

みんなの力で
きれいな「もばら」を
つくりたい！



5月28日(日) 8時30分～10時30分(雨天中止)

ゴミゼロ運動は、まちをきれいにするだけでなく、ごみの散乱防止と再資源化促進の普及啓発を目的として実施しており、茂原市では今年で38回目を迎えます。ポイ捨てのないまちづくりの第一歩としてご参加ください！

◆集合場所

- ・市役所庁舎前市民広場
- ・各地区の指定場所（地区によって実施時間が異なる場合があります）

※雨天中止の場合は、当日の朝に防災行政無線で放送します。また、振替日はありません。

※各地区において地域清掃を実施された場合、後日、環境保全課が回収を行います。

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

茂原市地域清掃用ごみ袋

まちをきれいにしよう

わたしたちは地域の美化活動を推進しています。

長生郡市再生資源協同組合	
株式会社 アスカ	株式会社 玉川工業
有限会社 一文字商事	茂原 YEG 商工会議所青年部
株式会社 小沢工務店	株式会社 マックス

・このごみ袋は茂原市が指定する回収用のごみ袋です。他社製のものをご使用ください。
 ・回収用のごみ袋は、回収の際に燃焼処理される場合があります。燃焼処理による環境汚染の発生を防止するため、ごみ袋の燃焼処理を促進するためです。
 ・ごみ袋の燃焼処理による環境汚染の発生を防止するため、ごみ袋の燃焼処理を促進するためです。

▲「協働によるまちづくり」をすすめるため、ゴミゼロ運動用ごみ袋は、市内企業より寄附をいただいたものを使用しています。

主な内容

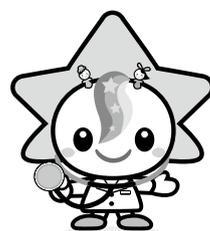
- ◆短期人間ドックの検査費用を一部助成します(P2)
- ◆千葉ロッテマリーンズ公式戦にご招待!(P3)
- ◆「子育て応援チケット」と「モバりんグッズ」をプレゼント!(P4)
- ◆「ママ“力”アップセミナー」参加者募集(P8)

今月の日曜開庁	5月28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。

短期人間ドックの検査費用を

一部助成します



市では、国民健康保険および後期高齢者医療制度にご加入の方に、病気の予防および早期発見・早期治療を図り、健康の保持・増進に役立てていただくために、短期人間ドックの検査費用の一部を助成しています。

(表1)

要件	国民健康保険	後期高齢者医療制度
資格	茂原市の国民健康保険の加入期間が継続して1年以上の方	茂原市に住所を有する千葉県後期高齢者医療制度の被保険者の方
年齢	満35歳以上の方	なし
納付	納付期限の到来している茂原市国民健康保険税を完納している世帯の方	納付期限の到来している後期高齢者医療保険料を完納している方
その他	平成29年度内に市で実施している特定健康診査（国民健康保険の場合）または健康診査（後期高齢者医療制度の場合）をいずれも受診していない方	

助成要件

上記（表1）のすべての要件を満たしている方が、助成を受けることができます。

助成回数

同一人につき平成29年4月1日から翌年3月31日までの間において、国民健康保険または後期高齢者医療制度いずれかで1回を限度とします。

助成額

①国民健康保険
対象検査費用の7割、限度額7万円まで

②後期高齢者医療制度
限度額3万円まで

※脳ドックなど、市の助成の対象とならない検査項目があります。詳しくは、お問い合わせください。

契約医療機関一覧

	医療機関名	電話番号
市内	君塚病院	25-1811
	公立長生病院	34-2121
	穴倉病院	24-2171
	鈴木医院	22-2630
	前田内科・眼科	27-2888
	宮本内科医院	22-3770
	山之内病院	25-6355
	吉田医院	34-3045
長生郡内	長生診療所	32-3303
	長生八積医院	32-3282
	睦沢診療所	44-2236
	リソルククリニック (旧エアロビクスクリニック)	35-2222
	亀田健康管理センター	04-7099-1115
市外	亀田総合病院附属幕張クリニック	043-296-2321
	ちば県民保健予防財団	043-242-6131

申請方法

下記契約医療機関にご自身で検査日・検査内容（項目）を予約し、検査日の2カ月前から遅くとも2週間前までに①保険証、②印鑑（朱肉使用のもの）を持参し、国保年金

課または本納支所で申請してください。

※検査後の申請は受け付けていませんのでご注意ください。

お問い合わせは、
国保年金課（2階）

TEL 20150033、FAX 20160008

千葉ロッテマリーンズ フレンドシップシティ協定 優待

千葉ロッテマリーンズ 公式戦にご招待！



市では、千葉ロッテマリーンズとフレンドシップシティ協定を締結しています。その一環として、以下の千葉ロッテマリーンズの一軍公式戦に、50組100名様をご招待します！

