



もばら



一穂 一穂、心を込めて
実りの秋を迎える。



田植えからおよそ4カ月、市内各地では8月から令和7年産米の
稲刈りが行われています。(撮影協力:農事組合法人七渡営農組合)



ご長寿おめでとうございます



9月15日の「老人の日」は、永年にわたり社会に貢献された高齢者を敬い、その長寿を祝うとともに、高齢者福祉について理解と関心を高める日です（老人福祉法により9月15日は「老人の日」と定められています）。

市内の65歳以上の方の人口は、男性13,441人、女性16,290人、合計29,731人で、総人口85,371人の約35%を占めています（令和7年9月1日現在）。

令和7年度長寿者（100歳以上）

敬称略

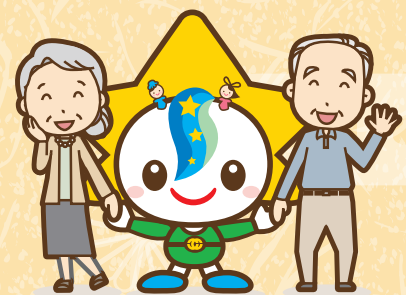
氏名	年齢	性別
松 戸 タ カ	107	女
宮 川 愛 子	106	女
石 井 都	105	女
小 林 よ し	105	女
宮 澤 美 伸	105	男
大 石 さ い	104	女
大 森 つ る	104	女
鬼 原 文 夫	104	男
森 田 は つ	104	女
吉 崎 恵 美	104	女
金 坂 や す	103	女
佐 藤 國 雄	103	男
増 田 米 藏	103	男
渡 辺 ハルノ	103	女
飯 高 薫	102	女
岩 崎 正 子	102	女
大 野 忠 雄	102	男
大和久 乃 ぬ	102	女
菅 野 喜 代	102	女
宮 崎 隆 次	102	男

氏名	年齢	性別
青 柳 ゆ き	101	女
石 渡 アヤ子	101	女
今 井 行 江	101	女
久 我 伊三郎	101	男
好 地 た け	101	女
西 周 さ く	101	女
高 師 き み	101	女
高 山 恵美子	101	女
高 山 喜久江	101	女
高 山 菊 江	101	女
中 村 豊	101	男
並 木 茂	101	男
細 矢 み や	101	女
米 良 ひ さ	101	女
伊 東 サキヨ	100	女
伊 藤 保 次	100	男
京 藤 治 子	100	女
久 我 政 江	100	女
今 野 ト ミ	100	女
齋 藤 イ ト	100	女

氏名	年齢	性別
酒 井 喜久枝	100	女
下 川 方 子	100	女
正 林 政 子	100	女
鈴 木 富美江	100	女
武 井 ソ ノ	100	女
田 中 貴美子	100	女
富 田 善 作	100	男
中 山 俊 子	100	女
平 賀 よ し	100	女
古 川 静 江	100	女
箕 輪 一 三	100	男
吉 田 俊 子	100	女
渡 邊 美枝子	100	女

※令和7年9月1日現在、希望者のみ掲載

※年齢は令和7年9月15日現在



問合せ 高齢者支援課（2階） ☎ (20) 1572 FAX (20) 1610

公共施設見学会

市では、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** 10月27日⑤・29日⑥ 10時～13時
※9時45分旧中央公民館前駐車場集合
- ◆**見学先** ・図書館 ※館内および書庫の見学
・学校給食センター ※給食の試食あり
- ◆**定 員** 各回25人（申込順） ※最低催行人数20人
- ◆**費 用** 450円（給食費・お茶代）
※当日集金。お釣りのないよう準備をお願いします。
- ◆**申 込** 9月16日④～30日④までに電話にて
※給食の用意の都合上、キャンセルは10月9日④17時まで。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) 1512 FAX (20) 1601

令和8年度 市民活動団体補助金・協働提案事業補助金 交付団体募集

市では、市民と行政が連携・協力して地域の課題解決に取り組む「協働のまちづくり」を推進しています。市民活動団体の取り組みを支援するため、補助金の交付希望団体を募集します。

