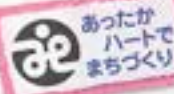


いちはら 社協だより

2026
9月号



よつばちゃん



社協だよりは、町会長の皆さまにご協力いただき、町会回覧にて配布しています。

【発行】市原市社会福祉協議会 〒290-0075 市原市南国分寺台4-1-4 TEL.0436(24)0011 FAX.0436(22)3031

Eメール info@ichihara-shakyo.or.jp http://www.ichihara-shakyo.or.jp/



YouTube



X(旧Twitter)



Facebook



社協HP



LINE・市社協



LINE・指定管理施設



インスタ・市社協



インスタ・指定管理施設

令和8年8月千葉豪雨での活動

8月13日から翌14日にかけて発生した集中豪雨により、市内北東部を中心に各地で河川の氾濫や住宅の床上・床下浸水など、大きな被害が発生しました。

これを受け、ボランティアセンターでは、浸水被害等により日常生活に支障が生じた世帯からのボランティア活動の依頼を受け付けました。

8月17日から活動を開始し、浸水した住宅の家財の運び出しや室内外の泥かき・清掃等を中心に、連日多くのボランティアの皆さまに活動していただきました。

【活動の様子】

ニーズ件数(派遣依頼受付件数)

50件

ボランティア派遣人数(延べ)

335人

(令和8年8月31日時点)



令和8年度 成年後見制度専門相談

成年後見制度について弁護士による専門相談を行います。
既に、親族の後見人等を受任している方のご相談もお受けします。

場 所	開 催 日	時 間
市原市成年後見支援センター(市原市社会福祉協議会) [住所] 市原市南国分寺台4-1-4	10月22日(木) 11月19日(木) 12月17日(木) 1月21日(木) 2月18日(木) 3月18日(木)	13:30 ~ 16:30
市原市南部保健福祉センター(なのはな館) [住所] 市原市牛久377-1	10月28日(木)	

要事前予約

フードドライブ強化月間

を行いました！



市原市社会福祉協議会では、「困ったときはお互いさま」の地域づくりと食品ロスの軽減を目指して、「いちほらフードネットワーク（市原市独自のフードバンク）」を運営しています。その一環として、市内各地で賞味期限が残る食品等を提供いただく「フードドライブ」活動を行っています。



回収量

1,273.2kg



いただいた食品の一部

たくさんのご寄付をいただき、
ありがとうございました！



7月の1か月間は、いちほら生活相談サポートセンターと連携し、フードドライブの強化月間として、普段よりも回収場所を増やして皆様から食品のご寄付をいただきました。



回収した食品は、食料を必要としている方や、フードパントリー（食料を必要としている方にお渡しするイベント）、地域、子ども食堂、地域活動団体などに無償でお渡ししています。



常時回収を行っている施設はこちら

【常設施設】

窓口にお声がけ
ください

- 市原市社会福祉協議会 事務局 (市原市南国分寺台4-1-4)
- 姉崎保健福祉センター《アネッサ》 (市原市椎津1131)
- 三和保健福祉センター《サンハート》 (市原市海士有木225-4)
- 南部保健福祉センター《なのはな館》 (市原市牛久377-1)

【協力店舗】

回収BOXまで
お持ちください

- イトーヨーカドー アリオ市原店 (市原市更級4-3-2)
- マックスバリュ 辰巳台店 (市原市辰巳台東1-2)
- ベシア市原八幡店 (市原市八幡2381-1)
- ヨークフーズ ちはら台店 (市原市ちはら台南2-32-2)



回収可能なもの

- 賞味期限が2か月以上残っているもの
- 未使用・未開封のもの
- 常温保存が可能なもの
- 食品表示が日本語であるもの
- 米は、収穫から2年以内のもの



回収できないもの

- ✕生鮮食品
- ✕アルコール飲料
- ✕冷蔵・冷凍食品
- ✕食品表示・賞味期限の記載がないもの



引き続き、皆様からの温かいご寄付をお待ちしております！

お問い合わせ

市原市社会福祉協議会 TEL:0436-24-0011

安心して暮らせる地域づくりのために

「安心生活見守り支援事業」

安心生活見守り支援事業とは…



安心訪問員が月に1～2回、1人暮らしの高齢者や障がいをお持ちの方などに見守り・声かけを行います。異変に気付いたときには、地域包括支援センターなどの関係機関につなぎ、適切な支援や素早い対応が受けられるようにしています。この事業は、市内の小校区ごとに設置されている小域福祉ネットワークが主体となって活動しており、現在42の小域福祉ネットワークで実施しています。

小域福祉ネットワークとは…

市原市が策定した「市原市地域福祉計画」に基づき、小校区（旧小学校区を含む）ごとに設置されている団体です。地域住民が主体となって、小域福祉圏におけるさまざまな地域課題やニーズを把握するとともに、それを解決するための話し合いや活動を行っていくことを目的としています。

市原市社会福祉協議会はその活動の支援にあたっています。

見守りの対象となる方

主に1人暮らしの高齢者・高齢者世帯・障がいをお持ちの方等が対象となります。

現在、926名の方が見守りを希望され、安心訪問員による訪問を受けています。（令和8年4月1日時点）

※見守りを希望され、個人情報の提供に同意された方のみが対象となります。
※実施団体により対象条件が異なる場合があります。



国分寺台西小学校区
ふれあいネットワーク
による見守り活動

安心訪問員とは…



小域福祉ネットワークより選出されたボランティアであり、事業の概要や心構えなどについて学ぶ研修を受講した後、市原市より「安心訪問員証」が発行され、対象者宅に月に1～2回の見守り訪問を実施しています。

現在、967名の方に安心訪問員として活動いただいています。（令和8年4月1日時点）



1人で暮らしていると聞かれる人も増えてくるので、地域の方が話し相手になってくださるのがあります。安心して生活できるようになりました。



訪問時に地域の活動やイベントの情報をいただけるので、毎月の楽しみにしています。



今は元気ですが、この先何かあったら心配だなと思っていました。普段から話ができる存在がいることは心強いです。

お問い合わせ

見守り支援をご希望される方、安心訪問員としての活動を希望される方、その他、安心生活見守り支援事業についてのお問い合わせ先は以下のとおりです。

- | | | | | |
|--------|------------------------------|------------------------------|------------------|------------------|
| ◇辰巳台地区 | ◇市津地区 | ◇ちはら台地区 | ◇国分寺台地区 | |
| ◇五井地区 | ◇市原地区 | にお住まいの方 ▶▶ 市原市社会福祉協議会 | | TEL:0436-24-0011 |
| ◇姉崎地区 | ◇有秋地区 | ◇千種地区 | | |
| | にお住まいの方 ▶▶ 姉崎保健福祉センター(アネッサ) | | TEL:0436-62-8601 | |
| ◇三和地区 | にお住まいの方 ▶▶ 三和保健福祉センター(サンハート) | | TEL:0436-37-7100 | |
| ◇南総地区 | ◇加茂地区 | にお住まいの方 ▶▶ 南部保健福祉センター(なのほな館) | | TEL:0436-92-1481 |

