

昭和28年の創刊から63年
みなさんに支えられて
1000号

主な内容

- ◆ 広報もばら1000号記念特集(P2~4)
- ◆ 年末年始の業務案内(P5)
- ◆ 年末年始のごみ収集等のお知らせ(P6~7)

| | | | | |
|-------------|-----------|--------------|----------|-----------|
| 今月の日曜開庁 | 12月25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。

1000号記念特集

ありがとう これからも、ずっと……



「広報もばら」は、昭和28年の発行から、今号で1,000号を迎えました。

いつもご愛読いただきありがとうございます。今回は、「広報もばら」の歩みを振り返るとともに、広報紙だけではない現在の情報発信について特集しました。



千葉県船橋市に大型ショッピングセンターらぼーとオープン

石油ショックによる物価急上昇

札幌冬季オリンピック開催

テレビアニメ「サザエさん」放送開始

電気洗濯機、電気冷蔵庫、テレビが「三種の神器」と呼ばれる

NHKが日本で初のテレビジョン本放送を東京で開始

広報もばら63年の歩み

昭和28年6月 第1号の広報「茂原市広報」を発行。

※タブロイド判、2ページ、毎月1回、10日発行、定価1部2円

昭和30年7月

第1回茂原七夕まつりを開催

昭和44年1月号

「茂原市広報」から「広報もばら」へタイトル変更

昭和47年5月

茂原・本納合併

昭和48年4月号

タブロイド判をB5判へ変更

昭和56年4月号

マイシティMOBARA掲載開始

昭和56年6月

朗読ボランティア「みずすまし会」発足



▲マイシティモバラは市内のできごとを写真と文章で紹介。当時のロゴにも注目!



▲B5判に変わり18ページになりました



▲日本納町との合併を伝える記事



▲現在と同じく豪華な七夕飾り

※「タブロイド」…新聞判型の一つで、日本では横273mm×縦406mmサイズ
※「みずすまし会」…目が不自由な方々に広報もばらや本の朗読などを録音し宅配しているボランティア団体

伝わる喜び、変わらない想い



▲平成6年当時、右から2番目小黒さん



▲現在のIVC、前列右から2番目小黒さん

「広報もばら」平成6年5月号から始まったコーナーに、市内で活躍する人物や団体を紹介する「スポット」や「いきいき仲間たち」があります。記念すべき第1回の「いきいき仲間たち」に登場した「茂原IVC」の皆さんにお話を伺いました。

「茂原IVC」は、市内に住む外国人に日本語を教えているボランティアサークルで、平成3年に結成。現在も毎週水・土曜日に東部台文化会館で活動しており、主婦中心だった会員は、退職された方が中心と変わってきています。

「会員の熱心な自己研鑽により、学習者の求めに応じた教え方ができるようになり心強いです」と語るのは、結成当初からのメンバーの小黒紀江おぐろきえこさん。学習者の日本語を習う理由も時代とともに変わり、学習者は小学生や技能実習生、主婦、介護職に就労希望の人などさまざまです。

会員の皆さんは、「自分たちが教わることも多い。話が伝わった時は本当にうれしい。」と口をそろえます。これからも外国人が安全・安心に茂原で暮らせるための活動は続きます。

※IVCはインターナショナルボランティアサークルの略称

富士山が世界文化遺産に決定

北京オリンピックが開幕

宮崎駿監督「千と千尋の神隠し」が第75回アカデミー賞長編アニメ映画賞を受賞

ソルトレイクシティオリンピックが開幕

阪神・淡路大震災

日本人初の女性宇宙飛行士・向井千秋さん宇宙へ

日本プロサッカーリーグ（Jリーグ）が開幕

台風26号の水害による臨時号発行

平成25年11月

「市長が行く」連載開始

平成20年7月1日号〜

平成15年5月1日号〜
平成18年5月1日号まで表紙カラー

市制50周年記念号発行
市民の日制定

平成14年5月

広報もばら500号

平成7年12月号

B5判をA4判へ変更
いきいき仲間たち・スポット連載開始

平成6年5月号〜

観測史上最大級の竜巻が奇襲

平成2年12月



▲タブロイド判、2ページで38000部発行されました



▲創刊から42年で500号を迎えました



▲平成3年1月号(タブロイド判)の記事



市民と市をつなぐ「広報もばら」

「広報もばら」は、新聞折込、公共施設等での配布のほか、ご希望の方には郵送を行っています。市の情報は、公式ウェブサイトなどでもお知らせしていますが、インターネットを使えない方にも情報をお届けすることができる大切な広報媒体です。