	市民活動団体補助金	協働提案事業補助金
対象団体	市民活動団体として認定を受けた団体	
補助事業	まちづくりのための事業で、営利・宗教・政治等を目的とせず、令和9年3月31日までに終了する事業	行政と協働で実施するまちづくりのための事業で、次に該当し、令和9年3月31日までに終了する事業 ①行政提案型…別途募集（予定） ②団体提案型…まちづくりのための事業で、営利・宗教・政治等を目的としないもの
補助金額	10万円以内	
補助団体数	3団体（予定）	各1団体（予定）
審査方法	書類審査	書類審査・公開プレゼンテーション（予定）

- ◆**申請方法** 補助金交付要望書に必要事項を記入し、実施計画、予算書等を添付の上、持参または郵送
※各補助金交付要望書は生活課またはウェブページから入手

- ◆**申請期限** 10月15日⑤（当日消印有効）



▲市民活動団体補助金



▲協働提案事業補助金

申込み・問合せ **生活課（2階）** ☎ (20) 1505 FAX (20) 1600

高齢者のインフルエンザおよび新型コロナウイルス感染症の 予防接種費用の一部を助成します

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の流行が始まると、短期間で感染が広がります。
感染拡大防止のため、予防接種を検討しましょう。

インフルエンザワクチン

- ◆対象者 令和7年12月31日時点で満65歳以上の方
- ◆助成金額 3千円 ※助成金額を超えた額は自己負担となります。
- ◆実施期間 10月1日(水)～令和8年1月31日(土) (接種日は医療機関によって異なります)

新型コロナワクチン

- ◆対象者 令和8年3月31日時点で満65歳以上の方
- ◆助成金額 3千円 ※助成金額を超えた額は自己負担となります。
※令和7年度からは国の費用助成はありません。
- ◆実施期間 10月1日(水)～令和8年3月31日(土) (接種日は医療機関によって異なります)

共通事項

予約票については、令和7年10月1日時点で満65歳以上の方を対象に9月末頃送付します。
なお、実施期間中に満65歳になる方には、誕生日を過ぎてから送付します。

60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん臓、呼吸器の機能およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害により、身体障害者手帳1級を所持している方も対象となりますので、必ず接種前にお問い合わせください。対象者の確認書類として、障害者手帳の写しが必要となります。

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

契約内容公表

令和7年度第1四半期に契約を締結した1,000万円以上の
建設工事は次のとおりです。

	工事名	請負業者	契約額(円)	工期
1	市単公共下水道管渠更生工事 (小林 外)	一守建設(株)	19,800,000	令和7年4月22日～令和7年 9月29日
2	茂原駅前通り地区土地区画整理事業 下水道管布設工事	(株)金城組	10,450,000	令和7年6月10日～令和7年10月31日
3	南中学校トイレ大規模改修工事 (I期)	日伸建設(株)	50,160,000	令和7年6月24日～令和7年12月17日
4	東郷小学校区第2学童クラブ移設に伴う改修工事	(株)緑川組	10,780,000	令和7年6月17日～令和7年 9月16日
5	南中学校空調機設置工事	(有)石田水道工事店	21,880,100	令和7年6月24日～令和7年10月24日
6	内水対策関連工事 (大芝付帯工)	(株)岡田建設	12,320,000	令和7年6月24日～令和7年10月31日
7	市単公共下水道管渠改築工事 (緑町)	(有)浜谷総業	31,240,000	令和7年7月 1日～令和8年 1月19日

問合せ 管財課 (4階) ☎ (20)1520 FAX (20)1603

口腔がん検診

口腔がんは、がんの中では認知度は低いですが、近年の高齢化に伴い、増加傾向にあります。この機会に検診を受け、早期発見・早期治療に努めましょう。



- ◆日時 10月25日(土) 13時～
※受付時間は申し込み後、個別にご案内します。
- ◆場所 保健センター
- ◆内容 歯科医師による視診・触診
- ◆対象 令和7年4月1日現在で40歳以上の方
- ◆定員 200人(申込順)
- ◆費用 500円
- ◆申込 電話、FAX、メール、申込フォームから事前予約
(昨年度受診した方も改めて申し込みが必要です)



▲申込フォーム

申込み・問合せ 保健センター

✉ hoken@city.mobara.chiba.jp ☎ (25)1725 FAX (25)1865

もばらファミリー・サポート・センター 会員募集

◆内容

市では、「もばらファミリー・サポート・センター」を開設しています。センターでは、子育てのサポートをしてほしい方(依頼会員)と子育てのサポートができる方(提供会員)が会員となり、おおむね生後6カ月から小学校6年生までの子どもを対象とした、一時的な預かりや保育施設等への送迎など育児支援を行っています。

