

広報

2023

11

毎月1日発行

いちはら



特集

ゼロワン
エンジン01
in 市原

令和6年1月26日金～1月28日回

©エンジン01文化戦略会議

あなたとつながる広報誌

目次

3 特集1 エンジン01 in 市原

6 I'Museum 通信 特別編
市原歴史博物館 第1回特別展
いちはらのお薬師様 一流行り病と民衆の祈り—

9 特集2 令和5年 第3回市議会定例会

10 特集3 国府の伝統と誇りを胸に刻んだ2日間

12 市長対談
JFL、Jリーグ昇格に向けて
— VONDS市原FCキャプテン 渡辺 広大 さん

13 公民館などのイベント情報

16 この街あの人この人
色を育てる場所に
— 胞子画家 中山 育美 さん

18 市原市からのお知らせ

28 保健だより

29 子育てネウボラだより

31 急病診療案内

32 フォトセレクション

▶▶▶ 今月の表紙 ◀◀◀



「イチハラ、ハピネス。」は、来年1月26日(金)から28日(日)に開催される学びのイベント「エンジン01 in 市原」のテーマです。1月の開催に先駆けて、テーマの『幸せ』を題材に、9月30日、上総いちはら国府祭りで、大会委員長の勝間和代さんと実行委員の東村アキコさん、小出市長によるトークイベントが開催され、大いに盛り上がりました。「エンジン01 in 市原」の詳細は、左のページに掲載していますので、ぜひご覧ください。

今月のお知らせ

あなたの投票で「いちはら子ども未来館」の愛称が決まる!

「いちはら子ども未来館」の愛称募集に、多くの応募をいただき、ありがとうございました。応募いただいた候補について、1次選考を行った結果、6点が2次選考の愛称候補となりました。2次選考は6候補の中から投票となります。ぜひ投票してください!



投票方法 申込フォーム(右のQRコード)から投票するか、子ども福祉課とアリオ市原(屋内キッズパーク横)にある用紙に愛称候補1つを記入し、投票箱へ投函してください。



投票期間 11月30日(木)まで

愛称候補(順不同)

- みらフーレ(みらふーれ)
- weほーる(ういーほーる)
- iりんく(あいりんく)
- I'エール(あいえーる)
- いち子未館(いちごみかん)
- みらエール(みらえーる)

問合せ 子ども福祉課☎(23)9802

市原市のデータ 今月の市民課窓口の日曜開設日 12日、26日(午前8時30分～午後5時)

市原市の人口・世帯数 ※データは令和5年10月1日現在、()内前月比
人口: 268,806(-137人) 男: 138,586人(-86人) 女: 130,220人(-51人)
世帯数: 130,739世帯(+21世帯) 転入718人・転出721人・出生125人・死亡259人/9月

今月の納付
国民健康保険料(5期)、後期高齢者医療保険料(5期)、介護保険料(5期)



アプリ「カタログポケット」で
広報いちはらを配信中!(10カ国語対応)
お手元のスマートフォンなどにインストール
すると、広報いちはらを閲覧できます。



見やすく読み間違えにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。



市原市は「SDGsのシンボルとなるまち」の実現を目指しています。



一流の文化人がいちはらに集結

大会委員長



勝間 和代
経済評論家

大会副委員長



和田 秀樹
日本大学常務理事/医師
日本映画監督協会理事

エンジン01 in 市原

令和6年
1月26日金 ~ 1月28日日

会場 市民会館、帝京平成大学千葉キャンパス(うるいど南4-1)など

学びの祭典が
いちはらに



人生を豊かにするきっかけがここにある——来年1月、文化、芸術、スポーツから経済など、各分野の第一線で活躍する100人を超える表現者・思考者たちが市原市に集結し、さまざまなテーマに沿った講座などを行うイベント「エンジン01 in 市原」を開催します。このイベントでは、各界の一流講師から直接話を聞けるだけでなく、みんなで実際に体験したり、語り合ったりと、さまざまな人との交流の場にもなります。

今月号では、3日間のイベントの内容や参加方法を紹介します。この学びの祭典に、ぜひお越しください。

問合せ 60周年事業推進室 ☎(23)9826

実行委員



浅葉 克己
アートディレクター



堀江 貴文
SNS media & consulting ㈱
フアウンダー



東村 アキコ
漫画家



夏野 剛
㈱KADOKAWA取締役
代表執行役社長 (CEO)



立川 談慶
落語立川流真打ち



久保 明彦
㈱Tag Japan
代表取締役社長



落合 陽一
メディアアーティスト



林 真理子
作家/日本大学理事長



太田 麻衣子
クリエイティブディレクター/
㈱博報堂クリエイティブ
ヴォックス代表取締役社長/
㈱博報堂執行役員



和田 裕美
作家



山田 美保子
放送作家/
コラムニスト



茂木 健一郎
脳科学者



南美 希子
エッセイスト/
TVコメンテーター



前田 裕二
SHOWROOM ㈱
代表取締役社長



小西 利行
POOL INC.
クリエイティブディレクター/
コピーライター

エンジン01 in 市原

あれこれ

チケットは12月上旬発売予定

1/26 day-1

[金 曜 日] 1 日 目

◆ 開会式・オープニングシンポジウム

実行委員会のメンバーなどによる開会式やオープニングシンポジウムが市民会館で開催されます。

一流の文化人が一堂に会するシンポジウムは必見!

参加費 800円



◆ オープニングコンサート

オープニングコンサートを、市民会館で開催します。

参加費 800円



一日限りの豪華コンサートも!

1/27 day-2

[土 曜 日] 2 日 目

◆ 講座プログラム

帝京平成大学千葉キャンパスに100人以上の講師が集まり、1コマ75分の講座を約80教室開催します。講座内容は、地元になんだ講座や経済・食・文化など多岐にわたります。

参加費 1講座当たり 800円



他では聞けないここだけの裏話も!?



◆ 中高生のきみたちへ「エンジン01ハローワーク」

帝京平成大学千葉キャンパスで、中高生向けに夢や希望を育むハローワークセミナーが同時開催されます。その道で成功を収め活躍している各界の一流文化人たちが講師となって、仕事の楽しさや魅力を直接伝えます。

参加費 無料



一流の講師から仕事の魅力を直接学べる!

◆ 夜楽(地元飲食店での交流)

市内の飲食店にて、講師と参加者が飲食を共にし、さまざまなトピックについて語り合い交流を深めます。講師との距離が最も近く、語り合う貴重な時間は一生の思い出となるでしょう。

参加費 飲食代として※ 約5,000円~



※参加費は、店舗により異なります

1/28 day-3

[日 曜 日] 3 日 目

◆ まちなか講座

市原歴史博物館、市原湖畔美術館、小湊鐵道(予定)など、市原市のさまざまな場所で学びを深めながら、いちはらの魅力を感じてみませんか?

参加費 1講座当たり 800円



いちはらのまちなかで学びを発見!

◆ クロージングシンポジウム・閉会式

3日間を締めくくるシンポジウム・閉会式を、市民会館で実施します。

参加費 800円



3日間の締めくくりは豪華なシンポジウム!

写真は、いずれも過去開催時の様子です。 ©エンジン01文化戦略会議

エンジン01 in 市原

Q&A

なぜ市原市で開催することになったの?

市制施行60周年を記念して、いちはらで広く学びの場を提供し、未来の人づくりを進めるためにエンジン01文化戦略会議と連携して開催することにしました。

エンジン01文化戦略会議って?

日本を代表する各分野の表現者・思考者たちが日本文化のさらなる深まりと広がりを目指して参集したボランティア集団です。

講座プログラムの講師や各イベントの詳細い内容はいつ発表されますか?

11月中旬に公開予定です。決まり次第、公式ウェブサイトや市SNSなどでお知らせします。

各イベントの参加方法は?

事前にチケットの申し込みが必要です。チケットは12月上旬から、チケットぴあ(インターネット)・セブンイレブン(店頭のマルチコピー機)・市民会館(対面)で発売予定です。発売日が決まり次第、公式ウェブサイトや市SNSなどでお知らせします。※参加費が無料の中高生向けの「エンジン01ハローワーク」は、申込フォームからの申し込みになります。

講座は座学だけのの?

一般的な座学の講座のほか、過去には生け花や落語、写真の撮影、卓球大会なども開催しています。

講座プログラムは一日最大何コマ受講できますか?

一日最大4コマまで受講できます。

夜楽は何店舗で開催するの?

市原市内の飲食店20~30店舗を予定しています。

帝京平成大学の駐車場は利用できますか?

メイン会場となる帝京平成大学へ車で来場することはできません。市民会館や帝京平成大学へは、ピストンバスを運行する予定です。発着場所は、最寄り駅やロングウッドステーション駐車場(長生郡長柄町山之郷67-1)など。ピストンバス・駐車場は無料です。

最新情報はどこで入手できますか?

エンジン01 in 市原の公式ウェブサイトや公式X(旧Twitter)から、最新情報を見ることができます。



公式ウェブサイト

公式X



鷹野館長の「なりきり薬師如来」

さまざまな体験イベント!

展示室入口に設置したゲートに、神社や仏閣に参拝した記念として貼る、自分の名前が入った「千社札」を貼ることができます。展示室の入口の千社札ウォールに博物館にきた証しを残そう!

展示室内には、薬師如来になりきれぬ新感覚のフォトスポット「なりきり薬師如来」を設置。特別展の来館記念にぜひ撮影してください。

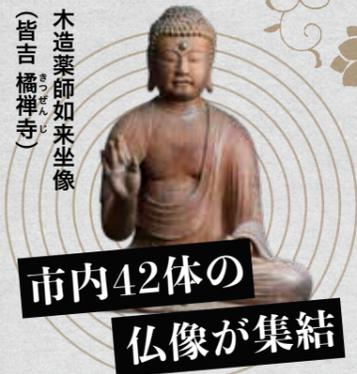
他にも特別展限定のイベントが盛りだくさん! 詳しくは8ページをご覧ください。



市民と共に作った展示物・展示空間

薬師如来が祀られている寺社をイメージさせる空間を演出する「寺社フレーム」を、宮大工による「組物」の伝統技術を学びながら市民の皆さんと共に制作。仏像を保護する結果にもなっています。

光善寺(市原)にある県内最古の石灯籠を3Dスキャンして、「3Dとうろう」を段ボールで再現するワークショップを実施。千葉大学や姉崎高校美術部とも協力し、完成した「3Dとうろう」は、特別展の展示物として、会場をともしています。



木造薬師如来坐像(皆吉橋禅寺)

市内42体の仏像が集結

市原市は、上総国分寺・国分尼寺を擁し、上総国における薬師如来信仰の拠点として機能していたと考えられています。薬師如来は、病苦を除き、安楽を与えるなど現世に願いをかなえてくれるとされ、日本でも古来あつく信仰されてきました。

市内各地に存在する平安時代以降の優れた仏像は、地域で大切に保管されてきたおかげで、現在でも貴重な歴史資料として、皆さんにご覧いただくことができます。

平安時代後期に制作されたと考えられる、県指定文化財の二天立像(皆吉橋禅寺)特別展限定グッズとして、亚克力キーホルダーを販売!



