



茂原にジェッツがやってきた!

4月20日④、市民体育館にて千葉ジェッツによるバスケットボール教室が開催されました。市内の中学生24人が参加し、千葉ジェッツのアカデミーコーチ田代 将也さんからトップ選手が取り入れている練習を教わりました。

茂原市議会議員一般選挙の結果

令和7年4月30日任期満了に伴う茂原市議会議員一般選挙の投票が4月27日⑩に行われました。結果は次のとおりです。

問合せ
選挙管理委員会事務局(6階)
☎(20)1529 FAX(20)1604

得票数(敬称略・得票順)		
当	高澤 知佳代	2,527.000票
当	横堀 喜一郎	2,346.000票
当	向後 研二	1,820.000票
当	常泉 健一	1,572.530票
当	石毛 隆夫	1,417.000票
当	折原 孝浩	1,414.539票
当	河野 健市	1,398.619票
当	御園 敏之	1,319.000票
当	河野 英美	1,296.849票
当	高鳥 竜平	1,287.000票
当	細谷 菜穂子	1,251.000票
当	岡沢 与志隆	1,231.000票
当	佐久間 秀之	1,221.000票
当	工藤 孝弘	1,205.460票
当	平 幸子	1,116.000票
当	小倉 義久	1,083.538票
当	野口 雅一	1,068.000票
当	増田 美夫	947.000票

当	高山 佳久	929.461票
当	三橋 弘明	907.000票
当	鈴木 敏文	871.000票
当	糸久 佳伸	849.000票
次	竹村 聡	691.000票
	杉浦 康一	670.000票
	市橋 拓道	655.000票
	瀬山 浩樹	232.000票
	茅野 昌文	144.000票

※同一の氏あるいは名のみを記載した票(按分票)があるため、小数点以下の得票数が生じています。

投票結果	
当日有権者数	73,106人
投票者数	31,854人
投票率	43.57%
// (男)	42.70%
// (女)	44.42%
有効投票数	31,470票

世界禁煙デー・禁煙週間を知っていますか？

市では、望まない受動喫煙を防ぐための啓発活動や、禁煙に関する情報提供・保健指導などの支援をしています。この機会に、たばこを吸う人も吸わない人も、喫煙と健康について考えてみませんか？



**5月31日は
「世界禁煙デー」**

世界で「禁煙」について考える大切な日です。喫煙はがん・心血管疾患・COPD(慢性閉塞性肺疾患)など多くの病気と関連があります。別名たばこ病とも言われるCOPDは、患者の9割が喫煙者で、重症化すると軽い動作でも呼吸困難に陥り、食事等の日常生活もままならなくなります。

その咳や息切れCOPDかも？
詳しくはこちら！



**5月31日～6月6日
は禁煙週間！**



市では、「世界禁煙デー」に合わせて、禁煙週間の期間中、庁舎1階に特別ブースを設け、喫煙と健康に関するパンフレットの設置や、パネル展示、COPDの啓発を実施します。

問合せ 健康管理課(2階) ☎(20)1574 FAX(20)1600

友だち
募集中！



広報もばら 2025.5.15

短期人間ドック・脳ドックの

検査費用を一部助成します

市では、国民健康保険および後期高齢者医療制度に加入している方を対象に、契約医療機関での短期人間ドック・脳ドックの検査費用の一部を助成しています。

定期的に体の状態をチェックすることで、病気の早期発見や、病気になる前に生活習慣に対する適切なアドバイスを受けることができますので、ぜひご利用ください。

契約医療機関一覧

	医療機関名	電話番号	短期人間ドック	脳ドック
市内	君塚病院	(25)1811	○	
	公立長生病院	(34)2121	○	○
	穴倉病院	(24)2171	○	
	鈴木医院	(22)2630	○	
	前田内科・眼科	(27)2888	○	
	宮本内科医院	(22)3770	○	
	山之内病院	(25)6355	○	○
	吉田医院	(34)3045	○	
	きたじまクリニック	(26)7050		○
長生郡内	長生八積医院	(32)3282	○	
	睦沢診療所	(44)2236	○	
市外	亀田健康管理センター	04(7099)1115	○	○
	亀田総合病院附属 幕張クリニック	043(296)2321	○	○
	ちば県民保健予防財団	043(242)6131	○	○