あなたの知らない 「茂原」を伝える

「広報もばら」は、行政情報をお知らせするだけではなく、市民の皆さんに市の魅力を再発見してもらうため、毎月1日号で市内のできごとや市内で活躍する人物・団体などを紹介しています。

また、年3回の「ハロータウン」や「スポーツもばら」にも、茂原の魅力が詰まっています！



いつでもどこでも 様々な情報発信！

スマートフォンなどの端末で、いつでも手軽に広報が読める「マチイロ」のアプリ配信を行っています。最新号(カラー版)が端末に届く無料アプリです。

「マチイロ」のダウンロードはこちら→



また、市の公式フェイスブックでも、写真やお知らせを随時更新しています！

<https://www.facebook.com/mobaracity/>

今号で1000号を迎えた「広報もばら」。昭和28年の創刊以降、紙面の見やすさや記事の読みやすさを考え、文字の大きさやレイアウト、写真の撮り方などを変えながら発行してきました。

また、これまで多くの市民

魅力ある 広報紙を目指して

の皆さんや団体の方々にご協力いただき、スポーツや音楽、芸術、趣味など様々な分野で活躍する皆さんを紹介してきました。今後もまだまだ沢山の方々の方々の笑顔や頑張る姿、想いを取材していきたいと思っています。

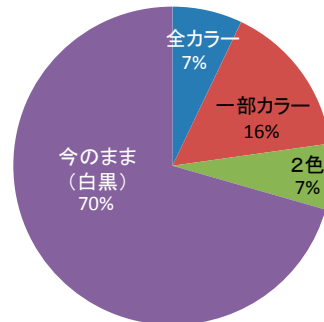
現在、フェイスブックやスマホでのアプリ配信など、新しい発信媒体も増えています。しかし、大切な発信媒体のひとつである「広報もばら」が、市民の皆さんにとってより親しみやすく魅力的な

広報・広聴に関するアンケート調査より



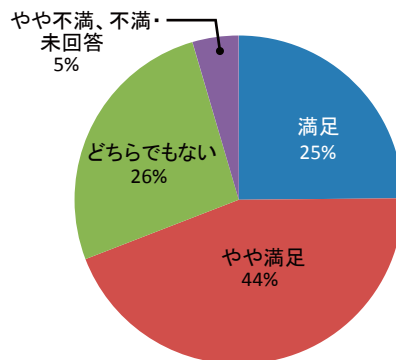
平成26年度に無作為抽出で市民2,000人を対象に行ったアンケート調査です。

「広報もばら」の色について



※今のままで良いと回答した方が7割を占めています。

「広報もばら」の内容に満足していますか？



※内容に満足、やや満足と回答した方が7割を占めています。

お問い合わせは、
秘書広報課(3階)
TEL(20)1512、FAX(20)1601へ。



ものとなるよう、努めていきたいと思えます。今後もご愛読をよろしく願います。



年末年始の業務案内



市の業務は、一部を除き12月29日(木)～1月3日(火)まで休みとなります。

戸籍の届出など

婚姻・出生・死亡届などの受付、埋・火葬許可書の発行は、休み期間中でも行います。

お問い合わせは、市民課（2階）
☎(20)1502、FAX(20)1600へ。

自転車駐車場

12月29日(木)～1月3日(火)までは休業日です。閉鎖はしませんので、ご利用の際は盗難等防止のための対策をお願いします。

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

長南聖苑（斎場・火葬場）

通夜は12月30日(金)～1月3日(火)まで休み。
火葬は12月31日(土)～1日3日(火)まで休み。

お問い合わせは、長南聖苑
☎(46)3525、FAX(46)3526へ。

「モバス（市民バス）」・「ふれあい（デマンド交通）」

12月29日(木)～1月3日(火)までは、運休となります。ご利用の際には、ご注意ください。

お問い合わせは、都市計画課（8階）
☎(20)1546、FAX(20)1606へ。

茂原駅南口公共駐車場

年末年始も休まず、24時間利用できます。

お問い合わせは、都市計画課（8階）
☎(20)1546、FAX(20)1606へ。

公民館など

公民館、総合市民センター、各福祉センター、市民体育館、図書館、美術館・郷土資料館
12月29日(木)～1月3日(火)まで休み。東部台文化会館12月28日(水)～1月3日(火)まで休み。



