

笑顔、咲く



YOSAKOI夏の陣・千葉県知事賞「葵」

主な内容

- ◆第62回 茂原七夕まつり(P2~3)
- ◆第37回九都県市合同防災訓練(千葉県会場)を実施(P4)
- ◆茂原七夕まつり 大相撲 しころやま 鋸山部屋ふれあい相撲(P5)
- ◆「出会いの広場」えん 縁ジョイ スポーツ (P6)

今月の 日曜開庁	8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
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。



第62回茂原七夕まつり



掲載写真のモデルになっていただいた方へ、写真を差し上げます。  
お問い合わせは、秘書広報課（3階）☎(20)1512、FAX(20)1601へ。



## 受賞おめでとうございます

### ◆装飾コンクール

特選一席 = (株)茶太閣白井  
特選二席 = (株)ジャパンディスプレイ、(有)みづほ、千葉石油(株)  
特選三席 = ガス連 (関東天然瓦斯開発(株)・大多喜ガス(株))、  
東洋ケミカルエンジニアリング(株)、花の店ロバーニ、町保保育所、  
長生共楽園、(有)杉井酒店

### ◆もばら阿波おどり

知事賞・茂原市長賞 = ガス連  
茂原商工会議所会頭賞 = 双葉連  
千葉県議会議員賞 = 三井化学連

### ◆YOSAKOI夏の陣

YOSAKOI夏の陣大賞・千葉県知事賞 = 葵  
よさこい夏の陣大賞・高知県知事賞 = よさこい柏紅塾  
茂原七夕まつりよさこい賞・茂原市長賞 = 礼神伝SHALL 稲毛 with 響ジャパン

8月27日(土) 9時～12時30分

# 第37回 九都県市合同防災訓練

## (千葉県会場)を実施

九都県市では、各会場において、防災意識の高揚と防災行動力の向上等を目的とした実践的な訓練を毎年実施しています。本年度は、茂原市において「第37回九都県市合同防災訓練(千葉県会場)」を実施します。

当日は、防災関係機関の大

型車両やヘリコプターを用いた大規模な訓練のほか、炊き出しや保存用ビスケット等の配布も行います。ぜひ、ご来場ください。

※九都県市＝埼玉県、千葉

県、東京都、神奈川県、横浜市、川崎市、千葉市、さいたま市、相模原市

◆日時＝8月27日(土)

9時～12時30分(小雨決行)

◆場所＝富士見公園

(茂原市東郷2078)

### 訓練内容

第1部 実働訓練

◆情報収集訓練

(9時10分～9時30分)

・消防団および偵察部隊による情報収集活動。



◆道路啓開訓練

(9時35分～9時55分)

・県土整備作業部隊、交通規制作業隊による交通規制作業およびレッカー作業。

◆救出救助訓練

(10時～10時35分)

・警察、消防、自衛隊、災害救助犬等による各種救助活動。

◆医療救護訓練

(10時35分～10時55分)

・医師団によるトリアージおよび消防団による被災者搬送活動。

※トリアージとは、重症度によって治療する順番を決定すること。



◆生活支援訓練

(11時10分～11時30分)

・ガス、水道の応急復旧訓練および輸送トラックによる救援物資輸送活動。

第2部 避難所運営訓練

(11時30分～12時30分)

・仮定の避難所を設置し、居住スペースや仮設トイレ等を展示することにより避難所の疑似体験と避難所運営のあり方等を見学。



◆車両通行止め

訓練に伴い、リハーサル日の8月25日(木)と訓練当日に車両通行止めとなります。

区間①

・8月25日(木)12時～15時30分までの3時間30分

・8月27日(土)9時～12時30分までの3時間30分

区間②

・8月25日(木)12時～15時30分までの間に約10分程を3回(ヘリコプター離発着時)

・8月27日(土)9時～12時30分までの間に約10分程を3回(ヘリコプター離発着時)

大型車両の通行およびヘリコプターの騒音等によりご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

お問い合わせは、

総務課防災対策室(4階)

TEL 2015119、FAX 2016002へ。

# 災害発生時の心得

（むやみに移動を開始せず、落ち着いた行動を）

大規模な災害が発生すると、公共交通機関が運行を停止し、帰宅が困難になることが予想されます。

多くの人が一斉に帰宅を始めると、火災や建物からの落下物などにより負傷する恐れがあり危険であるほか、救助・救急活動の妨げとなります。

- ◆むやみに移動を開始しない
- 身の安全を確保し、職場や集客施設等の安全な場所にとどまろう。
- 災害用伝言サービスにより、家族の安否などを確かめよう。
- 交通情報や被害情報などを入手しよう。