【招待内容】

- ◆期 日 7月1日⑩14時～ ◆対戦カード 北海道日本ハムファイターズ
- ◆対 象 市内在住・在勤・在学者 ◆場 所 ZOZOマリンスタジアム（千葉市美浜区）
- ◆指 定 席 A賞：内野指定席S（3塁側）10組20名 B賞：内野指定席B（3塁側）40組80名
※申込多数の場合は抽選となります。抽選で外れても、返信はがき1枚につき、内野自由席を大人1枚2,000円、子ども1枚1,000円で合計4枚まで球場にて購入できます。
- ◆申込方法 往復はがきにて申し込み（お一人様1枚）※結果は、返信用はがきでお知らせします。
- ◆記載事項 往信用の裏面に、①住所（市内在勤・在学の方は、勤務先または在学先の名称と所在地）、②氏名（ふりがな）、③電話番号を記載してください。※①～③すべての記載が無いと、受け付けできません。※返信用の表面にも氏名、住所を記入し、裏面には何も記載しないでください。
- ◆申 込 先 〒297-8511 茂原市道表1番地 茂原市教育委員会教育部体育課
- ◆申込期限 6月14日⑩消印有効

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



茂原市にマリーンズがやってくる！！

プロ野球 イースタンリーグ公式戦 茂原シリーズ2017

プロ野球イースタンリーグ公式戦（プロ野球2軍公式戦）を茂原市にて開催しますので、ぜひご来場ください！
（主催：千葉ロッテマリーンズ茂原後援会・茂原市）

千葉ロッテマリーンズ
VS
東京ヤクルトスワローズ

- ◆日 時 6月18日⑩13時試合開始（開場11時）
- ◆チケット （内外野全席自由席）大人 1,500円（前売1,300円）、子ども 1,000円（前売800円）
※前売券は、体育課、市内各店舗およびイープラス（ネット販売）
- ◆場 所 長生の森公園野球場
- ◆駐 車 場 （長生の森公園駐車場は、ご利用できません。）
当日は、以下の駐車場を利用し、シャトルバスにてご来場ください。
①茂原市役所駐車場（市役所周辺施設駐車場も含む）
②TOTOハイリビング(株)茂原工場駐車場（茂原工業団地内）

開催に関するお問い合わせは、茂原シリーズ総合案内 ☎03(6758)2382へ。
月～金9時～18時
（試合前日のみ土曜9時～12時）

ご存知ですか？ 茂原市消費生活センター



消費生活センターでは、事業者との間に生じた商品・サービスや契約など、消費生活全般に関する苦情やお問い合わせに、専門の相談員がお答えしています。相談は無料で、秘密は厳守します。

また、消費者啓発や出前講座など、消費生活の安定と向上を図るための各種業務を行い、暮らしに役立つ情報を提供しています。

オフのやり方を知りたい。

「料金が安くなる」と光回線の勧誘電話があった。契約したが安くなっていないので、解約したい。

通販で「お試し価格」の健康食品を注文したが、定期購入が条件になっていった。業者に連絡したが、定期購入を理由に解約を拒否された。

ヘアドライヤーを使用中に本体とコードの付け根部分にショートし火傷をした。

◆相談に対する対応

相談内容に応じて、助言やあっせんなどをして、問題解決のための手助けをします。困ったときは、一人で悩まずに、消費生活センターにご相談ください。

◆相談日

月曜日～金曜日

※休日・年末年始を除く。

◆受付時間

9時30分～16時まで
※12時～13時を除く。

◆相談の多い事例

・訪問販売で商品を購入したが、解約したい。クーリング・



▲榎町商店街で行った「消費生活ゲーム」コーナー

平成28年度 相談件数 676件 (前年度-148件)

商品・役務(サービス)別上位相談件数

順位	主な相談内容
1 デジタルコンテンツ	利用していない有料サイトからの架空請求やアダルト情報サイトなどからの不当請求の相談など
2 融資サービス	サラ金やクレジットカードの利用での多重債務相談など
3 他の保健・福祉	還付金詐欺など
4 インターネット通信サービス	光回線の電話勧誘による契約やネット通販によるトラブルなど
5 工事・建築	訪問販売によるリフォームや新築などの工事契約・解約の相談など

☎(20)1101、FAX(20)1600へ。
ご相談・お問い合わせは、消費生活センター(2階)

「子育て応援チケット」と「モバリングッズ」をプレゼント!