長生郡市の夜間救急診療（年末年始を含む）

開業医等の先生が交替で出勤

夜間急病診療所（茂原市八千代1-5-4）
診療時間＝20時～23時（毎日）

お問い合わせ

夜間急病診療所 20時～23時 ☎/FAX(24)1010
テレフォン案内 19時～23時 ☎(24)1011

入院や処置が必要な方が対象

◆2次待機輪番病院は下記6病院です

※いずれか1カ所での実施となりますので、必ずお問い合わせの上、受診してください。

- 公立長生病院
- 菅原病院
- 宍倉病院
- 山之内病院
- 塩田記念病院
- 茂原中央病院

診療時間＝20時～翌朝6時（毎日）

お問い合わせ

消防本部 ☎(24)0119、FAX(25)8448
テレフォン案内 23時～翌朝6時 ☎(24)1011

年末年始の

ごみ収集等のお知らせ

年末年始のごみ収集、し尿収集・浄化槽清掃についてお知らせします。

| 燃えるごみ | 年末収集最終日 | 年始収集開始日 |
|----------|-----------|---------|
| 月・水・金コース | 12月30日(金) | 1月4日(水) |
| 火・木・土コース | 12月29日(木) | 1月5日(木) |

【燃えないごみ】

年末年始のごみ収集、し尿収集・浄化槽清掃についてお知らせします。

◆ごみ処理場への直接搬入

年末の直接搬入は、12月29日(木)16時までです。ただし、年末のごみの搬入は大変混み合いますのでこの時期を避けるようにお願いします。

※搬入の際には、可燃・不燃・粗大に分別してください。

※年始は、1月4日(水)8時30分から受け入れです。

※料金＝20kgあたり340・2円(支払金額の10円未満は切り捨て)

◆し尿の収集・浄化槽清掃

し尿の収集・浄化槽清掃は年末にかけて混雑が予想されますので、長生郡市広域市町村圏組合で許可した業者に、早めに依頼(有料)してください。なお、業者の年末年始の休みは下記のとおりです。

・(有)茂原中央商事

☎(22)5135

☎(12月30日(金)～1月3日(火))

・セントラル美装(株)

☎(32)4582

☎(12月30日(金)～1月4日(水))

・(有)マツオ産業

☎(42)3344

☎(12月30日(金)～1月5日(木))

・(有)白子衛生

☎(33)5551

☎(12月30日(金)～1月5日(木))

お問い合わせは、長生郡市広域市町村圏組合環境衛生課
☎(23)4944へ。

年末の大掃除 不要家電は リサイクルへ



テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機およびパソコンは、ごみ集積所には出せません。長生郡市広域市町村圏組合のごみ処理場へ直接搬入されても引き取りできませんので、ご注意ください。

テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機の処分方法

①小売店に依頼

新しく購入しようとするお店または、その家電製品を購入したお店に依頼します(リサイクル料金と収集運搬費用が同時にかかります)。

②決められた場所へ自分で搬入

郵便局に備え付けの家電リサイクル券(専用振込用紙)を使って、リサイクル料金を振り込んでから、指定された引取場所(南総通運(株)茂原支店 ☎(30)7333)へ自分で持ち込みます。

③長生郡市広域市町村圏組合が収集運搬を許可した業者

に依頼
郵便局でリサイクル料金を振り込み、許可業者(長生一廃許可組合 ☎(33)7676)に依頼して引取場所へ運搬してもらいます(収集運搬費用がかかります)。

※小売業者に家電の引き取りを依頼した場合は、家電リ

サイクル券の「排出者控」を必ず受け取ってください。家電が小売業者から指定引取場所へ確実に引き渡され、リサイクルされているかどうか確認することができます。

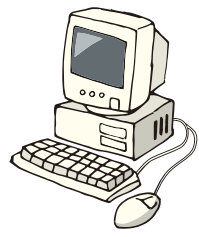
パソコンの処分方法

排出するパソコンのメーカー各社の受付窓口に直接回収の申し込みをします。ただし自作パソコンや倒産・事業撤退メーカーのパソコン(義務者不存品)は、パソコン3R推進協会(☎03-5282-17685)が受付窓口となります。

①PCリサイクルマークが付いているパソコン

メーカーから「エコゆうパック伝票」が送られてきますので、ダンボール等に梱包し、郵便局を通じてメーカーへ郵送します。最寄りの郵便局(簡易郵便局を除く)の小窓口にすすか、伝票に記載されている連絡先の郵便局に電話して引き取りに来てもらうことができます。