詳しくは、ウェブページをご覧ください。



▲ウェブページ

◆1時間あたりの利用料金(依頼会員負担)

	6時～7時	7時～20時	20時～21時
平日	900円	700円	900円
土日・休日・ 年末年始	900円		



申込み・問合せ 保育課(8階) ☎ (36)5656 FAX (20)1606

路線バスを利用しましょう

路線バスは、通勤・通学だけでなく、高齢者等の通院や買い物など「地域の足」として、重要な交通手段です。今後、運転免許証を返納し車で移動できなくなる高齢者の増加が見込まれ、ますます路線バスの必要性は高まってきます。

しかし、路線バスを維持・確保することは、民間バス事業者の経営改善努力だけでは厳しく、地域住民の利用が必要不可欠です。

住民の皆さんの大切な「地域の足」である路線バスを維持するため、多くの方のご利用をお願いします。



問合せ 小湊鉄道株式会社長南営業所（路線バスに関すること） ☎ (46)3581
都市計画課（8階） ☎ (20)1546 FAX (20)1606

秋の全国交通安全運動 ～見えないを 見えるに変える 反射材～

9月21日㊤～30日㊤は、秋の全国交通安全運動の期間です。運動の重点目標として次の3つを掲げています。

- ① 歩行者の安全な道路横断方法等の実践と、
反射材用品や明るい目立つ色の衣服等の
着用促進



- ② ながらスマホや飲酒運転等の根絶と、
夕暮れ時の早めのライト点灯やハイビーム
の活用促進



- ③ 自転車・特定小型原動機付自転車の交通
ルール理解・遵守の徹底と、ヘルメットの
着用促進



日没時間が急激に早まる秋口は、夕暮れ時や夜間における交通事故の増加が懸念されます。

思いやりと時間に余裕を持ち、交通安全を心掛けて、交通事故防止に努めましょう。



問合せ 生活課（2階） ☎ (20)1505 FAX (20)1600



未来のために、いま戦争を伝える

7/15

茂原市遺族会平和の語り部委員会による講話

茂原市遺族会平和の語り部委員会が鶴枝小学校の5、6年生に向け、戦争の体験談を語りました。これは戦後80年の節目に、戦争を経験した方たちが、その愚かさやむごたらしさ、むなしさを語り継いでいくために開催されたもの。

普段、戦争について耳にする機会が少ない児童たちにとって、戦争は決してひとごとではなく、平和な未来をつくるために忘れてはならないものだ実感する貴重な機会となりました。



▲真剣に耳を傾ける児童たち



▲正しくお箸が持てるかな？

食について楽しく学ぶ

8/6

茂原市健康生活推進員会による「食育縁日」

市民室にて、食について楽しく知識を深めるための「食育縁日」が行われ、63人の親子が参加しました。

当日は健康生活推進員やボランティアで参加した茂原樟陽高等学校食品科学科の生徒と一緒に正しい箸の持ち方や、食べ物に含まれる栄養素のはたらきなどの説明をした他、食に関する5種類のゲームを実施。

参加した親子は「いつもは興味の薄い商品のことを学べるいい機会になった」「クイズが楽しかった。もっと遊びたかった」と大満足の様子でした。

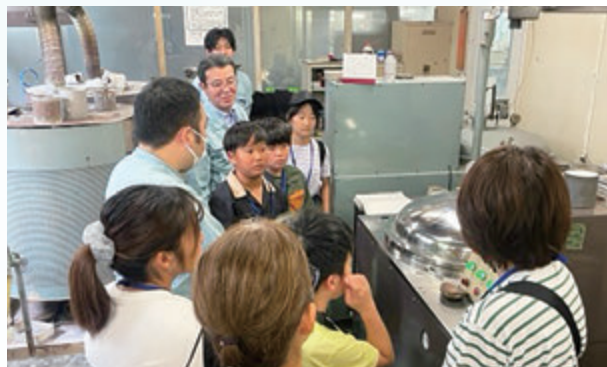
見て、知って、ワクワク！

8/7

親子で工場見学ツアー

親子で工場見学ツアーが行われ、10組20人の親子が参加しました。これは市内産業の「世界に誇る技術」を実感し、工業の大切さを知ってもらうために開催されたもの。

ツアー先の株式会社ナガホリ アトリエ・ド・モバラではジュエリーを作る工程を、沢井製薬株式会社では薬（錠剤）をつくる工程をそれぞれ見学。参加した親子は普段見ることができない工場内の作業風景に興味津々の様子で見えていました。



