

第9回

上総いちほら国府祭り

10/5

正午～午後8時

土・6日

(荒天中止)

いちほら最大級の祭典、上総いちほら国府祭りを今年も開催。
三日間にわたる見どころ満載の祭りにぜひご来場ください。

会場 上総更級公園、上総大路、夢ホール、
アリオ市原サンシャインコート(屋外)



問合先

観光振興課 ☎ (23) 9755

当日の開催有無の確認はハローダイヤル(音声案内) ☎ (23) 8686

主なイベントスケジュール

日にち	時間	イベント
10月5日(土)	12:00～13:50	時代絵巻行列山鉾・山車の巡行 更級日記旅立ち行列や東日本最大級の山鉾などが巡行し、市の歴史や文化を表現します。
	14:00～16:00	練り踊り 市原市市民まつりから続く伝統ある踊りを、約1,000人の参加者が一斉に披露。当日飛び入りで参加できます。
	17:00～19:00	いちほら大綱引 市内を4地区に分けて行う綱引き対決。総勢1,000人が、各地区のプライドを懸けて熱い戦いを繰り広げます。
	19:20～19:55	ハロウィンパレード! 2019 マスコットキャラクターや仮装をした参加者が、パレードを行います。仮装コンテストも同時開催
10月6日(日)	12:00～19:30	ちばYOSAKOI 2019 県内外から37チームが出場する、県内最大規模のよさこい祭り。大賞の栄冠を目指して、最高の演舞で競い合います。
	17:10～19:40	山鉾・山車・神輿の共演 神輿が練りを繰り広げながら、ライトアップした山鉾と山車へ向かい、祭りの終盤を盛り上げます。
	19:40～19:55	いちほら国府花火大会 祭りのフィナーレは華やかな花火大会。音楽と光を融合させた演出で会場の空を彩り、祭りの最後を締めくくります。
両日開催	12:00～20:00	いちほら国府市 郷土の食や市の物産など約100店舗が、来場する皆さんをおもてなし

ウェブサイトなどもチェック!

祭りの詳細や最新情報はインターネットでも確認できます。



ウェブサイト



Facebook

有料観覧席

ちばYOSAKOI 2019のファイナルステージから、いちほら国府花火大会までを間近で見られます。

日時 10月6日(日)午後5時15分～8時

会場 上総更級公園イベント広場ステージ会場

販売数 500席

料金 1席1,000円

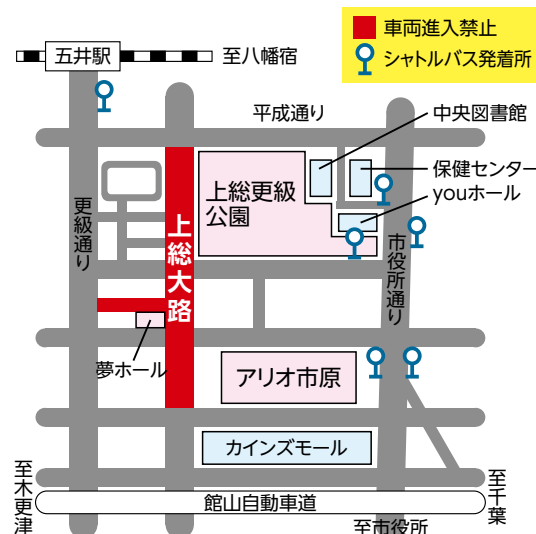
販売方法 9月18日(水)から市観光協会(市役所第2庁舎4階)か市観光案内所(五井駅西口前)の窓口で販売します。

その他 空席があるときは、当日会場内の総合案内所で販売

問合先 市観光協会 ☎ (22) 8355

会場周辺の交通規制に協力を

規制日時 10月5日(土)、10月6日(日)
午前11時～午後9時



臨時駐車場の開設と無料シャトルバスの運行

会場周辺には駐車場がありません。市役所・総合防災センター・AGC第二駐車場(五井自動車教習所そば)に設置する臨時駐車場とシャトルバスをご利用ください。

運行区間 (1)五井駅東口⇨会場⇨市役所⇨総合防災センター (2)AGC第二駐車場⇨会場

運行時間 午前10時～午後9時30分(約15分間隔)

台風15号に伴う災害証明書の発行については、**2面**をご覧ください。

子育て世帯・若者が 安心して暮らせるまちへ



平成31年
4月1日以降
に要件を
満たした人が対象
となります。

親子三世代での定住と若者の結婚を応援

「親世帯の近くで家族で支え合って暮らしたい」という子育て世帯や、「結婚して新生活をスタートさせたい」という若者を応援する、新たな制度を10月から開始します。

子育て世帯が、親世帯と三世代にわたって市内に定住(同居・近居)するために住宅を取得する費用に対して、県内トップクラスとなる最大100万円を、また、若者が結婚し新生活を始めるための住居費などの費用に対して、最大30万円を補助します。

申請・問合せ先 地方創生推進室 ☎(23)7244

いちはら三世代ファミリー定住応援事業

子育て世帯が市内で住宅を取得するとき、その親世帯が市内在住の場合に、住宅取得費用の一部を補助します。

主な対象要件

- (1) 子育て世帯が市内で新たに住宅を取得(新築または購入)する。
- (2) 子育て世帯に中学生以下の子どもがいる。
- (3) 親世帯が1年間以上市内に居住している。
- (4) 子育て世帯・親世帯ともに市町村税の滞納がない。
- (5) 本制度の利用後、申請時の補助区分を満たす居住状態で、子育て世帯・親世帯ともに3年以上継続して市内に居住する。
- (6) 居住する建物の登記と住民票の異動を、平成31年4月1日以降に完了している。



対象経費 住宅の取得(新築または購入)に要する費用

補助金の額

親世帯の住居との直線距離	同居または2km以内の近居	2kmを超える市内居住
市内で転居	50万円	30万円
市外から転入	100万円	80万円

申請方法 地方創生推進室にある申請書(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要な事項を書き、必要書類を添えて窓口で申請する。なお、対象要件の確認を行いますので、事前に相談してください。

申請期間 令和元年10月1日(火)～令和2年3月31日(火)(事前相談は9月17日(火)から受け付け開始)

住宅金融支援機構との連携 住宅ローン「フラット35 子育て支援型・地域活性化型」の金利優遇が受けられます。利用するときは、住宅購入の契約前に必ず事前相談をしてください。

いちはら結婚新生活応援事業

若者が結婚を機に市内に定住するとき、新生活に必要な住居費や引っ越し費用の一部を補助します。



主な対象要件

- (1) 夫婦の年齢がともに34歳以下
- (2) 夫婦の所得の合計が340万円未満
- (3) 夫婦ともに市町村税の滞納がない。
- (4) 結婚後、2年以上継続して市内に居住する。
- (5) 入籍、住宅の取得または賃借、引っ越し、住民票の異動の全てを平成31年4月1日以降に完了している。

対象経費 住宅の取得(新築または購入)や賃借(賃料、敷金、礼金、共益費、仲介手数料)、引っ越しに要する費用

補助金の額 対象経費の合計額。ただし、1世帯あたりの上限額30万円

申請方法 地方創生推進室にある申請書(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要な事項を書き、必要書類を添えて窓口で申請する。なお、対象要件の確認を行いますので、事前に相談してください。

申請期間 令和元年10月1日(火)～令和2年3月31日(火)(事前相談は9月17日(火)から受け付け開始)

身につける 夜道のお守り 反射材 秋の全国交通安全運動

9月21日(土)から30日(月)まで同運動を実施します。秋口は日没が早まり夕暮れ時や夜間の交通事故の増加が懸念されます。交通マナーの徹底や反射材の使用などを心掛けましょう。

