あるいは平成27年度にクーポン券を使用し受診された方には、**受診票等を郵送**しています。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。

族基礎年金等を受給している方
※すでに年金生活者等支援臨時福祉給付金（高齢者向け）を受給された方は対象外です。

◆申請方法

- ① 郵送による申請
 - ② 窓口での申請
- ※申請書の郵送をご希望の場合は、臨時福祉給付金事務室にお問い合わせください。

◆申請場所・受付時間

- ① 臨時福祉給付金事務室（5階）
 - ② 本納支所
- ※①・②とも受付時間は、月～金曜9時～17時（祝日除く）

お問い合わせは、
臨時福祉給付金事務室（5階）
☎(23)2156、FAX(20)1605へ。

善意をありがとうございます（敬称略）



市へ
▽庭田 茂（金1万円）
▽株大仁フラワーショップ
はなも（生花 平成28年4月～9月毎週1台）



市内工場見学会を 実施します！

市民の皆さんに、本市における工業への理解と認識を深めていただくため、市内各企業のご協力のもと、工場見学会を実施します。お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

開催日時 11月24日(土) 10時～16時 / 見学先 TOTO

ハイリビング(株)・双葉電子工業(株) / 対象 市内在住で成人の方 / 募集人員 25人(応募者多数の場合は抽選。初回の方優先) / 申込方法 往復はがきの往信用の裏面に、参加者の①住所、②氏名、③生年月日、④電話番号を記入し、返信用の表面に、住所、氏名(2人分を申し込む場合は代表の方)を記入の上、お申し込みください。返信用の裏面には何も記入しないでください。※往復はがき一枚につき2人まで。1枚で2人分を申し込む場合は、必ず2人の住所、氏名、生年月日、電話番号を

記入してください / 申込期限 10月25日(火)必着 ※結果は締め切り後1週間程度で通知します / 参加費 1千円(昼食代・保険料) / 注意事項 見学先企業の同業他社の方の参加はご遠慮ください。

お申し込み・お問い合わせは、〒297-8511 茂原市道表1番地 商工観光課(6階) ☎(20)1528、FAX(20)1604へ。

ごみの再資源化、 減量化にご協力ください

資源循環型社会づくりを目指し、ごみを減らす(リデュース)、くり返し使う(リユース)、資源として再利用する(リサイクル)「3R」に取り組みましょう。

市では、可燃ごみの約半分を占める生ごみの減量・資源化を推進しています。

◆家庭用生ごみ処理機補助金制度

補助金額 購入額の1/2 (千円未満切捨、上限1万8千円) / 必要書類等 販売店発行の領収書、品質保証書、住所を証明できるもの、補助金交付申請書、印鑑

※補助金交付申請書は、環境保全課窓口またはウェブページから入手できます。

◆生ごみ堆肥化容器助成販売 (環境保全課・本納支所で販売中)

コンポスター	
130型	2800円
190型	3180円
230型	4370円
EM容器(2個セット)	1920円

※市内に住所を有し、現に居住している方が対象です。

お問い合わせは、

環境保全課(6階) ☎(20)1504、FAX(20)1604へ。

第50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50回茂原市統計グラフコンクール」に、市内小中学校から74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 元吉七夢(豊田小2年)、議長賞 石塚莉空(豊田小2年)、教育長賞 久我柚璃(五郷小2年)、千葉農林水産統計協会会長賞 黒木光太郎(豊田小1年)、統計研

究会長賞 風戸佳太(五郷小1年)・吉田あゆか(豊田小2年)

【第二部(小学3～4年)】

市長賞 鈴木友菜(豊田小4年)、議長賞 三橋大翔(豊岡小4年)、教育長賞 齋藤鍊(東郷小3年)、千葉農林水産統計協会会長賞 蒔田虹波(二宮小4年)、統計研究会長賞 風戸悠聖(五郷小3年)・(合作) 本間陽菜・正林花鈴奈(豊田小4年)

【第三部(小学5～6年)】

市長賞 齋藤怜奈(東郷小5年)、議長賞 齋藤礼風(二宮小6年)、教育長賞 久我奏瑠(五郷小5年)、千葉農林水産統計協会会長賞 (合作) 石田紗千・大橋花倫(緑ヶ丘小6年)、統計研究会長賞 (合作) 阿部蘭・永島凜香(緑ヶ丘小6年)・(合作) 廣松聖斗(西小4年)・廣松紗夏(西小6年)

【第四部(中学1～3年)】

市長賞 佐藤真波(早野中3年)、議長賞 塚本千尋(西陵中3年)、教育長賞 安藤太裕(東中2年)、千葉農林水産統計協会会長賞 阿部倉実々(西陵中1年)