※検査項目・検査方法・予約受付状況等は、各医療機関にご確認ください。

国民健康保険

◆助成要件

次の要件を全て満たしている方

- ・市の国民健康保険の加入期間が継続して6カ月以上である満35歳～74歳の方
- ・納付期限の到来している国民健康保険税を完納している世帯の方
- ・令和7年度内に市で実施している特定健康診査を受診していない方

◆助成額

※脳ドックは、特定健康診査を受診していても助成対象

◆助成額

- ・短期人間ドック
対象費用の7割(上限7万円)
- ・脳ドック
対象費用の7割(上限3万円)

後期高齢者医療制度

◆助成要件

次の要件を全て満たしている方

- ・市内に住所を有する千葉県後期高齢者医療制度の被保険者の方
- ・納付期限の到来している後期高齢者医療保険料を完納している方
- ・令和7年度内に市で実施している健康診査を受診していない方

※脳ドックは、健康診査を受診していても助成対象

◆助成額

- ・短期人間ドック
上限3万円
- ・脳ドック
上限1万円

共通

◆助成回数

令和7年4月1日から令和8年3月31日までの間で、国民健康保険または後期高齢者医療制度いずれかで短期人間ドック・脳ドックそれぞれ1回

◆手続き

- ① 契約医療機関へ直接連絡し、検査日を予約
- ② 検査日の2カ月前から2週間前までに国保年金課から本

納支所へ『人間ドック等助成承認申請書』を持参または郵送(窓口)に提出する際は、本人確認書類を持参)

※申請書は、国保年金課・本納支所または国保年金課ウェブページから入手

③ 検査予定日の1週間前頃までに自宅に届く『人間ドック等助成承認書』を医療機関へ提出

◆注意事項

- ・検査日に本市の資格がないなど、助成要件を満たしていない場合は助成の対象となりません(さかのぼって資格を喪失した場合も含む)。
- ・検査後の申請は、助成の対象となりません。
- ・助成対象とならない検査項目や市で実施しているがん検診等と重複して受診できない検査があります。

申請・問合せ
〒297-8511
茂原市道表1
国保年金課(2階)
☎(20)1503 FAX(20)1600



メールフォーム

お知らせ

市では、広報紙の送付を希望する方に無料で郵送しています。申込み 秘書広報課(3階) ☎(20)1512 FAX(20)1601



「大相撲 鍛山部屋 ふれあい相撲」を開催します！



市では、鍛山部屋の力士を招き、市民との交流イベント「大相撲鍛山部屋ふれあい相撲」を開催します。小学生を対象とした「こども相撲もばら場所」も併せて行いますので、ぜひご参加ください。



鍛山親方
ほうましよう
(元小結 豊真将 関)



阿炎 関
あび
(最高位：関脇)



◆日時 6月21日④ 9時～（12時終了予定）
※観覧無料

◆場所 市民体育館相撲場（雨天時は市民体育館内にて実施）

◆内容
・間近で観覧できる大迫力の公開稽古
・来場者が参加できる相撲体験（申込不要）
・こども相撲もばら場所（要事前申込）

申込先：（一社）茂原青年会議所 ☎(22)3361

※各イベント内容等に変更が生じる場合があります

◆駐車場
・市民体育館駐車場（約100台） ・市役所周辺駐車場（約400台）
※市役所前から無料シャトルバスでの送迎あり



▲詳しくはこちら

問合せ スポーツ振興課（市民体育館内） ☎(23)2811 FAX (25)9351

道路に張り出している樹木の^{せんてい}剪定・草刈りのお願い

道路に張り出した枝や草は、歩行者や車両の通行の妨げとなり、思わぬ事故を引き起こす原因となります。

市民の皆さんに安全に道路をご利用いただき、住みよい環境を維持するため、道路沿いに土地を所有している方は、定期的に樹木の剪定や草刈りを行うなど、適切な管理をお願いします。