市では、赤ちゃんが生まれた世帯の経済的な負担軽減を目的として、おめでとう赤ちゃんセット配布事業「子育て応援チケット」と「モバリングッズ」をお配りします。

◆プレゼント内容

①子育て応援チケット

・第1子、第2子=5,000円分 ・第3子以降=1万円分

※「第3子以降」とは、高校卒業まで(18歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の養育している児童のうち、3番目以降をいいます。

※チケット取扱店舗は、子育て支援課ウェブページで確認できます。

②モバリングッズ(エコバッグ、タオル、コップ)



▲お配りするプレゼント

◆配布方法・配布場所

お子さんの出生届の届出をした際に、市民課(2階)窓口および本納支所窓口にてお配りします。

☆市内事業者のみならずへ 市では、チケットの取り扱いにご協力いただける店舗を随時募集しています。

お問い合わせは、子育て支援課(2階) ☎(20)1573、FAX(20)1610へ。

茂原市公共施設等総合管理計画

第1次アクションプランの取組状況

市では、「茂原市公共施設等総合管理計画」を円滑に推進するため、平成28年度から平成32年度までの5年間の計画期間とする第1次アクションプランを策定しました。

計画に基づいた事業の実施に向けて、平成28年度は、
・本納支所・本納公民館複合施設建設決定

・茂原市学校再編基本計画策定
・公立保育所・幼稚園整備計画策定

等の取り組みが行われました。



▲複合施設「ほのおか館」イメージ図

今後も、公共施設等を最小の経費で効果的に活用していくため、所管課および庁内検討委員会との連携により、着実な進捗管理を行ってまいります。

なお、取り組みの詳細は、経営改革課ウェブページで公表してまいります。

お問い合わせは、
経営改革課（4階）

☎(20)1702、FAX(20)1602へ。

監査の結果に 対する措置

平成27年度に実施した定期監査（その3）の監査結果に基づき講じた措置について、茂原市教育委員会教育長から通知がありました。内容は、次のとおりです。

【監査の種類】 定期監査
【措置年度】 平成28年度

◆体育課

【結果】

市民の健康増進・体力向上については、スポーツの振興が非常に重要であることから、市民憲章に掲げる「スポーツを楽しみ健康で活気のあるまち茂原」の実現に向け、「市民ひとり1スポーツ」を基本理念としたスポーツの推進に、引き続き努められたい。

【措置】

健康増進・体力向上に向けた生涯スポーツ推進の取り組みとして、ラジオ体操や本市発祥のスポーツ、タッチバレーボールなど、老若男女が実践できるスポーツの普及に努めた。



お問い合わせは、

監査委員事務局（9階）

☎(20)1560、FAX(20)1607へ。

茂原市長生郡医師会健康フォーラム2017 認知症に負けない社会を目指して

日時：6月3日④ 14時30分～16時30分（開場14時）

場所：茂原市民会館（茂原市茂原101番地）

参加費：無料

定員：先着1,000人（要申込）

申込先：茂原市長生郡医師会へお申し込みください。

第1部

講演：認知症は治せるか？その治療と予防

演者：稲毛神経内科・メモリークリニック院長 よしやま 吉山 やすまさ 容正 先生

第2部

特別講演：マムシ流「元気で長生きするコツさせるコツ」

俳優・タレント どくまむし 毒蝮 さんだゆう 三太夫 さん



▲吉山 容正先生



▲毒蝮 三太夫さん

お申し込み・お問い合わせは、茂原市長生郡医師会 ☎(24)3285へ。

国民健康保険に加入の40歳以上75歳未満の方

生活習慣病予防のため

特定健康診査を受診しましょう

市では、特定健康診査を5月から9月に実施します。この健診はメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した生活習慣病予防のための健診です。