【学校賞】

小学校 豊田小学校
中学校 西陵中学校

お問い合わせは、企画政策課(4階) ☎(20)1516、FAX(20)1603へ。

**平成28年
台風10号等
災害救援募金
受付中**

8月に発生した台風10号等に伴う大雨により、被災された北海道・岩手の方々を支援するため、災害救援募金を受け付けています。

1. 募金箱設置場所
生活課窓口(2階)、総務課窓口(4階)、本納支所窓口

2. 受付締切
10月26日(土、日・祝日を除く)

3. 募金送付先
日本赤十字社
お問い合わせは、
総務課防災対策室(4階) ☎(20)1519、FAX(20)1602へ。

第65回茂原市文化祭会場案内



- ・入場は原則無料（一部有料）
- ・スタンプラリーに参加しよう！
- 「★」のついてる8つの会場にあるスタンプを4つ集めると景品をプレゼント（1人1個）
- ・「小中書写展」「小中美術展」「幼稚園・保育所、塾書道展」については開催期間に注意してください。
- ・会場準備等の都合により時間に変更になる場合があります。

★美術館・郷土資料館 ☎(26)2131

催物名	開催期間	使用する部屋
一般美術展 絵画（日本画、洋画）、 書道、彫刻、草木染 陶芸作品展 押し花作品 ちぎり絵、版画、トールペイント ほか	11月2日㊤～13日㊤ 9時～17時 (13日は15時まで)	第1・2展示室
		実習室
		視聴覚室
		市民ギャラリー
刀剣展	11月2日㊤～3日㊤ 9時～17時	第2展示室
近代現代陶芸名匠展	11月4日㊤～13日㊤ 9時～17時 (13日は15時まで)	第2展示室

※11月3日㊤は作品入替のため、16時で閉館

催物名	開催期間	使用する部屋
小中書写展	12月8日㊤～14日㊤ 9時～17時	市民ギャラリー
小中美術展		ロビー
幼稚園・保育所美術展 塾書道展		実習室 ほか

★市役所 ☎(23)2111

催物名	開催期間・開催日	使用する部屋
菊花展	10月30日㊤～11月6日㊤ 9時～17時	ロビー ほか
フォークダンス大会	11月3日㊤ 13時～15時	市民室

市民会館 ☎(22)5072

催物名	開催日
民謡舞踊芸能祭	11月3日㊤ 10時～17時
洋舞フェスティバル	11月6日㊤ 12時30分～17時

★中央公民館 ☎(22)5072

催物名	開催期間	使用する部屋
写真展	10月30日㊤～11月3日㊤ 9時～17時(3日は16時まで)	第1～3会議室
切手展	11月1日㊤～11月3日㊤ 9時～17時(3日は16時まで)	
茂原少年少女 発明クラブ作品展	11月2日㊤～11月3日㊤ 9時～15時30分	図書室

★本納公民館 ☎(34)2349

催物名	開催期間・開催日	使用する部屋
自主グループ等作品展	11月3日㊤～6日㊤ 9時～17時(6日は16時まで)	和室 ほか
文化財展		小会議室
芸能発表会	11月6日㊤ 10時～15時30分	大会議室

★鶴枝公民館 ☎(25)1834

催物名	開催期間・開催日	使用する部屋
自主グループ等作品展	11月3日㊤～6日㊤ 9時～17時(6日は16時まで)	大会議室 ほか
茶会（有料）	11月3日㊤ 10時～15時	研修室

★東部台文化会館 ☎(23)8711

催物名	開催日	使用する部屋
三曲発表会	11月3日㊤ 11時～16時30分	音楽ホール
吟詠大会	11月5日㊤ 10時～17時	
音楽の広場	11月6日㊤ 13時～16時30分	
もばらミュージック・ セッション2016	11月12日㊤ 15時～20時 13日㊤ 13時～19時	

★総合市民センター ☎(24)9511

催物名	開催期間・開催日	使用する部屋
盆栽展	10月30日㊤～11月3日㊤ 9時～17時	ロビー
自主グループ作品展	(3日は16時まで)	講座室 ほか
もばら手作り作品展	11月1日㊤～3日㊤ 9時～17時 (3日は16時まで)	研修室
華道展	11月1日㊤～3日㊤ 9時～16時	大ホール
川柳大会	11月2日㊤ 12時～16時	視聴覚室
俳句大会	11月2日㊤ 10時～16時	研修室1 ほか
現代詩の会	11月3日㊤ 13時～16時30分	研修室1 ほか
短歌大会	11月3日㊤ 12時～16時	視聴覚室
茶会（有料）	11月3日㊤ 10時～15時	和室
将棋大会	11月3日㊤ 8時30分～17時	集会室
チャリティーダンス パーティー	11月6日㊤ 12時30分～16時	大ホール