受講者募集

いちばらファミリーサポートセンター事業

協力会員養成講座

ファミリーサポートセンター(ファミサポ)とは

ファミサポとは、安心して子育てができる環境づくりを目指して、子育ての手助けをしてほしい方(利用会員)を子育ての手助けをしたい方(協力会員)が地域において助け合う、有償の相互援助活動です。

- 〔日 時〕 令和8年11月25日(水) 9:00~15:00
 〔会 場〕 市原市市民会館 大会議室(市原市旭1-1-1)
 〔対 象 者〕 子育て相互援助活動に興味のある市民
 〔内 容〕 ◆救急救命講座
 ◆ファミリーサポートセンター事業について
 〔参加費〕 無 料
 〔申込方法〕 令和8年11月11日(水)までに電話・メール
 いずれかの方法でお申し込みください



いちばらファミリーサポートセンター
 TEL: 0436-24-0011
 MAIL: famisapo@ichihara-shakyo.or.jp
 (受付時間 月~金曜日 8:30~17:15)

受講者募集

~送迎ボランティアとして活躍してみませんか~

送迎ボランティア養成講座



送迎ボランティアサービス事業とは

既存の交通手段での外出が困難な高齢者や障がい者(児)の社会参加を促進するため、無償ボランティアとして事業にご協力いただいている運転ボランティアが専用の福祉車両を用いて、通院などの外出の支援を行うサービスです。

- 〔日 時〕 令和8年11月21日(土) 10:00~12:00
 〔会 場〕 三和保健福祉センター(市原市海士有本225-4)
 〔対 象 者〕 送迎ボランティア活動に興味のある方で普通運転免許をお持ちの方
 〔内 容〕 ◆市原市の交通政策について
 ◆送迎ボランティアサービス事業について
 ◆送迎ボランティアとの交流会
 〔参加費〕 無 料
 〔申込方法〕 令和8年11月13日(金)までに電話・FAX・メール・QRコードいずれかの方法にて、①氏名、②住所、③連絡先と共に申し込みください



ボランティアセンター

TEL: 0436-20-3100 FAX: 0436-22-3031
 MAIL: VC@ichihara-shakyo.or.jp
 (受付時間 月~金曜日 8:30~17:15)



赤い羽根共同募金運動 歳末たすけあい運動にご協力ください

じぶんのまちを
よくするしくみ

赤い羽根共同募金運動

〔期間〕 令和8年10月1日~令和9年3月31日

令和7年度募金額 赤い羽根共同募金
 全 額 8,338,535円

地域の活動・災害時支援・障がいのある方などに

赤い羽根共同募金は、地域福祉活動をはじめ、子どもやお年寄り、障がいをお持ちの方の支援やボランティア支援など、私たちの住むまちで支援が必要な人たちのために使われます。

また本市が大規模な災害に見舞われた時には、市原市社会福祉協議会が災害ボランティアセンターを立ち上げ、募金を財源とした災害支援制度を活用することにより、ボランティア活動に対する資機材の提供など、災害時支援にも広く役立っています。

歳末たすけあい運動

〔期間〕 令和8年12月1日~12月31日

令和7年度募金額 歳末たすけあい運動
 全 額 2,264,769円

みんなが安心して暮らせるまちへ

歳末たすけあい運動で集めたお金は、共同募金運動の一環として、地域住民や福祉機関・団体等の協力のもと、支援を必要とする方への地域福祉支援事業に使われます。



上総国府祭りに出店します!

- 〔開催日〕 令和8年10月3日(土)
 〔開催時間〕 12:00~20:00
 〔会 場〕 上総更級公園(市原市更級5-1-1)
 〔内 容〕 ポップコーン・飲みものを販売いたします。

売上は全て募金に!!



募金にご協力いただいた方はガチャにご参加いただけます。

福祉バザー等のイベント実施について

市原市社会福祉協議会では、歳末たすけあい運動への協力として福祉バザー等のイベントを開催します。ぜひお越しください。

〔福祉バザー〕

地区社協名	開催日	開催時間	会 場
有秋地区	10月25日(日)	10:00~12:00	有秋公民館
ちはら台地区	11月 8日(日)	10:00~14:00	ちはら台コミュニティセンター
南総地区	11月15日(日)	9:00~11:00	南総公民館
姉崎地区	11月23日(金)	10:30~11:30	姉崎保健福祉センター(アネッサ)

〔市津公民館文化祭〕

地区社協名	開催日	開催時間	会 場
市津地区	10月18日(日)	10:00~15:00	市津公民館

〔千種フェスティバル〕

地区社協名	開催日	開催時間	会 場
千種地区	11月 8日(日)	10:00~15:00	千種コミュニティセンター

〔こども・おとなフェスタ〕

地区社協名	開催日	開催時間	会 場
辰巳台地区	11月23日(金)	10:00~15:00	辰巳公民館

※五井地区、国分寺台地区、市原地区、加茂地区、三和地区については、募金により「歳末たすけあい募金」に協力します。



(4月~7月) (順不同)

- 株式会社マルハン 様
- 三井化学労働組合 様
- トライアングル 遊びの会 様
- 出光興産株式会社 様
- 東日本旅客鉄道株式会社 五井駅 様
- 株式会社レゾナック 様

- お菓子 4箱 10,000円
- 防災食 37箱 52,596円
- 水 32箱
- 防災食 24箱/保存水 40箱

- 大野彰久 様 29,220円
- 市原市立 水の江小学校 様 796円
- 市原市立 双葉小学校 様 26円
- 千葉県退職公務員連盟 市原支部 様
- タオル 114枚
- 匿名(光風台) 40,000円

令和8年9月吉日

自治会会員の皆様へ

福祉バザー物品・制服リユース品 ご寄付のお願い

ちはら台地区社会福祉協議会では、共同募金会の「歳末たすけあい運動」への協力として、住民の皆様から物品のご寄付をいただき「福祉バザー」を開催しております。

その収益金については、地域で生活する誰もが、安心してあたたかいお正月を迎えられるような活動、及び地域住民団体が実施する地域福祉事業の更なる強化推進を図るために活用されます。

また、本地区社協では、持続可能な地域社会の実現を目指し、地域の一員としてSDGsを意識した地域福祉活動に取り組んでいます。昨年に引き続き、地域住民がお互いさまの精神で参加・協力できる地域福祉活動として、「制服リユース事業」を計画いたしました。