張り出した枝により見えづらくなったカーブミラー



民地からはみ出した草により狭くなった道路

問合せ 土木管理課（7階） ☎(20)1537 FAX (20)1605



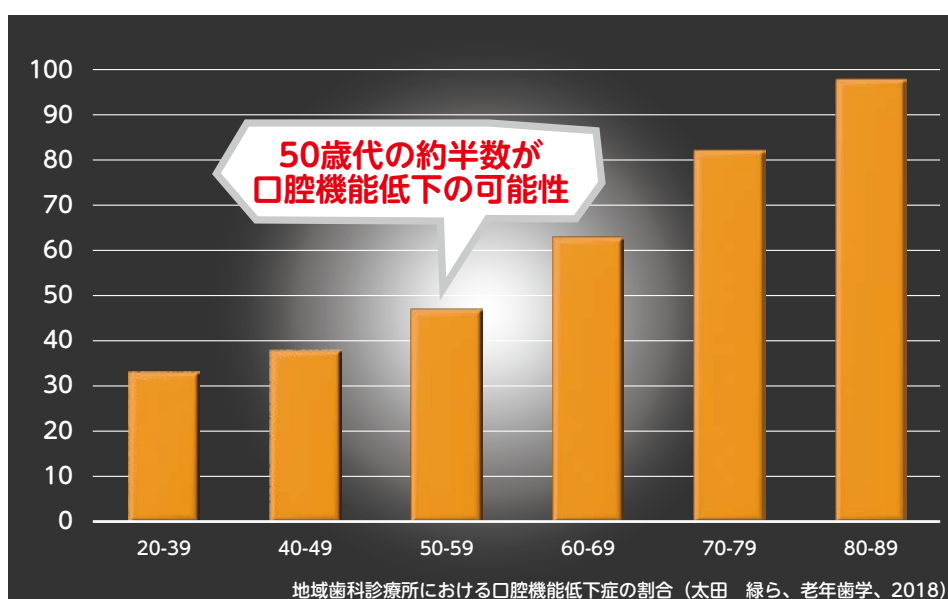
めざせ8020! No.169

「むせる」は オーラルフレイルのサインかも!?

「むせる」ことは飲食物や唾液が誤って気管に入ってしまった時に、それを吐き出そうとする反応です。特に、お口の機能や飲み込む力が低下した時に起こりやすくなります。急いで食事をかきこんだ時など、たまにむせる程度なら問題ありませんが、40歳を過ぎてから頻繁にむせる方は要注意です。

食事の時に限らず、飲み物でむせることが増えた、何でもない時に自分の唾液でよくむせるといったことはありませんか？それはオーラルフレイル（お口のささいな衰え）のサインであり、誤嚥性肺炎のリスクが高くなっている可能性があります。

また、近年の研究では、40歳代で4割、50歳代で5割の方が、口腔機能が低下していることが分かっています。まだ若いと思っても、よくむせるようになったら注意が必要です。



むせることが増えてきたら、お口の体操（パタカラ体操[※]）や唾液腺マッサージをしてお口の機能の回復、またオーラルフレイル予防をしましょう。

茂原市歯周病検診では、歯科医師の診察、歯科衛生士のブラッシング指導に加えて、65歳以上の方に口腔機能のチェックも行っています。ぜひご利用ください。

※パタカラ体操とは嚥下機能の維持・向上を目的とした体操で、「パ・タ・カ・ラ」の音を連続して発音するものです。口や舌の筋力を鍛え、誤嚥防止や唾液の分泌促進に効果があります。



問合せ 保健センター ☎(25)1725 FAX (25)1865

監査の結果に 対する措置

令和6年度及び令和5年度
に実施した監査結果に基づき
講じた措置について、茂原市
長から通知がありました。内
容は、次のとおりです。

◆監査の種類 定期監査 ◆措置年度 令和6年度

〈総務部 管財課〉

【監査結果】

・契約事務については、法令
に基づき適正に執行する必要
があることから、職員の知識
習得に向け徹底した研修・指
導に努められたい。

【措置内容】

・職員の契約に関する情報の
共有と知識習得に向け以下の
会議と研修を行った。

令和7年1月23日に建設工
事発注担当者12名で会議を行
い、建設業法等の改正を受け
た本市の関連要領等の対応に
ついて、協議と情報共有を行
った。

令和7年2月14日に契約事
務説明会を行い、80名が出席

した。研修は、初級と中級の2
コースに分けて行い、契約事
務の基礎的な知識習得、注
意点及び改正点などを周知した。

〈市民部 国保年金課〉

【監査結果】

・国民健康保険事業特別会計
の予備費については、執行額
が少ないことから、近年の決
算額等を勘案し、適正な額の
見直しを検討されたい。

【措置内容】

・近年における予備費の執行
状況については、予算に対し
少ない額で推移していること
に加え、予備費としての機能
を維持する必要性を勘案し、
令和7年度予算においては、
前年度の3千万円から減額し、
2千万円に見直した。