茂原囲碁クラブ(茂原382)寺田ビル1階 ☎(20)4115

催物名	開催日
囲碁大会	11月3日㊤ 9時～17時

鶴枝遊水公園

催物名	開催日
たこあげ大会	11月3日㊤ 雨天中止 9時～16時

※先着30名様にミニ凧を差し上げます。

★図書館 ☎(23)6151

催物名	開催日	使用する部屋
もばらでピアノバトル	11月3日㊤ 14時～16時	研修室

お問い合わせは、生涯学習課（9階）

☎(20)1559、FAX(20)1607または各会場へ。

お知らせ

忘れずに納付しましょう!

市県民税(第3期)と国民健康保険税(第4期)の納期限は10月31日⑤です。最寄りの金融機関またはコンビニエンスストアで納付してください。

なお、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、市税等の納税には、納め忘れのない安心で確実な口座振替をお勧めします。

☎ 収税課(2階)
☎(20) 1578、FAX(20) 1609

**キャッシュカードがあれば
国民健康保険税の口座振替
手続きができます!**

市では、国民健康保険税の口座振替手続きが、市の窓口において銀行印なしで簡単にできるサービスを開始しました。

国保年金課・収税課・本納支所で、専用端末にキャッシュカードを通し、暗証番号を入力することで、口座確認ができるようになりました。

口座振替依頼書の記入は従来どおり必要ですが、振替開

始が最短短月、遅くとも翌月末となり、開始までの期間が省略できます。

※金融機関でのお申し込み方は従来と変わりません。
※一部ご利用できないキャッシュカードがあります。

対象金融機関 千葉銀行、みずほ銀行、三菱東京UFJ銀行、三井住友銀行、りそな銀行、埼玉りそな銀行、千葉興業銀行、京葉銀行、銚子信用金庫、房総信用組合、中央労働金庫、ゆうちょ銀行

☎ 国保年金課(2階)
☎(20) 1503、FAX(20) 1600
☎ 収税課(2階)
☎(20) 1578、FAX(20) 1609

**「子育てお母さんの再就職
支援セミナー」**

茂原市・大網白里市・九十九里町の3市町と千葉県ジョブサポートセンターとの共催により、子育て中のお母さんで就職をお考えの方を対象に、「効果的な応募書類の書き方」や「面接突破のポイント」などをテーマに、就職に役立つ託児サービス付セミナーを開催します。

11月5日④10時～12時30

分/場所 市役所市民室/対象 子育て中の女性で就職をお考えの方/定員 30人(予約制・先着順)/費用 無料/申込方法 10月28日⑤までに電話申し込み

※託児サービス(生後3カ月～未就学まで)を利用される方は、申込時にお申し出ください。

☎ 商工観光課(6階)
☎(20) 1528、FAX(20) 1604

農地転用は許可が必要です

農地法に基づく許可を受けずに、農地を農地以外の目的に利用(転用)することはできません。違反転用は、その行為により刑事罰の対象となる場合があります。

農地に住宅を建てたい、駐車場にしたいなどの農地転用に関する場合は、農業委員会(6階)にお申し出ください。

☎ 農業委員会事務局(6階)
☎(20) 1530、FAX(20) 1604

**第26回茂原市産業まつりを
開催します**

茂原市産業まつりは、市の農業・商工業などを広く知って

もらおうと毎年開催されているイベントです。お誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

11月3日④10時～14時/場所 市役所市民広場、市庁舎南側駐車場/内容 市内農産物の販売、商工業製品展示、飲食物販売、お餅の無料配布、ほか各種イベント/主催 茂原市産業まつり実行委員会

☎ 農政課(6階)
☎(20) 1526、FAX(20) 1604

**国民年金保険料「5年の後
納制度」があります**

過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することで将来の年金額を増やすことができます。「後納制度」が、平成27年10月1日から3年間限りの特例として開始されました。

なお、老齢基礎年金を受給している方などは、後納制度の利用はできません。後納制度を利用するには、申し込みが必要です。

☎ 国民年金保険料専用ダイヤル
☎(0570) 011-050
☎ 千葉年金事務所
☎(043) 242-6320

**10月～12月は県の多重債務
問題対策強化月間です**

千葉県多重債務問題対策本部および茂原市では、借金やヤミ金融でお悩みの方を対象に弁護士、司法書士、警察官などによる無料相談会を開催し、多重債務・ヤミ金融に係る諸問題の解決を支援します。借金で悩まない生活を取り戻すために、まずはご相談ください。