仏像が集結した光景は圧巻



来館の記念に千社札を貼ろう



寺社フレームを制作した皆さん



薬師如来のポーズで記念にパシャリ



段ボールで再現した3Dとうろう

I'Museum 通信

特別編

市原歴史博物館 第1回特別展

いちはらのお薬師様

流行り病と民衆の祈り



問合せ先

市原歴史博物館 ☎(41)9344

市原歴史博物館では、開館後初の特別展「いちはらのお薬師様―流行り病と民衆の祈り―」を開催しています。地域で大切に保存され、これまで世に出ていなかった本市の貴重な歴史遺産を多数紹介し、先人たちが流行り病にどう対処してきたのか、その歴史や祈りの姿を見つめます。実際に博物館に足を運び、いちはらのお薬師様たちを見て、感じて、体感してください。



木造薬師如来坐像(上高根 稱禮寺管理)

展示構成

1 いちはら流行り病史

新型コロナウイルスの蔓延から古代にさかのぼって、年表形式で疫病に襲われた歴史を振り返ります。

2 流行り病と祈りのかたち

目に見えない疫病といかに戦ってきたのかをモノから考えます。恐れの対象を神として祀る民衆の祈りの姿を紹介。

3 いちはらのお薬師さま

薬師如来をはじめとする市内の平安時代後期から江戸時代の仏像、薬師如来像、日光・月光菩薩など、42体が一堂に集結。

4 国家から民衆の祈りへ

薬師信仰がどう受容されてきたのか、白鳳期の龍角寺(印旛郡栄町)薬師如来坐像(国指定の重要文化財)などを紹介。

5 薬と予防策

現世利益を求める民衆たちが培ってきた家伝薬などの民間医療、漢方薬などの作り方を道具とともに紹介。

歴史クイズに挑戦して、オリジナルステッカーをゲットしよう!

いちはら歴史ミッションラリー 特別展バージョン

館内を巡り市原市の歴史に関するミッション(クイズ)に挑戦する「いちはら歴史ミッションラリー」。初級編と上級編の2コースがあり、参加者には特別展オリジナルステッカーをプレゼント。各コースをクリアすると限定の御利益ステッカーももらえます。

〈初級編〉推奨: 小学生以上 費用: 300円
〈上級編〉推奨: 小学5年生以上 費用: 300円



今だけ! 特別展関連イベント

1 学芸員による展示説明会

学芸員がツアー形式で特別展の展示品を解説します。解説パネルには書かれていない詳細まで紹介します。

日時 11月3日(金・祝)、12月3日(日)午前10時～11時30分、午後2時～3時30分

会場 市原歴史博物館

人数 各回先着30人程度

費用 特別展観覧者対象 無料

申込方法 当日直接会場へ



2 薬師如来像の木版刷り体験

橘禅寺(皆吉)に残る薬師如来像の版木を参考に、新たに彫った版木を使って、A4サイズのお札をパレンを使って刷ります。お薬師さまの御利益を、ぜひお家に持ち帰りましょう。

日程 11月4日(土)、12日(日)、23日(木・祝)、12月16日(土)

時間 各日午前10時～正午、午後1時30分～3時30分
各回30分(1日8回開催)

会場 市原歴史博物館

人数 各回先着10人

費用 特別展観覧者対象 無料

申込方法 当日直接会場へ(開館時より博物館受付で整理券を配布)



3 仏像の3Dスキャン&色付け体験

千葉大学大学院融合理工学府デザインコースデザイン文化計画研究室(植田憲教授)とのコラボレーション企画。橘禅寺の十二神将像の3Dスキャン体験と3Dプリンターで出力した不入斗の薬王寺の十二神将像の造形物に色付け体験ができます。

日時 11月18日(土)、12月2日(土)
午前10時30分～11時30分、
午後2時30分～3時30分

会場 市原歴史博物館

人数 3Dスキャン体験:各回先着2人、
色付け体験:各回先着20人

費用 特別展観覧者対象 無料

申込方法 各回開始30分前から博物館受付で申し込む。



4 県内の薬師仏をめぐるバスツアー

印西市の松虫寺や銚子市の常燈寺など、バスで県内の薬師仏を巡ります。

日時 11月25日(土)午前8時30分～午後5時30分(市原市役所市バス駐車場前(JA市原市向かい)午前8時15分集合)

人数 抽選45人

費用 特別展観覧者対象 無料

申込方法 11月11日(土)までに申込フォーム(右のQRコード)か電話で申し込む。



5 講演会「中世房総の仏像について」

市文化財審議会委員で仏像彫刻分野の権威である塩澤寛樹先生による特別講演会。いちはらの仏像を中心とした中世の房総地域の仏像について、地方仏師による造像の歴史や特徴に関して講演します。

日時 12月10日(日)午後2時～4時

会場 五井会館4階大ホール(五井中央西2-3-13) ※会場は博物館ではありません。また、駐車場はありませんのでご注意ください。

講師 塩澤寛樹(群馬県立女子大学学長)

人数 先着200人

費用 無料

申込方法 当日直接会場へ(30分前から受付開始)



薬師三尊像(皆吉 橘禅寺)
鎌倉時代 弘長2年(1262)

特別展開催情報

ウェブサイト▶



開催期間 12月24日(日)まで

会場 市原歴史博物館(常設展示品の一部は多目的室にて展示)

開館時間 午前9時～午後5時(最終入館は午後4時30分)

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)

観覧料 一般個人800円、高校生個人500円
一般団体600円、高校生団体300円
※団体は20人以上、中学生以下無料

注意事項 特別展会場は撮影禁止です。
広報用写真は、特別許可の上で撮影しています。

申込・問合せ 市原歴史博物館(能満1489) ☎(41)9344

特別展限定グッズをゲットしよう!



二天立像アクリルキーホルダー

税込800円



薬壺の小物入れ

税込1,800円

薬壺の香立て

税込2,700円

※お香は付きません

稱禮寺(上高根)が管理する
薬師如来坐像(県指定文化財)が
持つ、薬壺の小物入れと香立て



紙製ペン

税込350円

特別展のロゴを使った
環境にやさしい紙製ペン



紙製ホルダー(2種セット)

税込500円

お薬師様が描かれた
A4サイズの紙製ホルダー

令和5年第3回市議会定例会

問合先 総務課 ☎(23)9822

20議案を可決



令和5年第3回市議会定例会
が、8月30日から10月3日ま
での35日間の会期で開かれ、27
議案が提出されました。このう
ち、20議案が原案どおり可決
され、令和4年度一般会計歳入
歳出決算などの認定7議案は全
て認定されました。

可決された20議案の内訳は、
条例の一部改正5件、指定管理
者の指定1件、工事請負契約の
変更1件、工事請負契約2件、
財産の取得1件、負担付きの贈
与を受けること1件、令和5年
度補正予算6件、議員発議案3
件です。
可決された主な議案は次のと
おりです。

条例の一部改正

市原市附属機関設置条例

市原市文化交流施設検討委員
会を附属機関として設置するた
め、改正しました。

市原市特定教育・保育施設及び
特定地域型保育事業の利用者負
担に関する条例

多子世帯における第2子以降

の保育所等保育料の無償化等の
ため、改正しました。

市原市市営住宅設置及び管理条例

富士見住宅を廃止するため、
改正しました。

指定管理者の指定

市原市水と彫刻の丘の管理者
を株式会社アートフロントギャ
ラリーに指定しました。

工事請負契約

中央図書館空調設備改修工事
(機械設備)(ゼロ債務)は、株
式会社帝設備と契約を締結しま
した。

また、五井駅東口自転車駐車
場屋根・外壁他改修工事(建築)
は、進和建設株式会社と契約を
締結しました。

令和5年度一般会計補正予算

国・県支出金の交付決定等に
伴う事業費の変更のほか、児童
福祉法改正(令和6年4月施
行)に伴う支援が必要な子育て

世帯への包括的な支援体制の強
化、新型コロナウイルスワクチ
ン接種の促進、道路施設等の修
繕やインフラスライド等への対
応、公共施設の優先的保全事業
への対応に伴う事業費の増額
など、当初予算では捕捉する
ことが難しく、かつ緊急的な
対応が必要となる事業のため、
15億7423万1000円を増
額補正しました。

また、令和5年9月の台風
第13号に伴う大雨による災害
対応のため、道路の法^ろ面や
河川の護岸などの公共施設
等の復旧に係る予算な
ど、必要となる経費を計上し、
6億7519万6000円を増
額補正しました。

その結果、歳入歳出予算の
総額は、1150億628万
2000円となりました。

議員発議

「市原市議会議員政治倫理条例
の制定について」などの3件が
可決されました。



国府の伝統と誇りを

胸に刻んだ2日間

第10回 上総いちほら 国府祭り

いちほらの執狂を
写真で振り返る

上総いちほら国府祭りが9月30日と10月1日に、上総更級公園などで開催されました。4年ぶりとなる国府祭りでは、時代絵巻行列や練り踊り、山鉾や山車をはじめ、内房総アートフェスの一環でもあるen Live Art Performanceなどが披露されました。両日でおよそ31万人が来場し、大きなにぎわいをみせた国府祭りを臨場感あふれる写真で振り返ります。

問合せ先 観光・国際交流課
☎(23)9755

CATALOG POCKET



当日のにぎわいの様子を動画でご覧いただけます。

【写真の説明】

- 1・5. 時代絵巻行列や山鉾・山車の巡行。おはよしの音色が響く
- 2. 山内鈴蘭さん、小出市長、オッサクんのスナッグゴルフ対決
- 3・6・15. ちばYOSAKOI 2023では、各チーム力強い演舞で魅せる
- 4. みこしの巡行
- 7. 山鉾・山車と花火の共演
- 8. 光・音・映像・ダンス・ドローンが融合したen Live Art Performance
- 9. 民舞協会による統制のとれた練り踊り
- 10. いちほら大綱引では西軍が優勝
- 11. Jet Spheaselによるチアダンス
- 12. 太鼓のばちさばきを披露
- 13. ハロウィンパレード! 2023では、多くの参加者が仮装を楽しむ
- 14. 鮮やかな衣装で練り踊りに参加


 市長 対談

ボンス VONDS市原FCキャプテン

わた なべ こう だい
渡辺 広 大 さん

TALK THEME JFL、Jリーグ昇格に向けて

市内の企業や市民の出資で運営する地域密着型の市民クラブ「VONDS市原FC」が、関東サッカーリーグ1部で優勝しました。今回は同チームをキャプテンとしてけん引した渡辺広大さんを迎え、「JFL、Jリーグ昇格に向けて」と題し対談しました。



今シーズンを振り返って

市長 関東サッカーリーグ1部優勝おめでとうございます。4月のホーム開幕戦を観戦しましたが、幸先の良いスタートを切りましたよね。「今年は違うな」という印象でしたが、予感が的中しました(笑)。渡辺さんは今シーズンから加入して、すぐにキャプテンに指名されましたが、どんな心境でしたか。

渡辺 昨シーズンから大半のメンバーが入れ替わり、自分が年長者であることやJリーグでの経験を伝える立場にあるという自覚があったので、なんとなく心の準備はできていました。布監督からも直接そういう言葉をもらって責任を感じましたし、楽しみなシーズンになるなと思いました。

市長 開幕してからまさに快進撃でしたが、振り返ってみて印象に残っていることはありますか。

渡辺 チームに加入して思ったのですが、市立船橋高校時代からの恩師である布監督が丸くなっていたことに驚きました。でも、4月2日の南葛SCとの敵地での試合で、前半を0対0で折り返したのですが、ハーフタイムに布監督からすごい形相で一喝されました。後半1点を取って試合には勝ったのですが、チーム全員が布監督の闘将ぶりを目の当たりにして、そこから流れに乗ったのが印象に残っていますね。

キャプテンとしてチームをけん引

市長 キャプテンとして意識して実践したことはありますか。

渡辺 これまでJリーグを経験してきたからこそ感じたのは、VONDS市原では、試合でもう1歩戻ってれば失点しなかったのにサボってしまったとか、攻撃ももう1歩ダッシュしてればゴールできたのっていうシーンが多くありました。だから「後悔が残るプレーはするな」ということをみんなから嫌われるくらい練習の時から口酸っぱく言っていました。それが少しずつみんなの心に残って、シーズンを通して優勝という結果に現れてくれたのかなと思っています。

