



年末年始の業務案内



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

○戸籍の届出など

婚姻・出生・死亡届などの受け付け、埋・火葬許可証の発行は、休み期間中でも行います。

〒市民課 (2階) ☎(20) 1502 FAX(20) 1600

○モバス (市民バス)・ふれあい (デマンド交通)

12月29日(水)～1月3日(月)まで運休です。ご利用の際は、ご注意ください。

〒都市計画課 (8階) ☎(20) 1546 FAX(20) 1606

○茂原市自転車駐車場

12月29日(水)～1月3日(月)まで定期使用申請ができません。なお、一時使用および定期使用は可能です。ご使用の際は盗難等防止のための対策をお願いします。

〒茂原市シルバー人材センター

☎(25) 4140 FAX(24) 1196

○茂原駅南口公共駐車場

年末年始も通常通り、24時間入出庫可能です。

〒日本パーキング(株) ☎0120 (48) 0015

○長南聖苑 (斎場・火葬場)

火葬は12月31日(金)～1月3日(月)まで休み。

通夜は12月30日(木)～1月4日(火)まで休み。

〒長南聖苑 ☎(46) 3525 FAX(46) 3526

○公民館など

・各公民館、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(水)～1月3日(月)まで休み。

・東部台文化会館

12月28日(火)～1月3日(月)まで休み。

長生郡市の夜間救急診療 (年末年始を含む)



コロナ情報

インフルエンザおよび新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、風邪の症状がある方は、必ず医療機関に電話連絡してから受診してください。

内科・小児科 初期救急

開業医等の先生が交代で勤務

夜間急病診療所 (茂原市八千代1-5-4)
診療時間=20時～23時 (受付19時45分～22時45分)

問合せ

夜間急病診療所 19時45分～22時45分 ☎・FAX(24) 1010
テレフォン案内 19時～22時45分 ☎(24) 1011

内科・外科 2次救急

◆2次待機輪番病院は下記の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。

入院や処置が必要な方が対象

- 公立長生病院
- 菅原病院
- 穴倉病院
- 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)

問合せ

消防本部 ☎(24) 0119 FAX(25) 8448
テレフォン案内 22時45分～翌朝6時 ☎(24) 1011



年末年始の ごみ収集等のお知らせ

問合せ
長生郡市広域市町村圏組合
環境衛生課
☎ (23) 4944

ごみの収集

令和3年度版「ゴミと資源の分け方・出し方」予定表をご確認ください。
※ごみは、前日や夜間に出さず、収集日の朝8時30分までに出してください。

【燃えるごみ】

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29日ⓧ	1月5日ⓧ
火・木・土 コース	12月30日ⓧ	1月4日ⓧ

【燃えないごみ・粗大ごみ・資源ごみ】

1月1日～3日の振替収集日は下表のとおりです。
ご注意ください。

収集なし	振替日
1月3日 (第1月曜日)	12月29日 (第5水曜日)



ごみ処理場への直接搬入

年末12月29日ⓧ16時まで 年始1月4日ⓧ8時30分から

※11時45分～13時は搬入できません。

※年末にかけて混雑が予想されますので、早めの搬入をお願いします。

※搬入の際には、可燃・不燃・粗大に分別してください。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ごみ処理場へ持ち込む際は、マスクの着用など感染症対策をお願いします。

し尿の収集・浄化槽清掃

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。

許可業者	電話番号	休業期間
(有)茂原中央商事	(22) 5135	12月30日ⓧ ～1月 3日ⓧ
セントラル美装(株)	(32) 4582	12月30日ⓧ ～1月 5日ⓧ
(有)マツオ産業	(42) 3344	
(有)白子衛生	(33) 5551	