▲知らなかった世界を発見中！



▲よし！割るぞー！スイカはここだ！

まだまだ夏を満喫！

8/24

もばら元気まつり2025夏

茂原ショッピングプラザアスモにて、もばら元気まつり2025夏実行委員会の主催により、もばら元気まつり2025夏が開催されました。

夏休みも終盤を迎えたこの日、まだまだ夏を満喫しようと約8,800人が来場。お祭りを盛り上げるステージイベントの他、こども縁日や高校生ボランティアの協力によるスイカ割りが行われ、子どもたちは大喜びの様子でした。イベントのフィナーレでは花火が打ち上がり、茂原の夜空が彩られました。

お知らせ

年金受給者の方は、「令和8年
分公的年金等の受給者の扶養
親族等申告書」を期限までに
提出しましょう

申告書の提出がない場合、
源泉徴収の段階で人的控除な
どを受けることができません。
提出する必要がある方には、
順次、日本年金機構から申告
書を送付しますので、提出期
限までに提出してください。

問 千葉年金事務所

☎ 043(242)6320

忘れずに納付しましょう!

国民健康保険税(第3期)の
納付期限は9月30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-LQR)を利用し、全
国の金融機関窓口や地方税お
支払いサイトおよびスマホ決
済での納付も可能です。

詳しくは「地方
税お支払サイト」
をご覧ください。



※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
ある方はご相談ください。

問 収税課(2階)

☎ (20)1578 FAX (20)1609

ガイドヘルパー

★お仕事セミナー

ガイドヘルパーは、目が不
自由な方のお出かけを支える
大切なお仕事です。資格はあ
るけれど、現在、仕事をして
いない方、未経験者、興味が
ある方など、どなたでもお気
軽にご参加ください。

◆日時 10月17日④10時～12時

◆場所 総合市民センター

◆内容

講義 「障害・疾病の理解
と視覚障害者の心理」
講師：千葉県視覚障害者福
祉協会 視覚障害者総合支
援センターちば職員

説明 ガイドヘルパーの仕
事について

体験・見学 ボッチャ、サウン
ドテーパーテニス、視覚障害者
団体 宇宙(そら)の会の活動
体験・展示 音声読書器、
歩行誘導機器

※申込不要、入退場自由

問 茂原市社会福祉協議会

☎ (23)1969 FAX (23)7444

二宮学童クラブ指導員募集

子どもたちの「安全・安心
な居場所づくり」を支えるや
りがいのあるお仕事です。

◆勤務日

月～土曜日のうち1～5日(休
日・日曜日、祝日)

◆勤務時間

平日・13時～18時45分のう
ち3～5時間程度

学校休業日・7時15分～18
時45分のうち6～8時間程度

◆勤務地

二宮学童クラブ(二宮小学
校内)

◆時給

1100円～1200円(交
通費全額支給、その他遇改
善手当あり)

※放課後児童支援員資格をお
持ちの方歓迎。

【申込み・問合せ】

ワークスコープ・センター事業団

☎ 043(306)7514

あなたの「働きたい」をサ
ポートします

国の施策で就労支援を行っ
ている「ちば南東部地域若者
サポートステーション(通称
サポステ)」は、15歳から49

歳までの現在仕事をされてい
ない方の「働きたい」を引
き出し、「職場定着」までを
全面的にお手伝いします。

◆支援内容

①個人相談②グループワー
ク③職場見学・体験④パソ
コン講座⑤保護者相談⑥就
職後のフォローおよびキャリ
アアップ相談など

◆費用 無料

問 ちば南東部地域若者サポー
トステーション

☎ (23)5515 FAX (36)5722

一宮幹部交番、窓口業務の
運用変更について

10月1日④から一宮幹部交
番の窓口業務が、月・水・金
曜日に変更となります。

◆対象業務

・運転免許業務(更新、記
載変更など)

・交通関係業務(道路使用
許可・規制除外車両届
出・車庫証明の申請など)