11月27日④10時～15時/場所 消費生活センター(生活課内)/申込方法 事前申込(先着順)

また、多重債務に関する相談は市消費生活センターでも受け付けています。当日都合の悪い方、お急ぎの方も、ひとりで悩まず、まずはご相談ください。

◆茂原市消費生活センター
☎(20) 1101

相談日 月・金曜日(祝日・年末年始を除く)/受付時間 9時30分～16時(12時～13時を除く)

☎ 生活課(2階)
☎(20) 1505、FAX(20) 1600
☎ 千葉県くらし安全推進課
☎(043) 223-2271

「サンキュー♥ちばフリーパス」を販売

県内の鉄道と路線バスの一部が乗り降り自由になる「サンキュー♥ちばフリーパス」を販売しています。

金額 大人3900円・小人1950円／発売期間 11月19日⑤まで／利用期間 11月20日⑥のうち連続する2日間／販売場所 市川、千葉、舞浜、蘇我、船橋法典、南流山、本千葉、成田、成田空港、空港第2ビル、松戸、天王台の各駅のみどりの窓口および指定席券売機

フリーエリア内の対象路線【鉄道】千葉県内のJR線・小湊鉄道線・いすみ鉄道線・銚子電鉄線／【バス】小湊鐵道バス・九十九里鐵道、千葉交通、ジェイアールバス関東・鴨川日東バス・館山日東バス・天羽日東バスの指定路線

観光誘致促進課
千葉県県商工労働部
043(223)2412

労働力調査の回答をお願いします

総務省統計局と千葉県では、毎月、労働力調査を実施

しています。

この調査は、国の経済政策や雇用対策などの基礎資料を得ることを目的とした重要な調査です。

対象となった世帯には、調査員がお伺いしますので、調査への回答をお願いします。

調査対象 萱場地区の一部の世帯／調査期間 11月～3月※調査員は、千葉県知事発行の調査員証を携帯していますので、ご確認ください。

千葉県総合企画部統計課
043(223)2220

10月17日⑦から23日⑧は行政相談週間です

総務省では、毎年10月の一週間に「行政相談週間」と定め、全国的に様々な行事を展開します。この行事の一環として千葉一日合同行政相談所を開設します。

10月21日⑧10時～16時(受付15時30分まで)／場所 千葉都市モノレール千葉駅2階オープンスペース(千葉市中央区新千葉1-1-1)

総務省千葉行政評価事務所行政相談課
0570(090)110

保健

めざせ8020 No.144 歯の健康(乳幼児期)

◆生後6カ月頃

まだ歯は生えていませんが、お手入れは指先にガーゼを巻き、歯ぐきをマッサージュするように口の中を拭ってあげましょう。

◆生後7～8カ月

個人差はありますが下の前歯から生えてきます。授乳後などガーゼで歯を拭いてあげましょう。また、お子さんにはゴム製の歯ブラシを持たせ、噛ませるようにしましょう。

◆1歳頃

前歯が4本程度生えてきたら仕上げみがき用の小さな歯ブラシで磨いてあげましょう。歯ブラシは鉛筆を持つようにして力を入れすぎないように小刻みに磨くとよいでしょう。一日に一回は仕上げ磨きの時間を作りましょう。

◆2歳～3歳

20本の乳歯が全て生えそろう時期になります。奥歯が生えてきますので仕上げ磨きの際は奥まで確認をしましょう。特に夜寝る前の歯磨きは

重要です。

◆フッ化物の応用

歯が生えたらフッ素入りの歯磨き剤を使用しましょう。また、市では1歳6カ月健診、2歳児歯科健診、3歳児健診にてフッ素塗布を行っています。

◆歯科相談

毎月第1月曜日に歯科相談を行っています。乳歯が生え始めたらご利用ください。

在宅訪問歯科事業をご利用ください

市では、茂原市長生郡歯科医師会の協力により、寝たきりや体が不自由で外出できず、歯科健診を受ける機会に恵まれない方に、在宅訪問歯科事業を行っています。

歯科医師による口腔内診査および歯科指導を行うことにより、口腔内の衛生状態を改善し、口腔機能の維持・回復だけでなく、全身的な機能の向上を図ることが期待できます。対象 ①65歳以上の寝たきりの方②障害などにより外出困難な方※①・②とも介護保険法による歯科部門の居宅療養管理指導のサービスを受