市長 ベガルタ仙台やザスパクサツ群馬などJリーグチームでのキャプテンや選手会長としての経験があったからこそ、発言にも重みが出てチームメイトの心に残ったのでしょうか。私は市の職員としての経験はありませんが、経営者としての経験から感じることを日々職員に伝えていきます。組織の中で思いや目的、価値観を共有し、努力する姿に変えていくというのは、キャプテンの責務であり、市長の責務だと思います。

みんなの応援で昇格を後押し

市長 地域リーグで優勝し、次は日本フットボールリーグ(JFL)昇格、そしてゆくゆくはJリーグ昇格ですね。

渡辺 はい。まずはJFL昇格ですが、各地域リーグで優勝したチームと全国社会人トーナメントを勝ち上がったチームの合計12チームが、11月に全国地域サッカーチャンピオン大会で争います。そこで1位になれば自動昇格、2位ならJFL最下位チームと入れ替え戦となります。ただ、僕たちが最終的に目指すのは

Jリーグ昇格です。Jリーグに昇格するには、クラブとしての一体感はもちろんのこと、まちとの一体感が必要です。そういう意味では、VONDS市原の知名度はまだまだだと思っているので、もっともってVONDS市原を広めていきたいと思っています。

サポーターの皆さんは、いつも僕らの心を動かすような応援をしてくれて、本当にありがたく感じています。皆さんのためにも、そして市原市を盛り上げるためにも、JFL昇格という目標を成し遂げますので、これからも応援よろしく願います。

市長 やはり市民の応援により、選手が力以上のものを発揮してくれると思います。市としても市民球団としてのVONDS市原を全面的に応援していきますので、市民の皆さんもぜひ応援をお願いします。

対談を終えて

市長 サッカーを通してまちに連帯感が生まれ、感動が生まれる。そんな姿を思い描いてみんなでVONDS市原を盛り上げていきましょう。



楽しい主催行事が盛りだくさん

公民館・コミュニティセンター

公民館などのイベント情報

【申込開始は11月5日(日)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18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

行事名 内容	日時	対象 人数	金額(円)
八幡公民館 ☎(41)1984			

おはなし広場 16日はお楽しみ会	☑ 12/2(土)・16(土) 10:00~10:40	小学生以下 (保護者同伴可)	無料
シニアスマホ教室 基本操作とLINE操作	12/4(月) 13:30~16:00	60歳以上 先着20人	無料
書き初め教室② 県の課題練習	12/23(土)・24(日) 9:30~11:30	小学3~6年生 先着16人	無料
フラワーアレンジ お正月の飾り用	12/27(水) 13:30~15:00	小学生以上 先着28人	1,500

姉崎公民館 ☎(61)0124			
------------------------	--	--	--

子育てサロン 子育てフンポイント	11/17(金) 10:30~11:30	就学前の子と 保護者 抽選15組 締切日11/11(土)	無料
蒔染づくり 芋から手作り	12/8(金) 9:30~12:00	抽選12人 初めての人優先 締切日11/11(土)	400
絵本フェスタ 松ぼっくりツリー	12/9(土) 10:30~11:00	小学生以下 (保護者同伴可) 先着20人	無料
科学おもちゃづくり 回してあそぼう!	12/16(土) 10:00~11:30	小学生以上 先着20人	50
お正月飾り作り 榊を使ったミニ門松	12/19(火) 9:30~12:00	先着10人	1,000

有秋公民館 ☎(66)0121			
------------------------	--	--	--

古布で干支飾り③	12/1(金) 9:30~11:30	抽選16人 締切日11/11(土)	1,500
おはなし会 絵本の読み聞かせ	☑ 12/9(土) 10:00~10:30	1歳以上 (保護者同伴可) 先着20人	無料
親子でクッキング <冬> おいしいおかず作り	12/10(日) 10:00~12:30	小中学生と保護者 先着6組	1組 1,300
ミニ門松作り	12/22(金) 9:30~12:00	先着10人	1,000

行事名 内容	日時	対象 人数	金額(円)
市津公民館 ☎(74)5516			
子供トランポリンA② 空中感覚を楽しむ	11/12(日) 9:00~10:00	年長~小学2年生 先着6人	無料
子供トランポリンB② 空中感覚を楽しむ	11/12(日) 10:30~11:30	年長~小学2年生 先着6人	無料
子育てママクラブ ママとヨーガ	11/17(金) 10:00~11:30	就学前の子と 保護者 先着7組	無料
子育てママクラブ クリスマス音楽会	12/2(土) 10:00~11:30	就学前の子と 保護者 先着10組	無料
大人の社会科教室② 上総国府を歩く	12/8(金) 9:30~11:30	先着15人	無料
ミニコンサート アルパを聴く	12/9(土) 14:00~15:00	先着50人	無料

南総公民館 ☎(92)0039			
------------------------	--	--	--

のびのびキッズ なのはな館で遊ぼう	☑ 11/28(火) 10:00~11:30	就学前の子と 保護者	無料
クリスマスパーティ 演奏とダンスの協演	12/23(土) 13:30~16:00	先着60人	無料
フラワーアレンジ 新年を迎える花々	12/28(木) 10:00~11:30	先着18人	2,000

加茂公民館 ☎(98)0033			
------------------------	--	--	--

かもつくしんぼ クリスマス会	12/3(日) 10:00~11:00	就学前の子と 保護者 先着10組	無料
かきぞめ 課題練習	12/10(日) 10:00~12:00	小中学生 先着15人	無料
薬膳料理 おせち料理に向けて	12/16(土) 9:30~12:30	先着16人	1,500
正月飾り ごぼう締め	12/16(土) 9:30~12:00	先着10人	1,000
正月飾り 玄関飾り	12/16(土) 13:00~15:00	先着10人	1,000
フラワーアレンジメント お正月飾り	12/26(火) 13:30~15:00	小学生以上 先着15人	1,500

◀ 公民館の続きとコミュニティセンターは14、15ページに掲載しています



楽しい主催行事が盛りだくさん

公民館・コミュニティセンター

公民館などのイベント情報

【申込開始は11月5日(日)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18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)

行事名 内容	日時	対象 人数	金額(円)
五井公民館 ☎(22)2121			
生活習慣病教室 基礎知識と予防	11/22(水) 10:00~11:30	先着20人	無料
子育て会1・2・3 子どもの救急法	11/27(月) 10:00~11:30	入園前の子と 保護者 先着12組	無料
パソコン講座② wordの操作	11/29(水) 9:30~11:30	先着10人	無料
シニア歌の広場・冬 楽しく歌おう	12/4(月) 10:00~11:30	60歳以上 先着30人	無料
クリスマスのお菓子 アイシングクッキー	12/10(日) 9:30~12:00	中学生・高校生 先着8人	1,000
子育て合同 クリスマス会	12/11(月) 10:00~11:30	入園前の子と 保護者 先着30組	無料
正月のお花 フラワーアレンジ	12/19(火) 10:00~11:30	先着20人	1,000
辰巳公民館 ☎(74)8521			
ワイヤークラフト講座 クリスマスの飾り	12/7(木) 13:30~15:30	先着16人	1,000
子育てるん・はい 楽しくリトミック	12/12(火) 10:30~12:00	乳幼児と保護者 先着10組	無料
お話大好き 人形劇や紙芝居	12/16(土) 11:00~12:00	小学生以下 (保護者同伴可) 先着20人	無料
国分寺公民館 ☎(24)1600			
ぐりとぐらお話し会 サンタさん来てね!	12/16(土) 10:30~11:00	就学前の子と 保護者 先着30人	無料
親子で季節の台所 日常で役立つおせち	12/16(土) 12:30~15:30	小学生と保護者 先着6組	1組 1,500

▼コミュニティセンター

行事名 内容	日時	対象 人数	金額(円)
菊間コミュニティセンター・保健福祉センター ☎(42)3424			
ママとマシュマロ ふれあい遊び	11/2(木)・9(木) 10:30~11:00	5~10カ月の子と 保護者	無料
みんなであそぼう ルーレット輪投げ	11/2(木) 15:30~16:00	中学生以下 (就学前の子は 保護者同伴)	無料
チャレンジ広場 季節の製作	11/5(日) 10:30~11:00	中学生以下 (就学前の子は 保護者同伴) 先着8人	無料
英語であそぼ 英語の歌や遊び	11/7(火)・21(火) 10:30~11:00	就学前の子と 保護者	無料
ケロケロクラブ 歌・手遊び・体操	11/8(水)・10(金) 10:30~11:00	就学前の子と 保護者	無料
あつまれキッズ コンタクトゲーム	11/9(木) 15:30~16:00	中学生以下 (就学前の子は 保護者同伴)	無料
おもちゃ広場 遊びと貸し出し	11/11(土) 10:00~11:30	就学前の子と 保護者	無料
おはなし会 読み聞かせなど	11/14(火) 10:30~11:00	就学前の子と 保護者	無料
チャレンジピック 缶積み競争	11/16(木) 15:30~16:00	中学生以下 (就学前の子は 保護者同伴)	無料
初級ハイキング いちはらくオードの森	12/3(日) 9:00~16:00	小学生以上 (小中学生は 保護者同伴) 抽選12組 締切日11/12(日)	1組 400
純銀粘土細工 アクセサリ作り	12/3(日) 13:30~16:00	抽選6人 締切日11/12(日)	1,700
からだ改善運動③ 筋力低下を予防・改善	12/7(木) 10:00~11:30	60歳以上 抽選10人 締切日11/12(日)	100
手作りパン教室 リースのちぎりパン	12/13(水) 9:30~13:00	抽選8人 締切日11/12(日)	1,000
子ども書き初め教室 課題を仕上げる	12/17(日) 9:30~12:00	小学3~6年生 抽選10人 締切日11/12(日)	300
親子で楽しもう! そば打ち体験	12/17(日) 9:30~12:30	小学生以上と 保護者 抽選4組 締切日11/12(日)	1組 1,000
花のある生活 造花で正月玄関飾り	12/19(火) 10:00~12:00	身体障害者手帳所 持者か60歳以上 抽選8人 締切日11/12(日)	1,500

▼コミュニティセンター

行事名 内容	日時	対象 人数	金額(円)
千種コミュニティセンター ☎(26)1515			
11/5(日)千種フェスティバルのため 申込開始は11/6(月)から			
手打ちそば体験 新そばを打とう!	12/2(土) 9:00~14:00	抽選8人 締切日11/13(月)	2,000
なつメロを歌う 昔懐かしの流行歌	12/2(土) 14:00~16:00	60歳以上 抽選20人 締切日11/13(月)	無料
千支のガラスアート モザイクタイルの彩り	12/8(金) 13:00~16:00	女性抽選6人 締切日11/13(月)	1,500
千種ふれあい公園ヨガ 子どもから大人まで	12/9(土) 10:00~11:00	5歳以上 抽選10人 締切日11/13(月)	無料
簡単ケーキ作り 抹茶のシフォン	12/12(火) 9:00~12:00	抽選6人 締切日11/13(月)	1,000
千種冬のコンサート	12/16(土) 13:00~16:00	先着50人	無料
しめ縄作り教室 ごぼう締め	12/19(火) 9:00~12:00	抽選15人 締切日11/13(月)	800
千種歌声サロン 合唱・クイズなど	12/21(木) 14:00~16:00	60歳以上 抽選20人 締切日11/13(月)	無料
クリスマス工作 レインボーキャンドル	12/23(土) 10:00~11:30	小学生と保護者 先着12人	無料
三和コミュニティセンター ☎(36)4922			
飾り切り教室 ウインナーが変身	11/26(日) 10:00~12:00	小学生と保護者 先着7組	無料
梅の剪定	12/12(火) 9:30~11:30	抽選20人 締切日11/12(日)	100
しめ縄を作ろう 藁で作るごぼう締め	12/19(火) 9:30~12:00	抽選10人 締切日11/12(日)	1,000
正月飾りを作ろう 藁で作る玄関飾り	12/19(火) 13:30~16:00	抽選10人 締切日11/12(日)	1,000
たのしく歌おう(冬) アコーディオンで	12/21(木) 14:00~16:00	先着30人	無料