市原警察署 秋の交通安全フェスタ

日時 9月23日(祝)午後3時～4時

場所 アリオ市原

内容 タレント・上原りささんによる1日警察署長や千葉明德高校チアリーディング部のパフォーマンスなど。

参加方法 当日直接会場へ

問合せ先 交通政策課 ☎(23)9762



上原りささん

募集

個性を生かしたきめ細やかな教育 小規模学級特認校の児童

小学1年生から英語学習やさまざまな体験活動を行う海上小と、1人1台タブレット端末を支給した情報教育や郷土教育に力を入れる国府小を、市内全域から通える小規模学級特認校として指定しています。

令和2年度から同校に通う児童を募集します。

募集児童数 在籍児童を含め各学年20人

申請方法 学校教育課か同校にある申請書(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要な事項を書き、10月1日(火)から11月22日(金)までに窓口で提出する。ただし、居住地の学校の児童数が1学級20人を超えている必要があります。

その他 申請後、教育委員会と学校による面接を実施

学校見学会・説明会

日時 国府小＝10月30日(水)午後1時～3時30分、海上小＝10月31日(木)午前10時30分～正午

申込方法 10月25日(金)までに電話で申し込む。

申請・申込・問合せ先 学校教育課 ☎(23)9848

台風15号で被災された方へ 「り災証明書」の交付申請を受け付け

9月8日から9日にかけて台風15号により被害を受けた皆さまに心からお見舞い申し上げます。市では特設会場を設け、住宅などが被災した人が、税の減免相談や保険会社への請求で必要となる「り災証明書」の交付申請を受け付けています。

受付場所 市役所第1庁舎市民プラザ、支所

受付期間 9月29日(日)までの午前8時30分～午後5時15分(支所は平日のみ受け付け)

申請できる人 住宅などの所有者、占有者(代理人可)

必要書類など 被害の状況が分かる写真、印鑑

申請方法 受付場所の窓口にある申請書(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要な事項を書き、必要書類を添えて申請する。

※申請後に審査が必要のため、「り災証明書」の即日交付はできません。

問合せ先 固定資産税課 ☎(23)9812



1号認定 で利用できる施設

地区	施設名		定員(人)	対象	開園時間・ 問合せ先
姉崎	姉崎認定こども園	公 こども園	40	4歳以上	下表を 参照
五井	新(仮)今津千種こども園	私 こども園	20		
	五井幼稚園	私 こども園	125		
	国分寺台幼稚園	私 こども園	108		
	五井認定こども園※ ¹	公 こども園	40		
市原	八幡認定こども園	公 こども園	31	4歳以上	
辰巳台	光の子幼稚園	私 こども園	90	3歳以上	
	辰巳台認定こども園	公 こども園	60	4歳以上	
三和	光風台中央幼稚園	私 こども園	15	3歳以上	
南総	牛久認定こども園	公 こども園	20	4歳以上	
加茂	高滝認定こども園	公 こども園	20		

私 私立 公 公立
保育所 保育所(園)
こども園 認定こども園
小規模 小規模保育事業所
家庭的 家庭的保育事業所
事業所内 事業所内保育事業所
新 令和2年4月開園予定

【注意事項】
* 入所可能年齢は、令和2年4月1日時点の年齢です。
* 定員は、現時点での予定数です。



2・3号認定 で利用できる施設

地区	施設名	定員(人)	対象	開園時間 (月～土)	問合せ先
姉崎	白塚保育園	120	生後57日以上	7:00～20:00	(63)6080
有秋	つぼみの森第二保育園	156	生後57日以上	7:00～20:00 (土は18:00まで)	(67)0017
	姉崎認定こども園	108			(61)0144
五井	第二姉ヶ崎幼稚園ルックアップ保育	18	1～2歳※2	8:00～17:30	(37)6850
	杏保育園	162	生後57日以上	7:00～20:00	(26)2600
	国分寺台明世保育園	60	生後57日～2歳※2	7:00～20:00	(41)6600
	新(仮)スクルドエンジェル保育園五井園	60	生後57日以上	7:30～20:30	保育課
	つぼみの森保育園	170	生後57日以上	7:00～20:00	(37)2011
	春保育園	60	生後57日～2歳※2	7:00～20:00	(20)2500
	森の幼稚舎	174	生後57日以上	7:00～20:00 (土は18:00まで)	(37)5115
	五井認定こども園※1	146	生後57日以上		(21)2661
	新(仮)今津千種こども園	96	1歳以上	(41)8187	
	五井幼稚園	105	3歳以上	7:30～18:30	(21)3905
	国分寺台幼稚園	72	生後3ヵ月～2歳※2	7:00～18:30	(41)8187
	あおぞら保育園	18	生後6ヵ月～2歳※2	7:00～20:00 (土は19:00まで)	(25)4301
	ほのぼの保育園	11	生後3ヵ月～2歳※2	7:00～19:00	(78)3883
	ぶれあ保育園・市原	19	生後3ヵ月～2歳※2	7:15～19:15	(98)5229
	めぐみ保育園	19	生後57日～2歳※2	7:30～19:30 (土は18:30まで)	(21)6206
	森の保育園	18	生後57日～2歳※2	7:00～20:00 (土は18:00まで)	(37)2711
	新(仮)森の保育園 第2	19	1～2歳※	7:30～18:00 (土は閉所)	(37)5115
	ヤクルト五井保育園	7	生後6ヵ月～2歳※2	8:30～17:00 (土は閉所)	(24)7810
	家庭的保育事業 石原	3	生後6ヵ月～2歳※2	8:00～17:30 (土は閉所)	保育課
	家庭的保育事業 錦織	3		8:30～17:30 (土は閉所)	
	家庭的保育 関	3		8:00～18:00 (土は閉所)	
	小宮保育	3			
市原	桜保育園	138	生後57日以上	7:00～20:00 (土は18:00まで)	(26)7600
	はくちょう保育園	90	生後6ヵ月～2歳※2	7:00～20:00 (土は18:00まで)	(43)3663
	八幡認定こども園	133	生後57日～2歳※2	7:00～20:00 (土は18:00まで)	(41)0815
	きらきら保育園	19	生後57日～2歳※2	7:00～19:00 (土は18:00まで)	(26)5855
	新(仮)きらきら第二保育園	18	生後57日～2歳※2	7:00～19:00 (土は18:00まで)	(26)7644
	ゆたか保育園	16	生後6ヵ月～2歳※2	8:00～18:00 (土は閉所)	(43)7864
辰巳台	家庭的保育事業 中村	3	生後57日以上	7:00～20:00 (土は18:00まで)	保育課
	辰巳保育所	160	3歳以上	7:00～20:00 (土は18:00まで)	
	辰巳台認定こども園	60	1歳以上	7:30～18:30	
	光の子幼稚園	84	生後6ヵ月～2歳※2	7:00～19:00 (土は18:00まで)	
市津	ママのおうち	15	生後57日以上	7:00～19:00 (土は18:00まで)	(74)5537
	風の子保育園	96	生後6ヵ月～2歳※2	7:00～20:00 (土は18:00まで)	(75)6700
ちはら台	ひろみ保育園	12	生後4ヵ月以上	7:00～19:00 (土は18:00まで)	(98)3399
	あい・あい保育園ちはら台園	60	生後57日以上	7:30～19:00 (土は18:30まで)	(37)3580
	ちはら台保育園	165	生後57日～2歳※2	7:00～20:00	(75)5959
	ちはら台東保育園	150			(50)2181
	ちはら台第二保育園	123			(75)2231
	ちはら台南保育園	60			(37)1100
	学園広場保育園	12		8:00～17:30 (土は閉所)	(37)3351
三和	学園広場保育園	3	生後57日以上	7:30～18:30 (土は閉所)	(63)7075
	みなみちゃんスミール	3	1歳以上	7:00～20:00 (土は7:30～19:00)	(36)6083
	光風台中央幼稚園	127			(36)3607
南総	三和保育所	70	生後57日以上		(95)3233
	馬立保育所	70			(88)2033
	鶴舞保育所	50			(92)1235
加茂	牛久認定こども園	73	3歳以上	7:00～20:00 (土は18:00まで)	(98)0108
	高滝認定こども園	45	生後57日～2歳※2		(96)0072
千葉市	里見小規模保育事業所	19	生後57日以上		043(306)1877
	植草学園千葉駅保育園	3			