〈経済環境部 環境保全課〉

【監査結果】

・令和6年度に策定予定の茂
原市地球温暖化対策実行計画
については、気候変動の主な
要因の一つである地球温暖化
の防止に向け、市民一人ひと
りが生活の中で取り組むこと
が可能なCO2削減対策を
盛り込むなど実効性のある計
画の策定に努められたい。

【措置内容】

・市域全体のCO2排出量の
削減目標及び市、市民、事業
者における具体的な地球温暖
化対策への取組について示し
た地球温暖化対策実行計画
（区域施策編）を令和7年3
月13日に策定した。

〈都市建設部 土木管理課〉

【監査結果】

・水防訓練については、水防
意識の向上を図ることを目的
とし、多くの関係団体の参加
により毎年実施されている。
大雨等による河川氾濫で起こ
る被害を最小限に防ぐために
果たす役割は大変大きいこと
から、訓練の更なる充実に努
められたい。

【措置内容】

・令和6年5月25日に、ヒュ
ーマンキャンパスのぞみ高等
学校において水防訓練を実施
した。参加団体は、消防団、
茂原市建設業組合、千葉県建
設業協会長生支部、自主防災
会、千葉県、長生郡内の7市
町村と水防技術の習得と水防
に対する重要性を認識した。
また、茂原市職員においては、
水防従事者各自が仮設排水ポ
ンプを操作できるよう8月20

（21日に操作訓練を行い訓練
の充実を図った。

〈都市建設部 建築課〉

【監査結果】

・空き家バンク制度[※]について
は、管理不全空き家等の解消に
繋がることはもとより、移住・
定住の促進等による地域の活
性化にも繋がることから、制
度の詳細や利用方法等の更な
る周知に努められたい。

【措置内容】

・空き家に関する問題点や予
防に向けた対策として、管理・
売却・賃貸・解体・相続など
の情報を周知し、啓発を図る
ため茂原市空き家対策ガイド
ブックを作成し、空き家バン
ク制度の更なる周知を図った。

※空き家バンク制度：自治体
が運営する空き家のマッチ
ングシステム。空き家を「売
りたい・貸したい」所有者
と「買いたい・借りたい」
利用者をつなぐ制度。

問合せ

監査委員事務局（9階）
☎(20)1560 FAX(20)1607

ジェネリック医薬品（後発医薬品） の利用を検討してみよう

ジェネリック医薬品は、先
発医薬品（新薬）の特許が切
れた後に販売され、新薬と同
等の効き目を持つ厚生労働省
に認められた低価格な薬です。
薬の形や色、添加剤などは変
更してもよいため、見た目や
添加剤が異なることがありま
すが、有効性や安全性に違い
はありません。

ただし、薬の種類によつて
は、ジェネリック医薬品がな
い場合もありますので、希望
する方は、かかりつけの医師
や薬剤師にご相談ください。

市では、国民健康保険加入
者の負担軽減と医療費削減の
ため、『ジェネリック医薬品に
関するお知らせ』を一部の方
に送付します（7月、9月、11
月の3回予定）。これは、現
在処方されている先発医薬品
をジェネリック医薬品に切り
替えた場合に、自己負担額が
一定額以上軽減されると見込
まれる方に、切り替えを検討
していただくための通知です。