募集

健康生活推進員さんのウォーキング教室参加者募集

11月14日⑨ 9時30分～11時30分(受付9時15分)／集合場所 保健センター／コース 保健センター～ホームセンター約4km(雨天時は保健センターで軽運動などを実施)／対象 市内在住者／募集人数 20人(先着順)／参加費 無料／持ち物 タオル・飲み物・動きやすい服装・靴・リュック／締切 11月9日⑩／主催 茂原市健康生活推進員会・高師支部

保健センター
025)1725、FAX(25)1865



スポーツもじら 第50号記念 連絡先 体育課 ☎(20)1575

第2回もじら タッチバレーボール 千葉県大会を開催

7月3日、第2回もじら
タッチバレーボール千葉県大
会を市民体育館で開催しまし
た。当日は、150チーム、
約800人が参加し、3月に
開催された第1回大会からわ
ずかな期間ながら、参加者の
技術も向上しており、熱戦が
繰り広げられました。

子どもから大人まで幅広い
年代が参加し、タッチバレー
ボールの醍醐味である老若男
女誰もが楽しめる大会とな
りました。

次回の大会は平成29年7月
2日に開催することが決定し
ておりますので、ぜひご参加
ください。

結果は次の通りです。

●ファミリー部

- 優勝 UC☆GLAY
- 準優勝 茂原エンジェルス
- 三位 OKファミリー
- 三位 UC☆RED

●一般男子の部

- 優勝 TVBチームやれんな
- 準優勝 SETTE
- 三位 千葉ゼルバ
- 三位 前回は3位でした。
(株)池田工務店

●一般女子の部

- 優勝 Olive
- 準優勝 アップルミント
- 三位 ゴリの極み乙女。
- 三位 NORI☆TAMA



▲熱戦のタッチバレーボール



一般男子の部優勝 TVBチームやれんな



ファミリーの部優勝 UC☆GLAY

●男女混合の部

- 優勝 C.V.C
- 準優勝 聡組
- 三位 東金18
- 三位 ゴリラーズ

●シニアの部

- 優勝 チェリークラブ
- 準優勝 中の島じじいば
- 三位 すみれ
- 三位 ババーズA



シニアの部優勝 チェリークラブ



男女混合の部優勝 C.V.C



一般女子の部優勝 Olive



全国大会出場 青島 那有姫さん(水泳)



全国大会出場 中山 恭花さん(卓球)

千葉県中学校総合体育大会 市内中学生が大健闘

☆☆全国大会出場☆☆

【卓球】

・女子シングルス優勝

南中学校3年生

中山 恭花さん

(関東大会、全国大会出場)

【水泳】

・3年女子50m自由形2位

本納中学校3年生

青島 那有姫さん

☆関東大会出場☆

【卓球】

男子シングルス優勝

東中学校2年生

齋藤 佳永さん

女子シングルス13位

富士見中学校2年生

柴田 美嶺さん

【ソフトテニス】

男子個人戦5位

東中学校3年生

面川 悠真さん

瀧口 琉輝さん

女子個人戦9位

東中学校3年生

深山 理桜さん

芝地 渚さん

男子個人戦3回戦進出

茂原中学校3年生

原田 優樹さん

池上 脩馬さん

【柔道】

個人55kg級3位

富士見中学校3年生

波平 泰輝さん

【水泳】

800m自由形2位

200mバタフライ5位

東中学校3年生

堀江 遥菜さん

【陸上競技】

2年100m

富士見中学校2年生

吉田 誠さん

(全日本中学校通信陸上競技大会千葉県大会での成績です。)

茂原中学校サッカー部が
千葉県大会で
第3位と健闘

茂原中学校サッカー部は、千葉県総体で第3位と健闘しました。昨秋の新人戦千葉県大会でも3位の好成績を収めています。

【対戦結果】

1回戦

茂原中4-0市川二中

2回戦

茂原中2-0八木が谷中

3回戦

茂原中1-0九十九里中

準決勝

茂原中0-9暁星国際中

※茂原中に勝利した暁星国際中は、その後、千葉県大会と関東大会を共に優勝し、全国大会に出場しました。全国大会の決勝戦で青森山田中に敗れ、準優勝しました。



茂原中学校サッカー部

茂原市体育協会主催
大相撲鍛山部屋

ふれあい相撲を開催

8月23日、茂原市体育協会主催による「大相撲鍛山部屋ふれあい相撲」を開催しました。

鍛山部屋から元関脇寺尾の立田川親方、元小結豊真将の田川親方をはじめ、総勢22名の力士を招き、公開稽古や力士に挑戦する力試し、相撲甚句、鬘結いの実演などを行いました。

当日は、約1000人の来場があり、600食のちゃんこ鍋を振る舞い、大いに盛り上がりました。



鍛山親方と立田川親方からご挨拶



子ども達が力士に挑戦



迫力ある稽古様子

茂原市出身プロ野球選手
北海道日本ハムファイターズ
高梨裕稔投手が大活躍中!