※1 施設老朽化のため、新規整備までの間、暫定的に旧若葉保育所の施設を改修し、令和2年5月に移転予定
※2 年度途中で3歳に達したときは当該年度末まで



保育所などへの 入所の申し込みを 受け付け



令和2年4月からの保育所(園)などへの入所申し込みを、次のとおり受け付けます。9月24日(火)から配布する申込書に必要事項を書き、必要書類を添えて申し込んでください。

申し込み案内

1号認定 (子どもが左表の対象年齢で、家庭で保育ができる人)

- ◆ 配布場所 保育課、公立保育施設、私立認定こども園
- ◆ 申込期間 公立認定こども園 10月1日(火)～7日
- ◆ 申込期間 1次申込 10月1日(火)～7日

- ◆ 申込先 公立認定こども園、私立認定こども園
- ◆ その他 令和元年度に入所待ちをしている人も、再度申し込みが必要です。
- ◆ 申込先 保育課、公立保育施設、私立認可保育所(園)、私立認定こども園
- ◆ その他 令和元年度に入所待ちをしている人も、再度申し込みが必要です。

市外への申し込み

- ◆ 申込先 本市の保育課
- ◆ その他 (1) 市内の施設と併せて申し込みときは、締切日の早い方に合わせて申し込み。(2) 締切日は、各市町村にある。(3) 通勤経路上にある。(4) 施設のある市町村に転出予定。ただし、千葉市と四街道市の施設は、該当していないかも申し込みできます。

利用者の内定

- 1号認定 公立認定こども園 11月25日(月)～令和2年1月31日(金)
- ◆ 申込先 保育課、公立保育施設、私立認可保育所(園)、私立認定こども園
- ◆ その他 令和元年度に入所待ちをしている人も、再度申し込みが必要です。

- ◆ 申込先 本市の保育課
- ◆ その他 (1) 市内の施設と併せて申し込みときは、締切日の早い方に合わせて申し込み。(2) 締切日は、各市町村にある。(3) 通勤経路上にある。(4) 施設のある市町村に転出予定。ただし、千葉市と四街道市の施設は、該当していないかも申し込みできます。

問合せ先
保育課
☎ 9829

情報ページ

お知らせ

消費者ホットライン188の利用を
「身に覚えのない請求が届いた」などのトラブルで困っていませんか。消費生活トラブルのときは、局番なしの「188(いやや)」に電話してください。
問合先 消費生活センター☎(21)0844
9月10日～16日は自殺予防週間
最近疲れやストレスを感じていませんか。そんなときは、携帯電話やパソコンで利用できるメンタルチェックシステム「こころの体温計」で、自分や家族の心の健康を確かめてみましょう。

市原市 こころの体温計 検索

問合先 保健センター☎(23)1187
救急医療機関の適正な利用を
夜間・休日の救急医療体制を確保するため、緊急性がない軽症での救急医療機関への受診や、救急車の安易な利用は避けましょう。救急医療が必要な急病患者が安心して受診できるよう、協力をお願いします。なお、受診すべきか迷うときは、いちほら健康・医療相談ダイヤル24やこども急病電話相談(7面に電話番号を掲載)などを利用してください。
問合先 保健福祉課☎(23)9813
教育に関する事務の点検と評価の結果を公表
平成30年度の教育委員会の事務を点検・評価し、まとめた報告書を公表します。閲覧場所＝市役所情報公開コーナー、中央図書館、公民館、コミュニティセンター、市ウェブサイト
問合先 教育総務課☎(23)9845
盲導犬の利用を支援
市原地区ライオンズクラブでは、(財)日本盲導犬協会と連携し、盲導犬の貸与を行っています。対象＝市内在住か、在勤の18歳以上の視覚障がい者

費用＝貸与に係る初期費用は無料。ただし、エサ代や定期的な検診などの飼育に係る費用は自己負担となります。人数＝1人 申込方法＝電話で申し込む。
申込・問合先 市原地区ライオンズクラブ・竹内☎090(2660)8586
骨髄バンクドナー登録キャンペーン
市では、(1)日本骨髄バンクに骨髄・末梢血幹細胞を提供し、これを証明する書類の交付を受けた人と、(2)その人が従事する事業所に助成金を交付します。助成額＝骨髄・末梢血幹細胞の提供1回につき、(1)通院と入院に要した日数×2万円(上限14万円) (2)通院と入院に要した日数×1万円(上限7万円) 申請方法＝保健福祉課にある申請書(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要事項を書き、窓口か郵送で申請する。
いのちの輝き展 白血病などの患者が書いた書や絵画などを展示します。10月1日(火)～25日(金)・市役所第1庁舎 無料 当日直接会場へ
申込・問合先 保健福祉課(〒290-8501)☎(23)9813
町会や自治会に苗木を配布
町会や自治会が管理する土地に植樹する苗木を無料配布します。申込方法＝11月29日(金)までに窓口で申し込む。配布時期＝令和2年3月中旬
申込・問合先 公園緑地課☎(23)9842
教育委員会定例会
9月26日(木)午前10時・市民会館 傍聴希望者は午前9時30分から45分まで受け付け 10人 定員を超えたときは抽選
問合先 教育総務課☎(23)9845
憩の家 無料開放
10月1日(火)は市民の日のため無料開放します。

問合先 憩の家☎(36)2619
こころの保健福祉相談
10月2日(木)午前9時15分～午後3時(相談時間＝45分) 精神疾患や受療、社会復帰、家族の対応などの相談 先着5人 無料 電話で申し込む。
会場・申込・問合先 障がい者支援課☎(23)7036
寄付などのお知らせ
子育て支援のために＝丸山茂樹ジュニアファンデーション
問合先 子ども福祉課☎(23)9802

学ぶ

千葉・市原の市民公開講座
9月22日(日)午後1時～4時30分・蘇我コミュニティセンター(千葉市)「本当はこわい脂肪肝・ウイルス肝炎」 無料 当日直接会場へ
問合先 千葉肝臓友の会☎047(460)7055
中級者囲碁クラブ(全10回)
初回9月27日(金)午前10時～11時30分 60歳以上先着20人 無料 窓口か電話で申し込む。
会場・申込・問合先 アネッサ☎(62)8601
送迎ボランティア養成講座～やさしさをハンドルにこめて～
10月8日(火)午後1時30分～4時 送迎ボランティアに必要な知識を学ぶ。先着20人 無料 電話をするか、任意の用紙に住所、氏名、電話番号を書き、ファクスで申し込む。
会場・申込・問合先 市社会福祉協議会☎(20)3100、FAX(22)3031
視覚障がい者料理教室
10月9日(水)午前10時～午後2時・保健センター 視覚障がい者先着10人 400円 電話をするか、任意の用紙に住所、氏名、電話番号を書き、ファクスかeメールで9月30日(月)までに申し込む。
申込・問合先 市福祉課☎(23)1331、FAX(23)1333、☎fg.goi@yukeikai.jp
女子カアップ・ピラティス教室(全6回)
初回10月9日(水)午後6時30分～7時40分 16歳以上の女性先着17人

