

もばらファミリー・サポート・センターの 会員になりませんか？

市では、茂原市社会福祉協議会への委託により、「もばらファミリー・サポート・センター」を開設しています。センターでは、子育てのサポートをしてほしい方（依頼会員）と子育てのサポートができる方（提供会員）が会員となり、地域で安心して子育てができるように育児支援を行っています。

援助内容

おおむね生後6カ月から小学6年生までの子どもを対象とした、一時的な預かりや保育施設等への送迎など

利用料金（1時間当たり）

	6時～7時	7時～20時	20時～21時
平日	900円	700円	900円
土日・休日 12月29日～1月3日	900円	900円	900円

※兄弟姉妹での利用は、2人目から半額となります。
※住民税非課税世帯の方等が利用する場合には助成制度があります。

提供会員募集

市内在住で、子どもが好きな方、子育ての応援をしたいと思っている方。サポーターとして活動してみませんか？



入会説明会を開催します（依頼会員・提供会員）

- ◆日時 9月19日㊦10時～11時30分
10月20日㊦13時30分～15時
11月15日㊦10時～11時30分
12月14日㊦15時～16時30分
※各回とも事前申し込みが必要です
- ◆会場 総合市民センター

申込み・問合せ 茂原市社会福祉協議会 ☎(23)1969、FAX(23)6538

主な内容

- ◆茂原市の認知症への取り組みを紹介します(P2)
- ◆第2回 景観資源バスツアー(P3)
- ◆協働のまちづくりを推進しています(P4)

今月の日曜開庁	9月27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(ほのおか館内) ☎(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、詳しくはお問い合わせください。

茂原市の 認知症への取り組みを 紹介します

問合せ

高齢者支援課地域包括支援室（2階）

☎(20)1583、FAX(26)6788

① 認知症の方を介護する 家族の会

認知症の方を介護する上で不安や悩みなどを話し合う場として、介護者の方が集まっています。参加者からは「同じような境遇の方と話して気持ちが軽くなった」との感想をいただいています。1人で悩まず、認知症の方を介護する家族と話をしてみませんか？

◆日時 奇数月の第3木曜日
10時～12時
◆場所 市役所5階会議室

② 認知症初期集中支援チーム

認知症初期集中支援チームは、医療・介護の専門職が必要な介護の導入、家族支援などの初期支援を行い、自立支援のサポートを行うチームです。

ひどい物忘れなど認知症が疑われるような症状でお困りのときは、必要に応じ、ご自宅にお伺いしてサポートします。詳しくは、お近くの地域包括支援センターまでご相談ください。

③ 認知症カフェ

認知症カフェは「オレンジカフェ」「メモリーカフェ」とも呼ばれ、認知症の方やその家族、地域住民らが介護の悩みなどを気軽に話し合える場となっています。市内の介護関係者などが運営しています。詳しくは、各連絡先にお問い合わせください。

名 称	オレンジカフェ あぜみち	メモリーカフェ ゆたりら
住 所	本納2316-2 (スペースびあ)	粟生野3498-35 (カフェあおの内)
開催日	毎月第2水曜日 13時～16時	毎月第2金曜日 10時～14時
連絡先	茂原みかんの会 事務局 ☎(34)7755	ゆったりさん ☎(34)9025

④ 徘徊感知システム事業

徘徊する高齢者に徘徊感知器を所持させて、行方不明になったときにGPSを利用して位置を特定します。毎月の利用料など自己負担があります。

⑤ 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではありません。認知症を正しく理解し、偏見を持たず、認知症の方やその家族を温かく見守り、自分のできる範囲で活動する「応援者」のことです。

講座の受講者には、認知症サポーターの証である「オレンジリング」をお渡しします。

【養成講座をお手伝いします】市内の会場を確保し、市内

もしもの時、 医療情報をどのように伝えますか？

市では、かかりつけ医療機関や持病、緊急連絡先など、救急医療活動に必要な情報を記入しておける「救急医療情報用紙」を配布しています。

冷蔵庫など自宅の目立つところに貼り付けておくことで、緊急時の迅速な通報に生かすことができます。

◆配付場所

高齢者支援課、本納支所、各地域包括支援センター、各公民館、各福祉センター、東部台文化会館
※高齢者支援課ウェブページからダウンロード可



問合せ 高齢者支援課地域包括支援室（2階）
☎(20)1583、FAX(26)6788

在住・在勤・在学者を10人以上集めていただければ講師を派遣します。開催予定日の2カ月前までにお申し込みください。
講座の受講時間は60分～90分程度です。

◆費用 無料

※①③⑤については、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

ご長寿おめでとうございます

9月15日の老人の日は、永年にわたり社会に貢献されたお年寄りを敬い、その長寿を祝うとともにお年寄りの福祉について理解と関心を高める日です。

市内における65歳以上の方の人口は、男性13,251人、女性15,972人、合計29,223人（令和2年9月1日現在）となり、総人口88,439人の33%を占めています。