プロ野球パ・リーグ優勝を果たした北海道日本ハムファイターズにとって、茂原市出身の高梨裕稔投手は、欠かせない選手となっています。

高梨投手は、4月にプロ入り初勝利を挙げ、その後、先発で起用されると、9月18日には先発登板9連勝で10勝目を挙げ、チームの優勝に大きく貢献しました。現在、パ・リーグ新人王の有力候補となっており、今後の活躍が大いに期待されます。応援をよろしくお願いします。

※高梨投手の経歴

萩原小→茂原中→土気高→山梨学院大→北海道日本ハムファイターズ(2013年ドラフト4巡目入団)



1月に表敬訪問に訪れた高梨投手



◆大多喜ガス共催料理教室

▼年越に向けてそば打ちに挑戦!

そば打ち道場

第1回11月26日㊥、第2回11月27日㊤9時～13時/内容=そば打ち(試食あり)/対象=市内在住者/定員=各日12人/費用=1,000円(1回につき)/受付=10月18日㊤8時30分～窓口にて※定員になり次第締切。

総合市民センター

☎(24)9511 FAX(23)7444

㊤臨時休館・年末年始

▼骨盤体操教室

11月～2月の第2・4月曜日(全8回)※1月は第4・5月曜日に実施/時間=14時～16時/対象=市内在住60歳以上の方/定員=20人/費用=保険料として200円(予定)/受付=10月20日㊤※定員になり次第締切/申込=窓口にて費用を添えて※申し込みは本人のみ/持ち物=バスタオル・汗拭きタオル、動きやすい服装、飲み物

◆大多喜ガス共催料理教室

▼初心者でもできる本格中華料理教室

11月10日㊤、24日㊤14時30分～16時30分(全2回)/対象=市内在住者/定員=20人/費用=材料費2,000円/講師=慶飯 篠原慶行氏/受付=10月18日㊤9時～窓口にて費用を添えて※定員になり次第締切。申し込みは本人のみ。

▼オープン料理教室

11月25日㊤13時30分～16時30分/対象=市内在住者/定員=20人/費用=材料費1,000円/受付=10月18日㊤9時～窓口にて費用を添えて※定員になり次第締切。申し込みは本人のみ。

▼ちびっこ親子のクリスマス会

12月1日㊤13時30分～15時(受付=13時～)/内容=歌、ふれあい遊び、サンタさんからプレゼント、おやつタイム/対象=市内在住の0歳～4歳児とその保護者※申込不要/費用=無料/持ち物=おやつ、飲み物、レジャーシート、ひざ掛け、300円程度のプレゼント※プレゼント交換をするので必ずご持参ください/駐車場に限りがありますので、ご了承ください。

▼クリスマス・クラフト

12月3日㊤9時30分～11時30分/内容=指編みでつくるクリスマスリース/対象=市内在住の小学生/定員=15人/費用=500円(材料費)/持ち物=飲み物、おしぼり、木工用バンド/受付=窓口にて費用を添えて※定員になり次第締切

豊岡福祉センター

☎(34)8321 FAX(34)8321

㊤臨時休館・年末年始

▼豊岡ウォーキング～豊岡地区のロマンスと伝説をたずねる～

11月7日㊤9時30分～12時30分/対象=市内在住者/定員=20人(申込順)/費用=保険料として200円/予定距離=10km(雨天決行)/コース=昨年(10月)実施のコース(要問合せ)/持ち物=帽子、手袋、タオル、飲み物、雨具など/集合場所=豊岡福祉センター/受付=10月20日㊤8時30分～費用を添えて申し込み。

▼伝統文化にふれあおう

11月28日㊤10時～12時/内容=地元の伝統工芸品「本納絵馬」の歴史や文化を学び、絵馬作りを体験しませんか?/対象=市内在住者/定員=20人(申込順)/費用=1,200円(教材費)/講師=矢部宏先生(日本画家・本納絵馬五代目)/持ち物=細書き筆ペンまたは細筆と墨汁/受付=10月20日㊤8時30分～費用を添えて申し込み。

みんなの食育フェスタ2016

～乳幼児から高齢者までの食育～

日時 11月5日㊤10時15分～15時

場所 茂原ショッピングプラザアスモ

内容 栄養相談・展示・ステージなど

入場料 無料

主催 長生保健所管内栄養士会

お問い合わせは、
公立長生病院 臨床栄養科 中田
☎080(5040)1405へ。

**「出会いの広場」
スペシャルパーティー**

市では、婚活パーティー「出会いの広場」を開催します。婚活中のあなた、クリスマスを迎える前に素敵な出会いをしてみませんか!