## ◆日ごろから準備しておきたいこと

- 携帯ラジオや地図を持ち歩こう。
- スニーカーや懐中電灯、手袋、飲料水や食料などを用意しよう。

○家族などと安否確認の方法、集合場所、帰宅経路の状況を確認しておこう。

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



市では、災害時に防災行政無線により緊急避難情報である「避難勧告」と「避難指示」を発令する際に、より確実な伝達をするため、サイレン音を組み合わせて放送することとしています。  
このサイレン音を周知する

ため、9月1日(木)に訓練放送を行います。ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

### 【放送内容】

サイレン10秒↓4秒休止↓サイレン10秒↓4秒休止  
訓練、訓練、避難勧告発令。  
※これは訓練です。

### ※

以上で訓練放送を終了しました。ご協力ありがとうございました。

### 防災行政無線の点検を実施

市内に設置してある防災行政無線（屋外子局）の一斉点検を行います。

- ◆点検期間 9月5日(月)～20日(火)
- ◆点検時間 8時30分～17時

※点検時間中は、試験音や試験放送が流れることもあります。ご理解とご協力をお願いいたします。

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

## 茂原七夕まつり

# 大相撲 鋸山部屋ふれあい相撲

茂原市体育協会主催により、鋸山親方(大相撲元関脇 寺尾)と立田川親方(元小結 豊真将)の鋸山部屋を招き、力士と交流を図るイベント「茂原七夕まつり大相撲 鋸山部屋ふれあい相撲」を開催します。茂原市出身の力士千賀ノ浦部屋の石井も参加します。ぜひご来場ください！

- ◆日時 8月23日(土)10時30分から(14時終了予定)  
※雨天時は体育館内にて実施
- ◆場所 市民体育館相撲場
- ◆対象 子どもから大人まで
- ◆費用 無料（事前申込不要）

- ◆イベント内容
  - ・公開稽古
  - ・力士が作るちゃんこ鍋の振る舞い
  - ・力士に挑戦
  - ・髷結いの実演
  - ・相撲甚句、太鼓の披露
  - ・記念撮影会、サイン会など



▲市民体育館 相撲場

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

# あなたの夢を 茂原でかたちにしませんか！ 茂原創業塾を開催

茂原商工会議所では、「創業したいと考えている方」、「アイデアはあるが、なかなか創業に結びつかない方」などを対象に、基礎知識から学ぶ「茂原創業塾」を開催します。専門の講師が、創業のいろはを丁寧に教えます。ぜひこの機会に、創業について学んでみませんか？

期 日	テーマ
9月16日(金)	「創業の心構えとは」
9月30日(金)	「事業コンセプトを考える」
10月 3日(日)	「マーケティングとは何か」
10月11日(火)	「創業者が行う営業のツボとコツ」
10月21日(金)	「販路開拓手法 IT活用した販売促進」
10月28日(金)	「創業する時に必要な手続きや知識」「人材の有効活用」
10月31日(日)	「事業を継続させるための数値感覚」
11月 7日(日)	「融資を得るための数値計画の考え方」
11月26日(土)	「事業計画発表とコメント、ディスカッション」 「創業者が活用できる補助金・助成金を最大限活用する」

## 【時間】

18時～21時

(11月26日(土)のみ10時～17時)

## 【場所】

茂原商工会議所(茂原443)

## 【対象】

創業を目指す方、創業予定者、後継者、経営力をつけたいと考えている方等

## 【定員】

30人

## 【費用】

三千円(税込)

## 【講師】

(株)エイチ・エーエル講師

## 【その他】

本創業セミナーは、茂原市特定創業支援事業に指定されており、全講義の8割以上受講された場合、茂原市より証明書が発行され、登録免許税

の減免や、融資においても優遇措置を受けることができます。※詳しくは、商工観光課(6階) ☎(20)1528までお問い合わせください。

## 【申込方法】

申込書に必要事項をご記入の上FAX、または茂原商工会議所ホームページにて受付。

お申し込み・お問い合わせは、茂原商工会議所

☎(22)3361、FAX(23)7895へ。

## 「出会いの広場」

## えん 縁ジョイ スポーツ

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、スポーツを通じて素敵な出会いをしてみませんか！

日 時 10月16日(日) 9時出発、17時終了予定

会 場 九十九里浜、市役所市民室

※中央公民館に集合し、市バスで移動します

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)

イベント内容 ウォーキングおよびタッチバレーボール

※詳細は生活課ウェブページに掲載。

参加費 男性4,000円、女性3,000円(当日集金)