問合せ

国保年金課（2階）
☎(20)1503 FAX(20)1600

一人で悩まずご相談ください

茂原市消費生活センター

消費生活センターでは、消費生活に関する消費者と事業者間のトラブルについて、資格を持った消費生活相談員が相談を承ります。

※相談無料、秘密厳守

また、消費者啓発のため、消費生活に関する情報提供や講座の開催など、消費者の自立を支援するための各種事業を行っています。

◆相談の多い事例

・ネットの広告を見て、お試し価格だと思い美容液を注文したところ、定期購入になっており、2回目の商品と高額な請求書が届いた。

・業者が突然来訪し「無料で給湯器を点検します」と言われたので点検に応じてしまった。「このままでは壊れる」と言われ、高額な給湯器の交換費用を請求された。

・官庁等の公的機関を名乗った電話があり、身に覚えのない未納料金を請求された。

◆相談への対応

内容に応じて、問題解決のための助言や情報提供をします。契約書類等をできるだけそろえていただくと、相談がスムーズに進みます。まずは電話でご相談ください。

◆相談日

月曜日・金曜日

※休日・年末年始を除く

◆相談受付時間

9時30分～16時

※12時～13時を除く

消費生活相談

多重債務

商品の使用による事故

契約・取引に関するトラブル

商品やサービスに関する苦情など

令和6年度 茂原市での相談件数 662件（前年度比99件減）
商品・役務（サービス）別上位相談

順位	商品・役務（サービス）	主な相談内容
1	役務その他	給湯器・不用品回収・PCウイルス感染・ロードサービスなど
2	商品一般	SMS・メール・架空請求・不審な荷物・不審な電話
3	定期購入	ネット通販での化粧品・健康食品・サプリ等の契約
4	工事・建築・加工	屋根工事・外壁塗装工事・トイレ等の住宅リフォームトラブル
5	融資サービス	サラ金・多重債務

歯と口の健康週間

6月4日～10日



この週間は、歯と口の健康に関する正しい知識を普及啓発するものです。歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着およびその早期発見・早期治療等を徹底することで歯の寿命を延ばし、健康を保持増進することを目的としています。

この機会に歯の健康管理を見直し、むし歯や歯周病の予防に努めましょう。また、かかりつけの歯科医院を持ち、ご家族で定期的に歯科検診を受けましょう。



茂原市保健センター Instagramにて
歯科コラムを更新中！ぜひご覧ください！

問合せ 保健センター
☎(25)1725 FAX(25)1865

『太陽光パネル・蓄電池』 共同購入 参加者募集中！



みんなの
うちに
太陽光

参加登録期間
～9月4日㊦

太陽光パネルの設置が電気代の大幅な節約に繋がることをご存じでしょうか？

4月2日より、みんなで集まり安心・おトクに購入できる、太陽光パネル・蓄電池の「共同購入事業」の参加者を募集しています。まずは、数分の無料参加登録で設置費用をご確認ください。

千葉県 みんなのうちに太陽光

検索



問合せ みんなのうちに太陽光事務局
☎0120(758)300(固定電話・携帯電話)
受付時間 10時～18時(土・日・祝日を除く)



3/21

仲良くなれるかな？

とうめいこくみんしょうがっこう

鶴枝小学校・東明国民小学校オンライン交流会

鶴枝小学校の5年生と台湾にある東明国民小学校の5、6年生がオンライン交流会を行いました。これは世界を舞台に活躍する人材の育成を目指す県の取り組みとして開催されたもの。

名札を見せながら自己紹介をした後に、お互いの国のお正月の挨拶について説明。最後には送り合っていたお菓子などをそれぞれの国の言葉で紹介し、交流を深めました。



▲西瓜甜不甜？（台湾で写真を撮るときの掛け声）



▲最後は祝いの餅まきで締めくくりました

春の訪れを感じながら地域交流

3/22

五郷桜まつり

五郷福祉センターにて、地域の子どもからお年寄りまでの交流を深めるイベント「五郷桜まつり」が五郷地区まちづくり協議会主催により開催されました。今年も開花が遅れ、桜を見ることはできませんでしたが、晴天に恵まれ多くの方々が参加。

4月から五郷小学校に入学する子どもたちに市原市長からお祝いのお餅が手渡された他、早野中学校音楽部の演奏や五郷鼓蝶会による銭太鼓などが披露されました。また、お餅や豚汁などの模擬店の出店もあり来場者は楽しいひと時を過ごしました。

4/6

茂原市観光大使が一日署長に！

春の交通安全運動出動式

令和7年春の全国交通安全運動に係る出動式が、茂原ショッピングプラザアスモにて開催され、茂原市観光大使の相川 友希さんが一日署長を務めました。

華やかな制服姿で、日々パトロールに従事している茂原署の警察官や、茂原交通安全協会の皆さまなど、長生郡市内の各関係者に激励の言葉をかけました。

開催に合わせて、茂原北陵高校吹奏楽部の演奏も行われ、会場は和かなムードに包まれました。



▲委嘱状を手にした相川さん、制服が良く似合います！

かわいさ満点、食べて満足！

4/18

市民の日記念「モバリん給食」

市民の日（4月1日）を記念して、市内公立保育所の児童たちがモバリん給食を味わいました。このメニューは市のマスコットキャラクター「モバリん」に親しみを持ってもらうために栄養士が考案したもの。