行事名 内容	日時	対象 人数	金額(円)
ちはら台コミュニティセンター ☎(50)2312			
スマイルキッズ 幼児の救急法	11/9(木) 10:00~11:30	就学前の子と 保護者 先着20組	無料
目から耳から 朗読を聴く	11/14(火) 10:00~11:30	先着20人	無料
パソコンを楽しもう② 年賀状を作ろう	12/5(火) 10:00~12:00	先着10人	400
ちはらあらかると 白菜キムチ作り	12/6(水) 10:00~13:00	抽選12人 締切日11/11(土)	1,500
フレッシュカレッジ 断捨離	12/8(金) 10:00~11:30	60歳以上 先着20人	100
ちはら台学歴史講座 古代の土木建築技術	12/9(土) 14:00~16:00	先着60人	無料
カラオケうたおう会 楽しくうたおう!	12/13(水) 13:00~16:00	抽選10人 締切日11/11(土)	100
てづくりちはら 正月飾り	12/21(木) 13:30~15:30	抽選25人 締切日11/11(土)	300
宿題応援講座 書き初めに挑戦!	12/26(火) 13:00~15:00	小学4~6年生 先着8人	無料

戸田コミュニティセンター ☎(95)6622

みんなで歌おう 元気よく、楽しく	11/17(金)・ 26(日)・12/3(日) 14:00~16:00	各日先着50人	無料
クリスマスリース作り 正月飾りにも変身	11/25(土) 10:00~11:30	抽選8人 締切日11/11(土)	1,800
歴史散策② 新しいお札と渋沢栄一	11/30(木) 9:30~11:30	抽選40人 締切日11/11(土)	3,500
楽しい健康づくり 音楽健康指導士と共に	11/30(木) 13:00~15:00	60歳以上 先着30人	無料
鎌倉ハイキング 大仏から八幡宮8km	12/5(火) 7:45~17:20	抽選40人 締切日11/11(土)	3,000
かきぞめっこ、集合 課題を学ぶ	12/17(日) 10:00~12:00	先着10人	無料

休館日のお知らせ

公民館の休館日
 有秋=11/3(金・祝)、姉崎=11/15(水)、南総=12/11(月)
コミュニティセンターの休館日
 千種=11/3(金・祝)・30(木)、三和=11/29(水)



色を育てる場所に

胞子画家

なかやま
中山 育美さん

この街 あの人

この人



市原市出身の中山育美さんは、アーティスト名「**ikuiro**」として活動する胞子画家です。胞子画家という肩書きには、目には見えなものを色にして、絵にする画家という意味が込められています。

三和地区の糸久にオープンした **ikuiro gallery**。個展はもちろん、こだわりのコーヒーが飲めるカフェやさまざまなアーティストが集まる居心地のいい場所となっています。



絵を描きたい

「小さい頃は体が弱く、家の中で絵を描くことが多かったですね」と話す中山さん。

ご両親に美術館へたくさん連れて行ってもらったり、描いた絵を褒めてもらったりするうちに、絵を描くのがどんどん好きになりました。

地元の高校に進学すると美術部に入部します。文化祭に出展した白雪姫の絵をクラス担任の先生がとても気に入ってくれて、「私が描いた絵を買いたい」とまで言ってくれたのがうれしくて、プレゼントしました」と学生時代を振り返ります。

高校卒業後は、阿佐ヶ谷美術専門学校へ進学し、3年間を過ごします。「在学中は、絵を描いて食べていくと決めていましたが、某ぬいぐるみ会社へ就職することに（笑）」。3年間働きましたが、絵を描きたいという思いと子どもたちのそばで創作活



ガラスや柱、壁など、どんな場所でも絵を描く中山さん

な自画像を描けるようにお手伝いしています（笑）」

心地のよい絵を目指して

ご自身のアーティスト名でもある **ikuiro** の名前の由来は、「私の名前にもある『育』という字が好きなのもありますが、色を育てる場所に居たい、みんなにも居てほしいという思いから『育色 = ikuiro』という名前をつけました」と教えてくれました。

10年ほど前から **ikuiro** として活動を始めた中山さんは、さまざまな地域で絵を描き続けています。木更津駅西口の階段アート、匝瑳市にある長福寺や館山市の渚の駅でのライブペイントのほか、県外も含めてさまざまな地域を駆け回ります。

「自分自身が絵を描くときは、ストレスをためずに、心地よく描けることを目指しています。そうすると、描けた絵が見る人にとっても心地のよいものになると思います。ギャラリーの壁に描いた植物の絵を見た人から、同じものを描いてほしいと言われたときは、私のお気に入り相手にも伝わったんだとうれしく思いました」

縁がつなぐ、人をつなぐ

出身である市原市でもっと活動したいと

考えていた中山さんは、今年3月に市原湖畔美術館前で開催された湖畔のマルシェでライブペイントを披露しました。これを契機に、市内での活動が加速し、姉崎の弘教寺や五井会館などでのアート制作を行うなど活動の幅が広がりました。今年開催された上総いちほら国府祭りでは、湖畔のマルシェの運営スタッフとフェイスペイントを出店し、大好評だったそうです。

「市内外での活動で出会った、多くの人たちのご縁が今までの仕事につながっています。このご縁を今度は私が市内にいるアーティストたちにつなげられるように **ikuiro gallery** が発信の場になればいいなと考えています。他にも友人を通じてフランスでライブペイントをしたことがあるのですが、海外、特にヨーロッパで個展やライブペイントをしたいですね」とこれから夢を笑顔で話してくれた中山さんは、すぐきな色を育てる場所に向かって絵を描き続けます。



個展『國龍』
会期 12月31日(日)まで
会場 ikuiro gallery(糸久324-2) ※駐車場4台
営業日はInstagramを確認



ikuiro galleryの壁に描かれた繊細な絵



Instagram @ikuirosun

施設愛称 アネッサ:姉崎保健福祉センター/ゼットエーボールパーク:臨海球場/いちはらクオードの森:市民の森/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/ゼットエーオリブスタジアム:臨海競技場/ゼットエー 武道場:中央武道館
スケートコート オリブランド:スケートパーク/オリジナルメーカー 海づり公園:海づり施設/ウエルコミ:ウエルシア・コミュニケーションセンターいちはら

市原市からのお知らせ

子育て・教育

親子釣り教室

11月19日(日)午前8時～11時 初心者向けの講義と実技 小学生と保護者先着10組 無料(保護者の入場料金、さおのレンタル料は別途) 11月5日(日)から窓口か電話で申し込む。
会場・申込・問合せ オリジナルメーカー 海づり公園 ☎(21)0419

いちはらファミリー・サポート・センター 事業の協力会員を募集

子育ての手助けを必要とする人を身近な地域で援助するための協力会員を募集します。条件=心身ともに健康で積極的に活動できる市民 登録方法=市社会福祉協議会か子ども福祉課にある申込用紙(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要事項を書き、身分証の写しと証明写真(縦2.5cm×

横2cm)2枚を添えて窓口で申し込む。活動内容や時間など詳しくは市ウェブサイト(右のQRコード)をご覧ください。



協力会員養成講座(基礎研修・救急救命講習) 協力会員登録者は、活動開始前に講習の受講が必要です。日時=11月21日(火)午前9時～正午、基礎研修は11月28日(火)午前9時30分～正午 申込方法=11月10日(金)までに電話で申し込む。
会場・申込・問合せ 市社会福祉協議会 ☎(24)0011

発達支援センター・療育ルーム(親子通園クラス)の利用説明会

11月24日(金)午前10時～11時30分・サンハート 心身や言葉の発達に心配がある子の療育を行う療育ルームの説明会 利用を希望する就学前の子の保護者 11月13日(月)までに窓口か電話で申し込む。
申込・問合せ 発達支援センター ☎(36)6097

昔あそび

11月26日(日)午前10時～正午 竹とんぼやけん玉など 小学生以下先着30人(就学前の子は保護者同伴) 無料 窓口か電話で申し込む。
会場・申込・問合せ なのはな館 ☎(92)1481

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

毎年11月は全国的に児童虐待防止の啓発活動が実施されます。本市では、小中学生・高校生向けに市原中央高校・姉崎高校の放送委員会が作成した、子どもの権利を守るための啓発動画を、学校などを通じて周知しています。詳しくは市ウェブサイト(右のQRコード)からご覧ください。



問合せ 子ども家庭総合支援課 ☎(23)9746

子どもの声による見守り放送

新たに防災行政無線で、子どもたちの見守りをお願いする放送を行っています。放送時間=①小中学校の授業日(月～金)午後2時30分、②休業日(土・日・祝、長期休業日など)午後

市役所への郵送 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

電話での問い合わせが難しい方は…… 次のファクス番号かEメールアドレスをご利用ください。FAX(23)7701 ☑citypromotion@city.ichihara.lg.jp

4時(冬季)、午後5時(春季・秋季)、午後6時(夏季)
問合せ 子ども家庭総合支援課 ☎(23)9746

教育委員会定例会

11月16日(木)午前10時・市民会館 傍聴希望者は午前9時30分から9時45分まで受け付け 抽選10人
問合せ 教育総務課 ☎(23)9845

公立小・中学校の講師登録会・面接会

11月17日(金)(1)午前9時30分、(2)午後1時30分・市教育会館 内容=教員免許更新制の解消による教員免許状の相談会も開催 職種=小・中学校教員、養護教諭、学校事務職員、学校事務補助 申込方法=11月15日(水)までに電話で申し込む。詳しくは市ウェブサイト(右のQRコード)をご確認ください。
申込・問合せ 学校教育課 ☎(23)9848



青少年健全育成推進大会

11月25日(土)午後2時30分～4時30

分・ゼットエー 武道場 少年の主張や中学生の意見発表など 無料 当日直接会場へ 上履き・履物袋持参
問合せ 生涯学習課 ☎(23)9850

自然×イルミ×子ども いちはら子どもしぜん学校

11月26日(日)午後1時～5時・いちはらクオードの森 小学4～6年生と保護者先着50組 ウォークラリーやイルミネーション点灯式など 無料 クオードウェブサイト(右のQRコード)から申し込む。
問合せ クオードちはら台校 ☎(75)1119



クッキング教室

12月2日(土)午前9時30分～正午 クリスマス・デコレーションケーキ作り 小学生と保護者先着8組 1組1,000円 窓口か電話で申し込む。
会場・申込・問合せ アネッサ ☎(62)8601



青少年のつどい クイズ王決定戦

12月3日(日)午前9時～午後1時・臨海体育館 2人1組でクイズを解く 小学生先着60組 無料 11月15日(水)までに市ウェブサイト(右のQRコード)から申し込む。
問合せ 生涯学習課 ☎(23)9850



児童生徒書き初め席書大会

1月8日(月・祝)午前10時～・ゼットエー 武道場 小学生～高校生先着240人 1,000円 12月7日(木)までに専用申込フォーム(右のQRコード)から申し込む。
問合せ 同実行委員会 ☎(42)7712



卓球教室(全3回)