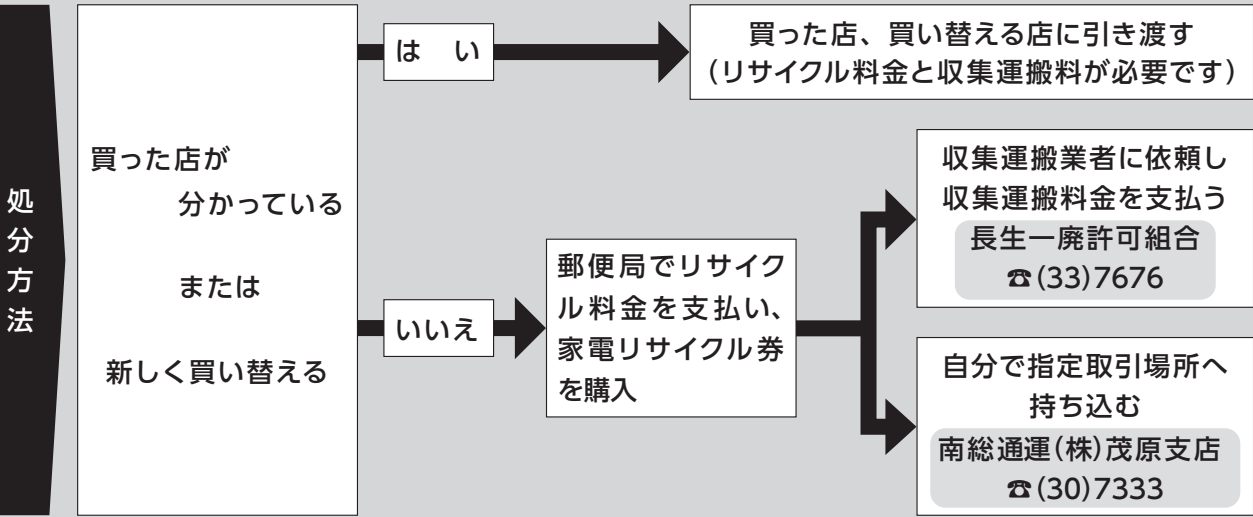
問合せ
環境保全課（6階）
☎ (20) 1504 FAX (20) 1604

糞尿の不始末により不快な
思いをし、道路や私有地など
に糞を放置され困っている人
がたくさんいます。糞は埋め
たり、河川などに捨てたりせ
ず、必ず持ち帰りましょう。
持ち帰った糞は、可燃ごみと
して指定袋に入れて収集日に
出すことができます。
一人一人がマナーを守り、
清潔で美しい街づくりのた
め、ご協力をお願いします。



いらなくなった家電は正しくリサイクルへ!

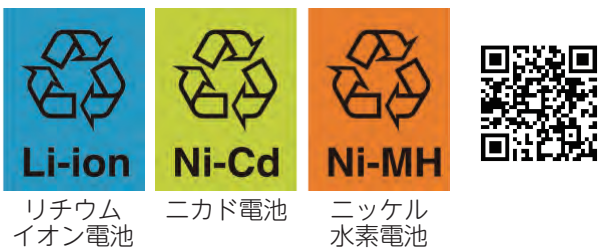
これらは集積所には出せません。また、ごみ処理場に直接搬入もできません。



リチウムイオン電池などの小型充電式電池は 電器店等のリサイクルボックスに!

不燃ごみなどに混入したリチウムイオン電池などによる、ごみ処理施設や収集車でのごみ処理時の発煙・発火事故が増加しています。

リサイクル推進店一覧などは長生郡市広域市町村圏組合のウェブサイトに掲載しています。充電式電池のリサイクルにご協力ください。



問合せ 長生郡市広域市町村圏組合 環境衛生課 ☎(23) 4944

無許可の回収業者を利用しないでください

ご家庭で不要になったものの収集や運搬をする行為には「一般廃棄物収集運搬業」の許可が必要です。

無許可の業者を利用した場合、不法投棄や高額な料金を請求されるなどのトラブルも発生しています。収集・運搬を依頼する場合は、下記依頼先へご連絡ください。

◆ごみの収集・運搬の依頼先
長生一廃許可組合 ☎(33) 7676
※収集・処理費用がかかります。

問合せ 環境保全課 (6階)
☎(20) 1504 FAX(20) 1604

新型コロナワクチン3回目の追加接種について

12月6日現在の情報のため、変更となる場合があります。

令和4年1月24日⑨から住民接種を開始します

市では、3回目のワクチン接種について、2回目の接種を終了した者のうち原則8カ月以上経過した18歳以上の方を対象に、令和4年1月24日⑨から住民接種を開始します。予約については1月中旬から**長生郡市予防接種予約受付センター（ウェブ・電話）**で受け付ける予定です。