申込締切 9月16日(金)(郵送の場合は必着)

申込方法 生活課にある参加申込書に必要事項をご記入の上、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ウェブページでもダウンロード可。

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

## 城西国際大学公開講座(後期)

城西国際大学では、次のテーマで公開講座を行います。

◆テーマ 「第一次世界大戦とは何だったのか～100年後から考える～」

第1回 9月10日(日)

「第一次世界大戦と日本

～ハプスブルク帝国捕虜の問題～」

第2回 10月8日(日)

「第一次世界大戦の謎

～『第一次世界大戦』を上梓して～」

第3回 10月22日(日)

「民間国際活動の転換点としての第一次世界大戦」

### 【全3回共通】

時 間 14時～15時30分(受付13時30分～)

受 講 料 無料

講 師 城西国際大学国際人文学部国際交流学科 特任教授・教授・准教授

会 場 市役所102会議室

申込方法 電話受付

お問い合わせは、生涯学習課(9階)  
☎(20)1559、FAX(20)1607、  
城西国際大学学務課 ☎0475(55)8857へ。

## お知らせ

忘れずに納付しましょう!

市県民税(第2期)と国民健康保険税(第2期)の納期限は8月31日(金)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、納め忘れない安心で確実な口座振替をお勧めします。

固収税課(2階)

☎(20)1578、FAX(20)1609

**60歳以後も国民年金に加入できます**

国民年金の加入は60歳になるまでです。ただし、それまでに保険料を納めていない期間があり、年金が受けられない、あるいは受給額が少ないという方は、65歳になるまで加入することができます。

また、昭和40年4月1日以前に生まれた方で、65歳まで加入しても年金を受給できない場合は70歳になるまで加入できます。

加入をご希望の場合は、国民年金課へご相談ください。ただし、保険料の未納がなく、満額の老齢基礎年金が受けられる方は加入できません。

《持参するもの》

- ・年金番号のわかるもの
- ・通帳など口座番号のわかるもの(口座振替納付が原則)
- ・金融機関届出印

固国保年金課(2階)

☎(20)1503、FAX(20)1600

## 選挙人名簿の縦覧

選挙管理委員会では、9月2日に登録する選挙人名簿および同日までに登録する在外選挙人名簿の縦覧を行います。縦覧期間は9月3日(土)～7日(水)縦覧場所は選挙管理委員会

固選挙管理委員会(6階)

☎(20)1529、FAX(20)1604

## 平成29年茂原市成人式

市では、新たに成人の仲間入りをする方々の門出を祝う成人式を開催します。

平成29年1月8日(日)10時

30分～11時30分(受付9時45分～10時15分)場所は市民会館/対象は平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ ※市外に転出された方も出席できます。

固生涯学習課(9階)

☎(20)1559、FAX(20)1607

## 9月10日は世界自殺予防デー

市では、自殺や精神疾患についての正しい知識や、自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいたときの対応方法について、出前講座を実施していきます。自殺予防週間を通じて、自身、または周りの身近な人の「自殺予防」について、考えてみませんか。



固健康管理課(2階)

☎(20)1574、FAX(20)1600

## 募集

健康生活推進員さんの「健口(康)づくり料理教室」

9月16日(金)9時30分～13時30分(受付9時15分)対

## 能・狂言鑑賞会

10月5日(水)13時～/演目「能「野宮」、狂言「合柿」/出演者「観世流」梅若万三郎 大蔵流「茂山正邦」公演前に、11時から1時間程度、能・狂言についてのワークショップあり/行き先「国立能楽堂(渋谷区千駄ヶ谷)/集合場所・時間「中央公民館前8時30分出发、17時帰着予定/定員」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」4500円(協正面席・昼食付)/申込締切「8月26日(金)/応募方法」往復はがきに氏名・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人申し込む場合は必ず2人の氏名、住所などを明記。抽選の結果、ご希望にそえない場合あり)/申込先「〒297-8511茂原市道表1番地 生涯学習課「能・狂言鑑賞会」。

象・定員は市内在住者・25人(先着順)/費用は500円/講話はライフステージに合わせた口の健康づくり/調理はサフランピラフ、豆腐ハンバーグ、おおかあえ、ミネストローネ、カルピスシャーベット/場所は保健センター2階/持ち物「エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具/募集締切りは9月9日(金)/主催は茂原市健康生活推進委員会・本納支部