12月10日(日)、16日(土)、17日(日)午前9時～正午・八幡公民館 小学3年～中学生 先着20人 無料 11月15日(水)から窓口か電話で申し込む。
申込・問合せ 青少年会館 ☎(43)3651



しまじろうコンサート 「しまじろうと もりの きかんしゃ」

日時 令和6年1月27日(土) 1部:午後1時30分開演、2部:午後4時30分開演
会場・料金 市民会館大ホール・全席指定 3,480円(税込) 3才以上有料※
出演 しまじろう・みみりん・とりっぴい・やっさい・ガオガオさん・はなちゃん他
一般発売日 11月10日(金)午前10時(初日はウェブサイトからの予約のみ)
※3歳未満のお子様は保護者1名につき1名まで膝上鑑賞可、但し座席が必要な場合は有料

◆広報いちはら読者先行予約◆

予約受付日時 11月1日(水)午前10時～11月5日(日)午後5時
予約方法 市民会館チケットセンターウェブサイト(右のQRコード)から会員登録後ログインして予約する。

問合せ 市民会館チケットセンター ☎0570(043)043(午前9時～午後5時)



©Benesse Corporation 1988-2023/しまじろう

市民会館 チケットセンター▶



ジュニアゴルフスクール (全4回)

プロゴルファーによる、参加者のレベルに応じた個別レッスン。練習場3回、ラウンド体験1回の全4回。
日程・会場 (1)、(2)いずれか一つ
(1)初回12月3日(日)・ジャンボゴルフ
(2)初回1月7日(日)・アネックスゴルフ
いずれもラウンド体験は鶴舞CC
対象 ゴルフ初・中級者の小学5年生～中学3年生
費用 1回1,000円、ラウンド体験3,000円
申込方法 (1)は11月27日(月)まで、(2)は12月1日から22日(金)までに、市ウェブサイト(右のQRコード)から申し込む。
問合せ 市ジュニアゴルフ協会 ☎050(5806)6333



小湊鐵道イルミネーション 2023

各駅舎が個性豊かに飾り付けられ、イルミネーションで輝く列車も運行します。
開催期間 11月18日(土)～12月27日(水)
イルミネーションで飾り付ける駅舎 上総牛久駅・上総川間駅・上総鶴舞駅・上総久保駅・高滝駅・里見駅・飯給駅・月崎駅・上総大久保駅・養老溪谷駅
詳しくは市ウェブサイト(右のQRコード)をご覧ください。
問合せ 都市計画課 ☎(23)9838



▲高滝駅※昨年の様子



健康・福祉

健康寿命を延ばすための料理教室

11月30日(木)午前10時～正午 60歳以上先着16人 1,000円 窓口か電話で申し込む。



会場・申込・問合せ **なのはな館 ☎(92)1481**

フレイル教室

12月5日(火)午前10時～正午 60歳以上先着10人 無料 11月5日(日)から窓口か電話で申し込む。

会場・申込・問合せ **サンハート ☎(37)7100**

フレイルチェック講座

フレイル(虚弱状態)の兆候を早く発見するための栄養・運動・社会参加に関するチェックなどを行います。



(1)はじめてのフレイルチェック講座

12月8日(金)午後1時30分～3時45分・なのはな館 初めて参加する60歳以上

(2)2回目からのフレイルチェック講座

12月21日(木)午後1時30分～3時45分・なのはな館 はじめてのフレイルチェ

ック講座を受けたことのある60歳以上
共通事項 人数=各先着15人 費用=無料 申込方法=(1)は11月28日(火)までに、(2)は12月11日(月)までに電話で申し込む。

申込・問合せ **保健センター ☎(23)1187**

歳末たすけあい運動

開催名	日時	会場
福祉バザー	11月3日(金・祝) 10:00～12:00	アネッサ
	11月4日(土) 9:30～14:00	ちはら台コミュニティセンター
	11月19日(日) 9:00～11:00	南総公民館
子どもおとなフェスタ	11月26日(日) 10:00～15:00	辰巳公民館

福祉バザーなどの収益は、市内の地域福祉を推進している住民組織・団体が実施する支え合い、助け合い活動に配分されます。当日直接会場へ
問合せ 市社会福祉協議会 ☎(24)0011

介護就職デイinいちほら

11月13日(月)午後2時～4時・市民会館 介護施設による合同就職説明と面接会 ハローワークに求職登録している人先着40人 無料 窓口か電

話で申し込む。
申込・問合せ **ハローワーク千葉南 ☎043(300)8609(部門コード41#)**

認知症サポーター養成講座

11月28日(火)午前10時～11時30分・ウエルコミ(ウエルシア市原国分寺台店2階) 認知症に関する知識などを学ぶ講座 先着20人 無料 11月27日(月)までに電話で申し込む。

申込・問合せ **市地域包括支援センターこくぶんじ台 ☎(37)3232**

認知症の人を支える家族交流会

11月29日(水)午前10時～11時30分・市民会館 認知症の人を支える家族同士の交流会 先着10人 無料 11月27日(月)までに電話か申込フォーム(右のQRコード)で申し込む。



申込・問合せ **共生社会推進課 ☎(23)7605**

送迎ボランティア養成講座

11月30日(木)午後1時30分～4時 安全運転の心得や活動者との交流など 普通自動車運転免許所持者先着20人 無料 11月20日(月)までに電話かファクスで申し込む。

会場・申込・問合せ **市社会福祉協議会 ☎(20)3100、FAX(22)3031**

文化・スポーツ

読書週間企画「いちほら' Library 2023」

読書週間(11月12日(日)まで)の企画として、次のイベントを行います。内容=市制60周年記念特別展示「祝 還暦本～1963年生まれの作家・著名人の本あつめました!～」、I'Museum(市原歴史博物館)特別展「いちほらのお薬師様」連携企画展示「見たい!知りたい! 仏像」、しおりづくり体験、子どもと読書講座など 日程など詳しくは図書館ウェブサイト(右のQRコード)をご覧ください。



問合せ **中央図書館 ☎(23)4946**

市写真連盟展

11月6日(月)まで 午前10時～午後6時(6日は午後5時30分まで)・夢ホール(更級1-9-8) 会員や一般参加、市内高校生の作品を展示 無料
問合せ **同連盟・高橋 ☎090(6041)7058**

上総更級公園

(1)フラワーアレンジメント教室
11月18日(土)午後1時30分～3時30分 先着10人 2,000円

(2)ハーブ講座8～アロマバーム～
11月19日(日)午後1時30分～3時30分 先着10人 1,000円

(3)木の実と小枝のミニクラフト教室
11月25日(土)午後1時～3時30分 先着20人 100円

(4)木の実のリース作り教室
11月26日(日)午後1時30分～3時30分 先着10人 1,500円



(1)・(2)・(4)は電話で申し込む。(3)は当日直接会場へ
会場・申込・問合せ **上総更級公園 ☎(20)3555**

ゼットエーオリプリスタジアム

(1)観葉植物の寄せ植え教室

11月21日(火)午前10時～11時・ゼットエーオリプリスタジアム会議室 先着20人 500円

(2)クリスマスの寄せ植え教室

11月22日(水)午前10時～11時・ゼットエーオリプリスタジアム会議室 先着20人 500円

(1)・(2)いずれも窓口か電話で申し込む。
申込・問合せ **中央地区公園管理所 ☎(23)1700**

姉崎公園

(1)クリスマスリース教室

11月24日(金)午前10時～11時・姉崎公園管理棟内 先着20人 500円

(2)竹垣制作・低木刈込教室

11月25日(土)午前10時～正午・姉崎公園管理棟内 先着10人 500円

(1)・(2)いずれも窓口か電話で申し込む。

申込・問合せ **西部地区公園管理所 ☎(63)7368**

公民館図書室の一部休室

11月27日(月)から12月1日(金)までは蔵書点検のため次の施設を休室します。
姉崎・五井・国分寺・辰巳・市津・南総公民館図書室

問合せ **中央図書館 ☎(23)4946**

なのはな館

(1)「チャレンジ」太極拳

11月22日(水)、29日(水)午前10時～11時30分 60歳以上 先着30人 無料



(2)太巻きずし教室

11月28日(火)午後2時～4時 60歳以上先着8人 1,500円

(1)・(2)いずれも窓口か電話で申し込む。

会場・申込・問合せ **なのはな館 ☎(92)1481**

月出アートキャンプ2023 ～秋会期～

東京藝術大学の学生やアーティストが地域に滞在し、作品制作や展示会を行うアートプロジェクトです。10月まで開催していた夏会期では、作品の公開制作やワークショップなどを行いました。秋会期では、夏に制作した作品の展示会を開催します。詳しくはウェブサイト(右下のQRコード)をご覧ください。

日時 11月3日(金・祝)～12月9日(日)の土日祝午前11時～午後4時

会場 月出工舎(月出1045)

入場料 500円(併設カフェ利用で割引あり)

問合せ **芸術祭推進室 ☎(23)9872**



五井のまちなか文化祭

更級通りのウォークابل(居心地が良く歩きたくなるまちなか)な空間づくりに向けて、更級通りや公園など既存の資源を活用した実証実験を行います。

日時 11月5日(日)午前11時～午後7時(荒天中止)

会場 五井駅東口周辺(大六天公園、二反田公園、こみなと待合室、更級通り、ペDESTリアンデッキ)

内容 飲食店などの模擬店、小湊車両での絵のワークショップ、演奏、更級通りのライトアップなど

詳しくは市ウェブサイト(右のQRコード)をご覧ください。

問合せ **拠点形成課 ☎(23)7244**



いちほら大収穫祭2023 記念事業 100周年

日時 11月11日(土)、12日(日) 午前10時～午後3時

会場 農業センター(安須980 道の駅あずの里いちほら隣接)

内容 市内で生産された野菜や果物の即売会、農林産物共進会、JA女性部による模擬店、体験イベント、消防音楽隊演奏、太鼓演奏、大抽選会など

詳しくは市ウェブサイト(右のQRコード)をご覧ください。

問合せ **いちほら大収穫祭 実行委員会 ☎(36)5811**



いちほらSDGsアワード2023 プレゼンテーション審査会 記念事業 100周年

日時 11月12日(日)午後2時～4時30分

場所 五井グランドホテル(五井5584-1)

内容 市原市SDGs宣言企業・団体から応募のあった18件の先進的な取り組みのうち、書類審査を通過した5件の取り組みに対し、プレゼンテーション審査を行います。来場者も審査員として参加できます。

人数 先着100人

申込方法 市ウェブサイト(右のQRコード)から11月10日(金)午後5時まで申し込む。

問合せ **総合計画推進課 ☎(23)9820**



子育て・教育

健康・福祉

文化・スポーツ

暮らし・まちづくり

自然・環境・農

お知らせ・募集

文化・スポーツ

親子フラワーアレンジメント教室

12月9日(土)午前10時～正午・ちはら台コミュニティセンター 親子先着8組 無料 窓口か電話で申し込む。
申込・問合せ先 東部地区公園管理所 ☎(63)4113



歌声喫茶

12月13日(水)午後3時～4時 生演奏を楽しみながら口ずさむ 先着35人 無料 窓口か電話で申し込む。
会場・申込・問合せ先 サンハート ☎(37)7100

ゼットエー 武道場

(1)臨時休館
11月29日(水)は、床清掃・水質検査のため休館します。
(2)自宅でもできるトレーニング 筋トレ編
11月16日(木)午後2時～3時 先着15人 500円 11月15日(水)までに窓口か申込フォーム(右のQRコード)で申し込む。