◆受付時間 9時～16時

※土日祝日、振替休日および
年末年始(12月29日～1月
3日)を除く。

問 茂原警察署交通課庶務係

☎ (22)0110

第42回「目の愛護デー」

電話無料相談

千葉県眼科医会会員が目の
健康についての相談にお答え
します。

◆日時 10月5日④9時～16時
(事前申込不要)

◆相談電話

☎ 043(242)4271
(当日のみ)

問 千葉県眼科医会事務局

☎ 043(308)6141

※月・水・金曜日 10時30分～
14時30分

善意をありがとうございます
(敬称略)

▼市へ

高木 喜男 (金8万円)

渡辺 浩章 (金2万8千円)

香西 保宏 (金1万1千円)

▼茂原市社会福祉協議会へ

日本郵趣協会 茂原支部

(金1万9680円)

茂原市ランドゴルフ協会

(金1万1100円)

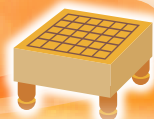
民謡・舞踊お楽しみ会

(金1万円)

上村 浩道 (金1万円)



第74回 茂原市文化祭 参加者募集



俳句大会

11月2日①12時～16時（昼食を済ませて集合）／会場＝総合市民センター視聴覚室／兼題＝「新酒」「赤とんぼ」／投句方法＝作品（各題1句ずつ）の他に、住所・氏名・電話番号・当日の出欠の有無を記入の上、投句料として500円の定額小為替（切手不可）を同封し郵送／選句方法＝当日会場にて席題と一緒に兼題を選句（はがきでの選句はありません）／申込期限＝10月9日①（必着）／申込み・問合せ＝〒297-8511 茂原市道表1番地 生涯学習課 ☎(20)1559

将棋大会

11月2日①8時30分～17時／場所＝総合市民センター／参加費＝1,500円（昼食あり）／対局区分＝S級（4段以上）、A級（3段）、B級（初・2段）、C級（初段未満）／参加方法＝当日の8時30分に会場に集合（完全予約制）／問合せ＝清水 ☎(23)3488

短歌大会

11月1日①12時30分～16時／会場＝総合市民センター視聴覚室／詠草＝1首（未発表作品に限る）／参加費＝500円（当日、受付で支払い）／出詠方法＝はがきまたは同形の用紙に作品・住所・氏名・電話番号・当日の出欠を明記し郵送または持参／申込期限＝10月9日①（必着）／申込み・問合せ＝〒297-8511 茂原市道表1番地 生涯学習課 ☎(20)1559

囲碁大会

11月2日①9時30分～17時／会場＝茂原囲碁クラブ（茂原382寺田ビル1階）／参加費＝1,000円／試合区分＝A級（6段以上）、B級（4・5段）、C級（2・3段）、D級（初段以下）／参加方法＝当日9時30分会場に集合／問合せ＝茂原囲碁クラブ ☎(20)4115

※各大会とも災害の発生等により中止となる可能性があります。また、時間は都合により変更となる場合があります。

問合せ 生涯学習課（9階） ☎(20)1559 FAX(20)1607

みんなでノルディックウォーク

主催
茂原市健康生活推進委員会

2本のポールを使って歩く「ノルディックウォーク」は、上半身を使うことから、運動量上がる特長があります。

健康生活推進員と一緒にポールを使って歩いてみませんか？

- 【日 程】①10月14日① 緑ヶ丘高久蓮池公園方面を歩こう 約4km
集合場所 二宮福祉センター
- ②11月11日① 長生の森と二宮里山めぐり 約4km
集合場所 二宮福祉センター
- ③12月 4日① 鶴枝方面を歩こう 約4km
集合場所 鶴枝公民館

※天候等によりコースの変更または室内で軽運動となる場合があります。

【時 間】9時30分～12時（受付9時15分～）

【対 象】市内在住者 【定 員】各回25人（申込順）【費 用】保険料100円 ※当日集金

【持ち物】飲み物、タオル、ポール（100円でレンタル可。数に限りあり）

※歩きやすい服装と靴でご参加ください。

※日程①と②は、雨天時の場合、室内履きを持参。



ポールを使用しない方の参加も歓迎です！

申込み・問合せ 健康管理課（2階） ☎(20)1574 FAX(20)1600



あなたも参加しませんか？

東郷福祉センター

☎(25)5882 FAX(25)5871

☎祝日、年末年始

▼エンジョイ！キッズ

～歌って踊ってハッピータイム～

10月25日⑤10時～11時／内容＝ハロウィンで遊ぼう／対象＝市内在住の3歳～小学2年生の親子／定員＝15組／費用＝200円／申込＝9月24日⑤9時～(申込順)