②PCリサイクルマークが付いていないパソコン
メーカーから送られてくる帳票類を使って回収再資源化料金を支払います。



【対象となるパソコン】

- デスクトップ型、ノートブック型、ディスプレイ（液晶・CRT）一体型、ディスプレイ（液晶・ブラウン管）
- パソコンと一体で販売されたキーボード、マウス、ケーブル等の付属品は、パソコンと一緒に回収します。
- ※プリンタ等の周辺機器、ワープロ専用機、タブレット端末、取扱説明書等の紙類は対象ではありません。
- ※HDDの記録した情報は、廃棄前に自己の責任として消去することをお勧めします。

お問い合わせは、
環境保全課（6階）
☎(20)1504、FAX(20)1604へ。

ドローンによる
災害応急対策

市と双葉電子工業株式会社は、11月25日に「ドローンによる災害応急対策活動（撮影）に関する基本協定」を締結しました。

この協定は、市内において災害が発生した場合に、市からの要請に基づきドローンにより撮影した画像情報を提供していただくものです。これにより、災害時において、人が立ち入れないような場所の被害状況等を早期に把握することが可能となります。

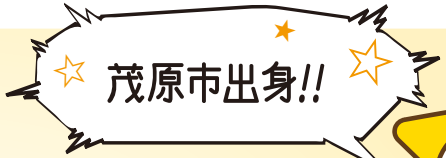


▲双葉電子工業(株)の高橋社長(左)と田中市長

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

善意をありがとうございます
(敬称略)

- ・市へ
 - ▽(二財)千葉県まちづくり公社
長生の森公園管理事務所
(花苗2千苗)
 - ・社会福祉協議会へ
 - ▽もばら福祉チャリティー
ゴルフ大会実行委員会
(金32万円)
 - ▽日本ホーリネス教団 茂原キリスト教会 (金6万円)
 - ▽池本壽子遺族 (金5万円)
 - ▽五郷地区街づくり協議会 (金4万6千円)
 - ▽カラオケオフィスM企画
辻達也 (金2万円)
 - ▽中央カラオケサークル (金1万1千円)
 - ▽茂原市グラウンド・ゴルフ協会 (金1万813円)
 - ▽高師泉子ども会 (金8116円)
 - ▽河野 昌子(金1500円)
 - ▽チャリティー交流会 (金500円)
 - ・東部台文化会館へ
 - ▽東部台文化会館まつり参加者
(充電式クリナー1台、和室用椅子4脚)



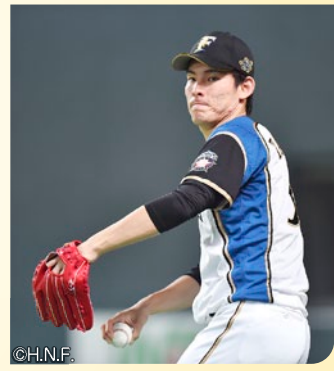
2016年パ・リーグ新人王
北海道日本ハムファイターズ
高梨 裕稔投手が茂原市に凱旋!!



茂原市出身のプロ野球選手 北海道日本ハムファイターズ高梨裕稔投手をお招きして、大活躍をした今シーズンを振り返ってのエピソードや、熱戦の日本シリーズに先発登板した感想等をお伺いするトークショーを開催します。
また、高梨選手への質問コーナーやお楽しみ抽選会も行いますので、ぜひご参加ください。

- ◆日時 平成29年1月9日(土) 13時～(15時終了予定)
- ◆場所 茂原ショッピングプラザアスモ
- ◆入場料 無料 ◆お楽しみ抽選会の抽選券配布 12時～(先着100人)

お問い合わせは、体育課（9階） ☎(20)1575、FAX(20)1607へ。



お知らせ

忘れずに納付しましょう!

固定資産税・都市計画税(第3期)と国民健康保険税(第6期)の納期限は、12月26日(月)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、市税等の納付には、納め忘れのない安心で確実な口座振替をおすすめします。

☎ 収入税課(2階)
☎(20)1578、FAX(20)1609

六斎市&歳末マルシェを開催

地元で採れた新鮮な農産物の展示販売等を行う、六斎市&歳末マルシェを開催します。

お誘い合わせの上、ぜひお越しください。

12月24日(土)9時~14時/会場 昌平町通り/内容 地元農産物の販売や、各分野の職人、料理人、アーティストによる食文化紹介やアート等の展示販売/主催 茂原六斎市再活性化協議会



