



特集 第70回茂原七夕まつり

フレイル予防講演会を開催します！

フレイル（年を重ねて心身の活力が低下した状態）を予防し、健康であるためにはどうしたら良いか、この機会に一緒に考えてみませんか？

「フレイルを予防して、いつまでも元気に活躍したい!」、「最近少し体が動かなくなってきたのは、年のせいかなあ」など、興味をお持ちの方はぜひお申し込みください。

- ◆日 時 10月11日(金) 13時30分～16時（受付13時～）
- ◆場 所 市役所市民室
- ◆対 象 市内在住者
- ◆定 員 50人程度（申込順）
- ◆テ ー マ 100歳時代到来 健康長寿のまちづくり
- ◆講 師 東京大学高齢社会総合研究機構 特任研究員 神谷 哲朗 氏
- ◆申込方法 8月15日(金)から電話、FAX、メールにて



フレイルサポーター養成研修(5期生)を開催します！

あなたもフレイルサポーターになって楽しく社会参加をしてみませんか？

- ◆日 時 11月28日(木)・29日(金) 13時30分～16時（受付13時～）
※全日程の受講が必須です。
上記フレイル予防講演会の受講も併せてお願いします。
- ◆場 所 市役所市民室
- ◆対 象 市内在住者
- ◆定 員 10人程度（申込順）
- ◆講 師 茂原市フレイルトレーナー 茂原中央病院 作業療法士 吹 野 貴 氏
理学療法士 小 高 友 子 氏
理学療法士 大 網 健 悟 氏
山之内病院 理学療法士 富 樫 遼太郎 氏
山本薬局 薬剤師 野 口 大 輔 氏
- ◆申込方法 8月15日(金)から電話、FAX、メールにて

フレイルサポーターとは…

高齢者がフレイル予防に取り組むことができるように応援する市民ボランティアです。

フレイルチェックでは、フレイルサポーターが口腔機能や手足の筋肉量などの測定を行い、フレイルの状態かどうかを確認します。また、フレイル予防のためのポイントなどを紹介します。



▲多くのフレイルサポーターが積極的に活動しています！

申込み・問合せ 高齢者支援課地域包括支援室（2階）

☑houkatu@city.mobara.chiba.jp ☎(20)1583 ☎(20)1610



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他、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】

- ・事前に指定避難所や公園・広場等の位置を確認しておこう。
- ・スニーカーや懐中電灯、モバイルバッテリー、手袋、飲料水や食料（最低3日分、できれば1週間分程度）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。

問合せ 防災対策課（4階） ☎(36)7580 FAX(20)1602

木造住宅



無 料 耐

震

相 談 会

を開催します



市では、木造住宅の耐震化を推進するため、耐震相談会（個別簡易耐震相談）を開催します。この機会を利用してご自宅の耐震性について考えてみませんか？

- ◆対 象 昭和56年5月31日以前に建築された木造2階以下の一戸建て住宅の所有者・居住者
- ◆日時・会場 各回13時～17時、1組50分程度

	開催日	会場	予約受付期間
第4回	9月29日㊤	市役所5階502会議室	～9月20日㊤
第5回	10月30日㊤	市役所1階101会議室	～10月23日㊤

- ◆申込方法 予約受付期間内に建築課へ電話または申込フォームから事前予約

- ◆定 員 各回12組程度（申込順）

※申込状況により、中止・変更となる場合があります。



申込み・問合せ 建築課（8階） ☎(20)1588 FAX(20)1606



あなたの を 「茂原で」かたちにしませんか？

茂原創業塾を開催します！

茂原商工会議所では“創業”をテーマに、基礎から実践的な知識まで学べる「茂原創業塾」を開催します。

専門講師が創業に必要な知識を丁寧に伝授するとともに、先輩创业者の講演等を通して、創業へのモチベーションアップをサポートします。この機会に、創業について学んでみませんか？

回	日程	テーマ
1	9月 5日(木)	創業の心構え
2	9月13日(金)	ビジネスモデルを考える
3	9月27日(金)	最新WEB活用術
4	10月 5日(土) (※)	マーケティング入門
5	10月11日(金)	販路開拓（販促ツール）
6	10月17日(木)	経営者に必要な数値感覚 資金計画の立て方
7	10月28日(月)	創業時に必要な手続きと労務知識 人材が育つ環境作り
8	11月14日(木)	事業計画発表会