◆日時 12月4日㊤ 13時～16時30分

◆会場 オークラ千葉ホテル(千葉市中央区中央港1-13-3)

◆対象者 おおむね40歳までの独身の方
男性は市内在住または在勤の方
女性は市内外を問いません

◆定員 男女各15人(応募者多数の場合は抽選)

◆参加費 男性5,000円、女性3,000円(当日集金)

◆申込締切 11月11日㊤ ※郵送の場合は必着

◆申込方法 参加申込書を郵送または持参してください(FAX不可)
※参加申込書は生活課窓口または生活課ウェブページ

お申し込み・お問い合わせは、生活課(2階)
☎(20)1505、FAX(20)1600へ。

皆さんの投票をよろしくお願いします!!!

■投票方法の詳細は、<http://www.yurugp.jp/vote/datail.php?id=00001067>よりご確認ください。



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8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29年11月末日まで	平成28年11月1日☎9時～
体育センター	平成29年2月末日まで	平成28年11月2日☎9時～
その他	3カ月前まで	順次

※詳細はお問い合わせください。

◆東部台文化会館主催教室の募集◆

▼「おせち料理教室」

～第2回オープン料理教室～

12月9日☎9時30分～13時／対象＝市内在住者／定員＝20人（申込順）／費用＝1,000円／講師＝佐土邦枝氏／受付＝10月21日☎9時～窓口にて直接申し込み

▼子どものためのアレンジフラワー教室（全5回）

11月26日☎、12月23日☎、1月21日☎、2月11日☎、3月25日☎13時30分～15時30分／対象＝5歳～中学生／定員＝24人（申込順）／費用＝1回800円／講師＝音頭淳子氏／受付＝10月26日☎9時～窓口にて直接申し込み

◆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。

▼鳥海仁子ソプラノリサイタル

10月22日☎14時開演（13時30分開場）／入場料＝一般2,000円、高校生以下1,000円／内容＝からたちの花、万霊節、他日本歌曲、ドイツ歌曲、童謡等／岡島海24-1264

▼秋季盆栽展～松柏、実物盆栽、山草の展示～

11月4日☎13時～6日☎16時まで／場所＝東部台文化会館1階ロビー／岡東部盆栽愛好会 川嶋(23)9884

図書館

☎(23)6151 FAX(25)6136

☎原則として年末年始

▼赤ちゃんといっしょのおはなし会

10月18日☎第1部10時30分～11時、第2部11時30分～12時



▼おはなし会（3歳以上）

10月22日☎、11月5日☎・12日☎14時～14時30分／内容＝すばなし、絵本の読み聞かせ、紙芝居など

▼大人のための映画会

10月30日☎14時～16時／作品＝「人生、いろいろ」／定員＝30人（申込不要）／出演＝吉行和子、富司純子ほか

▼マイ図書バッグ作り～自分だけのオリジナルバッグを作ろう～

11月6日☎13時30分～15時30分／対象＝小学生～一般／定員＝30人／費用＝200円※材料は図書館で用意します／受付＝10月15日☎から図書館カウンターまたは電話にて。