ご自身の体の状態を理解し、生活習慣を見直す機会となりますので毎年必ず受診しましょう。

実施方法

【集団健診】

- ・会場 市内公共施設
- ・自己負担額 1千円
- ・日程 下表をご覧ください。

【個別健診】

- ・会場 長生郡市内の契約医療機関
- ・自己負担額 2千円
- ・日程 5月1日㊶～8月31日㊸

検査項目

身体・腹囲・血圧測定、尿検査、血液検査、医師の診察

※平成28年度の健診結果で、肥満（BMI、腹囲）・血糖・脂質・血圧のすべての項目で、国の基準に該当し

た方は、心電図検査と眼底検査を実施します。また、

集団健診での心電図検査および眼底検査は、当日の医師の診察で必要と判断された方にも実施します。

申込方法

対象者に個別に送付している調査票に必要事項を記入して返送いただくか、健康管理課窓口、電話、FAX、メール等でお申し込みください。

住所、氏名、生年月日、電話番号、希望の実施方法をお申し出ください。

※集団健診の場合は、受診希望日をお申し込みください。お申し込み後、質問票等を郵送します。

申込締切

【集団健診をご希望の方】

希望日の10日前（定員になり次第締切）

【個別健診をご希望の方】

7月14日㊶まで

お問い合わせは、健康管理課（2階）

☒ kenkou@city.mobarachiba.jp
☎ 20 1574、FAX 20 1600へ。

特定健診の

受診勧奨を業務委託

平成29年3月～4月にかけて、特定健診の受診希望調査を郵送にてご案内しましたが、市への回答をいただいていない方を対象に、ハガキ・電話による受診勧奨（5月中旬～7月中旬実施予定）を

平成29年度 特定健康診査(集団健診)日程表

受付時間は13時～14時、7月7日㊸の夜間受付は18時～19時

（一の日程は4月26日㊸時点で定員に達しています）

月日	曜日	会場	月日	曜日	会場
5月24日	水	東部台文化会館	7月7日	金	保健センター
5月25日	木		7月7日	金	保健センター(夜間)
5月26日	金	保健センター	7月8日	土	保健センター
5月27日	土		7月10日	月	保健センター
5月29日	月	鶴枝公民館	7月11日	火	豊岡福祉センター
5月30日	火		7月12日	水	豊岡福祉センター
5月31日	水	本納中学校体育館	7月13日	木	広域市町村圏組合管理棟
6月1日	木		7月14日	金	保健センター
6月2日	金	保健センター	7月18日	火	五郷福祉センター※
6月29日	木		7月19日	水	保健センター
6月30日	金	保健センター	7月20日	木	二宮福祉センター
7月1日	土		7月21日	金	保健センター
7月3日	月	保健センター	7月24日	月	保健センター
7月4日	火		7月25日	火	保健センター
7月5日	水	保健センター	7月26日	水	保健センター
7月6日	木		9月7日	木	保健センター
			9月8日	金	保健センター

※五郷福祉センターでは2階も使用しますが、エレベーター等はありませんのでご了承ください。

前立腺がん

検診を

受けましょう

前立腺がんとは、男性にだけ存在する前立腺から発生するがんで、部位別がん罹患率では、肺・胃・大腸に次ぐ4位にまで上昇しています。

前立腺がんは、進行すると骨・肺等に転移し、治療が難しくなります。そのため、早期に発見して治療することが重要です。

現在では、PSAという血液検査の登場によって、多くの男性が前立腺がんを早期に発見できるようになりました。

「株式会社 現代けんこう出版」に委託して実施します。対象の方には同事業者から連絡がありますので、ご協力ください。

お問い合わせは、
国保年金課（2階）
☎ 20 1503、FAX 20 1600へ。

50歳を過ぎたら年に1度は定期検査を受けましょう。

◆日程・受付

右ページの特定健診と同日
12時30分～13時30分

◆対象

4月1日現在50歳以上の男性

◆検査費用

自己負担額 5000円
(約2千円を助成)

※前立腺がん検診のみ受診する方は、事前の申し込みが必要です。



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。

肝炎ウイルス

検査を無料で

受診できます

ウイルス性肝炎には、日本人の約40人に1人が感染していると言われており、がんによる死因で3番目に多いのが肝がんです。原因の約80%は、B型・C型のウイルス性肝炎です。原因がはっきりしているのので、予防が可能ながんの一つと言われています。早期に肝炎ウイルスへの感染の有無を調べて、感染が分かった場合は、適切な治療を実施すれば、肝硬変・肝がんの発症を減らすことができます。感染の有無は、採血により検査できますので必ず受診しましょう。



◆日程・受付

右ページの特定健診と同日
12時30分～13時30分

◆対象

平成30年3月31日現在40歳以上で、過去に茂原市でB型・C型肝炎検診を受診したことが無い方

◆検査費用

無料(約7千円を助成)

※事前の申し込みが必要ですが、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。

経営所得安定対策の申請を受付中

国では、販売目的で米などを生産（耕作）する販売農家・集落営農を対象に、交付金制度を実施しています。

〔支援内容〕

◆米の直接支払交付金

・対象者
米の生産数量目標に従って販売目的で生産する販売農家・集落営農
・単価
10アール当たり7500円

・対象面積

主食用米の作付面積から自家消費米相当分として10アール差し引いた面積

◆水田活用の直接支払交付金

・対象者
水田で飼料用米などの戦略作物を、販売目的で生産する販売農家・集落営農
・単価
対象作物により異なります
(例) 加工用米2万円/W
CS用稲8万円/飼料用米5万5千円～10万5千円