◆時 間 18時～21時 ※第4回のみ14時～17時

◆会 場 対 面 受 講：茂原商工会議所 会議室（茂原市茂原443）
オンライン受講：ZOOMを使用

◆対 象 市内在住または市内で創業を目指す方や創業間もない方、後継者、経営力を付けたいと考えている方など

◆定 員 30人（申込順）

◆費 用 3,000円(全8回)

◆講 師 榊ちばざん総合研究所、中小企業診断士、本創業塾OBの先輩创业者 他

◆そ の 他 全講義の8割以上を受講した場合は市より修了証明書を受けることができ、各種支援制度を利用できます。詳しくは左ページをご覧ください。

◆申込方法 電話またはFAXにて申し込み

※FAXの申込書は、茂原商工会議所ウェブサイトから入手。

ウェブサイトURL <https://mobaracc-ci.or.jp>



申込み・問合せ 茂原商工会議所 ☎(22)3361 FAX (23)7895

創業者への支援制度を紹介します！

市では、市内で創業を目指す方を支援するため、茂原商工会議所、千葉県信用保証協会などと連携して「創業支援等事業計画」を策定し、国の認定を受けています。

この計画に定められている「特定創業支援等事業」を修了した方は、創業にあたりさまざまな支援を受けられます。

特定創業支援等事業

- ・茂原創業塾（主催：茂原商工会議所）
- ・創業スクール（主催：千葉県信用保証協会）



主な支援内容

株式会社等設立時の登録免許税

市内で株式会社、合名・合資・合同会社を設立する際の登記に係る登録免許税が軽減されます。

◆適用範囲 ・市内で会社を設立する場合 ・創業後5年未満の個人が会社を設立する場合

問千葉地方法務局 ☎043(302)1311

創業関連保証

創業2カ月前から対象となる創業関連保証の特例が、事業開始6カ月前から利用の対象となります。

◆対象 創業後5年未満の方

※信用保証協会または金融機関の審査を受ける必要があります。

問融資を受けようとする金融機関

日本政策金融公庫の「新創業融資制度」

自己資金要件が撤廃されます。

◆対象 新たに事業を始める方、または事業開始後税務申告を2期終えていない方

問日本政策金融公庫千葉支店 ☎043(243)7121

日本政策金融公庫の「新規開業支援資金」

貸付利率の引き下げの対象として融資を受けることができます。

問日本政策金融公庫千葉支店 ☎043(243)7121

茂原市創業支援補助金

創業に必要な経費の一部を助成します。

◆対象経費 官公庁への書類作成に係る経費、店舗等借入費、設備・備品購入費、マーケティング調査費、広報費

◆補助率 1/2以内、上限30万円

問茂原商工会議所 ☎(22)3361

特集

第70回茂原七夕まつり

伝統と継承

受賞おめでとうございます

装飾コンクール

- 特選一席 (株) コージー本舗
- 特選二席 (株) 茶太閣白井、千葉石油(株)、
杉井酒店
- 特選三席 花の店ロベーニ、コーノカメラセクション、
(株) 千葉銀行茂原支店、
茂原ショッピングプラザアスモ、
(株) 千葉興業銀行茂原・大原支店、
東洋ケミカルエンジニアリング(株)

YOSAKOI夏の陣

YOSAKOI夏の陣大賞・千葉県知事賞
チーム☆利ゑ蔵

よさこい夏の陣大賞・高知県知事賞
幻想花乱

茂原七夕まつりよさこい賞・茂原市長賞
長南紅古蓮

茂原七夕まつりのあゆみ



- ・昭和30年（第1回）
全市をあげ第1回七夕まつり（5日間）を開催
- ・昭和37年（第8回）
花火大会が行われる
- ・昭和41年（第12回）
「茂原音頭」「七夕まつり」の曲が発表される
- ・昭和49年（第20回）
人出が50万人を記録



- ・昭和52年（第23回）
藻原おどり
（現・茂原阿波おどり）
コンクール開始



- ・昭和56年（第27回）
ミス七夕コンテスト開始（第45回まで）



- ・平成4年（第38回）
人出が95万人を記録
- ・平成12年（第46回）
ちばYOSAKOI 夏の陣開始

- ・平成23年（第57回）
モバリんが茂原七夕まつりの
マスコットキャラクターとして登場
- ・平成27年（第61回）
プレイイベントとして世界一長い
ロールケーキを作り、ギネス記録達成
- ・令和2年・3年（第66・67回）
新型コロナウイルス感染症の
影響により、初めての開催中止