グラウンド・ゴルフ普及講習会
10月2日(木)午前8時45分～午後1時30分・文化の森 グラウンド・ゴルフの面白さや楽しさを体験する。先着100人 500円 はがきか任意の用紙に住所、氏名、年齢、電話番号、クラブ・ボールの有無を書き、ファクスか郵送で9月20日(金)までに申し込む。
申込・問合先 市グラウンド・ゴルフ協会・寺坂(〒290-0007・菊間3219-1)☎/FAX(43)1245
健康体操教室(全4回)
初回10月2日(木)午前10時～正午 60歳以上先着20人 無料 窓口か電話で申し込む。
会場・申込先 サンハート☎(37)7100
中国水墨画教室(全4回)
初回10月5日(土)午後1時30分～3時30分 60歳以上先着15人 1,000円 窓口か電話で申し込む。
会場・申込・問合先 アネッサ☎(62)8601

送迎ボランティア養成講座～やさしさをハンドルにこめて～
10月8日(火)午後1時30分～4時 送迎ボランティアに必要な知識を学ぶ。先着20人 無料 電話をするか、任意の用紙に住所、氏名、電話番号を書き、ファクスで申し込む。
会場・申込・問合先 市社会福祉協議会☎(20)3100、FAX(22)3031
視覚障がい者料理教室
10月9日(水)午前10時～午後2時・保健センター 視覚障がい者先着10人 400円 電話をするか、任意の用紙に住所、氏名、電話番号を書き、ファクスかeメールで9月30日(月)までに申し込む。
申込・問合先 市福祉課☎(23)1331、FAX(23)1333、☎fg.goi@yukeikai.jp
女子カアップ・ピラティス教室(全6回)
初回10月9日(水)午後6時30分～7時40分 16歳以上の女性先着17人

5,000円 電話で申し込む。
会場・申込・問合先 youホール☎(25)0125
フレイルチェック講座
10月10日(木)、11月14日(木)午後1時45分～3時45分 栄養や運動、社会参加に関するチェック、筋肉量・握力測定、滑舌チェックなど 初めて参加する60歳以上先着20人 無料 開催日の2週間前までに電話で申し込む。
会場・申込・問合先 保健センター☎(23)1187
こころの健康についての勉強会
10月10日(木)午後2時～4時・市民会館 うつ病と社会の話 先着80人 無料 当日直接会場へ
問合先 障がい者支援課☎(23)7036、FAX(22)3325

イベント

市民スナッグゴルフ大会
9月24日(火)午前9時～午後3時・市原スポーツパーク 先着36人 1,200円(スナッグゴルフ協会会員は800円、用具貸出料は300円) 電話をするか、任意の用紙に住所、氏名、生年月日、電話番号を書き、9月22日(日)までにファクスで申し込む。
申込・問合先 同協会・石井☎/FAX(61)4584
市原の祭りばやしを見にいこう
9月29日(日)午後1時～2時・アリオ市原 お囃子の披露 無料 当日直接会場へ
問合先 市民俗芸能文化財連絡協議会・大岩☎090(5511)1053
伝統文化・芸能教室 市民の集い
9月29日(日)・上総更級公園 (1)華道、ハワイアンフラ＝午前10時～正午、(2)和太鼓、ガラス工芸＝午後1時～3時 華道とガラス工芸は先着30人 いずれも無料 当日直接会場へ
問合先 市文化団体連合会・関本☎(61)0167

交流ハイキング
10月13日(日)午前9時～午後3時30分・五井駅 東口集合 小湊 鉄道高滝駅から里見駅から市原湖畔美術館まで、障がい者と健康者がハイキングをしながら交流する。自力での歩行が車いすの操作ができる、もしくは介助者が同伴できる人・ボランティア・一般参加者合わせて先着150人 無料 電話をするか、任意の用紙に住所、氏名、電話番号、小湊鉄道を利用する人は乗車駅を書き、ファクスかeメールで9月22日(日)までに申し込む。雨天中止
申込・問合先 市福祉課☎(23)1331、FAX(23)1333、☎fg.goi@yukeikai.jp
市民の日記念 薄暮のゴルフ場でノルディックウォーキング
10月14日(火)午後2時30分～4時30分・源氏山ゴルフクラブ 低負荷で安全なウォーキング 先着50人 500円 9月17日(火)までの午前9時～正午に電話で申し込む。
申込・問合先 ポールdeいちほら歩こう会・秋葉☎090(9014)5775
家庭婦人バレーボールシニア大会
10月27日(日)午前9時15分～午後7時・臨海体育館 ブロック別のグループ戦 48歳以上の女性 300円 ゼットエー武道場にある申込書に必要な事項を書き、10月4日(金)までに郵送で申し込む。
申込・問合先 市家庭婦人バレーボール連盟・今(〒290-0033・五井西3-13-12)☎090(2566)4739
夢の架け橋コンサート
11月3日(火)午後2時～4時30分 今年度活躍した小中学、高校生の吹奏楽の演奏・合唱 小学生以上先着1,500人 無料 市民会館や公民館、コミュニティセンター、中央図書館、サンプラザ市原で配布する入場整理券を持参する。
会場・問合先 市民会館☎(22)7111

市原市文化祭を開催

市文化祭開催団体と市民参加による舞台発表や作品の展示をします。				
会場	行事名	日にち	時間	内容
市民会館	三曲大会	9/29(日)	12:30～17:00	琴や三弦、尺八による古典や現代曲などの演奏
	合唱祭		13:00～17:00	さまざまな年代の合唱団が出演
	工芸展	10/17(木)～20(日)	9:30～17:00 20日は16:00まで	ガラス工芸や陶芸、木工、染色、磁器絵付けなどを展示
	吟詠剣詩舞大会	10/12(土)	10:00～16:00	漢詩や短歌、俳句の朗詠と剣詩舞などの古典芸能を披露
	古典舞踊大会		13:30～16:30	歌舞伎舞踊を中心とした舞台を披露
	謡曲大会	10/13(日)	10:00～17:00	観世流や宝生流、喜多流の謡曲や仕舞、はやしを披露
	太鼓の輪		12:30～17:00	和太鼓愛好団体による演奏
	民謡秋まつり		10:00～17:00	いちほらの秋を唄や踊りなどで演出
	民舞大会	10/27(日)	10:30～17:00	新舞踊や歌謡舞踊などを披露
	短歌大会		13:00～17:00	講演会と歌会、中学・高校文芸コンクールの講評・表彰
市津運動広場	郷土芸能大会	11/10(日)	10:00～16:30	市で古くから伝わるはやしやひょっとこ踊りなどを披露
	ハワイアンフラ祭り		13:00～17:00	ハワイの音楽や踊りを披露
五井会館	歌謡祭	12/15(日)	9:00～20:00	市歌謡連盟会員と一般参加者によるカラオケの発表
	バレエ公演		16:30～19:00	クラシックバレエを披露
上総更級公園	風揚げ大会	10/20(日)	9:00～17:00	風揚げの指導など(雨天時は27日(日))
	美術展	10/27(日)～11/3(祝)	9:30～17:30 3日は16:00まで	日本画水墨・洋画・書・彫刻工芸の展示
サンプラザ市原	将棋大会	11/10(日)	10:00～17:00	段・級に応じた3クラスと少年・婦人の部(市内在住・在学・在勤)
	菊花展	11/1(金)～16(土)	9:00～16:00	市菊の会会員と一般参加者による作品を展示
youホール	風展・風作り教室	11/2(土)、3(祝)	9:30～17:00	伝統的な和風の展示と作成。風作り教室の費用＝500円
	盆栽展	11/9(土)～11(月)	9:00～18:00 11月は15:00まで	皇月や松柏(大・中)、雑木、実物、小品の盆栽を展示
youホール	俳句大会	11/3(祝)	9:30～16:00	席題句会、事前投句の部と生徒による文芸コンクールの表彰
	華道展	11/9(土)、10(日)	9:30～17:00	古典花や自由花などを展示
youホール	茶会	11/10(日)	10:00～14:30	茶の作法の指導