※老人福祉法により9月15日は「老人の日」と定められています。

令和2年度長寿者

(敬称略)

齊 藤 げん 女 107歳	大多和 きみ子 女 102歳	吉 野 千枝子 女 101歳	小 関 八千代 女 100歳
池 久子 女 104歳	岡 村 傑 男 102歳	秋 山 ゆき 女 100歳	小 林 よし 女 100歳
小 森 壽美子 女 104歳	小 川 ひで 女 102歳	石 井 都 女 100歳	鶴 岡 せき 女 100歳
齊 藤 せい 女 104歳	落 合 ヤイ 女 102歳	井 手 ヨシ 女 100歳	林 つね 女 100歳
佐久間 もと 女 104歳	齋 藤 きま 女 102歳	猪 俣 廷子 女 100歳	松 本 貴美子 女 100歳
石 井 操 女 103歳	松 戸 タカ 女 102歳	今 関 きん 女 100歳	森 きん子 女 100歳
加 藤 とし子 女 103歳	佐 藤 三千代 女 101歳	上 田 サカエ 女 100歳	山 本 知子 女 100歳
田 中 ちえ 女 103歳	白 井 善三 男 101歳	小野塚 サダ 女 100歳	※令和2年9月1日現在、 希望者のみ掲載 ※年齢は、令和2年9月15日 現在
戸 張 かね 女 103歳	樋 元 フミ子 女 101歳	加 藤 フサ 女 100歳	
中 川 幸枝 女 103歳	船 見 まつ 女 101歳	金 坂 たか枝 女 100歳	
山 崎 タク 女 103歳	堀 口 いわ 女 101歳	鎌 田 勘一 男 100歳	
大 塩 サツ 女 102歳	蒔 田 なほぶ 女 101歳	香 山 とみ子 女 100歳	

問合せ 高齢者支援課地域包括支援室（2階） ☎(20)1583、FAX(26)6788

参加費無料

第2回 景観資源バスツアー ～茂原再発見の旅～



- ◆日時 11月7日⊕（小雨決行） 13時発～16時30分着（12時45分 中央公民館前集合）
 - ◆見学場所 八幡湖（レイクウッズガーデンひめはるの里）→藻原寺・茂原公園
→橘樹神社→匂の里ねぎぼうず
 - ◆対象者 小学生以上の市内在住者（小・中学生は保護者同伴）
 - ◆定員 26人（応募多数の場合は抽選、結果は締め切り後1週間程度で通知）
 - ◆申込方法 申込書1枚につき、1人分の必要事項を明記の上、郵送・FAX・メール・窓口持参にて都市計画課へお申し込みください。申込書は、都市計画課・本納支所の窓口で入手、または都市計画課ウェブページからダウンロード可。
 - ◆申込締切 10月9日⊕（消印有効）
- ※動きやすい服装・運動靴でご参加ください。
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となる場合があります。



▲藻原寺



▲茂原公園



▲橘樹神社

申込み・問合せ 都市計画課（8階） 〒297-8511 茂原市道表1
☎keikaku@city.mobara.chiba.jp ☎(20)1546、FAX(20)1606

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。
問合せ 秘書広報課(3階) ☎(20)1512、FAX(20)1601

口腔がん検診を実施します

口内炎がなかなか治らない、舌に違和感があるなど、お口の中の心配事はありませんか？

口腔がんはお口の中のさまざまな部位にできる可能性があります。早期発見・早期治療のためにも、「口腔がん検診」を受けてみませんか？

◆日時 10月31日(土) 13時～
(受付時間は申込後にご案内します)

◆場所 保健センター

◆対象者 令和2年4月1日現在で40歳以上の市民

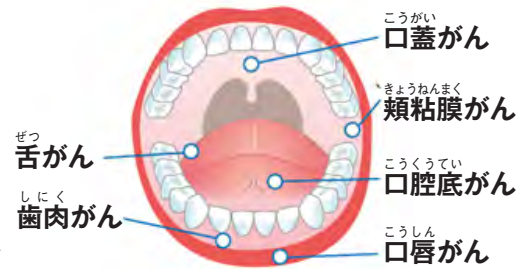
◆定員 100人(事前予約制・申込順)