カレーピラフや豆腐ハンバーグなどで表現されたモバリんに、子どもたちからは「目がレーズンだ！」「おかわりしたい！」などいつもと違う給食を楽しむ声が上がりました。



▲モバリんかわいいね♪

お知らせ

戸籍に氏名の振り仮名が

記載されるようになります

5月26日に改正戸籍法が施行され、戸籍の氏名に振り仮名が記載されることとなります。施行日以降、本籍地の市区町村から「戸籍に記載される予定の振り仮名」が通知されます。

本市に本籍がある方は8月頃の通知を予定しています。通知の振り仮名が正しい場合は届出をする必要はなく、通知のとおり戸籍に記載されます。

詳しくは、法務省ウェブサイトをご覧ください。



問 市民課（2階）

☎ 1502 FAX 1600

マイナンバーカードによる
コンビニ交付サービス一時
停止のお知らせ

5月25日④は終日、システムメンテナンスのため、コンビニ交付サービスを一時停止します。

ご迷惑をお掛けしますが、ご理解のほどよろしくお願いします。

問 市民課（2階）

☎ 1502 FAX 1600

市民税課（2階）

☎ 1577 FAX 1609

忘れずに納付しましょう！

軽自動車税（全期）の納付期限は6月2日④です。最寄りの金融機関やコンビニで納付してください。

なお、地方税統一QRコード（e-LiQR）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。



※軽自動車税の納税通知書は

5月9日④に発送しました。

口座振替をご利用いただいている方は、振替結果として6月中旬に軽自動車税納税証明書（継続検査用）を発送します。

※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）

☎ 1578 FAX 1609

県税納付のご協力を
お願いします

千葉県税は、市会計課・本納支所でも納付することができます。納付金額の2%が県から委託金として交付され、市の歳入となりますので、ご協力をお願いします。

取り扱い県税は、普通自動車税・不動産取得税・法人県民税・個人事業税・法人事業税です。

問 会計課（2階）

☎ 1576 FAX 1609

STOP THE 不法電波！

総務省では、6月1日から10日までを「電波利用環境保護周知啓発強化月間」として、電波を正しく利用していただくための周知・啓発活動および不法無線局の取締りを強化します。

電波は暮らしの中で欠かせない大切なものです。電波のルールはみんなで守りましょう。

問 関東総合通信局

不法無線局による混信・妨害

☎ 03(6238)1939

テレビ・ラジオの受信障害

☎ 03(6238)1945

健康生活推進員さんの

「お魚で健康づくり料理教室」

参加者募集

魚を食べる機会が減っている今、魚をさばいて調理してみましよう。

◆日時

①5月28日④、②6月3日④

9時30分～13時（受付9時15分～）

◆場所

保健センター

◆献立

ご飯・あじの南蛮漬け・青のり和え・つみれ汁

◆対象

市内在住者

◆定員

各20人（申込順）

◆費用

500円

◆持ち物

エプロン、三角巾、マスク、

手拭きタオル、筆記用具

◆締切

①5月21日④、②5

月27日④

◆主催

茂原市健康生活推進員会

※①②両日とも同じ内容です

が、②は男性が対象です。

【申込み・問合せ】

保健センター

☎ 1725 FAX 1865

NPO法人ナルク茂原

「いちごの会」設立25周年

記念事業講演会を開催します

◆日時

6月15日④13時30分～15時

30分（開場12時30分）

◆会場

市役所市民室

◆内容

講演

「人生100年時代 今、地域に求められるもの」～福祉のある「我がまち」づくり～

講師

千葉大学大学院社会科学研

究院 教授 関谷 昇氏

◆後援

茂原市

・茂原市

・茂原市社会福祉協議会

【申込み・問合せ】

NPO法人ニッポン・アク

ティブライフクラブ ナルク

茂原「いちごの会」

☎ FAX 5229





あなたも参加しませんか？

スポーツ振興課

☎(23)2811 FAX(25)9351

✉taiiku@city.mobara.chiba.jp

▼レッツエンジョイスports

タッチバレーボール体験会

6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）／費用＝1人100円（当日集金）／持ち物＝室内用運動靴、運動ができる服装、飲み物／申込＝申込書に必要事項を記入し、5月16日⑤～30日⑤までに市民体育館へ持参、メールまたは申込フォームにて申し込み※申込書は市民体育館またはスポー