☎ 閩農政課(6階)
☎(20)1526、FAX(20)1604

平成28年度

災害ボランティアシンポジウムを開催します

市と一般財団法人地域社会ライフプラン協会は、専門的知識や人生経験を生かしたシニア層のボランティア活動の推進に取り組むことにより、地域防災力向上に向けた即戦力として活躍していただくことを目指し、講演会を開催します。ぜひ、ご参加ください。

平成29年1月21日(土)13時~16時(開場12時30分)/場所 東部台文化会館/演題 「災害とボランティア」/相次ぐ災害救援の現場から/講師 栗田暢之氏(認定特定非営利活動法人レスキュース

トックヤード代表理事)/定員 300人(先着順)/申込方法 氏名・電話番号を明記の上、FAXまたは郵送でお申し込みください/申込締切 平成29年1月16日(日)
☎ 閩総務課防災対策室(4階)
〒297-8511
茂原市道表1番地
☎(20)1519、FAX(20)1602

障害年金をご存知ですか?

障害のある方が次の3つの要件をすべて満たしている場合は、障害基礎年金や障害厚生年金を受給できます。

①年金制度加入中に初診日があること

※初診日に加入していた年金制度により手続き先が異なります。初診日が20歳前または60歳から65歳までの年金未加入期間中の方は障害基礎年金の対象です。

②一定の障害の状態にあること

③保険料納付要件を満たしていること

障害年金を受けるには、本人またはご家族による請求手続きが必要です。詳しくは、次の手続先へご相談ください。

【手続き先】

・障害基礎年金：国保年金課(第3号被保険者期間に初診日のある方は年金事務所)
・障害厚生年金：年金事務所
※障害者手帳と障害年金の等級は判断基準が異なります。また、障害者手帳の交付を受けていても障害年金は受けられないこともあります。

☎ 閩国保年金課(2階)

☎(20)1503、FAX(20)1600

☎ 閩千葉年金事務所

☎043(242)6320

国民年金の納付は、お近くの金融機関やコンビニエンスストアで!

国民年金保険料の納付は、日本年金機構から送られてくる納付書で、お近くの金融機関やコンビニエンスストアなどで納めてください。

また、口座振替なら銀行や郵便局などで一度手続きするだけで、あなたの預(貯)金口座から自動的に納めることができます。

口座振替の手続きは、①年金手帳または納付書、②預金通帳、③通帳届出の印鑑をご用意の上、口座をお持ちの金

融機関で手続きをしてください。

なお、クレジットカードによる支払い方法もあります。ご希望の方は、「国民年金保険料クレジットカード納付申出書」の提出が必要となりますので、お近くの年金事務所までお問い合わせください。

☎ 閩国保年金課(2階)
☎(20)1503、FAX(20)1600

「いのぼり」寄付のお願い

レイクウッズガーデンひめはるの里の「いのぼり」は、皆さんからの寄贈品を大切に使用しています。

ご家庭に眠っている「いのぼり」を泳がせてみませんか?



☎ 閩レイクウッズガーデン
ひめはるの里
☎(22)5266

保 健

めざせ8020 No.145

歯の健康(学齢期〜小学生)

歯とお口の健康を保つためにも、歯の形成期(妊娠期)から高年齢期までの各世代における歯科疾患の発生について理解し、予防を心がけましょう。

◆むし歯多発の要注意期間です！

5歳〜6歳頃にかけて最初の永久歯が生え始め、12歳頃にはほぼそろいます。生えただばかりの永久歯は未成熟なため、むし歯になるリスクはとて高いと言えます。

また、この時期は乳歯と永久歯が混在するため、歯列が複雑になり、歯みがきがしづらいため、みがいているつもりでも不十分になってしまう可能性があります。

子どもの心と体の健やかな成長のため、学齢期のむし歯予防は大変重要です。

◆6歳臼歯について

6歳頃に生えてくる6歳臼歯は、永久歯の中で最初に生えてくる歯です。「歯の王様」と呼ばれているように、

永久歯の中で最も大きく、噛む力の強い歯ですが、一番むし歯になりやすい歯でもあります。6歳臼歯が生えてきたら、特に丁寧に歯みがきをしましょう。

6歳臼歯のみがき方



◆仕上げみがきは9歳まで

乳歯と永久歯の混在するこの時期は、歯ブラシの当て方など歯みがきにコツがいる時期です。

およそ9歳まではお子さんがみがいた後に、保護者の方がお口の中をチェックし、仕上げみがきをしてあげましょう。

◆定期健診とフッ化物の応用

むし歯予防のために、日々の歯みがきに加えて、かか

りつけ歯科医院での定期健診を受けましょう。

かかりつけ歯科医院をつくることで、むし歯を早期に発見でき、むし歯予防に効果の高い「フッ素」を塗布してもらうことができます。

また、家庭では歯みがき剤も「フッ素」の入ったものを使用するとよいでしょう。

◆おやつと食事

むし歯の発生は砂糖の摂取量と関連が非常に深いと言われていています。おやつ(間食)はだらだら不規則に食べることはやめ、時間と量を決めて食べる習慣をつけておくことが大切です。