◆内容 歯科医師による視診・触診

◆費用 500円

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、延期・中止となる場合があります。市公式ウェブサイトから最新情報をご確認ください。

《口腔がんのできる部位》



申込み・問合せ 保健センター ☎(25)1725、FAX(25)1865

協働のまちづくりを推進しています

～令和3年度 補助金交付団体を募集～

市では、市民と行政が連携・協力して、地域の課題解決に取り組む「協働のまちづくり」を推進しています。市民活動団体・地域まちづくり協議会の取り組みを支援するため、補助金の交付団体を募集します。

1 市民活動団体補助金

- ◆対象団体 認定市民活動団体
- ◆補助事業 まちづくりのための事業
- ◆補助団体数 6団体(予定)

2 協働提案事業補助金

- ◆対象団体 認定市民活動団体
- ◆募集事業 行政と協働で実施するまちづくりのための事業
①行政提案型 テーマが決定次第、別途募集予定
②団体提案型 まちづくりのための事業
- ◆補助団体数 各1団体(予定)
- ◆審査 書類審査および公開プレゼンテーション(予定)



▲茂原公園生物多様性保全事業(協働提案事業)



▲防災情報は冷蔵庫から！(協働提案事業)

3 地域まちづくり協議会補助金

- ◆対象団体 地域まちづくり協議会として認定を受けた団体
- ◆補助事業 地域におけるまちづくりのための事業
- ◆補助団体数 3団体(予定)

1～3 共通

- ◆実施要件 営利・宗教・政治等を目的とせず、令和3年4月1日から令和4年3月31日までに事業が終了するもの
- ◆補助金額 上限10万円
- ◆提出書類 補助金交付要望書、実施計画等
- ◆申込方法 所定の申込用紙に必要事項を記入し、持参または郵送
- ◆提出期限 10月30日(金)(消印有効)

申込み・問合せ 生活課市民活動支援センター (2階)
〒297-8511 茂原市道表1 ☎(20)1505、FAX(20)1600

お知らせ

**年金受給者の方は、
「令和3年度分公的年金等の
受給者の扶養親族等申告書」
を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人的控除などを受けることができません。提出する必要がある方には、9月に日本年金機構から申告書を送付しますので、提出期限までに必ず提出してください。

岡千葉年金事務所
☎043(242)6320

忘れずに納付しましょう!

国民健康保険税(第3期)の納期限は9月30日(水)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。

また、市税等の納付には、納め忘れない安心で確実な口座振替をおすすめします。納期内に納付できない事情のある方はご相談ください。

岡取税課(2階)
☎(20)1578、FAX(20)1609

第十一回戦没者等の遺族に対する特別弔慰金の請求の受付をしています

戦後70周年に当たり、戦没者等のご遺族に改めて弔慰の意を表するため、特別弔慰金が出されます。

詳しくは、広報もばら6月1日号をご覧ください。

岡社会福祉課(7階)
☎(20)1571、FAX(20)1605

パスポートの窓口の終了

長生地域振興事務所における旅券(パスポート)申請の受け付けは、9月25日(金)で終了します。

9月28日(月)以降は、県旅券事務所または旅券窓口を設置している市町にて手続きしてください。

受付終了日までに長生地域振興事務所へ申請した方は、同事務所で、パスポートをお受け取りください。

※パスポートは、発行日から6カ月以内に受け取らないと失効しますので、早めにお受け取りください。

岡千葉県総合企画部国際課
☎043(223)2427

秋の全国交通安全運動実施 9月21日(月)～30日(水) 夕暮れの一番星は反射材

秋の全国交通安全運動は、運動の重点目標として、①子供を始めとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保、②高齢運転者等の安全運転の励行、③夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転等の危険運転の防止の3つを掲げ運動が展開されます。