問合先 ふるさと文化課☎(23)9853

不用品情報

ください 二段ベッド、子ども服(男子用)、カーテン、子ども用車玩具(乗用でないもの)、折りたたみベッド、CDプレイヤー、掃除機、自走式車椅子、洗濯機、自転車、和装草履バッグセット、毛糸
あげます 本棚、五月人形、防災用ヘルメット、折りたたみ椅子セット、タンス、男性用作業服上下、座布団、座卓、ロフトベッド、トランポリン
※情報の受け付けは、無料で取引をする人に限ります。また、発行時点で既に不用品がないことがありますので、ご了承ください。
問合先 消費生活センター☎(21)0844

房総里山芸術祭

vol.2

いちほらアート×ミックス 2020

第1弾の参加作家が決定!

芸術祭に参加する作家の第1弾として、17人が総合ディレクター北川フラム氏から発表されました。「森ラジオ ステーション×森遊会」の木村崇人氏、「月出工舎」の岩間賢氏など第1回から継続的に南市原で活動している作家や、第1回で走行する小湊鉄道の列車内で演劇体験を演出した指輪ホテルが名を連ねます。海外からは中国人、ロシア人作家らの参加が決定。現在開催中の市原湖畔美術館の企画展にも出展しているので、ぜひご覧ください。

問合先 芸術祭推進課☎(50)1160

市原湖畔美術館

ロシア・ディ 9月28日(土)

企画展「夢みる力——未来への飛翔 ロシア現代アートの世界」関連イベント

ロシアの人たちと話をしたり、ロシア民謡などの生演奏を聴いたり、ロシアの文化に触れてみませんか?ロシアのお菓子やマトリョーシカなど雑貨の販売も実施します。また、企画展を観るだけでなく、ワークショップなどを通じてアートを体験できる特別な1日となります。詳細は、美術館ウェブサイトをご覧ください。http://www.lsm-ichihara.jp

問合先 市原湖畔美術館☎(98)1525

募集

仕事と子育ての両立支援に取り組む企業など

市では、社会全体で子育てを支援する意識を高めるため、両立支援に取り組む企業などを募集し顕彰します。

対象 市内に事業所を置く法人

基準 次の取り組みを積極的に行っていること (1)妊娠中・出産後の配慮 (2)利用しやすい育児休業制度 (3)事業所内保育施設の設置と運営 (4)その他子育てを行う従業員へ配慮した取り組みなど

申込方法 子ども福祉課にある申込書(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要な事項を書き、11月15日(金)(消印有効)までに窓口か郵送で申し込む。

申込・問合先 子ども福祉課(〒290-8501)☎(23)9802

高齢者のインフルエンザ予防接種

受診してメタボを改善しよう 特定健診・特定保健指導の利用を

実施期間 10月1日(火)～令和2年1月31日(金)

対象者 次のいずれかに該当する市民 (1)接種日に65歳以上 (2)60歳以上で、心臓、腎臓、呼吸器やヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害があり、身体障害者手帳1級を所持する、またはそれに相当する。

費用 1,500円(生活保護世帯か市県民税が非課税世帯の人は、今年度の介護保険料額が第1～3段階の場合、通知書の写しを提出すると無料)

その他 (1)実施場所は問い合わせる。(2)健康保険証など年齢・住所が確認できるものを持参する。(3)通院中の人は主治医に相談をする。(4)施設に入所しているなど、特別な事情により市内で接種できないときは、問い合わせる。

問合先 保健センター☎(23)1187

市役所への郵送 市役所宛ての郵便物は、郵便番号(〒290-8501)と宛名(市原市役所・担当課名)で届きます(住所不要)。

電話番号のうち表示のない市外局番: 0436

凡例 ☎eメールアドレス ☎ウェブサイトのURL いちほらポイント対象事業

10月1日は市民の日「市民の日」キャンペーン

市では、昭和42年に南総町と加茂村が加わり現在の市の形となった10月1日を市民の日と定めています。この日を記念し、協賛行事やキャンペーンを実施します。

ポケットティッシュを配布 9月30日(月)まで・千葉銀行市内各店舗 合計500個

焼き菓子(市原の恵み)をプレゼント 11月3日(火)までの土、日曜日・SWEET FACTORY梅香堂(大坪216-1) 各日先着3人

特製クリアファイルをプレゼント 10月1日(火)・千葉信用金庫市内各店舗 各店舗先着30人

市内製造の掃除用クロスをプレゼント 10月1日(火)、2日(水)・君津信用組合五井支店 各店舗先着20人

※市民の日関連行事は本紙10月1日号でお知らせします。

問合先 総務課☎(23)9822

施設の愛称 アネッサ：姉崎保健福祉センター サンハート：三和保健福祉センター なのはな館：南部保健福祉センター you ホール：勤労会館 市原湖畔美術館：水と彫刻の丘 ゼットエーオリブスタジアム：臨海競技場 上総更級公園：総合公園 ゼットエーボールパーク：臨海球場 ゼットエー武道場：中央武道館 スケートコート オリブリランド：スケートパーク いちはらクオードの森：市民の森 オリジナルメーカー海づり公園：海づり施設

公民館・コミュニティセンター
楽しい講座が 主催行事 盛りだくさん

申込開始は9月18日(水)午前8時30分

申込方法 電話か窓口で各公民館・コミュニティセン
ターに申し込む (☑印のある行事は当日直接会場へ)。

表の見方

行事＝丸数字はシリーズの回数 (例:④＝全4回)
日時＝シリーズが2回以上あるときは初回の日時のみ表示
対象＝年齢・学年の表記がないときは20歳以上の人が対象
金額＝1人分の目安の金額を総額で表示 (材料費など)
☑印＝バス研修あり (金額は入場料など)