皆様におかれましては、何分この趣旨をご理解いただき、あたたかいご協力を賜りますようお願い申し上げます。

市原市社会福祉協議会 会長 船 山 慶 子
ちはら台地区社会福祉協議会 会長 元 起 裕 一

— 記 —

1. 福祉バザー開催日時及び会場

日時： 制服リユース

令和8年11月7日（土）10：30～12：00

福祉バザー

令和8年11月8日（日）10：00～14：00

（ちはら台コミュニティセンター文化祭）

会場： 制服リユース： ちはら台支所 窓口前スペース

福祉バザー： ちはら台コミュニティセンター 駐車場

2. ご寄付をお願いする物品（商品として販売可能なもの）

（例）日用雑貨（石けん、タオル、シーツ、衣類、食器など）

食料品（家庭菜園などで収穫した野菜、缶詰、日本茶、紅茶、珈琲、海苔、和洋酒、乾麺、調味料など）

※消費期限、賞味期限にご注意ください！

3. ご寄付をお願いする物品（制服リユース）

ちはら台南中学校 制服、セーター、通学かばん

4. 物品の受付場所

受付場所 : ちはら台地区社会福祉協議会事務所（ちはら台自治会館1階）

受付日時 : 10月1日（木）～11月6日（金）の10:00～15:00

※水曜日、日曜日は除く。

※12:00以降はちはら台自治会事務所までお願い致します。

お問合せ先：ちはら台地区社会福祉協議会 TEL 0436-37-1326

ちはら台自治会館

TEL 0436-52-3371

協賛 ちはら台地区自治会連合会 協力 青少年育成ちはら台地区地区民会議

以 上





ちはら台TENT通信

10月号

2026年9月18日

発行：ちはら台TENT

いちピク スポーツフェスティバル

地域のスポーツを体験できる、特別な1日

2026年
11月28日
(土)

10時～15時
ちはら台公園

見どころ

ステージTENTスクールの
パフォーマンスなどを
楽しもうスポーツ地域のスポーツや
習いことを体験しようワークショップ体を動かす体験や
ものづくり体験キッチンカーおいしいグルメが
大集合

ビンゴ大会では今までにない豪華商品を予定！

続報をお楽しみに！



ちはら台TENT キッズ作品ギャラリー10月号

今月は、西中学校総合文化部の皆さんの作品を掲載しています。

月や夜空をテーマにした作品など、生徒たちの個性や感性が光る力作をぜひご覧ください。

文化祭や日頃の活動で制作した作品も展示しますので、
実物ならではの迫力や細かな表現もお楽しみいただけます。

日時：11月29日(日)

12:00～16:00

場所：ちはら台TENT SCHOOL

**地域の中学生の作品を見に行こう！
西中学校総合文化部作品展開催！**

入場無料

予約不要

来場したお子さま対象

「ベアアート体験」

数量限定



ちはら台キッズウエスト 活動報告

8月2日(日) 海釣りバスツアー

みんなで大原漁港へ行きました！

まずは、アジの開きづくりに挑戦。魚をさばくのは少し難しかったけれど、みんな真剣に取り組みました。

午後は船に乗って海釣りへ！魚がかかると「釣れた！」と大盛り上がり。海のことを楽しく学びながら、夏休みの素敵な思い出ができました。



☆なぞときコーナー☆

T+N=10

L+N=13

Q:Tに入る数字はいくつでしょうか？



答えはちはら台TENTのデジタルサイネージで発表します！

ハロウィンフォトコンテスト

○応募期間：10月1日(木)～31日(土)

○結果発表：11月13日(金) 予定

お子さまやご家族、ペットの仮装写真等、ハロウィンを楽しむ様子をぜひ投稿してください！

○応募方法 🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁

①ちはら台TENTのInstagramをフォロー

②写真を投稿

③写真に「#ちはら台TENT」「#ハロウィンコンテスト」を付けて投稿

④応募完了！

☆入賞作品には景品をご用意！

★TENT・公園で撮影した写真は選考時の評価アップ！

※応募作品をInstagram等で紹介する場合があります。



地域情報コーナー



あそ☆ぼら

毎週金曜日にちはら台公園へ行けば誰かと遊べる！
【みんなで遊ぼう！あそ☆ぼら】



大学生と子どもたちが一緒に遊ぶ活動「あそ☆ぼら」では、これまで毎週水曜日に活動していましたが、今後は毎週金曜日に変更して活動しています！

活動場所はちはら台公園で、毎週金曜日の16時30分から17時30分まで活動しています。カードゲームやボール遊び、鬼ごっこなど、大学生と一緒に楽しく遊ぶことができます。年齢や経験に関係なく、誰でも参加できます！お友達と一緒にでも、一人での参加でも大歓迎です。初めての方も、ぜひ気軽に遊びに来てください！

活動の様子や開催日などの情報は、Instagramでも発信しています。ぜひInstagramをチェックして、あそぼらの活動に遊びに来てください！

毎週金曜日16:30～ちはら台公園♪

みらいサポーター通信「みもりのうち」

子育てママパパとこどもの居場所「みもりのうち」
 絶賛応援中♪

アロマの香りとハンドケアでゆったりリラックス。

たまにはこんな時間も必要ですよ！

いつ来ていつ帰ってもOKです。お気軽にお立ち寄りください！

毎月第1、第3金曜日

10:15～12:15

ちはら台TENT
 SCHOOL



スクール情報 PICK UP



大人バレエストレッチ

クラシックバレエの要素を入れた、健康的な毎日を送るためのストレッチを行っています。難しい動きはありません♪未経験の方も気軽に受講できる内容です。

予約制のため、ご予約はメールにてぜひお待ちしております。

【講座日時】☆予約制☆ 【受講料】
 第1、第2、第3月曜日 10:00～10:40 1,200円/回

【連絡先・予約先】

講師：Studio SORA 松原恭子

Mail：studiosorachiharadai@gmail.com

予約：・Mail

・ホームページお問い合わせフォーム



enjoy K!CK (エンジョイキック)

運動不足解消・ストレス発散に！ミット打ちなどを楽しみながら体を動かす、初心者向けのキックボクササイズです。

難しい技術よりも「楽しく体を動かすこと」を大切にしているので、キックボクシングが初めての方も安心してご参加いただけます。

女性を中心に、男性・親子・ご年配の方も大歓迎です！

【講座日時】 【受講料】 【連絡先・予約先】
 月2回開催 2,000円/回 enjoy K!CK 公式LINE
 開催日は公式LINEにて配信



ケイキフラ (子どもフラダンス)

基本のステップとハンドモーションをベースにハワイアンソングを楽しくお子様のペースで踊っていきます。お子様のかわいさを最大限に引き出します！踊る側も見る側も笑顔が溢れます。フラは体幹が鍛えられ自然と姿勢もよくなります！是非お試しください！

○体験会：10/14 17:00～17:30 (無料)

○持ち物：・スカート (何でもOK) ・水筒

【講座日時】 【受講料】
 第2、4水曜日 16:45～17:30 月謝制3,000円

【対象者】

年少～小学生高学年

【連絡先・予約先】
 Tel：090-5795-6375
 HP：https://mahie.net
 Mail：rierie223@mahie.net





Southern Maid
CUSTOM MIXED GLAZED DONUTS
SINCE 1981

様々なカスタマイズが可能な、2026年最新限定メニュー。お好みのトッピングと、オリジナルのグレイズを組み合わせ、お好みのドーナツを作ることができます。お好みのドーナツを、お好みのグレイズで、お好みのトッピングで、お好みのドーナツを作ることができます。お好みのドーナツを、お好みのグレイズで、お好みのトッピングで、お好みのドーナツを作ることができます。

※ご注文は、お電話または店頭にて。お電話の場合は、お名前、お電話番号、ご注文の品名、数量をお知らせください。店頭の場合は、お名前、ご注文の品名、数量をお知らせください。