(3)ノルディックウォーキング体験教室
11月18日(土)午後2時～3時 先着20人 500円(ボールのレンタルは別途200円) 11月17日(金)までに窓口か電話で申し込む。
会場・申込・問合せ先 ゼットエー 武道場 ☎(41)9825

手ぶらdeゴルフ

(1)11月19日(日)・千葉よみうりカントリークラブ(岩1)、(2)12月3日(日)・鶴舞カントリー倶楽部(田尾1293-2) 午前11時45分～午後4時30分 コースでのプレー体験やクラブハウスでの昼食、入浴 各日先着10人(ゴルフ未経験者のみ) 3,300円(昼食代込み) 市ウェブサイトにある申込書に必要事項を書きeメールか電話で、(1)は11月10日(金)まで、(2)は11月24日(金)までに申し込む。
申込・問合せ先 観光・国際交流課 ☎(23)9755、✉kankoukokusai@city.ichihara.lg.jp



複合スポーツ教室

11月23日(木・祝)午前9時30分～午後3時・ゼットエー 武道場 アーチェリーとビームライフル射撃の体験 10歳以上先着24人 1,000円 11

月18日(土)までに電話かeメール(氏名・年齢・電話番号を記載)で申し込む。
申込・問合せ先 市アーチェリー協会・内藤 ☎080(5432)6155、✉ichihara.archery@gmail.com

養老渓谷ファミリーハイキング

11月23日(木・祝)午前8時50分～午後2時30分・養老渓谷駅集合 4km・7km・10kmコース 400円(就学前の子は100円) 11月10日(金)までに市ウェブサイト(右のQRコード)から申し込む。
問合せ先 地方創生課 ☎(26)6350



帝京平成大学×帝京平成スポーツアカデミー 公開講座

11月25日(土)午前10時30分～正午・帝京平成大学ちはら台キャンパス(ちはら台西6-19) 講演「慢性痛に対するリハビリテーション～長引く痛みの原因とその対応～」 無料 当日直接会場へ
問合せ先 帝京平成大学 ☎(74)8881

暮らし・まちづくり

サンプラザ市原

(1)休館
11月11日(土)は貯湯槽清掃のため、12月9日(土)は消防設備点検のため休館します。
(2)サンプラザフェスタ2023 60周年
①サンプラコンサート 11月12日(日)午後2時～5時 無料
②千葉ボドゲーン万博 11月12日(日)午前11時～午後1時、午後2時～5時 市内在住の人は無料(右上のQRコードのウェブサイトから要事前チケット申込。市民以外は前売り500円、当日1,000円)
会場・問合せ先 サンプラザ市原 ☎(24)1151



スマホ体験講座

11月30日(木)午前10時～午後0時10分、午後1時30分～4時 各回先着20人(参加者5人未満の場合は中止) 無料 11月23日(木・祝)までに窓口か電話、ファクス(氏名、年齢、電話番号、参加希望時間)で申し込む。
会場・申込・問合せ先 ウエルコミ(ウエルシア市原国分寺台店2階) ☎(20)1090、FAX(20)1091

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桜の苗木を無料で配布します。一部の種類は有料
申込方法=11月15日(水)までに窓口で申し込む。 配布時期=令和6年2月上旬
申込・問合せ先 公園緑地課 ☎(23)9842



生産緑地地区の都市計画を変更

次の都市計画を変更しました。都市計画の図書は、縦覧することができます。内容=古市場第1生産緑地地区ほか32地区の廃止
縦覧場所・問合せ先 都市計画課 ☎(23)9838

都市計画公園の変更に関する素案の縦覧と公聴会

縦覧期間=11月2日(木)～16日(木) 内容=国分寺中央公園の区域変更 意見の提出=市内在住者か利害関係者は、公述申出書を提出できます。縦覧場所にある申出書に必要事項を書き、11月16日(木)(消印有効)までに窓口か郵送で提出してください。公聴会=11月23日(木・祝)午前10時・市役所第2庁舎3階会議室A 当日直接会場へ なお、意見の提出がなく公聴

会を中止するときは、市ウェブサイトでお知らせします。

縦覧場所・提出・問合せ先 公園緑地課 (〒290-8501) ☎(23)9842

公共下水道供用開始区域の縦覧

縦覧期間=11月16日(木)～30日(木) 供用開始区域=大厩、村上、姉崎、八幡、五井の各一部 供用開始日=12月1日(金)
縦覧場所・問合せ先 下水道管理課(松ヶ島西1-4) ☎(23)9043

自然・環境・農

大福山自然歩道と梅ヶ瀬渓谷ハイキングコースの閉鎖

台風第13号による大雨の影響で、遊歩道の崩落や倒木が発生しています。安全対策を最優先にするため、大福山自然歩道と梅ヶ瀬渓谷ハイキングコースを閉鎖します。通行止め解除の時期は未定です。
問合せ先 環境管理課 ☎(23)9867

どんぐりストラップ手作り体験

11月25日(土)午前10時～正午 どんぐりでストラップを作る 小学生以下(保護者同伴) 無料 当日直接会場へ
会場・問合せ先 文化の森 ☎0120(341)342

市原湖畔美術館

常設展 深沢幸雄とメキシコ《思いを馳せる叙事詩編》

本展では、深沢幸雄が11年ぶりに訪れたメキシコと自身のアイデンティティが交錯する作品を紹介します。1974年、個展開催のためにメキシコを再訪した深沢は、意欲的に遺跡を巡りました。そこからさらに作風が変化し、作品テーマにはスペインによるメキシコ侵略を表す『影』が多く現れるようになります。今回は、1973年ごろから1980年ごろまでの作品21点を展示します。メキシコの歴史文脈を踏まえて制作された作品をどうぞご覧ください。

会期 令和6年1月14日(日)まで
開館時間 平日10:00～17:00、土曜・祝前日9:30～19:00、日曜・祝日9:30～18:00
※最終入館は閉館時間30分前まで 休館日:月曜日(祝日の場合は翌平日)
問合せ先 市原湖畔美術館 ☎(98)1525



《果実とトルン》 深沢幸雄 1974年



《白い背に見える風景》 深沢幸雄 1980年

観光担当者の おすすめ情報

第6回EyeLove市原 フォトコン作品募集

第6回EyeLove市原フォトコンを開催します。見たくなる、行きたくなる、食べたくなるようなすてきな市原の写真をどしどしご応募ください。

募集部門 各部門共通で観光宣伝効果が期待できるものを募集します。

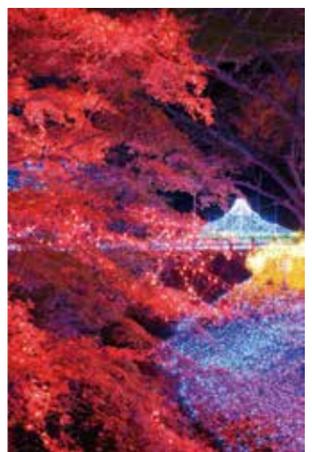
- (1)風景部門 市内の風景を撮影したもの
 - (2)イベント部門 市内で行われた、イベントやお祭りで撮影したもの
 - (3)グルメ部門 市内のおすすめグルメを撮影したもの
- 表彰 最優秀賞 賞状・賞金20,000円 ※各部門1点ずつ
入選作品 賞状・賞金4,000円以内 ※各部門3点ずつ



オツサくん



応募方法 12月17日(日)までに、専用応募フォーム(右上のQRコード)から申し込む。
問合せ先 市観光協会 ☎(22)8355



第5回EyeLove市原フォトコン イベント部門最優秀賞作品

自然・環境・農

狩猟期間が始まります

11月15日(水)から令和6年2月15日(木)までは狩猟期間です。関係法令やマナーを守り、安全な狩猟に努めてください。また、器具などの消毒、泥の洗い流しなどCSF(豚熱)の感染拡大防止にご協力をお願いします。山などの野外で活動する方は、目立つ服装を着用し、ラジオなど音の出る物を携帯するなど、安全対策を心掛けてください。

問合せ 環境管理課 ☎(23)9867

巨木めぐり

11月25日(土)午前10時～午後3時・市役所集合 市原・姉崎地区の巨木と周辺の植物を



観察 先着20人(小学生以下は保護者同伴) 無料 11月14日(火)までに電話で申し込む。

申込・問合せ 環境管理課 ☎(23)9867

工場見学

12月9日(土)午前9時～正午・丸善石油化学(株)千葉工場



(五井南海岸3) 小学生以上先着30人(小中学生は保護者同伴) 無料 11月17日(金)までに電話で申し込む。

申込・問合せ 環境管理課 ☎(23)9867

お知らせ・募集

秋季全国火災予防運動～火を消して 不安を消して つなぐ未来～

11月9日(木)から15日(水)まで、秋季全国火災予防運動を実施します。これからは空気が乾燥し火災が発生しやすい季節。火の元には十分注意をしましょう。また、住宅火災による死者は就寝中の逃げ遅れが多いため、住宅用火災警報器の設置と定期的な点検を行いましょう。

問合せ 火災予防課 ☎(22)8119

女性の人権ホットライン

(1)11月15日(水)～21日(火)平日午前8時30分～午後7時、(2)18日(土)・19日(日)午前10時～午後5時 夫やパートナーからの暴力、ハラスメントなどを人権擁護委員などに電話相談

相談先 ☎0570(070)810
問合せ 県人権擁護委員連合会 ☎043(247)3555

シルバー人材センターおでかけ 入会説明会

(1)11月17日(金)・八幡公民館、(2)12月18日(月)・市津公民館 (1)・(2)いずれも午後2時～3時30分 健康な60歳以上 無料 電話で申し込む。

申込・問合せ シルバー人材センター ☎(60)3551

憩の家ホール上部壁面に掲載する広告を募集

大きさ=B1判(縦1,030mm×横728mm) 募集数=8区画 料金=1区画月額3,154円 掲載期間=令和6年1月4日～3月31日 申込方法=福増クリーンセンターにある申込書(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要事項を書き、広告案を添えて11月20日(月)(消印有効)までに郵送か窓口で申し込む。

申込・問合せ 同センター(〒290-0202・福増124-2) ☎(36)1185

天蓋付きダンプトラックの売り払い一般競争入札

不要となった天蓋付きダンプトラック(2台)を一括で売り払います。現地説明会=11月7日(火)午前9時～午後3時 入札参加申込=クリーン推進課にあ



る入札案内書(市ウェブサイトからダウンロード可)を確認の上、11月21日(火)までに申し込む。

問合せ 入札について=契約検査管財課 ☎(23)9824、車両について=クリーン推進課 ☎(23)9857

放課後児童健全育成事業(児童クラブ)を運営する団体を募集

委託期間=令和6年4月1日～令和7年3月31日 申込方法=保育課にある募集要領(市ウェブサイトからダウンロード可)で委託場所や応募資格を確認の上、11月15日(水)までに窓口で申し込む。

申込・問合せ 保育課 ☎(26)7050

県・市合同の不動産公売を実施

公売実施日・会場=11月9日(木)午前10時～11時・千葉市美浜区役所4階講堂 公売財産の詳細や注意事項など詳しくは市ウェブサイト(右のQRコード)をご覧ください。

問合せ 債権管理課 ☎(23)9852

Denka presents 新日本フィルハーモニー交響楽団スペシャルコンサートin 市原市(追加募集)

11月19日(日)午後2時～3時30分・市

民会館小ホール 先着40人 無料 専用フォーム(右のQRコード)から11月15日(水)までに申し込む。

問合せ デンカ(株)千葉工場総務課 ☎(26)3200

女性活躍推進セミナー Re-START!!～私らしく働くために

11月11日(土)午後1時30分～4時・ウエルコミ(ウエルシア市原国分寺台店2階) 出産、育児などで離職したが、社会とのつながりを持ちたいと考えている女性先着20人 無料 11月8日(水)までに市ウェブサイト(下のQRコード)から申し込む。