3回目の接種に使用する接種券は、**2回目の接種後8カ月が経過する月の前月**（例：令和3年6月に2回目を接種された方には令和4年1月）に対象者に送付します。予約方法等詳しくは同封されるお知らせをご覧ください。

なお、1・2回目の接種予約も、引き続き同受付センターで受け付けていますので、未接種の方はご検討ください。

※接種時期については、12月6日に、8カ月を待たずにできる限り前倒しする旨の首相の所信表明演説がありました。今後、変更が生じる可能性がありますので、随時お知らせします。

3回目の追加接種に使用するワクチンについて

国は、3回目の接種について、1・2回目に接種したワクチンの種類にかかわらず、ファイザー製またはモデルナ製ワクチンを使用することとしており、本市でも両ワクチンを使用する予定です。各医療機関等で使用するワクチンの種類については決まり次第お知らせします。

※モデルナ製ワクチンは、12月6日現在薬事承認申請中です。

年末年始も感染防止対策をお願いします

年末年始は人が集まる機会が増え、感染症の感染リスクも高まります。また、新たな変異株の流行も懸念されています。再拡大を防ぐため、引き続き「密集・密接・密閉の回避」「マスクの着用」「手洗い」「換気」などの感染防止対策の徹底をお願いします。

新型コロナワクチン接種に関する問合せ **長生郡市予防接種予約受付センター ☎ 050 (3815) 4790**
受付時間 8時30分～17時（土日・休日を含む。ただし12月29日～1月3日を除く）

問合せ **健康管理課（2階） ☎ (20) 1574 FAX (20) 1600**

子育て世帯への 臨時特別給付金を支給します



◆対象児童

平成15年4月2日～令和4年3月31日生まれの児童

◆支給額

対象児童1人につき5万円

◆支給対象者

①令和3年9月分の児童手当（本則給付）を茂原市から受給している方

↓申請不要です。対象者には個別に通知しています。

※児童手当の対象となっていないきょうだいがいる高校生分についても合わせて支給します。

◆申請期限

令和4年2月28日⑩

※令和4年3月31日までに出生した児童が対象のため、新生児の申請期限は、この限りではありません。

提出書類等詳しくは、市公式ウェブサイトをご確認いただくか、子育て世帯への臨時特別給付金事務局にお問い合わせください。

②①以外の対象児童の養育者等（対象児童が高校生ののみ、公務員等）で、令和3年度所得が児童手当の本則給付の受給者と同未満の方
↓申請が必要です。対象者には案内書類を送付します。



問合せ
子育て世帯への
臨時特別給付金事務局（1階）
☎ (36) 5656

お知らせ

労働力調査へのご回答をお願いします

総務省統計局と千葉県では、毎月、労働力調査を実施しています。この調査は、国の経済政策や雇用対策などの基礎資料を得ることを目的とした重要な調査で、総務省が毎月公表している『完全失業率』は、この調査を基に発表されています。

対象となった世帯には、調査員がお伺いしますので、調査へのご回答をお願いします。

◆調査対象

東郷地区の一部の世帯

◆調査期間

12月～令和4年5月

※調査員は、千葉県知事発行の調査員証を携帯していますので、ご確認ください。

☎千葉県総合企画部統計課

043(223)2220

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27日(土)です。最寄りの金融機関やコ

ンビニ、スマホ決済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。

☎収入税課(2階)

201578 FAX201609

茂原市中小企業等事業継続支援金の申請を受け付けています

千葉県中小企業等事業継続支援金の給付を受けた市内事業者を対象に、支援金の申請を受け付けています。

対象要件等詳しくは、商工観光課ウェブページまたは広報もばら11月1日号をご覧ください。



※本支援金事務は、受付業務を市から株JTB千葉支店に委託しています。

☎商工観光課(6階)