千輪舎

だし香るうどん、卵不使用で甘さ控えめのサザンメイドドーナツ、コーヒーを楽しめます。
公園遊びや愛犬とのお散歩のひと休みに。もちろんお食事だけでも、ぜひお気軽にお立ち寄りください！



@SENRYUDONUTS

夜の公園で乾杯！
Party Plan

お楽しみ大宴会！
5は5台公園で天竺の盛り上げとき！
+ 18:00 - 21:00 +

定例会
誕生会
秋祭会
お楽しみ大宴会！
お一人様(税別)4名様～
完全予約制

¥3,500～

+ ¥600 90分ソフトドリンク
+ ¥2800 90分アルコール
(前夜45分 + ¥1600)

Cafe Time スイーツ販売中♪



レーズンバターサンド	¥250
クリームブリュレ	¥400
濃厚ガトーショコラ	¥400
アールグレイシフォン	¥400
レアチーズタルト	¥400
チーズパンケーキ	¥250

時代家88Food Camp

秋の夜長♪時代家のお得なパティープランいかがですか？
公園で生ビール・ハイボールで自家製フランクをおつまみに乾杯しませんか？
☆新作スイーツ続々登場☆
今月のイチオシは陰山シェフこだわりのレーズンバターサンド。
ホットドリンクとご一緒にどうぞ！




Camel Luxe Salon
人気No.1
REVIハーブピーリング

剥離・ダウンタイムがほとんどなく、毛穴・ニキビ・くすみをまとめてケア。
思わず触れたいくなる、つるんと輝く陶器肌を体験してみませんか？

Camel Luxe Salon

当サロン人気No.1

「REVIハーブピーリング」

剥離・ダウンタイムがほとんどなく、毛穴・ニキビ・くすみをまとめてケア。思わず触れたいくなる、つるんと輝く陶器肌を体験してみませんか？



※記載内容は変更の可能性がございます。
最新情報は、ちはら台TENTホームページ
(<https://www.chiharadai-tent.com/>) をご覧ください。

お問合せ：大和ハウス工業株式会社 まちづくり統括部
[担当] 菅田 Tel 080-8303-1158



ちはら台地区
自治会連合会

2026.9.18

☎0436-52-3371

2013年創立

2026 vol.3

帝京平成大学を拠点とする総合型地域スポーツクラブ

帝京平成スポーツアカデミー

2026年度 第3クール(10月~12月)のご案内

申込期間：2026年9月1日(火)~ 11月30日(月)

いきいき! 体力測定プロジェクト(イベント)



Jr. サッカー教室



キッズテニス



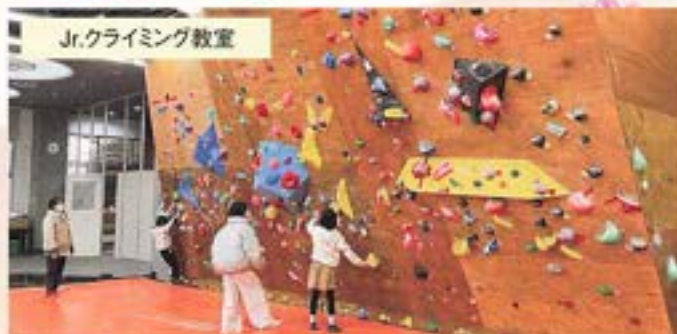
親子で楽しむ体づくり教室



バレーボール



Jr. クライミング教室



秋は運動を始める絶好のチャンスです。
無理なく楽しく体を動かし、健康づくりと
リフレッシュにつなげましょう。

皆様のご参加をお待ちしております!

26年度3クール タイムスケジュール (10月～12月)

・★マークについて：2027年4月からちはら台キャンパスで再開予定

・●マークについて：2027年4月からちはら台キャンパスに移動予定

月	火	水	木	金	土
8:30	●指導者の都合や天候等により日程を変更・中止する場合があります。 ●プログラムの中止や日程変更はHPでお知らせをいたします。(電話連絡はいたしません) ●事務局より複数回連絡し、応答がない場合はお申込みいただいてもキャンセル扱いとさせていただきます。 ●各プログラム1回のみ無料で体験が可能です。参加申込はお電話にてご連絡ください。 (※定員に達してるプログラムの体験はできません) ●更衣室はありません。				キッズテニス ①8:30～9:30 ②年長～小2 ③テニスコート ④6,500円
9:00					Jr.テニス ①9:35～11:05 ②小3～小6 ③テニスコート ④6,500円
10:00	シニアウォーキング ①10:00～11:30 ②シニア ③うまいとグラウンド ④6,500円	太極拳 ①10:00～11:30 ②一般 ③9号館-502 ④6,500円	★初めてのヨガB ①10:00～11:00 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円	★基本のヨガC ①10:00～11:00 ②一般 ③9号館-501 ④4,900円	★ハタヨガC ①10:00～11:00 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円
11:00			★スロ-エアロビク ①11:00～12:00 ②一般 ③10号館 ④4,900円	★ハタヨガB ①11:10～12:10 ②一般 ③9号館-501 ④4,900円	★ボディメイクヨガ ①11:10～12:10 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円
12:00			★初めてのベリーダンス ①12:20～13:20 ②一般・女性 ③9号館-501 ④4,900円	基本のヨガD ①12:30～13:30 ②一般 ③10号館 ④4,900円	★バレトン ①12:40～13:40 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円
13:00	●ルーンカストリ ①13:00～14:00 ②シニア ③9号館-502 ④4,900円	★骨盤アジャスト&ストレッチB ①13:30～14:30 ②一般・女性 ③9号館-502 ④4,900円	★初めてのヨガA ①13:30～14:30 ②一般・女性 ③9号館-502 ④4,900円	★ピラティスB ①14:00～15:00 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円	愛唱歌 ①14:15～15:30 ②一般 ③9号館-502 ④9,500円
14:00			★骨盤アジャスト&ストレッチA ①14:00～15:00 ②一般・女性 ③10号館 ④4,900円	★ピラティスA ①15:00～16:00 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円	★ハタヨガD ①15:40～16:40 ②一般 ③9号館-501 ④4,900円
15:00			★スラックライン ①15:50～16:50 ②小学生～一般 ③10号館 ④4,900円	Jr.サッカー教室 ①16:00～17:00 ②小1～小3 ③うまいとグラウンド ④4,700円	子どものアトリエ ①16:30～18:30 ②小学生～高校生 ③9号館-204 ④15,600円
16:00	Jr.クライミング教室 ①16:30～17:30 ②小学生～中学生 ③10号館 ④6,500円	初めてのヨガA ①17:10～18:10 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円	基本のヨガB ①16:50～17:50 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円	★ハタヨガA ①18:00～19:00 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円	
17:00	●自体重による筋力トレーニング教室 ①18:00～19:00 ②一般(60代までの方) ③9号館-502 ④4,900円	基本のヨガA ①18:20～19:20 ②一般 ③9号館-502 ④4,900円			
18:00					
19:00					
20:00					