また、食べたり、飲んだりしたあとはうがいをしたり、お水を飲むなど、できるだけお口の中に甘い味を残さないようにしましょう。

普段の食事の中では硬いもの、弾力のあるもの、繊維質のものを積極的に取り入れ、よく噛む習慣をつけることであごの発達を促し、細菌の繁殖を防ぐ唾液の分泌を増やすことができます。

◆保健センター

☎(25)1725、FAX(25)1865

茂原市ハートフルフェスタ 堂本暎子さん講演会

「女性も男性もいきいき暮らせる街 茂原 ~男女共同参画の実現を目指して~」

前千葉県知事で現在、男女共同参画と災害・復興ネットワーク代表として活躍されている堂本暎子さんに、茂原市をあらゆる人が暮らしやすいまちにするためのヒントを伺います。

◆日時 平成29年2月4日④
13時30分~
15時30分

◆会場 市役所市民室

◆入場料 無料

◆定員 100人

※託児あり(無料・要予約)



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。

第65回 茂原市文化祭の結果

県知事賞、市長賞のみ掲載します(敬称略)

(俳句大会)

市長賞 佐川 浩昭

(短歌大会)

市長賞 中村 多江

(川柳大会)

市長賞 榎本 ひかる

(菊花展)

県知事賞 廣田 政子

市長賞 斉藤 清

(切手展)

市長賞 大塚 章

(囲碁大会)

A級 優勝 諏訪 福次

B級 優勝 中村 常晴

C級 優勝 関根 次男

D級 優勝 井上 保

(将棋大会)

S級 優勝 緒形 芳樹

A級 優勝 紺野 晃弘

B級 優勝 斉藤 浩次

C級 優勝 長谷川 誠

小中学校書写展、美術展の結果は1月15日号に掲載する予定です。

お問い合わせは、生涯学習課(9階)
☎(20)1559、FAX(20)1607へ。



◆第65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）

▼軟式野球 東郷小学校区C

▼ソフトテニス

【中学生男子】1年西川蒼真・中村諭実／2年都倉歩・村川健人

【中学生女子】1年江沢采香・高山咲恵／2年松本七海・浅野亜美

【一般男子】及川清貴・金澤卓

▼バスケットボール

【男子】STU-PID

【女子】Star Beat

▼剣道

【小学1・2年男女】久保田翔大

【小学3・4年男女】山口大介

【小学5・6年女子】香山紅葉

【小学5・6年男子】柳沼小次郎

【中学生】女子＝高橋未来

男子＝柳川幸太郎



▼柔道

【未就学児】ペルシナイワン／【小学生】低学年＝並木咲希姫／中学年＝田中基埜／高学年重量＝大木翔太／高学年重量＝鹿間大翔／【中学生】女子＝森玲友／男子1年＝江沢悠馬／2年久我仁俊／3年＝波平泰輝／【高校・一般女子】八角弥生【高校男子（団体）】土気高校

▼弓道

【個人男子】一般遠的＝菊池和彦／一般近的＝宮中正信／少年遠的＝大木由樹／少年近的＝賦船翔太【個人女子】一般遠的＝小林智春／一般近的＝小高道子／少年遠的＝池田有里／少年近的＝大井戸優／【個人総合】一般＝宮中正信／少年＝大井戸優／【金の天賞】＝菊池和彦