▼もばらでビブリオバトル

当日はお気に入りの1冊を持って、本の紹介ゲームにご参加ください。

11月3日☎14時～16時／対象＝小学生～一般／定員＝30人／受付＝図書館カウンターまたは電話にて。

美術館・郷土資料館

☎(26)2131 FAX(26)2132

☎10月31日☎、11月1日☎、臨時休館・年末年始

美術館・郷土資料館はまもなく入館者100万人を迎えます！

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、館の脇に駐車できますのでお問い合わせください。

◆美術収蔵品展

▼「日本画と書道展」

～10月30日☎／日展で活躍する郷土ゆかりの日本画家の他、藻原寺山門の再建に尽くした花房雲山はなぶらうんざんの書など計11作家25点を展示。

◆共催展示

▼「白岩和美と仲間たちパッチワークキルト作品展」

10月15日☎～23日☎初日9時から、最終日は16時まで。

◆第65回茂原市文化祭

▼絵画、書道、染織、陶芸作品、版画、ちぎり絵、押し花、トールペイント等
11月2日☎～13日☎※最終日は15時まで。11月3日☎は16時で全館閉館。

▼刀剣展

11月2日☎～3日☎

▼近代現代陶芸名匠展

11月4日☎～13日☎※最終日は15時まで。

◆郷土資料館展示

▼「花房雲山と書」

～11月15日☎／藻原寺山門の再建に尽力した、書家であり藻原寺貫主であった花房雲山の書を展示。

◆美術実技講座

▼「色ガラスで作るクリスマスキャンドルランプ」

11月27日☎9時30分～12時30分／内容＝透明ガラスを割って組み合わせ、スタンドグラスのような、オリジナルのクリスマスキャンドルランプを完成する／対象＝小学3年生以上／定員＝16人／材料費＝2,500円／講師＝ガラスモザイク作家 小黒哲夫氏／受付締切＝10月23日☎まで電話にて受付※応募者多数の場合抽選

豊田福祉センター

☎(26)1105 FAX(26)1105

☎臨時休館・年末年始

▼サタデーキッズ(後期)

①11月19日☎チョークアート、②12月3日☎クリスマスリース、③1月14日☎消しゴムはんこ、④2月4日☎お菓子作り／時間＝各日9時30分～11時30分／対象＝市内小学生／定員＝①10人、②～④16人／費用＝①800円、②③700円、④500円／受付＝10月17日☎9時～窓口にて費用を添えて※定員になり次第締切。





材料/2人分

- ぶり.....2切れ
- 酒.....大さじ1
- にんじん.....1/4本
- 生しいたけ.....2枚
- 長ねぎ.....1/4本
- しょうが.....1/2かけ
- みりん.....大さじ2
- みそ.....大さじ1
- 砂糖.....大さじ2/3
- 水.....大さじ2
- ごま油.....大さじ1/2
- 三つ葉.....適宜

「ぶりの野菜味噌ソース」

作り方

- ① にんじん、生しいたけ、長ネギ、しょうがは千切りにする。
- ② ぶりに酒をふり、分量外の油を敷いたフライパンで両面をこんがり焼き、中まで火を通す。
- ③ ②のぶりをお皿に盛り、フライパンを一度きれいにし①を炒め、合わせたAで味付けし、最後にごま油を回し入れて香りをつける。
- ④ 皿に盛り付けたぶりの上に③のソースをかけ、三つ葉をかざる。

ひとこと

ぶりは甘い煮つけや、お醤油ベースの味付けで調理することが多いですが、この野菜がたっぷり入った味噌ソースも相性抜群です。ぶりの新しい食べ方をぜひご賞味ください。

◆推進員さんのウォーキング教室 参加者募集中!! ※詳しくは、7ページをご覧ください。

(1人分) エネルギー125kcal たんぱく質14.3g 脂質5.1g カルシウム13mg 鉄1.3mg 塩分0.8g

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。

推進員さん
おすすめ

今夜の
おかず



健康生活推進員
大住 とし子さん
(二宮・豊田支部)

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
ママ・パパ教室	①11月12日㊥ 歯っぴークッキング編 ②12月2日㊥ 赤ちゃんが生まれてから編	9時15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) ※歯っぴークッキング編のみ別途500円、 エプロン、三角巾、手拭きタオル要
育児パパおとこ塾	12月10日㊥ 沐浴・妊婦体験	9時15分～9時30分	妊婦の夫 およびそのご家族	筆記用具 ※申込制 (必ずご予約ください)
ままのわ	10月28日㊥ 子育て編「みんなで話そう ♪生後1～2カ月の赤ちゃん とママ」	9時50分～10時	平成28年8・9月 生のお子さんをもつ母親	母子健康手帳、筆記用具 ※申込制 (必ずご予約ください)
	11月10日㊥ 子育て編「みんなで話そう ♪生後9～10カ月の赤ちゃん とママ」		平成28年1・2月 生のお子さんをもつ母親	
BCG 予防接種	①11月 8日㊥ ②12月 6日㊥	13時30分～14時20分	①平成28年5月生 ②平成28年6月生	母子健康手帳、記入した予防票 (必ず保護者がお連れください)

夜間の急病は

- 長生郡市夜間急病診療所 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 長生郡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 1 1 9
再確認できます 0 1 2 0 (438) 1 1 9

●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》
10月16日㊥	大木医院 ☎23-2546	宍倉病院 ☎24-2171
10月23日㊥	すだ内科医院 ☎24-7717	公立長生病院 ☎34-2121
10月30日㊥	茂原中央病院 ☎24-1191	鎗田整形外科医院 ☎24-8686

※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。

子ども急病電話相談 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。

8 0 0 0 ☎043(242)9939
(プッシュ回線・携帯電話) (ダイヤル回線)
相談日時 毎日 19時～翌6時