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ポーツ

(タッチバレーボール体験会)

11月3日⑤17時15分～19時／場所＝市民体育館／費用＝1人100円(当日支払い)／持ち物＝運動ができ

る服装、室内用運動靴、飲み物／申込＝9月17日⑤～10月10日⑤までに申込フォームにて



▲申込フォーム

▼レッツエンジョイウォーキング(バスハイク)

11月16日⑤8時30分旧中央公民館協集合、17時終了予定(予備日：11月30日⑤)／行き先＝佐倉市方面(佐倉城跡、武家屋敷など)／歩行距離＝おおむね8km／対象＝市内在住者／定員＝31人(申込多数の場合抽選)／費用＝2,000円(当日支払い)／持ち物＝運動ができる服装、昼食、飲み物／交通手段＝市バス／申込＝9月17日⑤～10月10日⑤までに申込フォームにて



▲申込フォーム

◆第74回市民体育祭参加者を募集

▼ゴルフ競技

11月13日⑤7時30分(8時一斉スタート〔ショットガン方式〕)／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12,000円(昼食、パーティー代含む)／種別＝男子(ホワイト)・女子(レッド)・シニア(70歳以上ゴールド)／競技方法＝18Hストロークプレー(新ペリア方式、セルフスループレー乗用カート使用)／参加資格＝1組単位(4人)／定員＝40組(申込順)／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⑤までに大会会場へ申し込み

☎ムーンレイクゴルフクラブ

☎(26)5500 FAX(26)5152



「オクトーバー・ラン&ウォーク2025」参加者募集!

「オクトーバー・ラン&ウォーク」は、10月の1か月間の歩数をスマートフォンの専用アプリ上で競いながら楽しむ、市町村参加型の無料オンラインイベントです。

暑さが和らぎ体を動かしたくなるスポーツの秋。通勤・通学、お散歩、お買い物のついでに、歩こう! 走ろう!

◆開催期間 10月1日⑤～31日⑤

※期間中はいつでも参加可

◆種 目 ウォーキングの部、ランニングの部

◆費 用 無料

◆参加方法 スマートフォンでアプリをダウンロード

詳しくは、イベントのウェブサイトにてご確認ください。



▲ウェブサイト

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

あなたも参加しませんか？

東部台文化会館

☎(23)8711 FAX(23)9767
 (休)10月9日(休)(偶数月と3月の第2木曜日)、年末年始

▼施設の利用申請受付 9時～17時

施設名	受付分	受付開始日
音楽ホール	令和8年10月分	10月1日(休)
体育センター	令和8年1月分	10月2日(休)
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。

▼大画面でみる映画会

「裸の大將放浪記」

10月27日(休)10時～(1回目)14時～(2回目)／出演＝芦屋 雁之助、中村 玉緒、江戸家 猫八、内海 桂子・好江、星 セント・ルイス、小松 政夫 他／内容＝放浪の天才画家、山下 清の生涯を描いた、人情コメディドラマ。芦屋 雁之助が、放浪の天才画家として今なお多くの人々に愛される山下 清を熱演。障害を持ちながら自然体で生き、戦争の混乱期を経て「日本のゴッホ」と呼ばれた山下 清の晩年までを感動とユーモアで描く／費用無料／申込不要

図書館

☎(23)6151 FAX(25)6136
 (休)10月14日(休)～21日(休)(臨時休館)、年末年始

▼おはなし会 (3歳以上)

9月27日 (休)、10月4日 (休)・11日 (休) 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)

9月20日(休)14時～14時30分／内容＝「楽しいムーミン一家(ニョロニョロのひみつ)」

▼ショート託児サービス

9月30日(休)、10月7日(休)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

▼秋の落語会

10月15日(休)14時～16時(開場13時30分)／会場＝茂原ショッピングプラザアスモ ASMO

劇場／定員＝100人／申込＝10月6日(休)11時～図書館カウンターまたは電話にて(事前申込制)／出演予定＝月の家小圓鏡 他

▼マイ図書バッグ作り～布用クレヨンで布バッグに絵を描いてオリジナル図書バッグを作ろう～

10月5日(休)13時～15時／対象＝小学生以上／会場＝アスモ文化教室A／定員＝20人／費用＝300円／申込＝9月17日(休)11時～図書館カウンターまたは電話にて