201528 FAX201604

茂原市防災重点農業用ため池浸水想定区域図(千葉県作成)を公表します

令和3年7月に公表しました、防災重点農業用ため池12カ所について、災害時の的確

な避難のため、浸水想定区域図(千葉県作成)を市公式ウェブサイトに公表します。

ため池が決壊した場合の浸水想定区域を把握していただき、ため池の異常が確認された場合や、ため池による災害の発生が予想される場合は、速やかな避難をお願いします。



※防災重点農業用ため池：決壊した場合の浸水区域に家屋や公共施設等が存在し、人的被害を与える恐れのあるため池。

※浸水想定区域図はあくまで被害を想定したものであり、実際の災害による被害は想定との浸水区域、浸水深を上回る可能性や想定と異なる場合があります。

☎農政課(6階)

201526 FAX201604

めざせ8020 No.160 お口の健康セルフチェック!

オーラルフレイルという言葉を知っていますか?オーラルフレイルは歯、舌、口周りの筋肉、喉など、口に関するさまざまな機能が衰えることです。口の些細なトラブルは

心身の健康にも大きく影響しているとも言われています。次の項目に当てはまるかチェックしてみましょう。一つでも当てはまったら、オーラルフレイルかもしれません。

- ①「たくあん」や「するめいか」くらいの硬さの食べ物が噛み切りにくくなった
- ②水や汁物でむせることが多くなった
- ③家族や友人から聞き返されることが増えた
- ④自分の口臭が気になる
- ⑤口の中が以前より乾燥している

マスク生活が多くなり、口を大きく動かす機会が減ってきているため、こういった口の不調が気になる方が増えてきています。腕や足と同じように口にも筋肉があり、鍛えることで口の機能を回復させることができます。

「パタカラ体操」はむせるのを防ぐ効果もあります。「パパ、タタタ、カカカ、ララ」と、速くはつきりと大きな声で発音していく体操です。マスクを着けたままでも気軽に実践できます。

口臭や口の乾燥が気になる場合には、唾液腺マッサージもおすすめです。顔の周りにある3つの唾液腺(耳下腺・顎下腺・舌下腺)を優しくマッサージし、唾液を出やすくする方法です。唾液が十分にすると食材の味をしっかりと味わうこともでき、食べ物が口の中でまとまって飲み込みやすくなり、食べこぼしやむせを減らすことができます。食事前に5〜10回を目安に行いましょう。

また、歯ブラシやデンタルフロス、歯間ブラシなど自身に合った道具で口の中を清潔に保つことも重要です。かかりつけ歯科医院を持つことで、道具の選び方だけでなく、正しい磨き方等も知ることができます。また、歯科疾患の治療のみでなく、口臭や噛み合わせなど、その都度気になっていることを相談できるように、定期的に健診を受ける習慣をつけることが大切です。

今回ご紹介した「オーラルフレイル」や「パタカラ体操」は動画でご覧いただけます。



☎保健センター
251725 FAX251865

「もばら生活ガイドブック
2021年度版」を全戸配
布します

市役所での各種手続き等の行政情報や地域・観光情報等、市民の暮らしに役立つ情報をまとめた「もばら生活ガイドブック2021年度版」を発行しました。

このガイドブックは茂原市と株式会社ゼンリンが官民協働事業として発行し、制作・配付にかかる費用は市の予算をかけず全て広告掲載料により賄われています。

ぜひ保存版としてご家庭に常備していただきご活用ください。

なお、もばら生活ガイドブックは3年ごとの改訂を予定しています。

◆配布について

ポストへの投函により全戸配布します。

なお、配付期間（12月31日まで）を過ぎても届かない場合は、秘書広報課へご連絡ください。

☎秘書広報課（3階）
(20)15112 FAX(20)1601

募 集

スポーツ教室参加者を募集!