公民館	行 事 内 容	日 時	対象・人数	金額 (円)
姉崎 (610124)	楽々ウォーク秋② ボールで歩こう	10/16 (水) 14:00～15:30	先着 20 人	400
	子育てサロン ミニ運動会 ☑	10/18 (金) 10:30～11:30	就学前の子と 保護者	無料
	私の名画再生術④ 魅惑の印象派展 ☑ 入	10/25 (金) 9:30～11:30	先着 20 人	3,700
	フランス郷土料理 (秋) 卵とワインソース	10/28 (月) 10:00～12:00	先着 16 人	1,200
五井 (222121)	子育て広場ほっと 母親交流育児相談 ☑	10/7 (月) 10:00～11:30	入園前の子と 保護者	無料
	秋のおはなし会 絵本の読み聞かせ ☑	10/12 (土) 14:00～15:00	小学生以下 先着 40 人 (保 護者同伴可)	無料
	五井お笑い寄席 落語研究会「縁」 ☑	10/27 (日) 10:00～11:30	小学生以上 先着 50 人	無料
	子育て会 1・2・3 ミニ運動会 ☑	10/28 (月) 10:00～11:30	入園前の子と 保護者	無料
八幡 (411984)	ウォーキング④ 最後はハイキング	10/28 (月) 14:00～15:30	先着 30 人	無料
	お話し広場 絵本の読み聞かせ ☑	9/21 (土)・10/5 (土) 10:00～10:40	小学生以下 (保護者同伴可)	無料
	子育てプラス 親子で 3B 体操 ☑	10/3 (木) 10:00～11:30	入園前の子と 保護者	無料
	小学生卓球教室② 初めてでも大丈夫	10/12 (土) 9:30～11:30	小学生 先着 20 人	無料
有秋 (660221)	お元気体操・秋③ 介護予防と若返り	10/14 (祝) 9:30～11:30	60 歳以上 先着 30 人	無料
	楽しく歌おう 懐メロで元氣一杯	10/23 (水) 9:30～11:30	先着 40 人	無料
	房総地理歴史散歩③ 地形と風土と生活 ☑ 入	10/25 (金) 9:30～11:30	抽選 30 人 締切日9/24(火)	1,300
	ストレッチ体操⑤ 秋コース	9/25 (水) 13:30～15:30	先着 35 人	無料
市津 (745516)	市原の郷土料理 太巻きと無花果煮 (いろうじ)	10/11 (金) 13:00～16:00	先着 12 人	1,500
	介護のABC 体験して学ぶ	10/1 (火) 13:00～14:30	先着 20 人	無料
	基本のヨガ(秋)③ 自分と向き合う	10/7 (月) 10:00～11:30	先着 20 人	無料
	リズム遊びと絵本 リトミックとお話 ☑	10/16 (水) 10:00～11:30	就学前の子と 保護者	無料
南総 (920039)	グラウンドゴルフ④ 基礎から学ぶ	10/18 (金) 9:30～11:30	65 歳以上 抽選 30 人 締切日9/24(火)	無料
	市津ひよこクラブ 運動会 ☑	10/18 (金) 10:00～11:30	就学前の子と 保護者	無料
	牛久商店街の魅力 プロ伝授墓石の話	10/6 (日) 10:00～11:30	先着 30 人	無料
	のびのびキッズ いも掘りバス研修 ☑ 入	10/14 (祝) 10:00～14:30	入園前の子と保 護者 先着 10 組	無料
加茂 (880033)	日本画体験講座 岩絵具で貝に描く	10/16 (水) 9:30～11:30	先着 16 人	2,000
	親子料理教室 きのこピザ	10/20 (日) 10:00～13:30	親子先着 8 組	1 組 1,000
	竹灯籠作り 竹の優しいあかり	10/27 (日) 9:30～12:00	抽選 8 人 締切日9/24(火)	1,000
	ふるさと歴史物語 近世高滝筋の村々	11/15 (金) 9:30～11:30	先着 20 人	無料
辰巳 (748521)	親子ふれ愛フェスタ ☑	10/10 (木) 10:00～12:00	乳幼児と保護者	無料
	チャレンジ⑥ パドミントン	10/13 (日) 9:30～11:30	小学3～6年生 先着 20 人	無料
	大人の房総寿司② 切り口を楽しむ	10/30 (水) 9:30～13:00	先着 16 人	2,000
	体操で元氣⑤ 身体をととのえる	11/6 (水) 13:30～15:00	先着 20 人	無料

公民館	行 事 内 容	日 時	対象・人数	金額 (円)
国分寺 (241600)	ぐりとぐらお話し会 元気がでるはなし ☑	9/21 (土) 10:30～11:30	就学前の子と保 護者先着20人	無料
	歌と脳トレ・秋 リズムを楽しもう	10/4 (金) 9:30～11:30	65歳以上 先着50人	無料
	国分寺台の防災 地域でつながる！	10/30 (水) 9:30～12:00	先着30人	無料
	サーフィンを応援② オリパラを楽しむ ☑ 入	10/31 (木) 9:00～16:00	先着20人	無料

コミュニティ センター	行 事 内 容	日 時	対象・人数	金額 (円)
菊間 (423424)	ママとマシュマロ ふれあい遊び ☑	毎週木曜日 10:30～11:00	5～10 カ月 の 子と保護者	無料
	チャレンジピック 缶積み競争 ☑	9/19 (木) 15:30～16:00	中学生以下(就 学前の子は保護 者同伴)	無料
	ケロケロクラブ 歌・手遊び・体操 ☑	9/20 (金)・25 (水) 10:30～11:00	就学前の子と 保護者	無料
	チャレンジ広場 窓飾りを作ろう ☑	9/22 (日)・10/6 (日) 10:30～11:00	中学生以下(就 学前の子は保護 者同伴)	無料
戸田 (956622)	おはなし会 読み聞かせなど ☑	9/24 (火)・10/8 (火) 10:30～11:00	就学前の子と 保護者	無料
	おもちゃ広場 遊びと貸し出し ☑	9/28 (土)・10/12 (土) 10:00～11:30	就学前の子と 保護者	無料
	英語であそぼ 英語の歌や遊び ☑	10/1 (火)・15 (火) 10:30～11:00	就学前の子と 保護者	無料
	みんなであそぼう 風船バレー ☑	10/3 (木) 15:30～16:00	中学生以下(就 学前の子は保護 者同伴)	無料
ちほら台 (502312)	社交ダンス⑩ タンゴを中心に学ぶ	10/4 (金) 10:00～12:00	抽選14人 締切日9/25(水)	500
	子供クッキング教室 かぼちゃのプリン	10/5 (土) 9:30～12:00	小学生抽選12人 締切日9/25(水)	400
	歴史散策 (君津) 久留里のまち巡り他 ☑ 入	10/8 (火) 9:00～17:00	抽選25人 締切日9/25(水)	200
	あつまれキッズ コンタクトゲーム ☑	10/10 (木) 15:30～16:00	中学生以下(就 学前の子は保護 者同伴)	無料
戸田 (956622)	介護技術講習会② 家庭での介護実技	10/11 (金) 13:00～16:00	抽選10人 締切日9/25(水)	無料
	子供トールペイント ティディアのハンギング	10/13 (日) 9:30～12:30	小学2～6年生 抽選 10 人 締切日9/25(水)	700
	吹矢で健康増進④ 集中力・精神力アップ	10/17 (木) 13:30～15:30	抽選15人 締切日9/25(水)	1,000
	男の簡単家庭料理 三色そばろ丼と副菜	10/29 (火) 9:30～13:00	60 歳以上の男 性 抽選 12 人 締切日9/25(水)	800
戸田 (956622)	おとなのミニ運動会 玉入れなど簡単競技	10/30 (水) 9:30～11:30	60 歳以上 抽選 30 人 締切日9/25(水)	100
	べこもち作り ひな菊一本	10/4 (金) 9:30～11:30	抽選 9 人 締切日9/24(火)	500
	法律相談 弁護士への相談	10/8 (火) 10:00～12:00	先着 4 組	無料
	薬膳料理 風邪予防の食材で	10/17 (木) 9:30～12:00	抽選 12 人 締切日9/24(火)	1,000
ちほら台 (502312)	脳と体の運動② タブレットと体操	10/21 (月) 10:00～12:00	抽選 16 人 締切日9/24(火)	無料
	みんなで歌おう カラオケと一緒に ☑	10/29 (火) 13:30～15:30	先着 60 人	無料
	うたおう会 歌いながら体操	10/3 (木) 10:00～11:30	先着 30 人	無料
	すくすく赤ちゃん ベビーリトミック	10/11 (金) 10:30～11:30	3カ月～1歳6カ 月の子と保護者 抽選 14 組 締切日9/24(火)	無料
ちほら台 (502312)	歴史講座 古代房総の神々 ☑	10/12 (土) 14:00～16:00	先着 80 人	無料
	フレッシュ 初めての LINE	10/21 (月) 14:00～16:00	6 0 歳以上 先着 2 0 人	無料
	てづくりちはら べんがら染め	10/24 (木) 10:00～12:00	先着 8 人	2,000
	スマイルキッズ 英語でハロウィーン	10/28 (月) 10:30～11:30	2 歳～就学前 の子と保護者 先着 8 組	1 組 300
ちほら台 (502312)	ちはらあらかると コーヒーマーの淹れ方	10/29 (火) 9:30～11:30	先着 16 人	500
	パソコン② 年賀状を作る	10/30 (水) 10:00～12:00	抽選 15 人 締切日9/24(火)	300