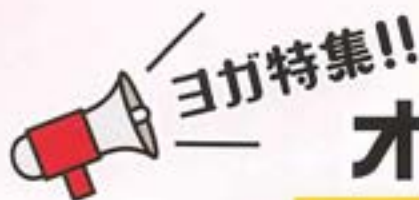
※1 現在、定員満員のため募集を停止しております。

各プログラムの詳しい情報はホームページ「プログラム」よりご確認ください

表の見方

プログラム名

- ①時間 ②対象
③会場 ④参加費



オススメプログラム♪



自分にピッタリのヨガが見つかる！

目的やレベルに合わせて選べる多くのヨガプログラムを実施しております

**健康づくりの第一歩を
踏み出しましょう！**

水曜日

初めてのヨガA

時間：17:10～18:10

対象：一般

講師：森山 和美



初心者向けのヨガ。年齢・体の状態を問わずリラックスできる、インドの伝統的ヨーガです。

複数のプログラムを受講
することもできます。
気になるプログラムが
ありましたら、まずは体験
してみましょう！

木曜日

ハタヨガA

時間：18:00～19:00

対象：一般

講師：三田 芳江



基本ポーズ+バランスのポーズで深層筋を使います。ブ
ラーナ・血液・リンパを巡らせ、心と体の調和を高めます。

金曜日

ボディメイクヨガ

時間：11:10～12:10

対象：一般

講師：佐藤 美奈子



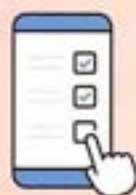
太陽礼拝を練習。気になる部分は引き締め引き上げ、健やか
で美しい心と体を創る、エクササイズ要素の高いヨガです。

※掲載している参加費は1クール(3か月)分の最大料金です。参加費はプログラム開催回数によって異なる場合があります。詳しくは、HP「スケジュール」をご確認ください
※プログラム会場はすべて帝京平成大学 千葉キャンパスです

申込方法

① 申込書の提出

下記QRコード
(ホームページ)より
お申込みください。



② 参加の可否連絡

事務局より参加の可否を
連絡いたします。

▶その後事務局にて入会手続きとなります。



※新規の方は参加費とは別途に**入会金1,000円**がかかります。

※年度更新手数料は**500円**がかかります。

※お支払いは口座振替のみで現金の取り扱いは致しません。

アクセス

■千葉キャンパス【市原市うりいど南4-1】
(手続きは千葉キャンパスで行います)



※お車で越しの際は、学生駐車場をご利用ください。

気になるプログラムがあったら
無料体験できます！

☎ 0436-74-6369

各プログラム1回のみ体験が可能です。
参加申し込みはお電話にて
ご連絡ください。



※定員に達しているプログラムの体験はできません。

賛助会員

帝京平成スポーツアカデミーは近隣の企業、団体等によって支えられています。
今後も本アカデミーは地域住民等の健康促進に貢献してまいります。

賛助会費：1口 1万円

愛知株式会社・ミズノ株式会社・株式会社伊藤園・小湊鐵道株式会社
シティライフ株式会社・大和ハウス工業株式会社・ちはら台地区自治会連合会
株式会社フジスポーツクラブ・八幡宿第一ホテル

帝京平成スポーツアカデミー事務局

〒290-0193 千葉県市原市うりいど南4-1 帝京平成大学千葉キャンパス内

【TEL】0436-74-6369 【営業時間】9:00～16:00

【休業日】土曜・日曜・月曜・祝日・年末年始

【HP】<https://thsa.thu.ac.jp>



【QRコード】

市原警察署ちはら台駅前交番だより

10月号

市原警察署

電話0436-41-0110

ちはら台駅前交番

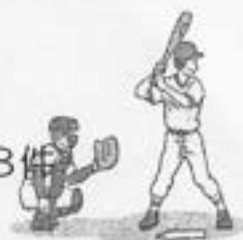
電話0436-75-3116



管内事件事故発生状況

～令和8年8月中～

- ◆ 自転車盗 10件 ◇ 交通事故 58件
- ◆ 窃盗（万引き） 5件



安全で安心なまちづくり旬間

10月11日（日）から10月20日（火）までの10日間

〈「安全で安心なまちづくり旬間」とは〉

県警では、毎年10月11日から20日までの「安全で安心なまちづくり旬間」に、自治体・防犯協会などの関係機関、防犯活動に携わる方々と協力しながら、犯罪の起こりにくいまちづくりを目指した活動を行っています。

〈主な活動内容〉

- 防犯ポスター展
- 街頭における防犯キャンペーン
- 防犯ボランティアなどによる防犯パトロール
- 防犯教室、防犯座談会、出前防犯講話の開催などを実施します。



10月は電話de詐欺被害防止強化月間です

県警では、被害が多い電話de詐欺を撲滅するため、10月を「電話de詐欺被害防止強化月間」に設定し、官民一体となって、集中的に広報啓発活動及び被害防止対策を実施しています。

最近の電話de詐欺は携帯電話にも多く着信し、幅広い世代で被害が発生していますので、携帯電話の防犯対策として、詐欺に使用されることが多い国際電話番号、利用された電話番号をブロックする機能を備えた警察庁推奨の「特殊詐欺対策アプリ」（無料）をダウンロードしましょう。

家族をはじめ周囲の人にも紹介して、みんなで詐欺被害を防止しましょう。

警察庁・SOS47
特殊詐欺対策ページ



ちはら台

市民祭り 応援隊

あなたの力を
貸してください!



自治会長・市民祭り
実行委員経験者の
皆さまへ

過去7年間の経験者を
対象にご案内しています。



ボランティア大募集

ちはら台地区の「市民祭り」は、平成5年にグリーントップ(現在のヤックス)で初めて開催されて以来、地域の皆さまの温かいご支援とご協力に支えられ、今日まで受け継がれてきました。来年の春、この伝統ある市民祭りは、新しい「桜まつり」として生まれ変わります。さらに盛り上がりを目指し、地域の力を結集するために「ちはら台市民祭り応援隊」を立ち上げることにしました。あなたのこれまでの経験や知識が、桜まつりをもっと素晴らしいものにします。

一緒に、地域の笑顔をつくりませんか。

あなたの経験を活かせる場がたくさんあります!

運営のサポート



会場設営・受付・案内・
片付けなどのサポート

ステージ運営



出演者のサポートや
進行補助など

出店・模擬店支援



模擬店のサポートや
販売補助など

企画・広報協力



企画提案や広報活動の
アイデア出しなど

つなぐ役割



地域や子どもたちとの
橋渡し役として

ご都合に合わせて、できることからのご参加でOK! みんなで力を合わせて、思い出に残るお祭りにしましょう!

参加の魅力

- ・世代を超えた交流が生まれます
- ・感謝の気持ちが、やりがいになります

一緒に盛り上げよう!

ご協力
お願いします



あなたの経験が、地域の宝です!

みんなの力で、
もっと楽しい市民祭りに!

キリトリ線

市民祭り応援隊 参加申込書

※ご記入いただいた個人情報は、本活動のご連絡・運営のためにのみ使用します。

お名前			
ご住所	〒		
電話番号	()	-	
メールアドレス (任意)	@		

第1回×切り:10月末

参加
無料



在宅介護教室



令和8年度
(市原市委託事業)

認知症サポート医から学ぶ 認知症とその対応

第1部: 認知症の理解

講師: おゆみの中央病院
附属在宅クリニック
認知症サポート医
院長 佐野 大 先生

認知症
とは?