- ・令和6年（第70回）
記念式典を開催（7月26日）
茂原七夕まつりの発展に
多大なるご貢献をされた
方々を表彰



7月27日・28日、第70回茂原七夕まつりが開催されました。

第70回の節目を迎えた今年は、新エリアが登場した他、色とりどりの飾りが商店街や駅前をより一層華やかに彩りました。

何年経っても色あせない茂原七夕まつり。これからも茂原市の伝統として受け継がれていくことでしょう。



踊る！ 踊れ！
 第70回の記念すべきこの日、
 見る者を魅了する踊り
 茂原にあり！！

掲載写真のモデルになっていただいた方へ、写真データを差し上げます。
 問合せ 秘書広報課 ☎(20)1512 ㊟(20)1601

七夕まつりを支える人々



地元高校生×地元企業ごみ減プロジェクト

茂原高校2年生が地元企業と連携し、ペットボトルキャップを再利用したECOで便利な先割れスプーンを企画・開発・販売した他、ごみ分別ステーションの運営も行いました！



来年の茂原七夕まつりもお楽しみに！

お知らせ

忘れずに納付しましょう！

市県民税・森林環境税（第2期）と国民健康保険税（第2期）の納付期限は9月2日④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。

なお、地方税統一QRコード（e L・Q R）を利用した納付もできます。



詳しくは「地方税お支払サイト」でご確認ください。

※納め忘れない便利な口座振替もぜひご利用ください。

※納付が困難な特別な事情がある場合はご相談ください。

問 収税課（2階）

☎ (20) 1578 FAX (20) 1609



「令和6年度低所得者支援給付金」の申請はお済みですか？

◆申請期限

8月31日④（当日消印有効）
まだ申請がお済みでない世帯はお急ぎください。

なお、給付金の申請対象となる条件や申請方法は、



社会福祉課ウェブページをご覧ください。お問い合わせください。

問 令和6年度低所得者支援給付金事務局（コールセンター）

☎ 0120(390)585

茂原市統計グラフコンクール
作品展を開催します

◆日時

8月27日④～9月1日④
9時～17時

◆内容

市内小中学校の児童生徒による統計グラフの作品展示

◆会場

美術館・郷土資料館市民ギャラリー

◆入場料 無料

問 茂原市統計研究会事務局
（企画政策課内）

☎ (20) 1516 FAX (20) 1603

防災行政無線の訓練放送
（サイレン音）を行います

市では、災害時に防災行政無線により緊急避難情報の「避難指示」および「緊急安全確保」をより確実に伝達するため、サイレン音と警戒ベルを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、訓練放送を行います。

ご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をお願いします。

◆日時 9月2日④10時

◆サイレンパターンの種類

・警戒レベル4 避難指示
サイレン15秒→4秒休止

↓サイレン15秒→4秒休止

・警戒レベル5 緊急安全確保

サイレン30秒→4秒休止

↓サイレン30秒→4秒休止

放送内容

〈上り4音チャイム〉

「こちらは茂原市役所です。ただいまより訓練放送をいたします」

サイレン15秒→4秒休止

↓サイレン15秒→4秒休止

※「訓練、訓練、警戒レベル4、避難指示発令。これは訓練です」

※繰り返し

「以上で訓練放送を終了します。ご協力ありがとうございました」

〈下り4音チャイム〉

問 防災対策課（4階）

☎ (36) 7580 FAX (20) 1602

Jアラート全国一斉情報
伝達訓練を行います

国および市において、地震や武力攻撃などの災害時に備え、全国瞬時警報システム（Jアラート）を用いた情報伝達訓練を行います。市内の防災行政無線から次のとおり放送されますので、ご理解・ご協力をよろしく願います。

◆日時

8月28日④、11月20日④、
令和7年2月12日④
（いずれも11時頃を予定）

放送内容

〈上り4音チャイム〉

「これは、Jアラートのテストです」（3回繰り返し）
「こちらは、ほうさいもばらです」

〈下り4音チャイム〉

※国の判断により訓練を中止する場合があります。

問 防災対策課（4階）

☎ (36) 7580 FAX (20) 1602

南中学校・早野中学校統合
準備委員会を設置しました

昨年7月の五郷地区学校再編に係る代表者会議での決定を受け、両校の保護者、地域住民および教職員の代表で構成する「統合準備委員会」を8月2日に設置しました。

今後、両校の統合について円滑な移行を目指し、必要事項の協議・検討を進めていきます。

統合に関する情報については、教育総務課ウェブ

ページや「統合準備委員会だより」でお知らせします。

問 教育総務課（9階）

☎ (20) 1557 FAX (20) 1607





あなたも参加しませんか？

▼ソフトバンクとの共同事業

シニアのためのスマートフォン教室

①9月26日⑥、②10月24日⑥、③11月21日⑥各日2回10時～12時、14時～16時／内容＝①スマホ入門編、②スマホのライン体験、③スマホのキャッシュレス体験
※1人1台ずつスマホを貸し出します／対象＝60歳以上の市内在住・在勤者／定員＝各回20人