コミュニティ センター	行 事 内 容	日 時	対象・人数	金額 (円)
千種 (261515)	親子で 3B 体操	10/3(木) 10:00～11:00	1～3歳の子と 保護者 先着20組	無料
	初心者太巻き寿司 さんか 山茶花と赤とんぼ	10/3(木) 13:00～16:00	抽選 12 人 締切日9/25(水)	1,500
	エコクラフト教室④	10/4(金) 13:00～15:00	抽選 10 人 締切日9/25(水)	1,500
	パッチワーク基礎②	10/11(金) 13:00～15:00	抽選 10 人 締切日9/25(水)	1,500
三和 (364922)	なつメロを歌う	10/12(土) 14:00～16:00	60歳以上 抽選40人 締切日9/25(水)	無料
	千種歌声サロン	10/24(木) 14:00～16:00	60歳以上 抽選30人 締切日9/25(水)	無料
	簡単中華まん作り	10/29(火) (1)10:00～13:00 (2)14:00～17:00	各回抽選 8 人 締切日9/25(水)	800
	体育館無料開放デー ☑	9/23 (祝) 9:00～17:00	当日先着順	無料
三和 (364922)	三コミ映画会 ☑	9/23 (祝) (1) 9:30～11:45 (2)13:30～15:30	各回先着50人	無料
	さんわでウォーキング② ボール利用・ゴルフ場	10/17 (木) 13:30～16:00	抽選20人 締切日9/25(水)	200
	脳トレ教室③ 読み書き計算&体操	10/18 (金) 9:30～11:30	抽選24人 締切日9/25(水)	無料

各公民館の文化祭・コミュニティセンターまつり日程	
公民館	日にち・時間
八幡	10/5(土)・6(日)9:00～15:30
姉崎	10/12(土)9:00～16:00、13(日)9:00～15:00
五井	10/12(土)9:30～16:00、13(日)9:30～15:30
市津	10/12(土)・13(日)10:00～15:00
国分寺	10/12(土)10:00～16:00、13(日)10:00～15:00
辰巳	10/19(日)9:00～14:00、20(日)9:00～13:00
有秋	10/20(日)9:30～14:00
南総・鶴舞	11/2(土)9:00～15:00、3(祝)9:00～14:00
加茂・白鳥	11/3(祝)9:00～16:00
コミュニティ センター	日にち・時間
戸田	10/26(土)12:00～15:00、27(日)9:00～15:00
千種	11/2(土)9:00～15:00、3(祝)9:00～16:00
ちはら台	11/2(土)10:00～16:00、3(祝)9:30～16:00
三和	11/9(土)12:00～16:00、10(日)9:30～16:00
菊間	11/16(土)13:00～17:00、17(日)9:00～17:00

公民館・コミュニティセンター休館のお知らせ	
公民館	国分寺＝9/30(月)
コミュニティセンター	ちはら台＝9/23(月)、菊間＝10/14(祝)

～地域みんなで健康づくり～

市民体育祭

日時・会場など 下表のとおり

内容 玉入れ、綱引き、リレーなど

費用 無料



地区名		開催日	開始時間	会場 (雨天時の会場)
五井	国分寺	9/28(土)	9:30	国分寺台西中
	若葉・白金	10/12(土)	9:00	若葉小
	五井	10/13(日)	9:00	五井小
	京葉		8:30	京葉小
	千種		8:30	千種小
	東海	10/20(日)	9:00	東海小
辰巳台		10/6(日)	8:30	辰巳台中
有秋		10/12(土)	9:00	有秋西小
市津		10/13(日)	8:30	市津運動広場 (14日(月)に順延)
三和			9:00	三和中
南総			8:30	南総運動広場 (南総公民館)
加茂			9:00	加茂運動広場 (加茂公民館)
ちはら台			9:00	ちはら台南中
市原		10/20(日)	8:45	八幡運動公園 (八幡公民館)
姉崎			8:30	姉崎東中 (姉崎中体育館)

問合先

スポーツ振興課 ☎(23)9851

急病診療案内

テレホンガイド☎(22)0101
電話による問診は受け付けません (当日の午前8時更新)

急病診療センター ☎(21)5771	内科・小児科	【月～土曜日】 20:30～23:30 【日曜・祝日・年末年始】 9:00～17:00、20:30～23:30
	歯科	【土曜日】 20:30～23:30 【日曜・祝日・年末年始】 9:00～12:00

夜救急
【時間】23:30～翌日8:00
利用の際はテレホンガイド☎(22)0101で確認してください。

日曜・祝日 午前9時～午後5時	9/15 (日)	めぐろクリニック(姉崎東)	内	☎(62)7755
		伊嶋整形外科(松ヶ島)	外	☎(20)7660
		三橋クリニック(うるいど南)	産	☎(37)5711
	9/16 (祝)	斎賀医院(五井)	内	☎(21)0011
		寺嶋医院(八幡)	外	☎(41)9981
		ちはら台耳鼻咽喉科(ちはら台西)	耳	☎(75)8733
	9/22 (日)	こしかわハートクリニック(姉崎東)	内	☎(62)5488
		みずき整形外科医院(五井中央東)	外	☎(23)2088
		クリニック五井(五井中央東)	外	☎(24)0077
	9/23 (祝)	小野木医院(能満)	内皮	☎(75)4049
		三愛記念市原クリニック(五井中央東)	内	☎(22)5701
		蔵内医院(姉崎)	耳	☎(62)1560
	9/29 (日)	総星会五井クリニック(五井)	内	☎(20)8211
		こいで脳神経外科クリニック(青柳)	外	☎(21)2960
		磯ヶ谷病院(磯ヶ谷)	内	☎(36)1121

※内＝内科系 外＝外科系 産＝産婦人科 耳＝耳鼻科
皮＝皮膚科 眼＝眼科
※医療機関は都合により変更になることがありますので、
テレホンガイドでも確認してください。薬などを使用している人は、
受診時にその薬か薬の名称などが分かるものを持参してください。

問合先 保健福祉課☎(23)9813

いちはら健康・医療相談ダイヤル24

病気や健康不安、出産・育児、介護、医療機関情報などの各種相談に看護師や保健師、医師などが電話で答えます。
☎0120(36)2415(24時間年中無休、通話料・相談料無料)
FAX0120(923)446(言語や聴覚に障がいのある方専用)

こども急病電話相談 19:00～翌日6:00(毎日)

すぐ受診させた方がいいのか、様子を見ても大丈夫なのか、
看護師や小児科医が電話でアドバイスします。
☎#8000(プッシュ回線)
☎043(242)9939(プッシュ回線以外)

救急安心電話相談

18:00～23:00(月～土曜日)
9:00～23:00(日曜・祝日・
年末年始・ゴールデンウィーク)

病院に行くか、救急車を呼ぶか迷ったときに、
看護師が電話でアドバイスします。
☎#7009(プッシュ回線)
☎03(6735)8305(プッシュ回線以外)