◆ゲタ対策(畑作物の直接支払交付金)

・対象者
麦、大豆などを販売目的で生産する認定農業者・集落営農・認定新規就農者
・単価
支払方法・対象作物・品質区分により異なります

◆ナラシ対策(米・畑作物の収入減少影響緩和対策)

・対象者
認定農業者・集落営農・認定新規就農者

定新規就農者

・対象品目
米・麦・大豆・てん菜・でん粉原料用ばれいしょ
・補てん額
当年産の販売収入の合計が標準的収入を下回った場合に、差額を補てんします。

〔申請方法〕

交付申請書を6月15日までに提出してください。
※内容により、別途、販売契約等の手続きが必要です。

お申し込み・お問い合わせは、農政課（6階）
☎(20)1526、FAX(20)1604へ。

善意をありがとうございます

(敬称略)



・市へ

- ▽(一財)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)
- ▽平松 孝治 (5万円)
- ▽仲田 哲夫 (1万円)

ライフステージ別（学齢期）

学齢期の歯と歯肉の健康についてお知らせします。

◆歯の質を強くしよう！

永久歯は12歳頃までに全て生えそろいます。生えたばかりの永久歯は幼弱なため、毎日の歯みがきに加え、フッ化物を応用（フッ素塗布、フッ素入り歯みがき剤の使用、フッ化物洗口など）して歯の質を強くするとよいでしょう。

◆ジュースを飲んだらうがいしよう！

食生活ではお菓子だけでなく、ジュース類の摂り方にも注意が必要です。スポーツドリンク、炭酸飲料などにも砂糖が多く含まれていますので、だから飲みまじいように気をつけること、飲んだらお水でうがいをするなどの習慣をつけるよいでしょう。

◆歯肉炎に注意！

小学校高学年から中学生頃にはホルモンバランスの乱れ

や生活の変化により、歯肉炎が起きやすい時期になります。自分で歯ぐきのチェックをする習慣をつけ、歯みがきは軽い力で1本ずつ丁寧にみがくように心がけましょう。



健康な歯ぐき
色はうすいピンク色、ひきしまった歯ぐき



歯肉炎の歯ぐき
赤みを帯び、歯ぐきの形は丸みをもって膨らんだ形

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

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

歯周病検診・妊婦 歯科検診のお知らせ



市では、歯周病の予防と早期発見のため、歯周病検診を実施します。

◆日時

6月1日㊦（受付11時～妊婦歯科検診13時～13時20分、歯周病検診13時40分～14時）

◆場所

保健センター

◆対象者

妊婦および平成29年4月1日現在で40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳・75歳・80歳の市民

◆内容

歯科診察、歯科相談、個別ブラッシング指導

◆費用

500円

「ママ“力”アップセミナー」参加者募集

妊娠前からの健康な体作りは「ママ力」を上げるためにもとても大切です。

リフレッシュして、妊娠前の時期を楽しく過ごしませんか？お子さん連れでの参加も大歓迎です。ぜひご参加ください！

- ◆日時 6月19日㊦ 9時30分～（受付9時20分～30分）
- ◆内容 ・ヨガ（講師 日本ヨーガ療法学会会員 篠崎光枝氏）
・女性の健康な体づくりについて ・虫歯のリスク度チェック
・グーパー食生活について、レシピ紹介
・子育てサービス制度、産前産後サポートセンターの紹介など
- ◆対象 市内在住・在勤のおおむね40歳未満の妊娠前および子育て中の女性およびパートナーの方 ※妊娠中の方は参加できません。
- ◆定員 15人（先着順）※託児5人まで
- ◆費用 無料
- ◆場所 保健センター
- ◆持ち物 フェイスタオル、腰ひも、飲み物、筆記用具



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

お知らせ

忘れずに納付しましょう!