固保健センター

☎(25)1725、FAX(25)1865

## 自衛官を募集しています

募集種目①防衛大学校学生(推薦・総合選抜・一般前期・一般後期)②防衛医科大学校学生(医学科・看護学科)/応募資格①②高卒(見込含)21歳未満/受付開始日「9月5日(日)(防衛大学校一般後期は平成29年1月21日(土)/試験期日および合格発表は要問合せ/入(着校)隊は平成29年4月上旬

固自衛隊茂原地域事務所

☎(25)0452

固生涯学習課(9階)

☎(20)1559、FAX(20)1607



## 中央公民館

☎(22)5072 FAX(24)0008  
ⓧ年末年始

### ▼パソコン教室

(ワード・エクセルの授業)

9月26日ⓧ9時～16時／対象＝一般／  
定員＝15人／費用＝無料／条件＝パ  
ソコンを学びたい方でローマ字入力  
のできる方、ワード・エクセルのソフト  
の入っているノートパソコンを各自用  
意できる方。昼食は各自用意してくだ  
さい／申込方法＝8月16日ⓧ～9月9  
日ⓧ(土・日も受付可)中央公民館窓  
口へ

※電話・ファックスでの申し込みはで  
きません。

## 鶴枝公民館

☎(25)1834 FAX(26)2220  
ⓧ年末年始

### ▼親子で「リトミック」教室

9月29日ⓧ10時～11時／内容＝体  
を使ったリズム遊びを中心に大型絵本  
の読み聞かせ／対象＝市内在住の1歳～  
3歳程度までで、歩くことができるお  
子さん(当日、保護者が必ず一緒に  
いる事ができる方)／定員15組(30  
人)／費用＝無料／持ち物＝上履き／  
申込方法＝8月15日ⓧ8時30分～直接  
鶴枝公民館へ電話(先着順・夜間不  
可)

※「リトミック」とは音楽を基に体  
を使い、自由な表現力などを高める運  
動です。

## 図書館

☎(23)6151 FAX(25)6136  
ⓧ9月30日ⓧ(館内整理日)・年末年始

### ▼おはなし会(3歳以上)

8月27日ⓧ、9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)

8月20日ⓧ14時～14時30分  
「おれたちともだち」

### ▼赤ちゃんといっしょのおはなし会

8月16日ⓧ第1部10時30分～11時、  
第2部11時30分～12時

※サンヴェルビル入口にブックポ  
ストを設置しましたので閉館時の本の  
返却にご利用ください。利用時間＝  
19時～翌10時まで

# 第65回茂原市文化祭参加者および出品者募集

### ◆文化祭美術展

11月2日ⓧ～13日ⓧ／内容＝日本画・洋画・書道・彫  
刻・草木染・陶芸・押し花・ちぎり絵・版画・トールペ  
イント等／場所＝美術館・郷土資料館／申込期限＝「出  
品申込書・預り証」に記入の上、10月23日ⓧまでに提  
出。※出品規定・搬入などについては、美術館・郷土資  
料館までお問い合わせください／問合先＝美術館・郷土  
資料館 ☎(26)2131

### ◆もばら手作り作品展

11月1日ⓧ～3日ⓧ／場所＝総合市民センター／出品規  
定＝和洋裁・手編み・クラフト手芸などの自作品／申込  
期限＝9月9日ⓧ／備考＝出品者の事前会議を9月15日ⓧ  
16時から市役所9階901会議室で行います。(代表者ま  
たは代理人が必ず出席してください)／申込・問合先＝  
生涯学習課 ☎(20)1559

### ◆民謡舞踊芸能祭

11月3日ⓧ10時～17時／場所＝茂原市民会館／対象＝  
民謡・舞踊・大正琴・カラオケ・ダンス各種の団体(個  
人不可)／参加費＝4,000円／出演時間＝5分以内(入退  
場含む)／申込方法＝生涯学習課・各公民館・各福祉セ  
ンター・東部台文化会館に備え付けの申込用紙に必要  
事項をご記入の上、生涯学習課へ提出／申込期限＝9月  
5日ⓧ必着／備考＝出演者の事前会議を9月16日ⓧ14時  
30分から中央公民館で行います。(代表者または代理人  
が必ず出席してください)／申込・問合先＝生涯学習課  
☎(20)1559

### ◆俳句大会

11月2日ⓧ10時～16時／場所＝総合市民センター2階  
研修室1/兼題＝「暮の秋」「柚子」／投句方法＝作品(各  
題1句ずつ)のほか、住所・氏名・電話番号を明記し  
投句料として1,000円の小為替(切手不可)を同封のこ  
と／申込期限＝9月9日ⓧ必着／申込先＝〒297-8511茂  
原市道表1番地 生涯学習課俳句大会係 ☎(20)1559