ツ振興課ウェブページにて入手



▲申込フォーム



▲スポーツ振興課ウェブページ

▼千葉県民スポーツ大会ゴルフ競技選手選考会

7月17日⑩／受付時間＝6時30分～7時（OUT・IN 7時49分スタート）／場所＝ムーンレイクゴルフクラブ 茂原コース／定員＝40人（先着順、組み合わせ・スタート時間はゴルフ協会が指定します）／参加資格＝市内在住のアマチュア（学生は除く）

／競技方法＝18ホールストロークプレー（スクラッチ、セルフ乗用カート使用）／区分および予選通過数＝①成年男子（年齢制限なし）5人、②女子（年齢制限なし）2人、③男子シニア（60歳以上）3人※予選通過者は当日発表しますので、プレー終了後、クラブハウスでお待ちください／費用＝参加費3,000円（当日受付で支払い）、プレー費10,000円（昼食付き）／申込＝6月20日⑤まで／主催＝茂原市ゴルフ協会／本選予定＝8月20日⑩姉ヶ崎カントリークラブ

⑩ムーンレイクゴルフクラブ茂原コース ☎(26)5500



国勢調査 2025

あなたも調査員になりませんか？

令和7年10月1日を基準日として、国勢調査が実施されます。本市では600を超える地域に分けて調査を行うため、400人以上の調査員のご協力が必要となります。

◆応募資格

次の要件を全て満たしている方

- ・満20歳以上（令和7年8月1日時点）で健康な方
- ・責任をもって最後まで調査事務を遂行できる方
- ・警察、選挙事務に直接関係のない方
- ・暴力団員、その他の反社会的勢力に該当しない方
- ・調査により知り得た秘密を守ることができる方

※調査の開始前に説明会を開催しますので、未経験の方も安心してお申し込みください！

◆活動期間 9月上旬～11月上旬（予定）

◆報酬 1調査区：約5万円、2調査区：約9万円

※上記の金額は目安となります。

◆申込 電話、FAX、メール、申込フォームにて

詳しくは、企画政策課ウェブページをご覧ください。



▲申込フォーム



▲ウェブページ

申込み・問合せ 企画政策課（4階）✉kikaku3@city.mobara.chiba.jp

☎(20)1516 FAX(20)1602

あなたも参加しませんか？

東部台文化会館

☎(23)8711 FAX(23)9767
 ㊤6月12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8年 6月分	6月2日㊤
体育センター	令和7年 9月分	6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。

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

▼におかわ せいいち鳩川 誠一 洋画、墨彩画展

～5月20日㊤／内容＝墨と油彩を併用した絵画により、国際的にも注目を集めた、郷土ゆかりの洋画家鳩川 誠一の当館収蔵作品を展示



▲鳩川 誠一「北海道風景」(未完)

◆共催団体展

▼長生郡市陶芸作品展

～5月18日㊤

▼茂原写真友会写真展

5月24日㊤～6月1日㊤

◆共催展示

▼茂原市市民美術展

5月26日㊤～6月21日㊤最終日は15時まで

◆令和7年度県民の日賛同行事

▼茂原市立美術館・郷土資料館
 ポストカードプレゼント

6月15日㊤／先着50名様にお好きなポストカードを1枚プレゼント

◆第3回「もばら子どもギャラリー」への作品を募集します

市内の子どもたちの自由な作品を発表する場です／会期＝7月26日㊤～8月19日㊤／対象＝市内在住中学3年生まで／作品＝絵(クレヨン、絵の具など画材は自由)、習字など、画びょうで展示できるもの。大きさはB5～四つ切サイズ、習字は半紙サイズ(作品の裏面に、鉛筆で氏名と年齢をご記入ください)／募集期間＝6月16日㊤～7月21日㊤㊤までに、美術館・郷土資料館に作品を持参。