軽自動車税(全期)の納期限は5月31日㊸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、軽自動車税の納税通知書は5月15日㊹に発送します。

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。口座振替をご利用いただいている方は、振替結果として6月中旬に軽自動車納税証明書(継続検査用)を発送します。

☎ 1578、FAX 201609

国民年金後納制度で将来の年金額を増やせます

後納制度は、過去5年間に納め忘れた保険料を納付することにより、将来の年金額を増やすことができます。

また、年金を受給できなかった方は後納することで年金受給資格を得られる場合も

あります。

過去5年以内に保険料の納め忘れがある方は、ぜひ後納制度をご利用ください。

後納制度のご利用には、年金事務所での申し込みが必要です。利用期限は平成30年9月末日となっていますので、お早めにお申し込みください。

☎ ねんきん加入者ダイヤル

☎ 0570(003)004

※050で始まる電話からは、☎ 03(6630)2525

全国健康保険協会協会けんぽ千葉支部からのお知らせ

◆平成29年度保険料率

平成29年度の協会けんぽ千葉支部の健康保険料率については、本年3月分(4月納付分)より現状の9・93%から

9・89%に引き下げとなります。一方、介護保険料率(全国一律)については、現状の1・58%から1・65%に引き上げとなります。

協会けんぽの健康保険料率は、加入者の皆さんの医療費等に基づき、都道府県ごとに設定されています。協会けんぽ千葉支部では、健診の推進やジェネリック医薬品の普及

促進など、医療費の適正化に向けた取り組みをさらに進めていきますので、皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

◆加入者のご家族様(被扶養者)へ特定健診のお知らせ

協会けんぽでは加入者のご家族(40〜74歳の被扶養者)を対象に特定健診を実施しています。健診は疾病の予防や早期発見に欠かせないもので

あり、日頃の生活習慣を見直すチャンスでもあります。健診費用の一部を協会けんぽが補助していますので、年に一度は必ず健診を受診しましょう。

なお、健診受診に必要な受診券は、4月上旬に加入者ご本人のご自宅へお送りしました。

☎ 協会けんぽ千葉支部

☎ 企画総務グループ

☎ 043(308)0522

☎ 健診専用ダイヤル

☎ 043(308)0525

統計は 次代を読み解くパートナー

6月1日は工業統計調査です。製造業を営む事業所を対象に毎年実施しています(経

済センサス活動調査の年は除く)。経済動向を把握するための重要な調査ですので、ご回答をお願いします。

☎ 企画政策課(4階) ☎ 1516、FAX 201603

県によるイノシシ捕獲実施のお知らせ

千葉県では、昨年度に引き続き、県が主体となりイノシシの捕獲を行う、指定管理鳥獣捕獲等事業を実施します。期間は平成29年5月下旬から11月上旬を予定しています。

茂原市でも一部地域がイノシシの捕獲実施地域となります。箱根およびくくり罠により捕獲を実施しますが、罠の周辺には注意看板を設置しますので、罠には近づかないようご注意ください。

☎ 千葉県環境生活部自然保護課鳥獣対策班 ☎ 043(223)2058

☎ 借金の返済でお悩みの方へ

千葉財務事務所では、無料の債務相談窓口を開設しています。解決のための助言を行い、必要に応じて法律専門家を

紹介します。秘密は厳守します。

☎ 043(251)7830 債務相談窓口

募集

七夕おどり参加者を募集

7月30日㊸16時予定

曲目㊸七夕まつり、茂原音頭、茂原花音頭

申込締切㊸6月30日㊸

※ゆかた、履物などは自由ですので各自で用意してください。

☎ 043(251)7830

☎ 1559、FAX 201607

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持ってもらうため、期日前投票立会人を募集しています。

応募資格㊸茂原市の選挙人名簿に登録があり、特定の政党等の政治活動を行っていない30歳未満の方

☎ 選挙管理委員会(6階)

☎ 043(251)7830、FAX 201604





五郷福祉センター

☎(25)7880 FAX(25)7881
Ⓞ原則として祝日および年末年始

▼**大多喜ガス株共催 おやつ作り教室**
6月13日Ⓞ、20日Ⓞ、13時～15時、
7月4日Ⓞ10時～12時／内容＝簡単な
おやつ作り／対象＝市内在住者／定
員＝各日16人／費用＝各日800円（材
料費）／申込＝5月15日Ⓞ9時～費用
を添えて窓口まで（定員になり次第締
切）

▼子どものお菓子作り教室

6月11日Ⓞ9時～12時／内容＝お菓
子作り体験／対象＝市内在住小学生／
定員＝16人／費用＝600円（材料
費）／受付＝5月20日Ⓞ9時～費用を
添えて窓口まで（定員になり次第締切）