▼クレー射撃

【スキート】岡本嘉夫

【トラップ】井桁基晴

▼硬式テニス

【男子】Aダブルス＝佐久間剛・篠崎雅一／Bダブルス＝上田巖・安達隆夫／シニアAダブルス＝須藤順一・石川重雄／シニアBダブルス＝篠塚明夫・寺本朗男

【女子】Aダブルス＝菊地みゆき・大久保由莉／Bダブルス＝高島ひろみ・濱津由佳



▼ライフル射撃

【ビームライフル】男子＝神埼晃汰／女子＝藤ヶ谷鈴音

【エアライフル】男子＝川名沙音／女子＝石井亜珠

【ビームピストル】河野智

▼グラウンドゴルフ 白鳥定代

市民体育館

☎(23)2811 FAX(25)9351

🕒12月29日🕒～1月3日🕒

＜市民体育館主催教室＞

市主催教室のお申し込みは、直接市民体育館へ（電話・ファックスでのお申し込みはできません）。

※各教室とも、子ども連れ不可。受付は1人につき1名まで。

▼エアロビクスダンス教室

平成29年1月11日～3月15日（全10回、水曜日）19時30分～20時30分／内容＝エアロビクスダンスをやさしく楽しく学び、健康の増進を図ります（※初心者を対象とした内容です）／対象＝市内在住在勤者※学生は不可定員＝50人（申込順）／費用＝500円／申込＝12月15日🕒から市民体育館にて／申込期限＝12月25日🕒



生涯学習課

☎(20)1559 FAX(20)1607

▼第17回自然科学実験イベント

「竹ひごの復元力ではしる車」を作ってみよう

平成29年2月4日🕒12時～16時／内容＝竹ひご動力カーの作製と競技会／対象＝長生郡市内小学校4年～6年生／定員＝60人／費用＝無料／場所＝中央公民館／申込＝学校より配布されている申込書に記入の上、各小学校にお申し込みください。



図書館

☎(23)6151 FAX(25)6136

🕒12月29日🕒～1月3日🕒

▼おはなし会

12月24日🕒、平成29年1月7日🕒、14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



▼映画会

12月17日🕒14時～14時30分／対象＝3歳以上／上映作品＝「ミッキーのアイススケート」

▼赤ちゃんといっしょのおはなし会

12月20日🕒第1部10時30分～11時、第2部11時30分～12時

▼新年初読み！本の福袋

平成29年1月4日🕒～／内容＝図書館でもお正月気分を！本を福袋に入れて貸し出します。何が入っているかは後のお楽しみ／個数＝40個

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
 ①12月28日②～1月3日③
 原則として偶数月と3月の第2木曜日

◆施設の利用受付

| | 受付分 | 受付開始日 |
|--------|-------------|---------------|
| 音楽ホール | 平成30年1月末日まで | 平成29年1月4日①9時～ |
| 体育センター | 平成29年4月末日まで | 平成29年1月5日①9時～ |
| その他 | 3カ月先まで | 順次 |

※詳細はお問い合わせください。

▼大画面でみる映画会「弟が犬になっちゃった！」(2004年ドイツ・93分)

平成29年1月7日①第1回10時～、第2回13時30分～(2回共吹替版・字幕付き)／内容＝10歳の少女マリエッタは犬が大好き。でも家族は反対で飼ってはもらえない。ある日、誕生日にもらった魔法の石をこすると……。なんと弟が犬になっちゃった！両親は旅行中！さあ、どうする？マリエッタ。監督は、動物を使ったファミリー映画の第一人者ペーター・ティム／入場料＝無料(申込不要)

West Highland White Terrier



▼ゴスペル・コーラス講座

平成29年2月2日・16日・23日(全3回・木曜日)10時～12時／対象＝一般(市内在住者)／定員＝25人(申込順)／費用＝500円／講師＝市原香代子氏／申込＝12月15日①9時～費用を添えて直接窓口で

▼第3回 郷土の歴史文化講座 ～古文書調査からの発見～

平成29年1月14日①13時30分～15時／対象＝一般／定員＝24人(申込順)／費用＝無料／講師＝加藤時男氏(千葉県文書館古文書調査員)／申込＝12月16日①9時～電話申込可

美術館・郷土資料館

☎(26)2131 FAX(26)2132
 ①12月29日②～1月3日③

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

▼「天衣無縫の書家 板倉花巻展」

～12月20日①／内容＝昭和13年に浅見喜舟と書星会を設立するも、会を退き、大成書道会を主宰し清貧に生きた書家、板倉花巻と周辺の作家の作品、資料計40点を展示。

▼「花の絵画と工芸展」

～平成29年1月9日①／内容＝当館所蔵の鳩川誠一の花の絵画を中心に、保田勝久の陶芸など計25点を展示。



▲鳩川誠一「花」

◆共催展示

▼書道研究 芝蘭会展

平成29年1月4日①～9日①
 最終日は16時まで

▼長生郡市小中学校作品展

書初め＝平成29年1月14日①～27日① 最終日は12時まで。
 図工・美術＝平成29年1月28日①～2月10日① 最終日は13時まで。
 技術家庭科＝平成29年1月14日①～2月10日① 最終日は13時まで。