### ◆第25回洋舞フェスティバル

11月6日ⓧ12時30分～17時／場所＝茂原市民会館／内  
容＝バレエ、ヒップホップ、ジャズダンスなどダンス全  
般を発表できる団体で参加希望の団体は、9月18日ⓧま  
でにご連絡ください／備考＝出演者の事前会議を9月25  
日ⓧ14時から中央公民館にて行います。(代表者または  
代理人が必ず出席してください)／申込・問合先＝茂原  
市洋舞協会事務局 飯塚裕美 ☎080(5478)9348

### ◆音楽の広場

11月6日ⓧ13時～16時30分／場所＝東部台文化会館／  
内容＝クラシックまたはこれに準じる曲、あるいは編  
曲されたもの／申込方法＝生涯学習課・各公民館・各福  
祉センター・東部台文化会館に備え付けの申込用紙に  
必要事項をご記入の上、茂原市音楽協会へ申し込み／申  
込期限＝8月31日ⓧ必着／備考＝出演者の事前会議を9  
月10日ⓧ13時から東部台文化会館で行います。(代表  
者または代理人が必ず出席してください)／申込・問  
合先＝茂原市音楽協会 館 新子(早野1479-3) ☎  
090(9830)0584

※時間は都合により変更になる場合があります。

皆さんの投票をよろしくお願ひします!!!

■投票方法の詳細は、<http://www.yurugp.jp/vote/method.php>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  
 ⑩10月13日⑩  
 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9月末日まで	9月1日⑩ 9時～
体育センター	平成28年12月27日まで	9月2日⑩ 9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。

### ◆名作映画を大画面で！

～9月9日⑩・10日⑩は戦後の名画大特集～ 監督/木下恵介

9月9日⑩

10時30分～12時2分

「野菊の如き君なりき」

13時～15時35分「二十四の瞳」

9月10日⑩

10時～12時39分

「喜びも悲しみも幾年月」

13時30分～14時56分

「カルメン故郷に帰る」

15時30分～18時5分「二十四の瞳」

入場料＝1作品前売300円(当日400円)、1日券前売500円(当日700円)／チケット取り扱い＝東部台文化会館(毎日)、生涯学習課(平日のみ)、本納公民館(平日のみ) 9時～17時



### ◆東部台文化会館主催教室の募集

▼「こどもフラワー教室」～おじいちゃん・おばあちゃんに花束(アレンジフラワー)を～

9月18日⑩13時～15時／講師＝音頭 淳子氏／対象＝5歳～中学生／定員＝24人(申込順)／費用＝500円／受付＝8月18日⑩9時～

### ▼郷土の歴史文化講座～古文書調査からの発見～

10月8日⑩13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／受付＝8月16日⑩9時～(電話申込可)

## 美術館・郷土資料館

☎(26)2131 FAX(26)2132  
 ⑩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。

### ◆美術収藏品展

▼「海辺の風景画展」

～8月21日⑩

当館収藏品から、海辺を描いた風景画をピックアップした展覧会。茂原市出身の洋画家石井伝三をはじめ、計7作家の22点を展示。

▼「日本画と書」

8月25日⑩～10月30日⑩

日展で活躍する日本画家の作品、花房雲山の書など計11作家の25点を展示。



▲石井公男「谷川岳」  
第30回日春展 日春賞

### ◆共催展示

▼茂原市書道協会展

～8月20日⑩

最終日は16時まで。

▼G.クローバー展(洋画)

8月22日⑩～28日⑩

初日は9時から、最終日は15時まで。

▼押花コスモス会 押花絵画展

9月3日⑩～12日⑩

初日は9時から、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⑩

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

▼歴史セミナー「江戸の離婚と縁切寺」

10月5日⑩13時30分～15時30分／

講師＝県文書館 實形裕介氏／対象＝一般／定員＝30人／受付＝8月15日⑩～電話受付(先着順)

### ◆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)

▼ヒロシマ・ナガサキ原爆写真ポスター展

～8月21日⑩

原爆写真・ポスターの展示、ビデオ上映、戦争当時の資料展示

⑩企画政策課(4階)

☎(20)1516、FAX(20)1603へ。

▼教育委員会所蔵 文化祭市長賞歴代作品展 小中学校絵画・書道

8月27日⑩～10月11日⑩

平成25年度を除く、平成7年度～27年度の20年間分を展示

## 本納公民館

☎(34)2349 FAX(34)2302  
 ⑩年末年始・臨時休館

### ▼新治田舎寿司教室

9月27日、10月25日、11月22日(火曜日、全3回) 13時30分～16時30分／内容＝様々な太巻き寿司の作り方を学ぶ／対象＝一般／定員＝15人／費用＝3,000円(材料費) ※初回時に徴収