これからの時期は日が短くなり、夕暮れ時の事故の危険が高まります。

思いやりと時間に余裕を持ち、交通安全を心掛けて、交通事故防止に努めましょう。

岡生活課(2階)
☎(20)1505、FAX(20)1600

茂原市国土強靱化地域計画を策定しました

国において、平成26年に「国土強靱化基本計画」が閣議決定され、国土強靱化を推進すべき責務を有する市町村に対し、国土強靱化地域計画を策定することが求められました。

本計画は、その求めに応じ、大規模自然災害が発生しても、機能不全に陥らない、迅速な

復旧・復興が可能な茂原市を目指し、策定したものです。

◆構成
国土強靱化における市のさまざまな分野の計画・取り組みの指針となるべきもので、次の2編で構成しています。

- 【基本計画編】
- 計画の基本的な考え方
- 脆弱性の分析・評価とリスクシナリオへの対応方策
- 対応方策の重点化 など
- 【アクションプラン編】
- 計画事業と数値目標 など
- 防災対策課(4階)

☎(36)7580、FAX(20)1602

生ごみ処理機購入費補助金の受け付けは終了しました

令和2年度の生ごみ処理機購入費補助金の受け付けは終了しました。

岡環境保全課(6階)
☎(20)1504、FAX(20)1604

ご存じですか?

茂原市健康生活推進委員会

茂原市健康生活推進委員会は、平成26年に発足し、現在は39人の推進員が7班に分かれて活動を行っています。私たちは、市民が健康で明

るく生き生きと暮らせるように、健康づくりの大切さを伝える団体です。子どもからお年寄りまで、皆さんが健康でいられるように「正しい食習慣」と「運動習慣」の定着を目的とした健康づくりの案内役をしています。

具体的な活動内容は、①研修会で学んだことを、講話・調理実習および運動実技を通して地域に普及する、②広報もばら「推進員さんおすすめ今夜のおかず」への料理の掲載を行う、③ウォーキングマップを作成し、日常生活への運動習慣の普及を目指す、④「かたん!今夜のおかず・栄養ミニ知識」のリーフレットを年2回発行し、健康情報を提供するなどです。

現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各班ごとに開催している調理実習と運動教室を一時中止しています。教室が再開できるようになりましたら広報もばら等でお知らせしますので、ぜひご参加ください。

岡保健センター
☎(25)1725、FAX(25)1865



なる場合があります。申込方法等詳しくはお問い合わせください。

熱の症状がある方は来館をご遠慮ください。

二宮福祉センター

☎(26)3740 FAX(26)3741
 ⑨原則として祝日および年末年始

▼シャンティヨーガ

10月6日・13日・20日・27日(全4回・火曜日)10時~11時30分/内容=気持ちを穏やかにするヨーガ
 ※シャンティとはサンスクリット語で平安・調和という意味です/対象=市内在住者/定員=10人(申込順)/費用無料/持ち物=バスタオル、着付け用のひも1本/申込=9月18日⑨9時~電話にて※申し込みは本人のみ

▼チャレンジキッド

10月10日④13時30分~15時30分/内容=クラフトバンドで小物入れを作ろう/対象=市内在住小学生/定員=10人(申込順)/費用=700円/申込=9月19日④9時~26日④まで電話にて受付。その後9月27日④~10月4日④に窓口にて費用を添えて申し込み

豊田福祉センター

☎(26)1105 FAX(26)1106
 ⑨原則として祝日および年末年始

▼ベビーハロウィンパーティー

10月28日⑨10時~11時30分/内容=仮装・ハロウィン制作ほか/対象=市内在住の0歳から2歳の親子/定員=15組(申込順)/費用=400円(材料費・保険代含む)/申込=9月16日⑨9時~電話にて受付。その後10月1日⑨~窓口にて費用を添えて申し込み

▼赤い羽根コラボトートバッグ デコパージュ

10月11日④13時~15時/対象=市内在住者/定員=15人(申込順)/費用=800円/申込=9月17日⑨9時~電話にて受付。その後 窓口にて費用を添えて申し込み

茂原市中小企業再建支援金について

千葉県中小企業再建支援金を受給した事業者に対し、茂原市独自の支援金を給付しています。

- ◆支援金額 1事業者につき10万円(1回限り)
- ◆申請方法 オンライン申請または郵送
- ◆申請期限 10月30日④
(オンライン申請は16時まで、郵送は消印有効)

詳しくは、広報もばら7月1日号またはウェブ申請フォームをご覧ください。

※一部業務を茂原市から株式会社JTB千葉支店に委託しています。



問合せ 商工観光課(6階) ☎(20)1528、FAX(20)1604

公共施設を見学してみませんか?