問合せ 総合計画推進課 ☎(23)9820

女性のための就職準備セミナー

(1)セミナー 11月29日(水)午前9時30分～11時20分 内容=女性を取り巻く環境や自分に合った仕事の探し方、面接の受け答えなど 先着30人 11月20日(月)までに市ウェブサイト(右上のQRコード)から申し込む。



無料託児サービスあり(対象=6カ月～就学前の子先着8人)

(2)ミニ面接会 11月29日(水)午前11時30分～午後0時50分 内容=企業3社による面接会 1社につき先着4人 電話で申し込む。

(1)・(2)共通事項 会場=国分寺公民館 費用=無料 対象=仕事と家庭を両立させて自分らしく働きたい女性 申込・問合せ (1)=商工業振興課 ☎(23)9836、(2)=ハローワーク千葉南マザーズコーナー ☎(26)8186

人権・男女共同参画フォーラム

12月9日(土)午後1時～3時30分・市民会館小ホール KABA.ちゃんによるトークショー「知ってほしい LGBTQ のこと」先着450人 無料 市ウェブサイト(右のQRコード)かはがき、ファクスで住所、代表者氏名、電話番号、申込人数、特記事項(車いす、6カ月～就学前の子の保育サービスの利用、小中学生対象ワークショップの参加の有無)を書き申し込む。

申込・問合せ 総合計画推進課(〒290-8501) ☎(23)9820、FAX(21)1720



KABA.ちゃん



「いちミラビジコン2023」 募集開始

いちはらで創業したい、地域課題を解決したい、という思いを持つ方の起業・創業を後押しするため、ビジネスコンテストを開催します。入賞者への賞金やビジネスプレーヤー同士の交流機会の提供、書類審査通過者への伴走支援など、多彩な内容で市原市がビジネス実現を支援します。

コンテスト 令和6年2月17日(土) 申込方法 応募方法=12月15日(金)までに市ウェブサイト(右のQRコード)から申し込む。



問合せ 商工業振興課 ☎(23)9870

令和5年度<<12月試験>> 市原市職員採用試験

第1次試験日 12月3日(日) 試験職種 【一般行政職】事務職(障がい者選考のみ)、土木職、建築職、電気職、機械職 【資格免許職】保育教諭職、保健師職

採用予定日 令和6年4月1日 申込方法 市ウェブサイト(右のQRコード)から専用ページにアクセスし、11月20日(月)午後5時までに申し込む。

その他 職種や受験資格など詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。



問合せ 人事課 ☎(23)7246

納税通知書送付用封筒に掲載する広告を募集

市県民税

規格 下表のとおり 申込方法 市民税課にある申込書(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要事項を書き、11月30日(木)(消印有効)までに二重にした封筒に「広告掲載申込書在中」と書き、書留で郵送か持参ください。

掲載場所・大きさ	封筒の裏面・縦6.5cm×横20cm	
枠数・色	1枠・紺色系の単色	
予定部数・最低価格	60,000部・90,000円(税込)	
掲載期間	開始	令和6年6月1日
	終了	令和7年3月31日(封筒を全て使用した場合はその時点で終了)

申込・問合せ 市民税課(〒290-8501) ☎(23)9811

軽自動車税(種別割)

規格 下表のとおり 申込方法 市民税課にある申込書(市ウェブサイトからダウンロード可)に必要事項を書き、11月30日(木)(消印有効)までに二重にした封筒に「広告掲載申込書在中」と書き、書留で郵送か持参ください。

掲載場所・大きさ	封筒の裏面・縦6cm×横10cm	
枠数・色	1枠・紺色系の単色	
予定部数・最低価格	75,000部・60,000円(税込)	
掲載期間	開始	令和6年5月10日
	終了	令和7年3月31日(封筒を全て使用した場合はその時点で終了)

市民相談コーナー

※いずれも無料。調停中・裁判中のものは相談できません。
相談日時は年末年始(12/29～1/3)を除きます。

相談名	内容	11月相談日時	12月相談日時	申込方法 / 相談時間
一般相談	個人生活に関する相談	月～金曜日 9:00～16:00 11/3(金・祝)、11/23(木・祝)を除く。		当日直接会場へ (電話相談可)
法律相談	民事・刑事上の法律問題を弁護士に相談 ※1案件につき1回限り	火・木曜日 9:30～15:20		事前予約 1回20分
		11/2(木)、16(木)、 23(木・祝)を除く。 11/30(木)は 14:00～19:00	12/7(木)、21(木)を 除く。 12/28(木)は 14:00～19:00	
人権こまりごと相談	いやがらせやいじめ、差別待遇など人権上の 悩みに関する相談	11/13(月)、27(月) 10:00～15:00	12/11(月)、25(月) 10:00～15:00	当日直接会場へ
行政相談	国や特殊法人の業務に関する苦情・要望など に関する相談	11/15(水) 10:00～15:00	12/20(水) 10:00～15:00	当日直接会場へ
不動産相談	不動産の売買や賃借など	11/10(金) 10:00～15:00	12/8(金) 10:00～15:00	事前予約 1回30分
税務(国税)相談	相続、贈与、譲渡等に係る国税の申告や納税に 関する相談(一般的な確定申告相談を除く)	11/17(金) 10:00～15:00	12/15(金) 10:00～15:00	事前予約 1回30分
許認可・相続・ 不動産登記相談	官公署に提出する書類の作成や土地の境界、 不動産表示など	11/8(水) 10:00～15:00	12/13(水) 10:00～15:00	事前予約 1回30分
交通事故相談	賠償責任や過失割合、示談の方法など	11/24(金) 9:00～16:00	12/22(金) 9:00～16:00	当日直接会場へ (電話相談可)
結婚相談	結婚希望者の登録や、候補者の紹介、相談など (登録制のため事前にお問い合わせください)	火・金曜日 9:00～16:00 11/3(金・祝)、7(火)午後、17(金)を除く。		事前登録制 1回50分

相談の事前予約について

事前予約が必要な相談は、相談日前週の月曜日午前9時(月曜日が祝日の場合は、翌開庁日)から、電話で受け付けます。開催の最新情報は問合先か市ウェブサイト(右のQRコード)でご確認ください。



会場・予約・問合先 広聴相談課 ☎(23)9808

周辺自治体とのプロモーション連携

四街道市産業まつり

採れたての農作物の販売や市内の商工業製品の展示・販売を行います。市内のグルメやステージイベントもお楽しみいただけます。お子さん向けイベントも予定していますので、ご家族やご友人とぜひお越しください。

日時 11月11日(土)・12日(日)

午前10時～午後3時

※荒天中止

場所 四街道中央公園

(四街道市鹿渡無番地)

※JR四街道駅から徒歩10分

※公共交通機関をご利用ください



子ども向け
イベント

よっかいどうSDGsクイズラリー

お友達や家族とSDGsを楽しく学ぼう!ゴールするとプレゼントがもらえるよ。日本のむかしあそびも体験できます。

問合先 四街道市産業振興課 ☎043(421)6134



電子書籍がひろく、やさしい読書とバリアフリー

私は紙の本を憎んでいた。目が見えること、本が持てること、ページがめくれること、読書姿勢が保てること、書店へ自由に買いに行けること、——5つの健全性を満たすことを要求する読書文化のマチズモを憎んでいた。

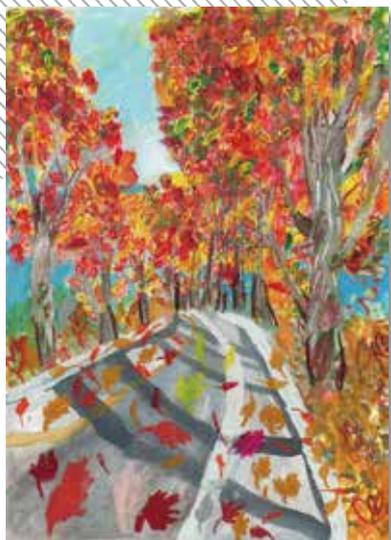
市川沙央『ハンチバック』（文藝春秋、2023、P.27）

今年、芥川賞を受賞した市川沙央『ハンチバック』（文藝春秋、2023）の一節です。紙の本に関わる人々にとって耳が痛い文章ですが、読書バリアフリー法の制定もあり、以前に比べれば読書環境は改善されてきています。音声読み上げ機能のついた電子書籍や、オーディオブックなど耳で聞く読書サービスも複数登場しました。本を持つ必要も、ページをめくる必要もありません。自由な姿勢で読め、クリック一つで電子書籍などを買うこともできます。

中央図書館も電子書籍を導入し、いつでもどこでも読める電子書籍の特性を生かし、外出が大変な子育て世代、忙しく図書館に行くことが難しい中高生などに向けた書籍を重点的に購入しています。電子書籍の利用が増え、多くの要望が集まれば、より充実したサービスとなり、障がいの有無にかかわらず、誰にでもやさしい読書環境の形成につながります。詳しくは右のQRコードをご覧ください。



問合先 中央図書館 ☎(23)4946



景観
100選
いちはらの

あきのけやきどおり
作者 伊藤詩織さん
場所 けやき通り(有秋台)

作者コメント 秋になると葉っぱの色が赤や黄色に変わってとってもきれいです。落葉の上をさくさくと通るのが大好きです。

問合先 都市計画課 ☎(23)9838

オリジナルグッズが当たる クイズ&アンケート

皆さまからのご意見を誌面に反映し、より良い広報誌とするため、ご意見をお寄せください。クイズ正解者の中から、抽選で合計10名様にノベルティグッズをプレゼントします。

先月のクイズの答え (1)10月1日

今月のクイズ 本市で開催される「エンジン01 in 市原」は、来年のいつから開催？

(1)1月6日(出) (2)1月16日(火) (3)1月26日(金)

プレゼント 紙製クリアファイルと軸・キャップを95%再生紙で作ったボールペンのセット

回答方法 専用ウェブサイト(右のQRコード)から回答する。

回答期限 11月15日(水)

当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

問合先 シティプロモーション推進課 ☎(23)9821



子育てネウボラ **だ** **よ** **り**

妊娠・出産 プレ親教室



対象: 令和6年4月、5月に出産予定の初妊婦
日時 1日目:1月14日(日)午前9時30分～11時50分
 または午後2時～4時20分、2日目:1月28日(日)午前10時～午後0時15分
会場 1日目:保健センター、2日目:自宅(Zoom)
内容 沐浴などの実技、育児の役割分担など
人数・費用 各回先着15組・無料
申込方法 1月4日(休)までに電話で申し込む。
その他 詳しくは右上のQRコードをご覧ください。

産後 産後のママのための骨盤ウォーク教室



対象: 令和5年7月に生まれた子と母
日時 12月6日(水)午前9時30分～11時30分
会場 保健センター
内容 骨盤ウォークエクササイズ、体のセルフケアを学ぶ
人数・費用 抽選15組・無料
申込方法 11月22日(水)までに右上のQRコードか電話で申し込む。



子育て 離乳食教室



対象: 令和5年2月に生まれた子と保護者
日時 12月5日(火)午前10時～11時
会場 保健センター
内容 離乳食後期からの進め方や歯と口についてのお話
人数・費用 先着15組・無料
申込方法 11月28日(火)までに電話で申し込む。
その他 保護者のみの参加も可能です。



一日子どもパーク

イベント情報

日時 11月19日(日)午前10時～午後3時
会場 清水谷公園(ちはら台南5-4)
内容 竹とんぼ競技会、石焼き芋づくりなど
費用 無料
その他 当日直接会場へ(雨天中止)
問合せ先
 東いちらエコミュージアム・赤松 ☎(52)0076