▼明治安田生命との共同事業

今から取り組もう！防災講座

10月3日⑥13時30分～15時30分／内容＝日々の備えから、家族の防災力を高めるためのポイントなどについて学ぶ／対象＝市内在住・在勤者／定員＝20人

▼わたしと家族の「そうぞく」講座

10月10日⑥13時30分～15時30分／内容＝より良い未来のための相続について学ぶ／対象＝市内在住・在勤者／定員＝20人

東郷福祉センター

☎(25)5882 FAX(25)5871

⑥祝日、年末年始

▼そろそろ終わるよ夏休み映画大会

8月27日④・28日④各日2回10時～11時、14時～15時／内容＝午前の部は主に幼児向け、午後の部は主に小学生向けの内容／対象＝市内在住児童（未就学児は保護者同伴）／定員＝30人程度（申込順）／費用＝無料／申込＝当日会場にて

▼ふしぎ探検隊 科学実験教室（三井化学㈱茂原分工場職員による出前授業）

9月28日④10時～11時30分／内容＝化学の面白さ、不思議さを体験しよう！／対象＝市内在住小学3年生～6年生／定員＝16人／費用＝無料／申込＝8月19日④～22日④9時～17時までに電話にて（申込多数の場合抽選。8月26日④より結果を茂原市社会福祉協議会のホームページ内インフォメーションに掲載。または、当センターへ電話で確認）。その後、窓口にて受け付け

総合市民センター

☎(24)9511 FAX(23)7444

⑥祝日、年末年始

▼子育てサロンカンガルー

①9月18日④、②10月29日④、③11月11日④、④12月13日④、①②③10時～11時30分、④10時～11時／内容＝①ホイップデコレーション体験（小物入れ）、②フレイクラフト教室（ブローチ作り）、③パン作り教室、④ママヨガ体験教室／対象＝妊娠中の方、0歳～6歳未満就学児のお子さんを持つ保護者／定員＝各日10人（申込順）／費用＝①②1,000円、③1,500円、④無料（ヨガマット貸出200円）※費用は当日集金します／申込＝8月19日④9時～電話にて

豊岡福祉センター

☎(34)8321 FAX(34)8371

⑥祝日、年末年始

✉toyookacenter@bz04.plala.or.jp

▼シニア世代のフィットネス教室 後期 “楽しく”フレイル予防”

9月4日・18日、10月2日・16日・30日（全5回、水曜日）9時30分～11時／内容＝簡単な筋トレ・ストレッチ／対象＝60歳以上の市内在住・在勤者／定員＝20人（申込多数の場合抽選、前期未受講者を優先）／費用＝170円（保険料）／持ち物＝室内履き（スリッパ不可）／申込＝8月16日④9時～22日④17時までに窓口・電話・FAX・メールにて。その後、受講可能者へ連絡

二宮福祉センター

☎(26)3740 FAX(26)3741

⑥祝日、年末年始

▼シャンティヨーガ教室

10月1日・8日・15日・22日・29日、11月5日（全6回、火曜日）13時30分～15時／内容＝気持ちを穏やかにするヨーガ／対象＝市内在住・在勤者／定員＝14人（申込多数の場合抽選）／費用＝130円（保険料）／申込＝8月15日④9時～18日④17時までに電話にて。その後、窓口にて費用を添えて申し込み※定員に空きがあれば随

時受け付けします。

▼ぶちクラブ合同運動会

9月17日④10時～11時30分／内容＝五郷福祉センター・東郷福祉センター合同で行います／場所＝市民体育館柔道場／対象＝市内在住の2歳～3歳のお子さんと保護者／定員＝12組（申込順）／費用＝無料／申込＝8月19日④9時～電話にて