子育てネウボラだより

10・11月の教室

会場＝保健センター

プレママ教室 1・2月に出産予定の人＝10/27(日) 2・3月に出産予定の人＝11/24(日) 時間＝9:00～12:00	対象・人数 初妊婦・各回先着30人 費用 無料 申込方法 10日前までに電話で申し込む。 その他 家族1人まで同伴可
マタニティクック (1)10/16(水)10:00～13:30 (2)11/15(金)10:00～13:30	対象・人数 妊娠16週～33週以内の妊婦・先着10人 費用 400円 申込方法 (1)は10/4(金)までに、(2)は11/5(火)までに電話で申し込む。
離乳食教室(カミカミ期) (1)平成30年12月生まれの子＝10/18(金) (2)平成31年1月生まれの子＝11/5(火) 時間＝10:00～11:30	対象・人数 10カ月の子と保護者・各回先着10組 費用 無料 申込方法 (1)は10/11(金)までに、(2)は10/29(火)までに電話で申し込む。

産後のボディケア&フィットネス教室(全2回)

日時 10月23日(水)、29日(火)午
前9時30分～正午
会場 保健センター
内容 バランスボールエクササ
イズやコミュニケーションス
キルワーク、セルフケアなど
対象・人数・費用 令和元年7月に生まれた子と
母・抽選14組・500円
申込方法 9月30日(月)までに電話で申し込む。
その他 乳児のきょうだいの同伴、運動制限がある人・妊娠中の人は不可。病気治療中の人は医師の許可が必要



幼児食教室

日時・会場 11月13日(水)午前10
時～11時30分・保健センター
内容 幼児食の試食や講話など
対象・人数 1歳6カ月健診を終え
た1歳8カ月～3歳未満の子とそ
の食事に心配のある保護者(未
受講者のみ)・先着10組
費用 100円
申込方法 11月5
日(火)までに電話
で申し込む。



申込・問合先 子育てネウボラセンター(〒290-8502・更級5-1-27)☎(23)1215

保健だより

健康相談

日時・会場 下表のとおり
人数・費用 各回先着5人・無料
申込方法 3日前までに電話で申し込む。



会 場	日 程	時 間
保健センター	10/25(金)、11/22(金)	9:15～11:15
アネッサ	10/8(火)、11/19(火)	13:30～15:30
サンハート	10/9(水)	
なのはな館	10/18(金)、11/15(金)	

申込・問合先 保健センター(〒290-8502・更級5-1-27)☎(23)1187

食事相談

日程 10月8日(火)、23日(水)、11
月1日(金)、18日(月)
会場 保健センター
人数・費用 各日先着8人(服
薬中・治療中の人を除く。)・
無料
申込方法 7日
前までに電話
で申し込む。



9月はがん征圧月間

日本では2人に1人が生涯に1度がんを患い、3人に1人はがんで亡くなっています。がんは初期のうちは自覚症状がほとんどなく、症状がでたときはかなり進行していることが多いです。早期発見のため、定期的ながん検診を受けましょう。

9月24日～30日は結核予防週間

結核は、現在も国内で18,000人の患者が発生し、約2,000人が亡くなる病気です。特に、80歳以上の人はほかの年齢の人と比べ、結核を発症する可能性が約5倍高くなります。自分の身だけでなく、家族や友人を結核から守るため、年に一度は肺がん・結核健診を受けましょう。

申込・問合先 保健センター健診申込専用電話 ☎(23)1199

ジェフユナイテッド市原・千葉ホームゲーム 市原市民の日記念イベント



ハーフタイムに砂を入れて芝生の穴を補修

8月24日のホームゲームではクラブが500人の市民を招待。参加者は試合観戦のほか、スタジアム探検ツアーやピッチそばでの練習見学、親子お仕事体験など、普段できない特別な体験も。芝生の補修を体験した親子は「砂の入れ具合が難しかったけど、楽しかった」と笑顔で話しました。

ニュージーランド文化に触れる いちはら×ニュージーランド ホスタウンフェア 2019



ダンスチームの皆さんがニュージーランドの先住民マオリ族の「ハカ」を披露
東京オリンピック・パラリンピックにおけるニュージーランドのホスタウンに登録されている本市では、同国の文化を体感し身近に感じてもらうために、8月25日にアリオ市原で「ホスタウンフェア」を開催。同国の特産品を購入できる物産展などが開かれ、多くの人でにぎわいました。

フォト セレクション Photo Selection

上総国府のまち いちはら 更級日記千年紀 歴史講座



講師の市川考古博物館学芸員・山路直充さんが国府の姿をひもとく

2020年の更級日記千年紀を前に、当時の歴史を学ぶ講座を8月30日に史跡上総国分尼寺跡展示館で開催し、44人が参加しました。上洛の門出の地となった上総を記した描写を、歴史・交通の観点に照らし合わせ、国府がどこにあったのか、その在りかに迫る内容。参加者は「近所の遺跡などに足を運んでみたくなった」と話しました。

10月27日まで開催中 市原湖畔美術館企画展 ロシア現代アートの世界「夢みるカー未来への飛翔」



パスタを緻密に組み合わせて宇宙都市を表現した作品「ラドミール」

カラフルで存在感のある手編みの宇宙ロケット、合わせ鏡で空へと伸びていく階段、床一面に水を張った海のような展示室。人が夢見てきた未知の世界を表現する独創的な作品の数々が、私たちの好奇心をかき立て、冒険の世界へと誘います。ゆっくりと鑑賞していた女性は「まるで自分が今、別世界にいるようです」と語りました。

暮らしの情報 ③72

50～70歳代女性宛ての不審なはがきが多発中!

最近、テレビなどでも注意喚起されている不審なはがきの相談が多くあります。一昨年から全国的に多発している架空請求で、「訴訟通知センター」などと公的機関を連想させ、訴訟・差押えなどの文言で不安をあおり、電話をかけさせる内容です。これは振り込め詐欺の一種で、電話をかけるいろいろな名目で金銭を要求されますので、絶対に電話はかけず、無視しましょう。なお、本当の裁判の通知であれば、裁判所名の特別送達という、手渡しの郵便(封書)で送付されます。

困ったら焦らず、まず相談

問合先 消費生活センター ☎(21)0999



あなたの「知りたい」をお手伝い!

ようこそ図書館へ P.26

パソコン席でインターネット・Wi-Fiが利用可能

中央図書館には自分のパソコンを持ち込んで調べ物などができる「利用者開放パソコン席」が4席あり、パソコン用の電源やインターネット回線を使うことができます。



また、今年7月からはこの4席で、Wi-Fi機能があるパソコンやタブレットがあれば、有線LANに接続することなく、無線接続でインターネットが使えるようになりました。パソコン席の利用時間は1日1回2時間まで、次の人がいなければさらに1時間延長できます。利用するときは、中央カウンターにお申し出ください。

問合先 中央図書館 ☎(23)4946

いち 1スポーツ! いちはらのスポーツ情報

ラグビーワールドカップ2019™ パブリックビューイングを開催

入場無料

(1)アイルランド 対 日本

日時 9月28日(土)16:15キックオフ(15:30開場)
会場・人数 夢ホール(更級1-9-8)・先着200人

(2)ニュージーランド 対 ナミビア

日時 10月6日(日)13:45キックオフ(13:00開場)
会場・人数 youホール・先着299人

※10月6日は上総いちはら国府祭り開催に伴う交通規制により車での来場はできません。(詳細は本紙1面を参照)

参加方法 当日直接会場へ。なお、両会場とも会場内での飲食はできません。

※本紙9月1日号2面記事中のキックオフ時間は、正しくは上記のとおりでした。お詫びして訂正します。

問合先 オリンピック・パラリンピック推進室 ☎(23)9872