感染症に負けない体力づくりとして、ぜひご参加ください。

「レッツエンジョイウォーキング」

◆日時 1月15日(土)9時市民

体育館集合、12時頃解散予定
※態度決定は当日8時(確認は市民体育館☎2811へ)

◆行き先 阿久川周辺(おおむね5kmの行程)

◆対象 市内在住者

◆定員 20人(申込順)

◆参加費 100円(当日集金)

◆持ち物 飲み物、マスク(歩行中も着用)

◆申込方法 体育課窓口または電話にて

◆申込締切 1月7日(金)

※当日受付時に風邪症状等を確認する健康チェックシートを記入してもらいます。

「レッツエンジョイスポーツ」

◆日時 (全5回)

- ①1月30日(日)17時30分～19時
- ②2月6日(日)19時30分～21時
- ③2月12日(土)17時30分～19時

公共施設見学会を実施します

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」を実施します。

◆日時 1月19日(水)、27日(土)9時～12時

※9時中央公民館出発

◆見学会

中央消防署

茂原市学校給食センター

※給食の試食あり

◆定員 14人(最低催行人数8人)

◆参加費 500円(給食費等)

※当日集金します。なるべくお釣りのないようお願いいたします。

◆申込

12月15日(水)～28日(火)12時までに電話にて

※給食の用意の都合上、キャンセルは12月28日(火)17時までに。それ以降のキャンセルは実費負担いただきます。

【申込み・問合せ】

☎秘書広報課（3階）
(20)15112 FAX(20)1601

善意をありがとうございます
(敬称略)



▼市へ

中村 貴 (金10万円)
館 徹 (金8万円)

藤井 幸乃 (金2万円)

桑田 正和 (金1万4千円)

大高 清 (金1万円)

岡澤 宏夫 (金1万円)

(二財)千葉県まちづくり公社
長生の森公園管理事務所

▼市内小学校へ (花苗2千苗)

金坂医院

(鶴枝小学校) 図書カード
10万円分)

株式会社ダイナム千葉茂原店

(西小学校) 光触媒スプレー
1420ml×30本、茂原小

学校 光触媒スプレー420ml×28本)

五郷小学校

PTA会長 河北 丈

(五郷小学校) バスケット
ユニフォーム一式)

あなたも参加しませんか？

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、変更・中止と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。
 参加の際は、感染症対策をお願いします。

東部台文化会館

☎(23)8711 FAX(23)9767
 ㊟12月28日㊟～1月3日㊟、偶
 数月と3月の第2木曜日

▼施設の利用受付 9時～17時

	受付分	受付開始日
音楽ホール	令和5年 1月分	1月4日㊟
体育センター	令和4年 4月分	1月5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
 ㊟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

▼王子江 雄原大地展 (部分展示)

～1月10日㊟／内容＝平成8年NHK「にっぽん点描」で一躍話題になった王子江の約100メートルの水墨画、第1作目「雄原大地」の後半部分を展示。



▲王子江 「雄原大地」 (一部分)

▼郷土ゆかりの作家展

1月13日㊟～2月13日㊟

◆共催展示

▼朝比奈隆 卒寿展

～12月22日㊟／内容＝広島出身で、渡米後、セリグラフ（版画）作品で国際的に活躍し、睦沢町に在住する朝比奈隆の洋画展。

▼書道研究 芝蘭会展

—第30回記念—

1月4日㊟～10日㊟初日は9時から、最終日は16時まで／市民ギャラリーも使用

▼市内高校合同美術展

1月14日㊟～19日㊟初日は9時から、最終日は15時まで／場所＝第2展示室

▼郷土資料館常設展示

12月18日㊟～3月6日㊟／内容＝茂原市内を代表する神田山遺跡や国府関遺跡、下太田貝塚を紹介する。その他養蚕の道具、県指定文化財になった人車等を展示。

◆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)

図書館

☎(23)6151 FAX(25)6136
 ㊟年末年始

▼おはなし会 (3歳以上)

12月25日㊟、1月8日㊟／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)