美術館・郷土資料館

☎(26)2131 FAX(26)2132
 (休)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

▼洋画家 石井 武夫展

～10月26日(休)／内容＝幼い娘を失って以来、壊れたダミー人形の姿をテーマとして命の尊さを描いた石井 武夫の洋画を新収蔵作品も含めて展示



▲石井 武夫「ダミーの部屋」

▼板倉 花巻 書道展

9月20日(休)～10月5日(休)／内容＝浅見 喜舟と共に書星会を創設した後、大成書道会を主宰した板倉 花巻の書作品を展示



▲板倉 花巻「蟹は横這い」

▼学芸員による展示解説会

9月27日(休)13時30分～14時頃／上記2件の展示の解説／場所＝展示室／解説＝舩田 隆満(当館学芸員)／費用無料／申込不要

◆共催団体展

▼押花コスモス会押花絵画展

～9月15日(休)(休)最終日は15時まで

▼長生郡市絵画グループ展

10月9日(休)～20日(休)初日は13時から、最終日は15時まで

▼全日本写真連盟茂原支部写真展

10月11日(休)～19日(休)最終日は16時まで

◆美術実技講座

▼小さな色ガラスのアクセサリーを作ろう

10月12日(休)13時30分～15時／内容＝小さな色ガラスの破片を自由に組み合わせてオリジナルのネックレス、イヤリング、ストラップの三種を作成する講座／講師＝ガラスモザイク作家 小黒 哲夫 氏／対象＝3歳児～一般(小学2年生以下は保護者同伴)／定員＝12人程度(申込多数の場合抽選)／費用＝3,000円(材料費)／持ち物等＝汚れてもよい服装／受付＝9月23日(休)(休)17時までに電話にて



▲色ガラスのアクセサリー

◆郷土資料館展示

▼テーマ展「戦後80年展－戦時中の暮らしと茂原－」

～10月26日(休)／市内に残る戦争の記録や関連資料、戦時中の生活用具から、当時の暮らしについて展示

高野豆腐の 卵とじ

材料(大人2人分)

高野豆腐 2枚(34g)
玉ねぎ 1/2個
溶き卵 2個分
干しいたけ 5g
A 〔めんつゆ(3倍濃縮) 大さじ2
水 160ml
〔みりん 大さじ3
みつば 少々

作り方

- ① 高野豆腐をぬるま湯に10分程つけて戻す。水気を切り、一口大に手でちぎる。干しいたけを水で戻し水気を切る。
- ② 玉ねぎを薄切りにし、みつばを3cmに切る。
- ③ フライパンにAと①の干しいたけ、②の玉ねぎを入れ、ふたをして加熱する。玉ねぎがしんなり煮えてきたら、①の高野豆腐を加えて弱火で3分程度煮る。
- ④ 溶き卵を全体に流し入れ、加熱する。
- ⑤ 器に盛り付け、みつばをのせる。

ひとこと

家の中にある食品は全て備蓄食品です。乾物の高野豆腐は、長期常温保存可能で、鉄分やカルシウムを多く含むたんぱく質の食品です。「いつも」から自宅に備えておくことで「もしも」の時の非常食になります。「いつも」から備蓄食品を調理しておくことで「もしも」の時に備えましょう。

レシピ提供：公益財団法人 味の素ファンデーション

(栄養価/1人分) エネルギー 269kcal たんぱく質 16.7g 脂質 11.1g 炭水化物 21.6g 食塩相当量 2.2g



茂原市健康生活推進委員会の皆さんが、災害時の「もしも」にも役立つ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	10月9日⑥ 出産準備編 妊娠・陣痛・お産の時の過ごし方、ママ・パパ・赤ちゃんのための歯・栄養のお話、パパが行う陣痛時のマッサージ体験 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

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 夜間待機病院(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

9月28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)

相談日時

#7119

(プッシュ回線・携帯電話)

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や心配なとき、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。
消防本部中央消防署 ☎(24)0119、FAX(25)8448へお問い合わせください。