◆郷土資料館常設展示

旧石器時代の石器、縄文土器、弥生時代から奈良平安時代までの出土品をはじめ、県指定文化財の人車や、なつみ国府関夏身遺跡・じんしゃ山崎横穴群等の出土品を展示

図書館

☎(23)6151 FAX(25)6136
 ㊤年末年始

▼おはなし会(3歳以上)

5月24日㊤、6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)

5月17日㊤14時～14時30分／内容＝「トムとジェリー」

▼赤ちゃんといっしょのおはなし会

5月20日㊤10時30分～11時

▼ショート託児サービス

5月27日㊤、6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

▼大人ための朗読会

5月25日㊤14時～16時／場所＝アスモ劇場／内容＝「口紅のとき」角田 光代 作 他／朗読＝綾・紋の会／定員＝80人／申込＝5月7日㊤11時より図書館または電話にて

▼大人ための映画会

6月15日㊤14時～／場所＝アスモ劇場／内容＝「ローマの休日」／定員＝80人／申込＝6月2日㊤11時より図書館または電話にて

総合市民センター

☎(24)9511 FAX(23)7444
 ㊤祝日、年末年始

▼おゆずり会

6月9日㊤10時～11時30分／内容＝サイズが合わなくなった子ども服・マタニティグッズ・ベビーグッズ・おもちゃなどを持ち寄り、必要な物を自由に持ち帰りできます／対象＝市内在住の妊婦さん～6歳未就学児の保護者／費用無料／申込不要／入退室自由

豊田福祉センター

☎(26)1105 FAX(26)1106
 ㊤祝日、年末年始

▼スマホ基本操作(LINE・防災)教室

6月24日㊤ ①10時～12時、②13時30分～15時30分／内容＝①スマホの基本操作とLINE②スマホの基本操作と防災／対象＝市内在住のスマホ初心者／定員＝各16人(申込順)／費用無料／申込＝5月16日㊤9時から電話にて





「タンドリーチキンサンド」

作り方

- ①ビニール袋に鶏むね肉とAの材料を入れ、冷蔵庫で2～3時間冷やす。
- ②赤玉ねぎはスライスする。
- ③別のビニール袋に②とBを加えて、冷蔵庫で冷やしマリネを作る。
- ④レタスは洗い、水気を切っておく。
- ⑤食パンに粒マスタードとカッテージチーズを塗り、半分に切っておく。
- ⑥220℃に予熱しておいたオーブンに、①の鶏むね肉を15～20分程度中心までしっかり焼く。
- ⑦⑤の食パン半分にレタスを敷き、水気を切った③のマリネ、焼きあがった⑥の鶏むね肉をのせ、もう半分の食パンで挟む。

ひとこと

ビニール袋を使った時短レシピです。旬の赤玉ねぎマリネのさわやかな酸味とスパイシーなタンドリーチキンの相性は抜群です。

※写真は、サラダとコーンスープを添えています。

(栄養価／1個分) エネルギー 339kcal たんぱく質23.0g 脂質7.7g 炭水化物42.3g 食塩相当量2.2g

材料／2人分

食パン(山型6枚切り)	2枚
粒マスタード	小さじ1
カッテージチーズ	30g
鶏むね肉	60g×2切れ
おろし生姜・にんにく	各小さじ1
カレー粉	小さじ1
A 塩	少々
トマトケチャップ	大さじ1
無糖ヨーグルト	大さじ2
レタス	5枚
赤玉ねぎ	1/4個
B リング酢	大さじ2
砂糖	小さじ1
塩	少々

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。

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	①5月29日☎ 沐浴・妊婦体験編 赤ちゃんのお風呂入れ体験、パパが行う妊婦体験、産後のメンタルヘルスについて 他 ②6月26日☎ 授乳・ミルク作り体験編 母乳育児の話、調乳(ミルク作り)・赤ちゃんの抱っこ体験、先輩ママ・パパに聞いてみよう 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、 ①はバスタオル2枚 ※必ずご予約ください
モバリん きずくセミナー	5月20日☎ 離乳食編 計測、手遊び歌、離乳食についてのお話	9時50分～10時	妊娠中の方 離乳食開始前のお 子さんとその母親	母子健康手帳、筆記用具、 バスタオル、赤ちゃんに 必要なオムツやミルク等

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

5月25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、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。