生涯学習課

☎(20)1559 FAX(20)1607

▼平成29年度ミュージカル鑑賞会 参加者募集

①6月20日Ⓞ、②6月26日Ⓞ／開演
時間＝13時～／演目＝「レ・ミゼラ
ブル」／内容＝作品は1本のパンを盗
んだために19年間もの監獄生活を送
ることになったジャン・ヴァルジャン
の生涯を描く。ナポレオン体制没落直
後からブルボン王朝復古時代最中、当
時のフランスを取り巻く社会情勢や民
衆の生活が詳しく描かれている／出
演＝福井晶一、知念里奈、森久美子ほ
か／行き先＝帝国劇場／交通手段＝
市バス／集合場所・時間＝中央公民
館前9時出発、18時帰着予定／募集
定員＝各32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9,500円（指定A席・昼
食別）／申込締切＝5月26日Ⓞ／応募
方法＝往復はがきに希望日①か②も
しくは「どちらでもよい」と記入の上、
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人申し込まれる場合は必ず2
人の氏名、住所などを明記してくださ
い）／申込先＝〒297-8511 茂原市
道表1番地 生涯学習課「ミュージカ
ル鑑賞会係」

図書館

☎(23)6151 FAX(25)6136
Ⓞ原則として年末年始

▼おはなし会（3歳以上）

5月27日Ⓞ、6月3日Ⓞ、10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（3歳以上）

5月20日Ⓞ14時～14時30分
「トムとジェリー」

▼赤ちゃんといっしょのおはなし会

5月16日Ⓞ第1部10時30分～11時、
第2部11時30分～12時

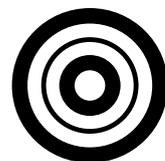


体育課

☎(20)1575 FAX(20)1607

▼弓道教室（弓道連盟主催）

6月3日～7月4日（全10回、火・土曜
日）18時30分～20時30分（土曜日
開催時は16時30分～18時30分）／参
加費＝2,500円（保険料等）／場所＝
市民体育館弓道場※用具は連盟で用
意／申込先＝弓道連盟 菊地（24）
8911



▼Let's エンジョイウォーキング

6月11日Ⓞ8時30分市民体育館集合
（13時解散予定）／行き先＝茂原市内
（緑ヶ丘方面）／予定歩行距離＝約10
km／対象＝一般／参加費＝100円／受
付＝当日集合場所にて／態度決定＝7
時30分

※確認先は市民体育館（23）2811

参加者
募集!!

パラスポーツ教室 （障がい者スポーツ）

市では、障がい者スポーツへの理解を深めるとともに、地域
での普及啓発を図るため、日本障がい者スポーツ指導員による
パラスポーツ教室を開催します。

障がい者スポーツの指導員を目指す方もぜひご参加ください。

◆日 時 6月12日、26日、7月10日、24日、8月14日、28日、
9月11日、25日、10月23日、11月13日（全10回・月曜日）
13時30分～15時30分

- ◆内 容 卓球・タッチバレーボールほか
- ◆対 象 障がい者の方および付添いの方
- ◆参加費 無料
- ◆場 所 市民体育館



お申し込み・お問い合わせは、体育課（9階）

☎(20)1575、FAX(20)1607へ。

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

☎6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30年6月末日まで	6月1日☎9時～
体育センター	平成29年9月末日まで	6月2日☎9時～
その他	3カ月先まで	順次

▼大画面でみる映画会「カサブランカ」 (1942年アメリカ・102分・モノクロ)

6月6日☎第1回10時～(字幕版)第2回13時30分～(吹替版)／入場料=無料(申込不要)／内容=第二次大戦下の仏領モロッコのカサブランカ、酒場を経営するリックのもとに、昔の恋人イルザが反ナチのリーダーである夫ラズロと共に現れた。愛するがゆえに、リックは二人の国外脱出に手を貸す決意をする。圧倒的魅力的のボギーと若く美しいバーグマンという最高の組み合わせで「As time goes by」が流れる中、真実の愛を描ききった不朽の名作。



カサブランカ

◆東部台文化会館主催教室の募集

▼「キーマカレー～暑い夏を吹き飛ばそう!!」 ～第1回オープン料理教室～

7月7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=関野和子氏/受付=5月26日☎9時～費用を添えて窓口まで

◆音楽ホールの催し物案内

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。

▼SBC(シンフォニック ブラスオルケスタ チバ) 第81回定期演奏会

6月4日☎14時～/内容=吹奏楽/曲目=序曲軽騎兵、真夏の夜の夢より結婚行進曲、ドラえもん アラカルト、美女と野獣ほか/費用=前売300円(当日500円) 園杉山(34)3443