五郷福祉センター

☎(25)7880 FAX(25)7881

⑥祝日、年末年始

▼スナップフォト教室～ちょっとの工夫でステキな写真に～

9月11日④10時～11時30分／内容＝お子さんのスナップフォト撮影ポイントや楽しみ方を女性カメラマンに教わり、ステキな写真を撮影しよう／対象＝市内在住の生後12カ月までの赤ちゃんと保護者／定員＝8組（申込順）／費用＝200円（保険料他）／持ち物＝カメラ（スマホやデジカメなど）・バスタオル／申込＝8月19日④9時～電話にて（本人のみ受付）。その後、8月25日④17時まで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

⑥祝日、年末年始

▼あいうえとよだ（会員制）

9月～令和7年3月15時30分～16時30分（月2回水曜日）／内容＝絵本の読み聞かせ、文字の読み書き、言葉を使った遊び／対象＝市内在住の4歳～6歳の未就学児／定員＝10人（申込順）／費用＝300円（教材費）／申込＝8月16日④9時～電話にて。その後、8月17日④9時から窓口にて費用を添えて申し込み

▼手縫い小物教室

9月23日④⑤9時30分～11時30分／内容＝急須型の針山を制作／対象＝成人（市内在住者）／定員＝12人（申込順）／費用＝1,000円／申込＝8月19日④9時～電話にて。その後、窓口にて費用を添えて申し込み

あなたも参加しませんか？

東部台文化会館

☎(23)8711 FAX(23)9767

☎10月10日☎（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7年 9月分	9月2日☎
体育センター	令和6年 12月分	9月3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。

◆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。

▼第30回茂原ピアノフェスティバル 第1部ピアノコンクールの出演者募集

10月12日☎14時／内容＝国際コンクール
多数入賞の東京音大と桐朋音大講師 佐藤彦大氏の指導によるピアノコンクールを開催します。奮ってご出演ください。詳しくは茂原市ピアノ協会ホームページをご覧ください。

☎茂原市ピアノ協会

廣田☎080(6733)1248

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
／駐車場＝茂原公園駐車場・中部駐車場／
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

▼郷土ゆかりの洋画展

～8月18日☎／内容＝石井武夫、大槌隆、積田鯉士など、郷土ゆかりの洋画家の作品を展示します。

▼新収蔵大作 王子江「人生楽事」と郷土ゆかりの日本画展

8月23日☎～10月27日☎／内容＝当館で初公開となる「人生楽事」の他、王氏の代表作「雄原大地」を部分展示。郷土を代表する日本画家 林 功の日本画等も展示します。

▼郷土ゆかりの書道展

9月6日☎～10月6日☎／内容＝大正・昭和から現在に至る郷土ゆかりの書作家22人の作品を展示します。



おおくらこくざん しょうてんしよく
大倉谷山 「照天燭」

◆共催展示

▼茂原市書道協会展

～8月24日☎、最終日は16時まで

▼G. クローバー絵画展

8月26日☎～9月1日☎、最終日は15時まで

◆第2回もばら子どもギャラリー

～8月20日☎／内容＝市内の子どもたちが自由に作り上げた絵や習字を展示します。元気いっぴいな作品を、ぜひご覧ください！

◆郷土資料館展示

▼常設展示

～9月1日☎／内容＝桂神田山・内野遺跡の旧石器時代の石器、縄文土器、下太田貝塚、宮島遺跡、国府関遺跡等、弥生時代～古墳・奈良平安時代までの土偶、石器、土器等の出土品をはじめ、県指定文化財の人車や、昔のくらしの道具等を展示します。

▼市史編さん事業展示

第1回テーマ展「茂原市内の古墳時代－国府関夏身遺跡、中原遺跡、山崎横穴群等－」

9月14日☎～12月15日☎／内容＝市内には、国府関夏身遺跡や猿袋中原遺跡等の集落の他、横穴群と呼ばれる地域の有力者の墓域が400基以上存在します。埋葬されていた副葬品（須恵器の壺や甕等）、日常生活で使っていた土器（食事で使用する壺、甕、坏、祭事で使用する器台と埴等）、木製品等から古墳時代の人々の暮らしを紹介します。

◆第1回歴史セミナー

▼茂原市内の古墳時代

9月14日☎13時30分～15時30分／場所

＝2階実習室／内容＝大和政権誕生以降、大きく移り変わる社会環境の中で、古墳時代に茂原に住んでいた人々が、どのような暮らしをしていたのかを分かりやすく解説します／講師＝茂原市史編さん委員 小高春雄氏／対象＝一般・学生／定員＝20人程度／費用無料／申込＝8月15日☎～29日☎17時まで電話にて