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



Q. 和食の基本といわれる「一汁三菜」とはどのようなものですか？

A. 「一汁三菜」は、日本人の主食である「ごはん」に、「汁物」、3つの「おかず」を組み合わせた献立のことです。和食は食材の組み合わせにより、体に必要な「エネルギーになるもの」「体をつくるもの」「体の調子を整えるもの」などの栄養素を、バランスよく摂取することができます。
 また、水やお湯を使って、昆布やかつお節などのうま味を引き出したものが「だし」であり、和食の味の基本となります。だしのうま味を料理に活用することで、他の味を引き立てたり、減塩につなげたりすることができます。

現代は食の多様化が進み、和食の存在が薄れつつあるといわれています。子育て中のご家庭だと、常に一汁三菜を意識することは大変だと思いますが、「だしをとって調理する」「旬の食材を取り入れる」など、できることから試してみましょう。

和食文化国民会議ウェブサイト(右のQRコード)に、だしの取り方や、だしを使った和食レシピなどが掲載されています。ぜひご覧ください。



和食文化国民会議

問合せ先 保育課 ☎(23)9829

保健だより

11月14日は世界糖尿病デー 11月12日～18日は全国糖尿病週間

糖尿病は、インスリンが十分に働かず、血糖値が高い状態が続く病気です。この状態が長期間に及ぶと全身の血管に障害がおき、血管障害や神経障害などさまざまな合併症を引き起こすことがあります。糖尿病の人は治療を続け血糖コントロールを良好に保つことが重要です。
 糖尿病ではない人も、これを機に食事の取り方や運動、生活習慣などを見直し、予防しましょう。

11月8日はいい歯の日 ～自分の歯 100年ずっと 宝物～

市原市歯・口の健康啓発標語コンクール小学生の部最優秀賞作品

高齢者は、歯を失うことで食べることや会話などの機能が低下し、低栄養や社会参加に影響を及ぼす可能性が高まります。全身が健康であるために、まずはお口の健診を受けましょう。「スマイル歯科健診」ではむし歯や歯周病の検査をすることができます。詳しくは、右のQRコードをご確認ください。



▲市ウェブサイト

健康・食事相談

血糖値が気になる減量したい



日時・会場 下表のとおり

健康相談

会場	日程	時間
保健センター	12/11(月)	9:30～11:30
アネッサ	12/13(水)	13:30～15:30
なのはな館	12/15(金)	

食事相談

会場	日程	時間
保健センター	12/6(水)	9:30～15:30
	12/13(水)	

共通事項

人数 各日先着4人(服薬中・治療中の人を除く。)

費用 無料

申込方法 相談希望日の3日前までに電話で申し込んでください。電話での相談も可能。

オンライン相談もご活用ください

保健センターでの健康・食事相談は、Zoomによるオンライン相談もできます。市ウェブサイト(右のQRコード)の予約フォームから入力してください。



▲市ウェブサイト

今月の健待テーマ

いちほら健康大使を知っていますか？

いちほら健康大使は市原を愛し、市原の良さを生かした健康なまちづくりを目指し、楽しく健康づくりを広めていく市民の皆さんです。「いちほら市民大学いちほら健康大使コース」を修了すると、市長から任命書が授与され、いちほら健康大使の活動が始まります。

現在の任命者数は約300人、9団体の登録があります。活動内容はさまざまで、団体に所属して健康づくりを実践する人、個人で家族や友人に健康づくりを広めていく人など、ご自身のライフスタイルに合わせて地域とつながりを持ちながら活動しています。

健康大使の中には、地域に向いて、健康講座を実施している団体があります。「お口の健康について教えてもらいたい!」「健康講座をしてくれたら楽しそう!」など、興味のある人は、声を掛けてください。

いちほら市民大学
いちほら健康大使コース
を受講したい人はこちら



いちほら健康大使に
健康講座を依頼
したい人はこちら



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



くらしの情報

Vol.421

ギフトカード番号を伝えて、に注意!



「PCがウイルス感染し、画面に表示された業者に連絡すると、修理と感染対策ソフトの代金支払いにギフトカード購入を指示された」との相談が寄せられています。コンビニなどで販売されているギフトカードなどのプリペイド式電子マネー(以下プリカ)は、インターネットでの買い物やプレゼントとして多くの方が利用しています。消費者をだまして入手したカード番号はすぐに商品と換えてしまうので、悪質業者にとって追跡されにくい面があります。

悪質業者はPCの修理、ウイルス対策ソフトやアダルトサイト登録をかたり、代金請求などの支払い手段としてプリカ購入を指定してお金を入手しようと

します。後でだまされたことに気付いても、いったん事業者を利用してしまったプリカの金額を取り戻すのは大変困難です。通常プリカ番号を教えるよう求めることは絶対にありません。

プリカで支払いを求められたら間違いなく詐欺です。番号を伝えたり、プリカの写真を撮ってメールで送ったりしないでください。被害に遭ったら警察に、プリカ番号を教えたときは、すぐに発行会社に相談してください。

困ったら焦らず、まず相談

問合先 消費生活センター ☎(21)0999



防災コーナー

Vol.118

ハザードマップを活用しましょう



近年、相次ぐ災害の中、ハザードマップには災害リスクを伝えるだけでなく、迅速な避難行動に結び付けるなどさまざまな役割が期待されています。市では、風水害や土砂災害における危険箇所や指定避難所など、災害に関する情報をまとめた「市原市水害ハザードマップ」を作成しています。

また、マイ・タイムライン(避難行動計画)は、風水害に備えて、自身の避難行動を考えておくものです。万が一の災害の発生に備えて、住んでいる地域の災害リスクを把握し、避難する場所や安全な避難経路を確認しましょう。あわせて自宅の安全対策、必要な備蓄品を確認し、家族で話し合って作成しましょう。

マイ・タイムライン(避難行動計画)



▼マイ・タイムラインは市ウェブサイト(下のQRコード)からダウンロードできます



問合先 危機管理課 ☎(23)9823

急病診療案内

テレホンガイド ☎(22)0101

急病診療案内 ☎(22)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
救急夜間	【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	11/3 (金・祝)	飯島マザーズクリニック(姉崎) 産 ☎(61)8827
		寺嶋医院(八幡) 外 ☎(41)9981
		ストレスケアふるや心療クリニック(八幡) 内 ☎(41)6661
	11/5 (日)	KKクリニック市原(松ヶ島) 内 ☎(37)1983
		みずぎ整形外科医院(五井中央東) 外 ☎(23)2088
		市原鶴岡病院(新堀) 内 ☎(36)1511
	11/12 (日)	有秋台医院(有秋台西) 産 ☎(66)3838
		こいで脳神経外科クリニック(青柳) 外 ☎(21)2960
		五味クリニック(姉崎東) 内皮 ☎(61)0028
	11/19 (日)	加茂診療所(養老) 内 ☎(98)1177
		奥田外科医院(辰巳台西) 外 ☎(74)1868
		クリニック五井(五井中央東) 外 ☎(24)0077
	11/23 (木・祝)	永野病院(馬立) 内 ☎(95)3524
		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
	11/26 (日)	徳政内科クリニック(五井中央東) 内 ☎(22)5500
		若宮渡部医院(若宮) 内 ☎(43)0609
		眼科齊藤医院(五井中央西) 眼 ☎(21)0213
12/3 (日)	仁天堂医院(牛久) 内 ☎(92)0015	
	山越整形外科(西広) 外 ☎(25)1559	
	広松眼科(姉崎東) 眼 ☎(62)1711	

※**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、テレホンガイドや医師会ウェブサイト(右のQRコードからアクセス可)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

事前に電話で症状を伝えただ上で受診してください

軽症で緊急性のない方が夜間・休日に救急医療機関を受診すると、重症者への対応ができなくなります。重症・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。受診すべきか迷うときは、下記の電話相談などをご利用ください。

いちほら健康・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(362)415(24時間年中無休)

FAX 0120(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か、迷ったときに、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

【月～土曜日】18:00～翌日6:00

【日曜・祝日・年末年始】9:00～翌日6:00

病院に行くか、救急車を呼ぶか迷ったときに、看護師や医師が電話でアドバイスします。

☎#7009(プッシュ回線)

☎03(6810)1636(プッシュ回線以外)

発熱などの症状がある方へ

発熱などの症状があるときは、かかりつけ医などの身近な医療機関にまずは電話相談をしましょう。相談先に困った場合は、下記へご連絡ください。

千葉県新型コロナウイルス感染症相談センター
☎0570(200)139(24時間受付)

市コールセンター

☎(22)1112(平日8:30～17:00)

ワクチン接種の予約、 その他ワクチン接種に関すること

市原市新型コロナワクチンコールセンター

☎0120(211)232(毎日9:00～17:00)

PHOTO SELECTION



カタログポケットに
写真を掲載中!

左のカメラマークがある記事は、スマートフォン・タブレット用アプリ『カタログポケット』で、誌面に載せきれなかった写真を公開しています。アプリ上のカメラマークをタップしてみましょう! アプリは右のQRコードからダウンロードできます(無料)。アプリを起動したら「いちはら」で検索してください。
※利用時は別途通信料が掛かります。



▲iOS



▲Android



▲優勝を決めた試合後、喜ぶ選手とサポーターたち

JFL、Jリーグの舞台に向けて勝ち進め!

VONDS市原FC 関東サッカーリーグ1部優勝

VONDS市原FCは、4月に開幕した第57回関東サッカーリーグ1部で15勝1分2敗の好成績を上げ、4年ぶり3回目の優勝を果たしました。この優勝により全国地域サッカーチャンピオンズリーグの出場権を獲得し、11月10日(金)からはJFL昇格をかけて各地域の優勝チームと激戦を繰り広げます。12ページでは、キャプテンの渡辺^{こうだい}広大選手と小出市長が対談し、昇格への意気込みを語っています。

スポーツの楽しさと里山・地域の絆に

2023里山田んぼラグビーin市原

9月23日、月崎公民館近くの田んぼで2023里山田んぼラグビーin市原(チバニアンカップ)が開催されました。同イベントには子どもから大人まで多くの参加者のほか、クボタスピアーズ船橋・東京ベイの選手たちも駆け付けました。雨の中行われた試合では、全身泥まみれになりながら田んぼを駆け回り、得点を決めるたびに観客から歓声が上がりました。

子どもや選手たちの写真を、カタログポケットでご覧になれます。



▲泥まみれになりながら、田んぼを駆け回る



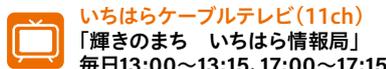
▲パネルディスカッションでは生徒たちに向けて思いを伝える

循環型経済活動を学ぶ

サーキュラーエコノミーセミナー

10月14日、南総中学校でサーキュラーエコノミーセミナーが開催されました。セミナーは、三井化学(株)、(株)hide kasuga1896の各代表と市原市長のパネルディスカッション形式で進み、生徒や保護者たちは、資源循環によって新たな付加価値を生み出していく経済活動の重要性を学びました。環境調和型素材のペンケースの使用・回収・アップサイクルを一体的に体感している同校の生徒たちの理解が、より深まった1日でした。

市のSNS・ウェブサイトにて情報発信中!



市原市役所 〒290-8501 市原市国分寺台中央 1-1-1
☎0436(22)1111(代表)

広報いちはら 第1606号・令和5年(2023年)11月1日発行

編集・発行 / 市原市役所企画部シティプロモーション推進課
☎0436(23)9821(直通) FAX0436(23)7701
✉citypromotion@city.ichihara.lg.jp

※QRコードは関デンソーウェブの登録商標です