▼さつき盆栽展

5月26日☎13時～28日☎16時/場所=東部台文化会館1階ロビー/入場料=無料
園東部盆栽愛好会 川嶋
090(5817)2211

美術館・郷土資料館

☎(26)2131 FAX(26)2132
☎臨時休館・年末年始

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

▼「春の優品展」

～5月17日☎/内容=林 ^{はやし いさお}功の「桜花日月」ほか、日本画・洋画・書・工芸など21点展示。

◆共催展示

▼茂原市市民美術展

5月22日☎～6月17日☎
初日は9時から、最終日は15時まで。

◆市民美術展イベント

▼音楽文化塾「赤い鳥」による 歌の広場

6月4日☎14時～15時(申込不要)/費用=無料
園茂原市美術協会 池田(46)0224

◆郷土資料館展示

▼「下太田貝塚の調査成果」

～6月18日☎/内容=下太田貝塚から出土した土器、石器、獣骨等を通して、縄文時代の暮らしを見る。

◆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ありましたら、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)

▼「こどもたちあつまれ!ぐるっと美術館探検」

6月15日☎9時～16時30分/内容=美術館・郷土資料館でおススメ展示品の近くに置かれたこびと探しをしてみませんか?こびとを全部みつけた子には粗品をプレゼント/定員=50人(先着順)/受付=窓口にて直接申し込み

◆平成29年度県民の日賛同行事

▼茂原市立美術館・郷土資料館ポストカードプレゼント

6月15日☎9時～17時
先着30名様にお好きなポストカード1枚をプレゼント



総合市民センター

☎(24)9511 FAX(23)7444
☎原則として祝日および年末年始

▼初心者でもできる本格中華料理教室

6月8日、6月22日(全2回・木曜日)14時30分～16時30分/対象=市内在住者/定員=20人/費用=2,000円(材料費)/講師=慶飯 篠原慶行氏/申込=5月17日☎9時～費用を添えて窓口まで※定員になり次第締切、申し込みは本人のみ

▼骨盤体操教室

6月～9月の第2・4月曜日(全8回)14時～16時/対象=市内在住の60歳以上の方/定員=20人/費用=100円(保険料)/持ち物=バスタオル・汗拭きタオル・動きやすい服装・飲み物/申込=5月22日☎9時～費用を添えて窓口まで※定員になり次第締切、申し込みは本人のみ





「白身魚のピカタ」

材料/2人分

- 生タラ…………… 2切れ(1切れ80g)
- こしょう…………… 少々
- 薄力粉…………… 小さじ1
- A 粉チーズ…………… 大さじ1(6g)
- 卵…………… 1個
- ドライパセリ…………… 少々
- オリーブオイル…………… 小さじ1強
- いんげん…………… 60g
- 玉ねぎ…………… 1/4個
- しめじ…………… 1/2パック
- 水…………… 100cc
- B ケチャップ…………… 大さじ1弱
- ウスターソース…………… 小さじ1
- 片栗粉…………… 小さじ1/2
- バター…………… 8g

作り方

- ①タラはキッチンペーパーで水気を取り、こしょうと薄力粉をまぶす。玉ねぎは薄切りにし、しめじは石づきを取る。いんげんは、茹でて食べやすい大きさにしておく。
- ②Aを混ぜ合わせる。
- ③フライパンにオリーブオイルを熱し、タラを②の卵液にくぐらせて並べて、焼いていく。
- ④焼き色がついたら裏返し両面を焼き、茹でたいんげんを添えてお皿に盛りつける。
- ⑤フライパンにバターを入れ熱し、玉ねぎとしめじを炒める。しんなりしたら合わせたBを加え、とろみが出るまで煮立て、④のタラにかける。

ひとこと

白身魚の代わりに鶏肉や豚肉を使ってもおいしいです。チーズが苦手な方でも卵液に粉チーズを混ぜることで味やにおいが気にならず召し上がっていただけます。

(1人分) エネルギー203kcal たんぱく質20.2g 脂質9.7g カルシウム125mg 鉄1.0mg 塩分0.9g

推進員さん
おすすめ

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



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	5月20日⊕ 産後育児編	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)
	6月24日⊕ 沐浴・妊婦体験編			
ままのわ会	①5月25日⊗ 産後編 「一緒に産褥体操♪産後の トラブルあれこれ」	9時50分～10時	産後おおむね1年未満 のママとお子さん	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	①6月6日⊗ ②7月11日⊗	13時30分～14時20分	①平成28年12月生 ②平成29年1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 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》
5月21日⊕	豊栄元氣クリニック ☎40-4884	宍倉病院 ☎24-2171
5月28日⊕	大木医院 ☎23-2546	公立長生病院 ☎34-2121

※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。

#8000 ☎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