図書館

☎(23)6151 FAX(25)6136

☎年末年始

▼おはなし会（3歳以上）

8月24日☎、9月7日☎・14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

▼こども映画会（3歳以上）

8月17日☎14時～14時30分／内容＝スーパーバトル!世界のクワガタ・カブトムシ

▼赤ちゃんといっしょのおはなし会

8月20日☎10時30分～11時

▼茂原市電子図書館利用説明会

8月26日☎11時～12時／内容＝電子図書館の貸出・返却・資料検索の仕方などを説明します／対象＝市内在住・在勤・在学で図書館カードをお持ちの方／持ち物＝スマートフォンまたはタブレット

▼ショート託児サービス

8月27日☎、9月3日☎・10日☎10時～14時／対象＝生後6カ月～未就学児
※60分ごとに除菌作業実施

本納公民館

☎(34)2349 FAX(34)2302

下記4つの催し物は、費用無料／申込＝8月15日☎～31日☎までに窓口または電話にて（申込多数の場合抽選）

▼よみきかせ（6カ月～2歳）

9月27日☎、10月18日☎10時30分～11時30分（よみきかせ時間は30分程度）／内容＝わらべうた、手あそびなど／対象＝市内在住生後6カ月～2歳のお子さんと保護者／定員＝各日5組10人





あなたも参加しませんか？

学生・中学高校一般) / 参加資格=茂原市
なぎなた連盟会員 / 申込=9月30日㊥まで
岡江川☎(32)3651

▼ライフル射撃競技

10月26日㊥ / 場所=茂原樟陽高校射撃場
/ 種別=エアライフル・ビームピストル /
申込=当日競技場にて

岡前田☎090(2164)5565

▼クレ射撃競技

10月13日㊥ / 場所=京葉射撃場 / 種別=ト
ラップ・スキート / 申込=10月4日㊥まで (当
日参加可)

岡丸嶋☎(24)4804

▼ボールルームダンス競技

11月24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
13種目 ※服装は自由 / 費用=1人2,000
円 (複数参加可) / 申込=10月31日㊥ま
で

岡石塚☎090(3040)1123

▼バレーボール競技 (一般女子)

11月24日㊥ / 場所=市民体育館 / 参加資
格=①市内在住・在勤で高校3年生以上の
女性、②全員がスポーツ傷害保険に加入し
ていること / 申込=8月31日㊥まで

岡石川☎090(7225)3354

▼バドミントン競技

11月3日㊥㊦ / 場所=市民体育館 / 種別=
一般男女混合ダブルス選A・B・Cクラス (ペ
アは男子ペア、女子ペア、混合ペア、い
ずれも参加可) / 費用=1組2,000円 / 申
込=10月20日㊥までメール (bobbie-h@
beige.plala.or.jp) にて

岡本田☎090(4847)0885



第73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1日㊥～10日㊥ / 内容=日本画・洋画・書道・
彫刻・染織・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=
美術館・郷土資料館に備え付けの「出品申込書・預
り証」に記入の上、10月20日㊥までに提出 / 申込み・
問合せ=美術館・郷土資料館☎(26)2131

第32回ダンスフェスティバル

11月10日㊥13時～17時 / 場所=東部台文化会館
/ 対象=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 / 費用=10分2,000円 (5
分超過ごとに1,000円加算) / 申込期限=9月28日
㊥ / 備考=出演者の事前会議を9月29日㊥14時から
東部台文化会館1階会議室で行います (代表者また
は代理人が必ず出席してください)。 / 申込み・問
合せ=茂原市洋舞協会事務局 飯田☎(23)2472

吟詠大会

11月2日㊥12時30分～16時 / 場所=東部台文化
会館 / 内容=独吟および合吟の発表 / 申込期限=9
月14日㊥ / 申込み・問合せ=茂原市吟詠協会事務局
細谷☎(22)0770

音楽の広場

11月4日㊥㊦13時～17時 / 場所=東部台文化会館
/ 内容=クラシックまたはこれに準ずる曲、あるいは
編曲されたもの / 申込方法=生涯学習課・各公民館・
総合市民センター・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記入の上、茂
原市音楽協会へ提出 / 申込期限=9月10日㊥ (必着)
/ 備考=出演者の事前会議を9月28日㊥13時から東
部台文化会館1階会議室で行います (代表者または
代理人が必ず出席してください)。 / 申込み・問
合せ=〒297-0037茂原市早野1479-3 茂原市音楽協
会 館☎090(9830)0584