4大認知症

認知症
ケアパス



第2部: 認知症の方とその家族に対する支援

講師: 市原市地域包括支援センターちはら台
社会福祉士 高瀬恵利佳



日時 令和8年11月30日(月) 10:00~11:00

会場 ちはら台支所1階 会議室 (ちはら台南6丁目1番地3)

対象 認知症に関する知識や対応方法を学びたい方

定員 先着40名 (申込期限11月20日)

申込 電話または、右のQRコードより申し込み
下さい



主催: 市原市地域包括支援センターちはら台
月~土 8:30~17:00 ☎043-309-8901

ちはら台地区
自治会連合会
R8.9.3
TEL0436-
52-3371



来て！見て！感じよう！ちばの大地の贈りもの

千葉県農林総合研究センター 公開デー 2026

10月24日(土) 10時～14時30分

(最終入場は14時まで)

【企画内容】

研究紹介展示

公開講座

どんぐり工作セット配付

お米の脱穀・粳すり体験

落花生を知るツアー

農業に関するクイズ

農林産物・加工品販売



荒
天
等
中
止
※

注)ダイコンの収穫体験はありません

(詳細はチラシ裏面をご覧ください)

※ 荒天等中止の際は、ホームページでお知らせします。

<https://www.pref.chiba.lg.jp/lab-nourin/>



【アクセス】

JR 鎌取駅 (南口 1 番バス乗り場) 「ちはら台駅」または「ちはら台東」行きバス約 10 分

「農業センター入口」下車 徒歩約 5 分 ★バスの運行間隔は約 10～15 分です



＜主催＞ 千葉県農林総合研究センター 〒266-0014 千葉市緑区大金沢町 180-1

お問合せ先 研究マネジメント室 TEL (043)291-0151 (代)

＜後援＞ 千葉地域農林業振興普及協議会、(公財) かずさDNA研究所、
千葉市、市原市、千葉県教育委員会

【企画内容】

・ 研究成果の展示(本館 2 階大会議室:随時)

研究成果のパネルや実物等を展示してクイズラリーを実施します
クイズ正解者には景品をプレゼント

・ 公開講座(本館 1 階中会議室:各回 30 分、定員 30 名程度)

- ① 千葉県導入 150 周年!ふしぎな植物 落花生のひみつ(10:20～, 12:40～)
- ② ポットカーネーションを長く楽しむ方法(11:10～, 13:30～)

・ どんぐり工作セット配付(総合受付で抽選券配布)

総合受付にて抽選券を配布①10:20 ②11:40 ③13:00
各当選結果は配布終了 10 分後に総合受付で発表・整理券と交換
どんぐりブースにて整理券と工作セットを引き換えます(計 100 セット)

・ お米の脱穀・粳すり体験(総合受付で抽選券配布)

総合受付にて抽選券を配布①10:30 ②11:50 ③13:10
各当選結果は配布終了 10 分後に総合受付で発表・整理券と交換
脱穀・粳すりブースにて体験します(定員 55 人 小学生以上 ※小学生は保護者同伴)

・ 落花生を知るツアー(総合受付で抽選券配布) ツアー参加費無料

- ・ 抽選券配布時間①10:10 ②12:10
- ・ 各当選結果は配布終了 10 分後に総合受付で発表・整理券と交換
収穫体験をしますので、汚れても良い靴・服装で参加ください。

落花生の畑まで行く(片道 20 分、約 1 km)、約 90 分のツアーとなります(定員各 30 人 計 60 人)

・ 農産物の販売・農業クイズ(門を入って正面右のテント)

地元生産者が野菜と林産物、農産物加工品などを販売します
クイズに答えたお子様に、抽選で地域の農産物を後日プレゼントします(千葉地域農林業振興普及協議会)



※ 配布物等については数に限りがありますので、終了の場合はご了承ください

※ 都合によりスケジュール・内容を予告なく変更する場合がありますので、予めご了承ください

※ **今年は、ダイコンの収穫体験はありません**

【ご来場についてのお願い】

- ・ 駐車場には限りがあるため、満車となってしまう可能性があります。
- ・ 車でお越しの場合は、当センターの駐車場をご利用ください(右折入場はご遠慮ください)。
周辺のお店等への駐車はおやめください。
- ・ 畑や農道等を通りますので、歩きやすい服装でご来場ください
- ・ 食品販売がございますので、ペットの同伴はご遠慮ください
- ・ 一部を除き、本館に入る際は、配付する靴カバーの着用をお願いします
(本館内のトイレに続く道は土足可、トイレについては「くつのまま履けるスリッパ」をご利用ください)



イベントいんぷお【9月号】（イベントに関するお知らせ）

※詳細につきましては、各担当課にお問い合わせください。



件 名	令和8年度市原市総合防災訓練
日 時	令和8年11月1日（日）9時～12時
場 所	市内10地区の指定避難所等 中央会場：ちはら台南中学校（ちはら台） 地区会場：姉崎小学校（姉崎）、五所小学校（市原）、五井小学校（五井）、養老小学校（三和）、湿津小学校、市東第一小学校（市津）、辰巳台西小学校（辰巳台）、旧寺谷小学校（南総）、加茂支所（加茂）、有秋東小学校、有秋西小学校、有秋南小学校（有秋） https://www.city.ichihara.chiba.jp/article?articleId=6a8da15af9c1971193c20585
内 容	午前9時に防災行政無線で「大地震発生の訓練放送」を行います。
問合先	危機管理課（0436-23-9823）

件 名	イチ推し登録会
日 時	令和8年10月14日（水） ①9時30分～10時30分 ②11時～12時 ③13時～14時
場 所	ウエルシア・コミュニケーションセンターいちはら（ウエルコミ） （南国分寺台4丁目1番地1 ウエルシア市原国分寺台店2階） ※お車でのご越しの場合は、第2駐車場をご利用ください。
申込方法 内 容	下記 URL 先よりお申し込みください。 https://logoform.jp/form/bqJz/1720871 登録に不安がある方や、「イチ推し」を団体の活動に活用したい方を対象とした個別登録会を実施します。
問合先	イチ推し事務局（地域連携推進室）（0436-23-9851）

件 名	令和8年度「選挙をきれいにする市民のつどい」
日 時	令和8年10月31日（土）13時～15時（12時30分受付開始）
場 所	市原市市民会館 小ホール（惣社1丁目1番地1）
内 容	①明るい選挙啓発ポスター・標語・親子連れ投票記念証 デザイン作品最優秀者表彰 ②気象予報士・防災士 木原 実 氏による講演 入 場 料：無料 注意事項：予約は不要です。当日は直接会場へお越しください。 https://www.city.ichihara.chiba.jp/article?articleId=6a7576aa71770939b9893d67
問合先	選挙管理委員会事務局（0436-23-9817）