### ▼折り紙教室

9月29日・10月13日、27日・11月10日・24日、12月8日(木曜日、全6回) 10時～12時／内容＝折り紙の基本から学ぶ／対象＝一般／定員＝20人／費用＝無料(折り紙代は自己負担)

申込期間＝8月16日⑩～31日⑩(土・日も受付可)

※電話・ファックスでの申し込みはできません。申込多数の場合は受付終了後、抽選となります。





### ▼ゲートボール競技

10月17日㊤ (予備日10月19日㊤) / 場所=富士見公園 / 種別=一般 (未経験者歓迎※用具も貸出します) / 申込締切=9月16日㊤ / 岡向田090(4547)9517

### ▼グラウンド・ゴルフ競技

10月1日㊤ (予備日10月8日㊤) / 場所=富士見公園 / 種別=一般 / 参加費=茂原市グラウンド・ゴルフ協会 会員500円、一般1,000円 / 申込締切=8月31日㊤ / 岡一般参加者は篠田090(8036)5715、協会会員は上野090(4841)6236

### ▼ボールルームダンス競技

11月6日㊤ / 場所=市民体育館 / 種別=単科戦、アマ2種目・チャンピオン戦など28種目 (女性同士カップル、120才までなど種目により条件あり。服装自由) / 参加費=1人2,000円 (いくつ出ても可) / 申込締切=10月15日㊤ / 岡石塚(24)4581

## 市民体育館

☎(23)2811 FAX(25)9351  
㊤原則として年末年始

### ◆主催教室

#### ▼ヨーガ教室

9月9日㊤~11月11日㊤10時~11時30分 (金曜日全10回) / 対象=市内在住者 (一般) / 定員=100人 / 費用=500円 / 受付=8月26日㊤9時~9時15分 (お子様連れでの参加はご遠慮ください) ※受付は1人につき1名まで。応募者多数の場合は抽選

## 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

### ◆大多喜ガス共催料理教室

#### ▼イタリア料理教室

10月4日、11月8日、12月6日 (火曜日、全3回) 9時~12時 / 講師=ペッシェ・アズーロ・青い魚 池田征弘氏 / 対象=市内在住者 / 定員=20人 / 費用=3,000円 (材料費)

#### ▼お菓子作り教室

10月18日、11月29日、12月20日 (火曜日、全3回) 13時30分~15時30分 / 講師=カレンズ 永野幸子氏 / 対象=市内在住者 / 定員=16人 / 費用=3,000円 (材料費)

※上記2つの教室の受付は、8月16日㊤9時~仮設事務所2階窓口 (旧図書館。八千代2-9) に費用を添えてお申し込みください。申し込みは本人のみ、定員になり次第締め切り。

#### ▼クラフト教室

10月~平成29年3月 (月1回土曜日・全6回) 10時~11時30分 / 内容=色々な素材を使って簡単工作を楽しむ / 対象=市内小学生 / 定員=15人 / 費用=800円 (材料費・保険料) / 受付=8月18日㊤9時~仮設事務所2階窓口 (旧図書館。八千代2-9) に費用を添えてお申し込みください。定員になり次第締め切り。

※9月16日㊤にて仮設事務所を閉じ、9月20日㊤より、総合市民センター (町保13-20) にて業務を再開します。

## 東郷福祉センター

☎(25)5882 FAX(25)5871  
㊤原則として祝日および年末年始

### ◆大多喜ガス共催料理教室

#### ▼お菓子作り教室

9月27日㊤9時30分~13時 / 内容=一つの生地からアレンジいろいろパン (かんたん肉まん、あんぱん他) / 対象=市内在住者 / 定員=16人 (先着順) / 費用=700円 / 受付=8月23日㊤9時~費用を添えてお申し込みください。

## 豊田福祉センター

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

### ◆大多喜ガス共催料理教室

#### ▼Trick or Treat!!

#### ♪ハロウィンお菓子作り教室

9月30日㊤9時~13時 / 内容=パンキンパイ、ラスク作り / 対象=市内在住者 / 定員=12人 (先着順) / 費用=1,000円 / 受付=8月30日㊤8時30分~費用を添えてお申し込みください。

## 二宮福祉センター

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

### ◆大多喜ガス共催料理教室

#### ▼おいしい点心を作ろう

9月11日㊤9時30分~12時30分 / 内容=中華焼まんじゅう他 / 対象=市内在住者 / 定員=16人 (先着順) / 費用=800円 / 受付=8月20日㊤9時~

#### ▼シャンティヨーガ教室

10月4日・11日・25日、11月1日 (火曜日、全4回) 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、調和の意味 / 対象=市内在住者 / 定員=18人 / 費用=無料 / 受付=9月17日㊤9時~。申し込みは1人分のみ、定員を超えた場合は、9時30分~抽選

笑っているパパでしよう! 「育児パパおとこ塾」受講者募集!