市では、公共施設の見学を通じて市政への理解を深めていただくため、「公共施設見学会」を開催します。

- ◆日時 10月26日④ 9時~12時30分
9時市役所南側市民広場集合
- ◆見学先 茂原市議会議場、長柄ダム(市バスで移動)
- ◆定員 14人(申込順)※最低催行人数8人
- ◆申込 9月17日④8時30分~30日④ 電話にて
- ◆参加費 100円(保険代)
※当日集金しますので、お釣りのないようお願いします。

※動きやすい服装でご参加ください。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当日はご自宅での検温とマスクの着用をお願いします。37.5度以上の発熱がある方や体調の悪い方は参加できません。

※バスでは、手指の消毒・身体的距離の確保・換気を行います。

※今後の状況により中止となる場合があります。

申込み・問合せ 秘書広報課(3階) ☎(20)1512、FAX(20)1601

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催日時は変更・中止と
また、来館の際はマスクの着用・手指の消毒をお願いします。咳や発

東部台文化会館

☎(23)8711 FAX(23)9767
Ⓟ10月8日Ⓟ、原則として偶数月
と3月の第2木曜日、年末年始

施設の利用申請書受付 9時～17時

	受付分	受付開始日
音楽ホール	令和3年 10月分	10月1日Ⓟ
体育センター	令和3年 1月分	10月2日Ⓟ
その他	3カ月先まで	順次

※詳しくはお問い合わせください。

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、下記展示全て
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

▼日本画優品展

～10月18日Ⓟ

内海泰の人物画や動物画の大作を中心
に、林功、牧野三三郎の寺院風景など
計20点を展示。

▼千葉県ぐるっと途中下車の絵画展

～10月27日Ⓟ

千葉県内の風景画作品を、取材地の最
寄り駅にて途中下車してゆくような鉄
道の旅気分を味わいながら鑑賞。

◆第1回テーマ展

▼戦時中のくらし展

～12月20日Ⓟ

アジア太平洋戦争前後に日常でのくらし
や軍隊等で使用されていた資料を通
じて、戦前・戦時中の茂原の人々のく
らしを紹介。

▼第2回歴史セミナー

長生地方の仏教美術

10月10日Ⓟ13時30分～15時30分/
内容＝茂原市史編さんのため実施して
いる仏像調査の成果等を中心に、長生
地方における仏教文化の様相を紹介す
る／講師＝市史編さん委員会 調査執
筆委員 濱名 徳順氏／対象＝一般
／定員＝15人（応募者多数の場合抽
選）／参加費無料／申込＝9月15日Ⓟ
～30日Ⓟ17時まで電話にて



◆探しています！茂原の歴史

～新たな茂原市史を編さん中～

家の押し入れや蔵、自治会の倉庫など
に、古い書付や写真などありません
か？捨てる前にご相談ください。ま
た、茂原の年中行事や方言、言い伝え
についての情報も探しています。

◆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
Ⓟ年末年始

▼おはなし会（3歳以上）／映画会（3歳以上）／赤ちゃんといっしょのおはなし会

新型コロナウイルス感染症拡大防止の
ため、上記催し物の開催日時に関して
はお問い合わせください。

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

▼やってみよう！つくってみよう！

下記4つの催し物は、各日10時～11
時30分／対象＝小学生／申込＝9月
18日Ⓟ9時～電話にて、土日も17時
まで申込可（申込順）。その後、9月
23日Ⓟ9時～30日Ⓟ17時までに費用
を添えて窓口に申し込み

①ココアでラテ・アート

10月3日Ⓟ／定員＝12人／費用＝
300円

②バラ屋さんに教えてもらうフラワー
アレンジメント

11月7日Ⓟ／定員＝12人／費用＝
800円

③マカロニでクリスマスリース作り

12月5日Ⓟ／定員＝12人／費用＝
300円

④こんぺいとうアートを楽しもう

令和3年1月9日Ⓟ／定員＝10人／費
用＝700円

▼ガビン先生と楽しく学ぼう！日本の 四季と古典文学～秋の章・冬の章～

11月13日Ⓟ（秋の章）、12月11日Ⓟ
（冬の章）10時～11時30分／講師＝

伊藤 雅敏先生／定員＝25人（申込
順）／申込＝9月17日Ⓟ9時～電話に
て、土日も17時まで申込可

▼健康体操教室

～みんなで手軽に楽しく運動♪～

10月26日Ⓟ10時30分～11時30分/
「日頃あまり運動しない」「体力に自信
がない」という方も大丈夫！イスに
座って行う軽運動が中心です。理学療
法士さんと一緒に健康について考え、
介護や認知症を予防しましょう！／定
員＝30人（申込順）／持ち物＝動きや
すい服装・飲み物・タオル／申込＝9
月25日Ⓟ9時～電話にて、土日も17
時まで申込可