MOBARAミュージックセッション2024

11月2日㊥・3日㊥㊦10時～16時 (雨天中止) / 場所
=茂原公園 / 演奏時間=30分 (出入り込み) / 内容=
バンド・ダンス / 費用=〈大人〉1人3,000円、2人
以上の場合は1人につき2,000円加算 (上限10,000円)、
〈高校生以下〉3人まで3,000円、4人以上の場合は
1人につき1,000円加算 (上限5,000円) ※費用は当
日支払い / 募集期間=会員は募集中、非会員は9月1
日㊥～9月30日㊥ (定数になり次第締め切り) / 申込
方法=茂原軽音楽協会HP (<http://www.mobarak-on.com/>) 申込フォームからお申し込みください / 問
合せ=大柿☎080 (4113)9494

問合せ 生涯学習課 (9階) ☎(20)1559 ㊦(20)1607

あなたも参加しませんか？

体 育 課

☎(20)1575 FAX(20)1607

✉taiiku@city.mobara.chiba.jp

▼レッツエンジョイウォーキング ～コスモス巡り～

9月23日⑨9時～12時／集合場所＝豊田福祉センター／行き先＝八田堰周辺（おおむね5kmの行程）／定員＝25人（申込順）／費用＝100円（当日集金）／持ち物＝飲み物／申込＝8月19日⑨9時～30日⑨17時まで
に体育課または電話にて

▼レッツエンジョイスポーツ タッチバレーボール体験会

9月29日⑩17時15分～19時／場所＝市民体育館／定員＝16チーム（1チーム4人～6人、個人申込可）／参加費＝1人100円（当日集金）／持ち物＝室内用運動靴、飲み物／申込＝申込書に必要事項を記入し、8月15日⑩～9月6日⑩までに体育課または市民体育館へ提出またはメール※申込書は体育課・市民体育館または同課ウェブページにて入手

市民体育館

☎(23)2811 FAX(25)9351

◆第73回市民体育祭参加者を募集

申込は、締切日までに市民体育館、体育課または各競技部門の連絡先へ

▼テニス競技

9月29日⑩、10月6日⑩・13日⑩・20日⑩／場所＝長生の森公園テニスコート／種別＝男子ダブルス（A・Bクラス）・女子ダブルス・男子シニアダブルス（55・65クラス）※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（男子シニアダブルス55クラスは、ペア共に55歳以上の方、65クラスはペア共に65歳以上の方）／費用＝高校生以下およびテニス協会加盟クラブ員のペア：1組3,000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3,500円、その他のペア：1組4,000円／申込手順＝①メール（mobara.city.tennis.association@gmail.com）に参加種目、参加クラス（男子AまたはB、

女子、シニア55・65）住所、氏名、電話番号、男子シニアは生年月日、高校生以下は学校名を記入し申し込み、②参加費を振り込み（ゆうちょ銀行 店名〇五八 店番058普通 口座番号8141434 モバラシテニスキョウカイ）／申込＝8月30日⑩まで
※詳しくは茂原市テニス協会ホームページ参照（<https://mobaratenniskyokai.jimdo.com>）
岡小野☎080(6639)7063

▼ソフトテニス競技

一般・シニアの部9月28日⑩（予備日10月14日⑩⑪）、中学生以下の部10月12日⑩（予備日10月13日⑩）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・中学生以下／費用＝一般・シニアの部1ペア2,000円（高校生以下1ペア1,000円）、中学生以下の部無料／申込＝一般・シニアの部9月13日⑩、中学生以下の部9月27日⑩まで

岡江澤☎090(3330)7150

▼陸上競技

10月12日⑩／場所＝東中学校／種別＝中学生・小学生／申込＝9月27日⑩16時30分まで

岡伊藤☎(24)2141（東中学校内）

▼卓球競技

11月4日⑩⑪／場所＝市民体育館／種別＝一般・壮年・中学生・小学生／申込＝一般・壮年は当日会場受付、中学生・小学生は9月20日⑩まで

岡沼☎090(3696)9330

▼ゴルフ競技

11月14日⑩／場所＝ムーンレイクGC茂原コース／費用＝参加費3,000円（当日支払い）、プレー費11,000円（昼食、1ドリンク、パーティー代含む）／種別＝男子（白ティール）・女子（赤ティール）・シニア（70歳以上ゴールドティール）／競技方法＝18Hストロークプレー（新ペリア方式、セルフ乗用カート使用）／参加資格＝1組単位でうち1人は市内在住・在勤者／表彰式（パーティー）＝最終組ホールアウト後、15分後に開始／申込＝10月31日⑩までに大会場所または協会役員へ申し込み