※裏面に続きます

件 名	行政相談委員による特設相談所を開設します（全２回）
日 時	第１回 １０月１４日（水）１０時～１５時 第２回 １０月２８日（水）１０時～１５時
場 所	第１回 ちはら台コミュニティセンター 第３会議室（ちはら台南６丁目１番地３） 第２回 有秋公民館 研修室（有秋台西１丁目３番地２）
内 容	国や特殊法人等に対する苦情、要望について相談をお受けします。 対 象：相談を希望する本人または代理の方 参 加 費：無料 注意事項：予約は不要です。必要書類は特にございませんで、 相談日時に直接会場へお越しください。 https://www.city.ichihara.chiba.jp/article?articleId=60237bd5ece4651c88c18d02
問合先	政策マーケティング室（０４３６-２３-９８０８） 千葉行政監視行政相談センター（０４３-２４６-９８２１）

件 名	初心者向けゴルフレッスン会 参加者募集
日 時 場 所	１０月１８日（日）：アネックスゴルフ（不入斗１２１１番地２） １１月１５日（日）：ジョイバードゴルフ練習場（金剛地１６１１番地１４） １２月１１日（金）：ジャンボゴルフクラブ（能満２０８６番地８９） １月１７日（日）：光風台ゴルフガーデン（安須９３７番地） 開始時間：１０時、１１時、１３時、１４時、１５時（各回５０分）
内 容	「ゴルフを始めてみたい」「基礎をしっかり学びたい」という方に向けて、初心者向けゴルフレッスン会を開催します。 市内４か所のゴルフ練習場で、プロゴルファーがクラブの握り方や構え方などを基礎からレッスンします。参加費は無料で、ゴルフ未経験の方でも気軽にご参加いただけます。 https://www.city.ichihara.chiba.jp/article?articleId=6a333cf58fdabe31bba66bb8
問合先	ゴルフの街推進室（０４３６-２３-９７５５）

令和8年度 高齢者定期予防接種の (インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症) お知らせ

●対象者

市原市民で以下に該当する方

・接種日時時点で**65歳以上**の方

・60歳から64歳までの方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がい有する方(概ね、身体障害者障害程度等級1級に相当。障害者手帳等の提出が必要)

予防接種の種類	自己負担金	期間	市ウェブサイト (詳細参照)
インフルエンザ	1,500円	令和8年10月1日～ 令和 9 年 1 月 31 日	
新型コロナ ウイルス感染症	8,000円	令和8年10月1日～ 令和 9 年 3 月 31 日	

●持ち物：自己負担金(※自己負担金免除については、下記参照)
マイナンバーカード、運転免許証等(身分証明書)

●実施場所：市内協力医療機関

入院などの事情により市原市外で定期予防接種を受ける場合は、事前に保健センターへ相談してください。

※自己負担金免除について

「生活保護受給者」及び「中国残留邦人等支援給付受給者」のみ、自己負担金が免除されます。
接種するワクチンごとに「生活保護受給証明書」等の証明できる書類の写しが必要です。

広く皆様に予防接種を受けていただくために、予防接種を受ける方には、費用について一定のご負担をお願いすることとなりました。そのため令和8年度から、「市県民税非課税世帯」の費用免除がなくなりましたので御理解のほどお願いいたします。

問合せ先

市原市保健センター 予防係

TEL

0436-23-1187

FAX

0436-23-1295



令和8年度 市原市高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種協力医療機関一覧表

令和 8年10月

医療機関名		所在地	電話番号	インフル エンザ	コロナ ウイルス
姉崎・有秋	1 姉崎駅前クリニックカンディー	姉崎東3-1-3 小泉ビル3F	26-7755	○	○
	2 あねさき林クリニック	姉崎東2-2-6 KTEビル7F	60-1666	○	
	3 姉崎病院	椎津2558-1	66-1161	○	○
	4 飯島クリニック	姉崎2223	61-8827	○	○
	5 伊嶋整形外科	姉崎2102	61-7660	○	
	6 泉台クリニック	泉台3-19-1	66-6804	○	
	7 市原メディカルキュア	姉崎658	61-0519	○	○
	8 内田医院	姉崎1875	61-1201	○	○
	9 蔵内医院	姉崎788-1	62-1560	○	○
	10 こしかわハートクリニック	姉崎東2-11-6	62-5488	○	○
	11 五味クリニック	姉崎東2-2-6 KTEビル5F	61-0028	○	○
	12 高岡クリニック	姉崎西1-12-28	62-0036	○	○
	13 帝京大学ちば総合医療センター ※かかりつけのみ受付いたします。主治医と 相談してください。	姉崎3426-3	62-1211	○	
	14 ひまわりクリニック	姉崎2561	60-1600	○	○
	15 望星姉崎クリニック	姉崎東3-6-2	61-3511	○	○
	16 茂久田診療所	青葉台2-2-35	60-8688	○	○
	17 有秋台医院	有秋台西1-7	66-3838	○	○
	18 四ツ谷医院	姉崎112	62-5151	○	
市原・辰巳台	19 市原整形外科	八幡1836-3	43-1656	○	○
	20 いまい内科循環器クリニック	八幡810-3 八幡東駅前ビル3F	37-3355	○	○
	21 遠藤医院	辰巳台西1-5	74-2809	○	○
	22 奥田外科医院	辰巳台西1-5-2	74-1868	○	○
	23 小野木医院	能満1845-37	75-4049	○	○
	24 菊間クリニック	菊間1705-10	43-3025	○	○
	25 倉持泌尿器科クリニック	菊間249-1	40-8571	○	
	26 斉藤クリニック	辰巳台東1-8-11	75-8885	○	
	27 清水クリニック	八幡252-3	41-3956	○	○
	28 せき内科クリニック	五所1662-7	41-0503	○	○
	29 辰巳台クリニック	辰巳台東3-15-2	76-8800	○	○
	30 辰巳病院	辰巳台東5-5-1	74-1321	○	○
	31 千葉労災病院 ※かかりつけのみ受付いたします。主治医と 相談してください。	辰巳台東2-16	74-1111	○	
	32 寺嶋医院	八幡1349-3	41-9981	○	○
	33 長谷川病院	八幡115-1	41-0453	○	○
	34 日高クリニック	八幡594-8	40-3366	○	○
	35 やまみ医院	八幡1338-1	41-8311	○	○
	36 八幡クリニック	八幡1641	41-1010	○	○
37 若宮クリニック	八幡1640	41-3261	○	○	
38 若宮中央医院	若宮3-2-3	41-8180	○	○	
39 若宮渡部医院	若宮3-3-16	43-0609	○	○	
40 和田耳鼻咽喉科医院	八幡123-3	43-4133	○		
五井	42 相川クリニック	五井中央東2-23-15	23-9888	○	○
	43 飯倉整形外科クリニック	五井中央西1-31-4	20-8600	○	
	44 市原アルバ泌尿器科クリニック	南国分寺台4-1-1 ウエルシア市原分寺台店2F	67-1007	○	○
	45 いちはら協立診療所	君塚2-17-7	23-9201	○	○
	(市外局番 0436)				