「豆腐ハンバーグ・きのこソース」

作り方

- ①木綿豆腐はよく水切りし、長ねぎはみじん切りにする。
- ②しめじ、えのきはほぐし、生しいたけとにんじんは千切りにする。だし汁ににんじんを入れ、煮立ってきたらしめじ、えのき、生しいたけを加え、Bで味を調える。にんじんが柔らかくなったら水溶き片栗粉でとろみを付け、刻んだ万能ねぎを散らす。
- ③鶏ひき肉と卵をAに合わせて粘りが出るまで混ぜ、豆腐をくずし入れ、長ねぎも加えてさらによくこね混ぜる。
- ④③を4等分して小判形にまとめ、油少々を熱したフライパンで両面を焼いて火を通し、②のソースをかけ、サニーレタスを添える。

ひとこと

豆腐と鶏ひき肉を使用しているのもヘルシーです。きのこソースで秋を感じられる一品になっています。豆腐の水切りは2重にしたキッチンペーパーで豆腐をくるんで電子レンジ(500W)で3~4分くらい加熱すると簡単にできます。

(栄養価/1人分) エネルギー198kcal たんぱく質17.5g 脂質10.9g カルシウム88mg 鉄1.8mg 塩分2.2g

材料/大人2人分

- 木綿豆腐..... 1/2丁
- 長ねぎ..... 1/6本
- 鶏ひき肉..... 100g
- 卵..... 1/2個
- A [しょうが汁..... 小さじ1/2
- 塩..... 小さじ1/2
- こしょう..... 少々
- しめじ..... 1/4パック
- えのき..... 1/4パック
- 生しいたけ..... 1個
- にんじん..... 小1/6本
- だし汁..... 100cc
- B [みりん..... 小さじ1/2
- しょうゆ..... 小さじ1
- 水溶き片栗粉..... 少々
- 万能ねぎ..... 1本
- サニーレタス..... 適宜

推進員さん
おすすめ

茂原市健康生活推進員会の皆さんが
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 申込み・問合せ・会場は、保健センター ☎(25)1725

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	10月6日☉ 出産準備編 妊娠・陣痛・お産の時の過ごし方、 パパが行う陣痛時のマッサージ体験、 歯、栄養のお話 ほか	9時15分～ 9時30分	妊婦とその家族	母子健康手帳、筆記用具、タオル ※必ずご予約ください。
ままのわ	11月27日☉ ねんね編 予防接種のお話、 ママヨガwithベビー、 手遊びわらべ歌 ほか	9時50分～ 10時	令和2年8月～10月生の お子さんと母親	母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、 ママの飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装 ※必ずご予約ください。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、事業が延期・休止となる場合があります。最新情報は市公式ウェブサイトでご確認ください。

夜間の急病は

長生郡市夜間急病診療所 内科・小児科(初期診療)
20時～23時(受付19時45分～22時45分)

☎(24)1010

テレフォン案内

(19時～22時45分 長生郡市夜間急病診療所のご案内)
(22時45分～翌6時 救急当番病院(内科・外科)のご案内)

☎(24)1011

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。
※市公式ウェブサイトから確認できます。

防災行政無線が再確認できます

☎0120(438)119(通話料無料)

火災の問合せ
広域消防本部テレフォンサービス
☎(25)4411

救急安心電話相談 実施：千葉県

医療機関を受診するか迷ったとき、救急車を呼ぶか迷ったときにご相談ください。

#7009
(プッシュ回線・携帯電話)

☎03(6735)8305
(ダイヤル回線)
相談日時
平日・土曜18時～翌6時
日曜・休日 9時～翌6時

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

日曜・休日当番医 ※診療時間は9時～17時です

	《内科系》	《外科系》
9月20日☉	宍倉病院 ☎(24)2171	宍倉病院 ☎(24)2171
9月21日☉	聖光会病院 ☎(35)5151	清水三郎医院 ☎(25)0776
9月22日☉	宮本内科医院 ☎(22)3770	菅原病院 ☎(25)1171
9月27日☉	鈴木医院 ☎(22)2630	公立長生病院 ☎(34)2121

※都合により、変更する場合があります。救急患者が優先となります。
消防本部 ☎(24)0119、☎(25)8448へ問合せください。