岡ムーンレイクゴルフクラブ

☎(26)5500 FAX(26)5152

▼グラウンド・ゴルフ競技

10月17日⑩（予備日10月18日⑩）／場所＝市営野球場／種別＝一般／費用＝茂原市グラウンド・ゴルフ協会会員500円、一般1,000円／申込＝9月28日⑩まで
岡一般は上野☎090(4841)6236
会員は栗田☎090(3808)1266

▼山岳競技

10月20日⑩6時集合、6時10分出発／集合場所＝市役所南側駐車場（旧市民会館駐車場）／行き先＝清八山（山梨県都留市1,593m）、本社ヶ丸（山梨県大月市1,631m）／参加資格＝市内在住・在勤・在学者（小学生以上）で5時間～6時間程度山登り可能な方／定員＝30人（申込順）／費用＝中学生以上7,000円、小学生3,000円／交通手段＝貸切バス／申込＝メール（ken72423@ab.auone-net.jp）に氏名、住所、生年月日、電話番号、当日の緊急時連絡先を記入し申し込み

岡新井☎080(5470)5493

▼軟式野球競技

10月20日⑩／場所＝市営野球場／種別＝一般男子／費用＝1チーム5,000円／申込＝9月6日⑩17時まで

岡山口☎090(2319)2551

▼空手道競技

11月17日⑩／場所＝市民体育館／種別＝一般・高校生・中学生・小学生・幼年／費用＝選手1人1,000円（幼児500円）、団体1チーム1,000円／申込＝9月13日⑩まで
メール（mb-taikai@hotmail.com）にて

岡渡辺☎090(7762)4137

▼柔道競技

小学生（個人）・中学生（個人）・一般（個人）：11月16日⑩、高校生男子（団体）・高校生女子（個人）：11月17日⑩／場所＝市民体育館／申込＝10月11日⑩17時まで

岡川畑☎(34)3211（茂原北陵高校内）

▼剣道競技

10月13日⑩／場所＝市民体育館／種別＝中学生・小学生／申込＝9月13日⑩17時まで

岡滝田☎090(9343)1564

▼なぎなた競技

10月3日⑩／場所＝市民体育館／種別＝演技競技（小中学生・高校一般）、試合競技（小



「めんたいんげん」

作り方

- ①さやいんげんとえのきたけは3cmに切り、色よく茹で、冷やす。
- ②冷やしたさやいんげんにしょうゆを絡める。
- ③冷やしたえのきたけと辛子明太子を和える。
- ④②と③を合わせ、食べる直前に刻みのりを絡めて盛り付ける。

ひとこと

旬のさやいんげんを使った、辛子明太子の辛味がアクセントのさっぱりした和え物です。さやいんげんの緑、えのきたけの白、辛子明太子の赤、3色の彩りが食卓に映えます。

食材に味が馴染むように、さやいんげんとしょうゆ、えのきたけと辛子明太子を初めに和えてください。

(栄養価/1人分) エネルギー 30kcal たんぱく質3.8g 脂質0.4g 炭水化物4.7g 食塩相当量0.9g

材料/大人2人分

さやいんげん	100g
えのきたけ	40g
辛子明太子	25g
しょうゆ	小さじ1/2
刻みのり	お好みで

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



こども家庭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	8月31日④ 沐浴・妊婦体験編 赤ちゃんのお風呂入れ体験、 パパ“力”アップミニ講座 他	9時～9時15分	妊娠中の方 およびそのご家族	母子健康手帳、筆記用具 ※必ずご予約ください。
ままのわ	9月25日⑥ ミニセミナー 離乳食編 離乳食についてのお話、手遊び歌、計測 他	9時50分～10時	妊娠中の方および離乳食 開始前の子とその母親	母子健康手帳、バスタオル、 赤ちゃんに必要なオムツやミルク ※必ずご予約ください。

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。

今月の日曜開庁

8月25日⑥ 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、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(6810)1636

(ダイヤル回線)

#7119

(プッシュ回線・携帯電話)

相談日時

平日・土曜18時～翌8時
日曜・休日 9時～翌8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。

☎043(242)9939

(ダイヤル回線)

#8000

(プッシュ回線・携帯電話)

相談日時

毎日19時～翌8時

※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、FAX (25)8448へお問い合わせください。