▼市内高校合同美術展

平成29年1月12日①～17日①
 初日13時から、最終日15時まで。

◆郷土資料館展示

▼「地租改正と地券」

～平成29年2月19日①／内容＝地租改正に伴い作られた地券、地引帳、地引絵図等を展示。

◆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)

体育課

☎(20)1575 FAX(20)1607

施設の貸し出しについては、市民体育館にお問い合わせください。

◆国民の祝日『山の日』制定記念

ふるさとハイキング

▼第9回県民ハイキング

千葉県山岳連盟では『山の日』制定記念行事として第9回県民ハイキングを実施します。

平成29年1月29日①／対象＝一般／費用＝3,500円(中学生以下2,000円)／場所＝房州アルプス(267m)／交通＝大型バス／主催＝千葉県山岳連盟・主管＝茂原市山岳協会
 園茂原市山岳協会 新井
 ☎080(5470)5493

▼「気軽に参加できるスポーツ教室」

Let'sエンジョイ・スポーツ(後期)参加者募集

1月22日①、2月5日①、12日①、19日①、25日①(全5回)18時～20時
 ※2月19日、25日は17時～19時／内容＝タッチバレーボール、ラージボール卓球ほか／対象＝市内在住者／定員＝40人(申込順、定員に満たない場合は随時受付)／参加費＝1回100円(当日集金)／場所＝市民体育館／申込＝12月15日①から／申込先＝体育課または市民体育館窓口
 ※お一人での参加も可能ですのでお気軽にご参加ください。

推進員さん
おすすめ

今夜のおかず



健康生活推進員
あきもと
橋本 マリ子さん
(東郷支部)

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。

材料/2人分

- ベーコン.....1枚
- にんじん.....1/4本(25g)
- 玉ねぎ.....1/8個(25g)
- キャベツ.....1枚(40g)
- じゃがいも.....小1個(60g)
- 野菜ジュース.....120ml
- 水.....180ml
- 固形コンソメ.....1個
- マカロニ.....10g



「野菜ジュースでミネストローネ」

作り方

- ①ベーコンは1cm幅の短冊切り、にんじん・玉ねぎ・じゃがいもは1cm角に切り、キャベツは1cm幅のざく切りにする。
- ②鍋に水と①を入れ火にかける。
- ③野菜がしんなりしたら、野菜ジュース、コンソメ、マカロニを入れて煮込み、マカロニが柔らかくなったらできあがり。

ひとこと

ミネストローネはイタリアの具沢山スープです。食べるスープは噛む動作から、より代謝が高まり、十分な満足感も得られるので、朝食にもおすすめです。

(1人分) エネルギー132kcal たんぱく質4.0g 脂質6.3g カルシウム28mg 鉄0.8mg 塩分0.7g

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 | ①1月7日㊦ 赤ちゃんが生まれるまで編 ②2月10日㊦ 歯っぴークッキング編 | 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、手拭タオル要 |
| 育児パパおとこ塾 | 3月17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 | ①1月27日㊦ 子育て編 「みんなで話そう」生後9～ 10カ月の赤ちゃん和妈妈 ②2月3日㊦ 妊産婦交流編 「みんなで話そう」妊娠、出 産のあれこれ | 9時50分～10時 | ①平成28年3・4月 生のお子さんをもつ母親 ②妊娠中の方 産後おおむね 1年未満の方 | 母子健康手帳、筆記用具 ※申込制(必ずご予約ください) |
| BCG予防接種 | ①1月10日㊦ ②2月7日㊦ | 13時30分～14時20分 | ①平成28年7月生 ②平成28年8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) |

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。

#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～翌6時



●防災行政無線が
再確認できます

フリーアクセス しみんは 119
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》 |
|---------|---------------------|-----------------|
| 12月18日㊦ | 大塚内科 ☎23-6121 | 宍倉病院 ☎24-2171 |
| 12月23日㊦ | 畿洲科内科クリニック ☎34-2496 | 三枝医院 ☎25-2203 |
| 12月25日㊦ | 渡辺医院 ☎27-7733 | 公立長生病院 ☎34-2121 |
| 12月31日㊦ | 山之内病院 ☎25-1131 | 聖光会病院 ☎35-5151 |
| 1月1日㊦ | 鶴澤医院 ☎34-2008 | 宍倉病院 ☎24-2171 |
| 1月2日㊦ | 豊栄元氣クリニック ☎40-4884 | 茂原中央病院 ☎24-1191 |
| 1月3日㊦ | 清水三郎医院 ☎25-0776 | 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。