## 第1回「こころのイクメン講座」

妊娠・子育て期をワクワクしながら、楽しく過ごしませんか?

日時 9月10日㊤9時30分~12時 (受付9時15分~)  
場所 保健センター  
内容 赤ちゃんのこころの情緒発達について&パパの手によるベビーマッサージ  
講師 心理相談員・保育士 安藤真喜子氏  
ベビーマッサージ指導員・助産師 鶴森 裕子氏  
対象 市内在住の子育て中のパパと赤ちゃん  
※ご夫婦・ご家族での参加も大歓迎  
定員 25組  
費用 無料  
持ち物 筆記用具、バスタオル1枚、レジャーシート (おむつ替えシートで可)



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

## 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。

☎(23)2811、FAX(25)9351

### ◆主催教室

#### ▼Let's エンジョイウォーキング

9月25日⑧8時30分市民体育館集合、17時解散予定／行き先=成田山方面(成田市)／予定歩行距離=約10km／対象=市内在住者／定員=31人(先着順)／参加費=800円(昼食持参)／受付=9月10日⑨9時から市民体育館にて／態度決定=7時30分  
※確認先=市民体育館(23)2811／使用交通=市バス  
※1人で複数の申し込みはできません。



#### ◆第65回市民体育祭参加者を募集

参加の申し込みは、締切日までに体育課、市民体育館(☎(23)2811)または各競技部門の連絡先へ。

#### ▼陸上競技

9月24日⑨／場所=茂原高校陸上競技場／種別=35歳以上、高校・一般、中学生、小学生／申込締切=9月16日⑨／☎石塚(22)2320(茂原中学校内)

#### ▼軟式野球競技

10月9日⑨、10日⑨／場所=市営球場、長生の森野球場／種別=一般男子(高校生・大学生不可)／参加費=1チーム5,000円／申込締切=8月27日⑨／☎山口090(2319)2551

#### ▼ソフトテニス競技

中学生=10月9日⑨(予備日10月10日⑨)、一般・シニア=10月10日⑨(予備日10月15日⑨)、／場所=長生の森公園テニスコート(予備日は市営コート)／種別=一般、シニア、中学生／参加費=中学生無料、一般・シニア1ペア1,000円／申込締切=9月23日⑨／☎関谷(24)7255

#### ▼卓球競技

11月26日⑨／場所=市民体育館／種別=一般、壮年、中学生、小学生／申込締切=一般・壮年は当日会場受付、中学生以下は10月31日⑨／☎西谷(44)0019(睦沢中学校内)

#### ▼バスケットボール競技

10月9日⑨、10日⑨／場所=市民体育館／種別=一般男子・女子／参加費=1チーム3,000円／申込締切=9月21日⑨／☎露崎090(4231)4873

#### ▼バレーボール競技

一般女子=9月17日⑨、中学生女子=9月24日⑨、男女混合=9月18日⑨／場所=市民体育館(一般女子、男女混合)、早野中学校(中学生女子)／種別=一般女子・中学生女子・男女混合／申込締切=一般女子9月4日⑨、中学生女子8月31日⑨、男女混合8月31日⑨／☎一般女子 石川(26)1199、中学生女子 舩永(25)0951(早野中学校内)、男女混合 山崎090(2557)8521

#### ▼剣道競技

10月16日⑨／場所=市民体育館／種別=中学生、小学生／申込締切=9月23日⑨／☎橋本(25)3280



#### ▼柔道競技

10月1日⑨／場所=市民体育館／種別=一般・高校生、中学生、小学生、未就学児／申込締切=9月9日⑨／☎川畑(34)3211(茂原北陵高校内)

#### ▼空手道競技

11月6日⑨／場所=市民体育館／種別=一般、高校生、中学生、小学生、幼年／参加費=選手1人1,000円(幼児500円)、団体1チーム1,000円／申込締切=9月15日⑨／☎渡辺090(7762)4137

