

第62回 茂原七夕まつり

「LOVE～君と僕の夢物語～」

7月29日(金)～31日(日)

- 29日(金)**
- ◆高師保育園鼓笛隊演奏 14時30分～/フェスタ21会場
 - ◆オープニングセレモニー 15時40分～/フェスタ21会場
 - ◆芸人・ものまね・お笑いLIVE2016/観光大使とみんなでバルーンリリース 17時15分～/フェスタ21会場

- 30日(土)**
- ◆朝日の森保育所鼓笛隊パレード 10時15分～/大和屋旅館脇～商工会議所脇(商工会議所脇道路停止演奏)
 - ◆萩原小・西小・茂原小鼓笛隊パレード 10時15分～/茂原駅前郵便局～駅前通り～榎町～昌平町～市役所
 - ◆アップル幼稚園鼓笛隊演奏 10時10分～/フェスタ21会場
 - ◆郷土芸能発表会 15時50分～/商工会議所脇道路
 - ◆もばら阿波おどり 17時30分～/サンシティ町保商店会周辺
 - ◆鯛ちょうちん行列 19時30分～/市役所～昌平町～銀座通り～八坂神社

- 31日(日)**
- ◆子ども神輿パレード 10時～/茂原小～駅前通り～駅前～駅前通り～榎町～商工会議所脇～榎町～茂原小
 - ◆YOSAKOI鳴子おどり 10時45分～/市民会館、昌平町、商工会議所脇
 - ◆七夕おどりパレード 16時～/市役所～昌平町～榎町～商工会議所脇～昌平町～市役所
 - ◆フィナーレ 19時30分～/フェスタ21会場

※時間などが予告なく変更になる場合があります。

★ 天の川キャンドルナイト ★
29日(金)～31日(日)
中央公民館脇の豊田川(愛称:天の川)★

七夕神社
29日(金)～31日(日)
フェスタ21会場前

交通規制図



- 主な内容**
- ◆医療費の窓口負担額および入院時の食事療養費が一定額にとどめられます(P2)
 - ◆平成29年度茂原市職員を募集します(P3)
 - ◆児童扶養手当現況届を忘れずに!(P4)

今月の日曜開庁	7月24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。

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。





材料/2人分

- じゃがいも … 大1個 (140g程度)
- 牛乳…………… 160cc
- 塩 …………… 少々
- すし酢…………… 小さじ1弱
- きゅうり …………… 1/4本
- にんじん …………… 1/5本

【ミルクポテトサラダ】

作り方

- ①じゃがいもは皮をむいて2cm程度の角切りにし、表面をさっと洗う。きゅうりは輪切り、にんじんはいちょう切りにしてさっと茹でておく。
- ②鍋にじゃがいもと牛乳を入れて落とし蓋をし、中火でふつふつと煮立てながら約15分煮る。
- ③落とし蓋を取り、強火にして木べらで底を混ぜながら、ポテッとまで水分をとばし、最後に塩で味を調える。
- ④③が熱いうちにすし酢を加えて和える。
- ⑤きゅうり、にんじんを④に加え、混ぜ合わせてできあがり。

ひとこと

牛乳のコクとかくし味のすし酢で薄味でもおいしく食べられます。

(1人分) エネルギー161kcal たんぱく質5.4g 脂質4.0g カルシウム99mg 鉄0.3mg 塩分0.4g

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
大島 晶子さん
(五郷支部)

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	7月30日⊕ 赤ちゃんが生まれるまで編 ----- 8月19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円要
BCG 予防接種	①8月 9日⊕ ②9月13日⊕	13時30分～14時20分	①平成28年2月生 ②平成28年3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 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》
7月17日Ⓜ	鈴木 医院 ☎22-2630	塩田 記念 病院 ☎35-0099
7月18日Ⓜ	宮山 医院 ☎22-4873	穴倉 病院 ☎24-2171
7月24日Ⓜ	東部 台 医院 ☎22-2455	公立長生 病院 ☎34-2121
7月31日Ⓜ	粒良 医院 ☎25-8580	三枝 医院 ☎25-2203

※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