12月18日㊟、1月15日㊟14時～14時30分／内容＝「くまのコールテン」他

総合市民センター

☎(24)9511 FAX(23)7444
 ㊟祝日、年末年始

▼いこいの広場

毎月第1・3木曜日の13時～16時(時間内出入自由)／内容＝カラオケで昭和の曲を聴いたりする集う場です。ぜひ一度お気軽にお越しください♪もばら百歳体操もやります！／対象＝60歳以上の方／費用無料／申込不要

東郷福祉センター

☎(25)5882 FAX(25)5871
 ㊟祝日、年末年始

▼みんなで！もばら百歳体操

毎月第2月曜日と第4水曜日10時～11時／内容＝もばら百歳体操(体力に自信がない方も大丈夫！誰でもできる簡単な体操です)／持ち物＝上ぐつ、飲み物(動きやすい服装でお越しください) 対象＝60歳以上の方／費用無料／申込不要



豊田福祉センター

☎(26)1105 FAX(26)1106
 ㊟祝日、年末年始

▼つるし雛飾り教室

1月17日㊟9時30分～11時30分／内容＝つるし雛飾りのおひなさま作り／対象＝市内在住者／定員＝12人(申込順)／費用＝1,000円／申込＝12月17日㊟9時～電話にて。その後、窓口にて費用を添えて申し込み



落花生おこわ

作り方

- ①もち米は研ぎ、水に浸しておく。
- ②落花生を茹でこぼし、砂糖、みりん、しょうゆで30分ほど煮含める。
- ③水気を切ったもち米に落花生を混ぜて、蒸気の上上がった蒸し器で25分ほど蒸す。
- ④③にAを散らし、再度10分ほど蒸す。器に盛り、お好みで黒ごまをふる。

ひとこと

落花生おこわは千葉県郷土料理の一つで、落花生をもち米と一緒に炊いて作るおこわです。落花生の甘味がほんのりと感じられ、赤飯とは違った味が楽しめます。落花生のおいしい冬から春にかけておすすめのレシピです。乾燥落花生を使用する場合は、一晩水に浸してから②の工程へ進みます。

(栄養価/1人分) エネルギー359kcal たんぱく質8.3g 脂質7.3g カルシウム22mg 鉄0.5mg 塩分1.1g

材料/2人分

- もち米 1カップ
- 殻むき生落花生 50g
- 砂糖 小さじ1・1/2
- みりん 小さじ1/2
- しょうゆ 小さじ1/4
- 黒ごま 適宜
- A { 塩 小さじ2/3
- 水 125cc

茂原市健康生活推進委員会は千産千消を推進しています。

茂原市健康生活推進委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。

推進員さん
おすすめ

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	①12月22日◎ 授乳・抱っこ・ふれあい遊び編 母乳育児のお話、調乳体験(ミルク作り)、 ふれあい遊び体験 他 ②1月29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 他	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、 ①は薄手のハンカチも持参 ※必ずご予約ください
ままのわ	1月19日◎ ミニセミナー 離乳食編 「おいしく、楽しい赤ちゃんとの時間」 離乳食のお話、計測 他	9時50分～ 10時	妊婦から離乳食開始 前のお子さんと母親	母子健康手帳、筆記用具 ※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。最新情報は市公式サイトでご確認ください。



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19日◎	大塚内科 ☎(23)6121	菅原病院 ☎(25)1171
12月26日◎	ポブラクリニック ☎(23)3111	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	塩田記念病院 ☎(35)0099
1月2日◎	穴倉病院 ☎(24)2171	穴倉病院 ☎(24)2171
1月3日◎	君塚病院 ☎(25)1811	きたじまクリニック ☎(26)7050

※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へお問い合わせください。

今日の日曜開庁

12月26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(ほのおか館内)	☎(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、詳しくはお問い合わせください。

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。

☎03(6735)8305

(ダイヤル回線)

#7009

(プッシュ回線・携帯電話)

相談日時

平日・土曜18時～翌6時

日曜・休日 9時～翌6時

こども急病電話相談

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