#### ▼サッカー競技

10月1日⑨／場所=長生郡市温水センタースポーツ運動広場／種別=小学生／申込締切=8月31日⑨／☎高仲(34)3234

#### ▼バドミントン競技

10月23日⑨／場所=市民体育館／種別=中学生以上／参加費=1組1,500円(中学生無料)／協会登録料=1人年間500円(中学生無料)／申込締切=10月10日⑨／☎本田(42)1159

#### ▼クレ射撃競技

10月1日⑨／場所=京葉射撃場／種別=トラップ、スキート／申込締切=9月20日⑨／☎石川090(3540)3395

#### ▼テニス競技

9月25日⑨、10月2日⑨、16日⑨、23日⑨／場所=長生の森公園テニスコート／種別=男子ダブルス、女子ダブルス、男子シニアダブルス※本年度より各種別自己申告によるクラス分け(A・Bクラス)／参加資格=オープン(ただし男子シニアは、ペア共に55歳以上となる方)／参加費=高校生以下・テニス協会加盟クラブ員のペア1組2,500円、片方が高校生以下またはテニス協会加盟クラブ員のペア1組3,000円、その他のペア1組3,500円／申込締切=8月31日⑨／申込方法等詳細は、茂原市テニス協会HP(<http://www.ne.jp/asahi/mobara/tennis/>)をご確認ください／☎横塚080(6639)7063

#### ▼ゴルフ競技

11月17日⑨／場所=ムーンレイクGC茂原コース／参加費=3,500円(当日支払)／プレー費=自己負担7,700円／種別=一般男女、シニア、グランドシニア／競技方法=新ペリア方式による18ホールストロークプレー／参加資格=市内在住在勤または茂原市出身のアマチュア(学生・生徒を除く)／申込締切=10月28日⑨までに大会会場または協会役員へ／☎ムーンレイクゴルフクラブ(26)5500、FAX(26)5152

#### ▼山岳競技

10月22日⑨~23日⑨／場所=三国山~大源太山(新潟県)／参加資格=茂原市に在住在勤および在学している小学生以上の者で、2,000m級の登山に耐えられる健康な者／参加費=中学生以上11,000円、小学生6,000円(当日集金)／交通=観光バス／募集人員=40人(先着順)／集合場所=市民会館駐車場／集合日時=10月22日⑨17時30分／☎新井080(5470)5493

#### ▼ライフル射撃競技

10月8日⑨／場所=茂原樟陽高校射撃場／種別=エアライフル、ビームライフル／申込方法=当日、競技場にて／☎大野(34)4613



材料/2人分

- 芽ひじき(乾燥).....8g
- 砂糖.....小さじ2
- みりん.....小さじ1強
- しょうゆ.....小さじ2弱
- にんじん.....50g
- きゅうり.....40g
- ロースハム.....20g
- サラダ油.....小さじ1強
- 酢.....大さじ1弱
- 塩.....少々

【ひじきのマリネ】

作り方

- ① 芽ひじきを水で戻す。
- ② 戻した芽ひじきを砂糖・しょうゆ・みりんできちんと煮て、冷ましておく。
- ③ にんじん・きゅうり・ハムは3cm長さの千切りにする。にんじんはさっと茹でる。
- ④ サラダ油・酢・塩をよく混ぜ、食べる直前に②と③を加え、和える。

ひとこと

鉄分豊富なひじきを使ったマリネです。副菜としてさっぱり食べられますし、中華麺や素麺などのトッピングで変わり冷やし麺として夏にぴったりのメニューになります。ぜひお試しください。

(1人分) エネルギー90kcal たんぱく質3.0g 脂質3.9g カルシウム86mg 鉄3.0mg 塩分1.0g

推進員さん  
おすすめ

今夜の  
おかず



健康生活推進員  
渡邊 美雪さん  
(高師支部)

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。

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	① 8月19日(金) 歯っぴークッキング編 ② 9月3日(土) 赤ちゃんが生まれてから編 受付時間=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	9月28日(水) 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	① 9月1日(水) 子育て編 「みんなで話そう」生後1~2カ月の赤ちゃん和妈妈 ② 9月9日(金) 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 受付時間=9時50分~10時		① 平成28年6・7 月生のお子さま および母親 ② 平成27年11・ 12月生のお子 さまおよび母親	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	① 9月13日(水) ② 10月11日(水)	13時30分~14時20分	①平成28年3月生 ②平成28年4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》
8月21日(日)	山之内病院 ☎25-1131	宍倉病院 ☎24-2171
8月28日(日)	ポプラクリニック ☎23-3111	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