医療機関名		所在地	電話番号	インフル エンザ	コロナ ウイルス
五井	46 市原健康クリニック	南国分寺台5-1-7	26-8105	○	○
	47 イルカ耳鼻咽喉科	更級2-5-1	20-6070	○	
	48 大倉耳鼻咽喉科医院	五井中央東1-11-18	21-4187	○	○
	49 クリニック五井	五井中央東2-13-1	24-0077	○	○
	50 KKクリニック市原	松ヶ島2-1-14	37-1983	○	○
	51 五井クリニック	五井中央南1-16-10	20-8211	○	○
	52 五井中央診療所	五井中央東1-10-19	23-3737	○	○
	53 こいで脳神経外科クリニック	青柳2036-1	21-2960	○	○
	54 五井病院	五井5155	21-5521	○	○
	55 五井病院ホームケアクリニック	五井5911	24-0005	○	○
	56 五井レディースクリニック	五井2290	22-3770	○	○
	57 斎賀医院	五井中央西1-20-7	21-0011	○	○
	58 三愛記念市原クリニック	五井中央東2-8-13	22-5701	○	○
	59 志村胃腸科外科医院	根田1-8-5	22-5053	○	
	60 白金整形外科クリニック	白金町1-70	22-1435	○	○
	61 白金整形外科病院	白金町1-75-1	22-2748	○	
	62 徳政内科クリニック	五井中央東1-7-1	22-5500	○	
	63 野崎医院	五井中央西1-34-5	21-1507	○	
64 林クリニック	西国分寺台1-14-5	23-8849	○	○	
65 原村医院	玉前76	21-1259	○	○	
66 光クリニック	更級1-7-16	20-6166	○	○	
67 山越整形外科	西広4-2-2	25-1559	○		
68 山崎整形外科	五井中央西1-36-3	26-0622	○		
69 やりたクリニック	西広131	20-8882	○	○	
70 鎌田病院	五井899	21-1655	○	○	
71 ゆむら内科循環器科	西国分寺台1-2-1	24-4477	○	○	
72 横山医院	山田橋1-1-1	41-6123	○	○	
73 リハビリステーション病院さらしな	更級1-5-3	25-2345	○		
三和	74 磯ヶ谷病院	磯ヶ谷35	36-1121	○	○
	75 市原鶴岡病院	新堀955	36-1511	○	○
	76 平山医院	磯ヶ谷2067	36-0071	○	○
市原・ちはら台	77 碓井クリニック	ちはら台東1-1-6	50-2050	○	○
	78 うるいど南クリニック	うるいど南2-1-3	37-6263	○	○
	79 おもて内科糖尿病クリニック	ちはら台東8-17-4	52-8011	○	○
	80 黒沢クリニック	ちはら台南2-32-2	76-9630	○	○
	81 コスモスクリニック	ちはら台西3-4 ユニモちはら台2F	98-3111	○	
	82 しもやまクリニック	ちはら台西5-18-5	75-5588	○	○
	83 杉田医院	東国吉694	52-0029	○	○
	84 ちはら腎泌尿器科	ちはら台西6-23-49	76-8160	○	
	85 ちはら台駅前診療所	ちはら台西2-9-1	37-3505	○	○
	86 ちはら台南内科クリニック	ちはら台南1-1-11	75-7511	○	○
87 西岡クリニック	ちはら台東1-2-13	50-5855	○	○	
88 三橋クリニック	うるいど南1-3-3	37-5711	○		
南総・加茂	89 加茂診療所	養老1000-5	98-1177	○	○
	90 仁天堂医院	牛久1192	92-0015	○	○
	91 すずらんクリニック	牛久879-1	92-1717	○	○
	92 永野病院	馬立802-2	95-3524	○	○
	93 藤原整形外科医院	牛久1189	92-0046	○	○

(市外局番 0436)

* 予約の必要な医療機関もあるため、事前に確認をしてください。

* 医療機関に通院中の方は、予防接種を受けても良いか主治医に確認をしてください。

窓 口 受 付 時 間

変 更 の

お 知 ら せ



千葉県マスコットキャラクター チーバくん

令和8年10月1日から

試 行

9:00～16:00

○見直し対象所属

部局	対象所属
総務部	地域振興事務所、文書館、情報公開・個人情報総合窓口 県税事務所および自動車税事務所（支所除く）※1
総合企画部	男女共同参画センター※2
健康福祉部	保健所（健康福祉センター）、障害者相談センター、精神保健福祉センター 動物愛護センター、食肉衛生検査所
環境生活部	交通事故相談所支所
商工労働部	産業支援技術研究所、計量検定所、テクノスクール
農林水産部	農業事務所、農林総合研究センター、家畜保健衛生所、林業事務所 水産事務所、水産情報通信センター、漁港事務所
県土整備部	土木事務所、港湾事務所、区画整理事務所
教育庁	教育事務所

※1 昨年度から試行的に受付時間を短縮していましたが、10月1日から本格実施に移行します。

※2 これまで火曜日から金曜日は9時～21時、土・日曜日、祝日は9時～17時としていましたが、9時～17時に統一します。なお、月曜日はこれまでどおり休館日です。

生活道路における自動車の法定速度が引き下げられました

令和8年9月1日の道路交通法施行令の一部改正により、生活道路における自動車の法定速度が60km/hから**30km/h**に引き下げられました。対象となる「生活道路」とは地域住民の日常生活に利用されるような、中央線等がない道路を指します。

※中央線・中央分離帯・車両通行帯が設けられている一般道路、高速道路、道路標識等により最高速度が指定されている生活道路は引き下げの対象外です。



警察庁HP

飲酒運転根絶宣言店・事業所を募集しています!

千葉県では、「飲酒運転は絶対しない、させない、許さない」という県民意識の高揚を図り、飲酒運転のない、県民が安心して暮らすことができる地域社会の実現に向けて、飲酒運転の根絶を宣言する事業所と飲食店の登録を行っています。飲酒運転の根絶のためには、周りの方からの声掛けも重要です。飲酒運転ゼロを目指し、登録してみませんか?

○登録後、県が以下のことを行います。

- ・登録証の交付 ・啓発物資の配布
- ・事業所名又は飲食店名及び所在地(市町村名のみ)を千葉県のホームページに掲載(ただし、同意が得られた場合に限る)



詳しくは
千葉県HPを
ご確認ください。



多言語交通安全啓発チラシ (Multilingual Road Safety Flyers)

本県を訪問する外国人観光客・外国人居住者向けに日本の交通ルール・マナーを多言語で紹介しているチラシです。下記の10言語版があります。

- English Version (英語版)
- 中文繁體版 (中国語(繁体字)版)
- 简体中文版 (中国語(简体字)版)
- 한국어판 (韓国語版)
- Deutsche Version (ドイツ語版)
- Versión en Español (スペイン語版)
- Versão em Português (ポルトガル語版)
- Bantieng Viêt (ベトナム語版)
- ภาษาไทย (タイ語版)
- Tagalog version (タガログ語版)



交通事故相談所、交通安全推進員派遣制度、交通安全ライブラリーのご案内

◎ 交通事故の相談

千葉県交通事故相談所

検索

交通事故の当事者となり、お困りの方はご相談ください。

臨床心理士による心のケアも行っています。県内各市町村の巡回相談も行っていますので、日程等はお問い合わせください。

なお、くらし安全推進課ホームページでも巡回相談日程や交通事故Q&Aをご案内しています。

問い合わせ先

○本所 … 県庁本庁舎2階

TEL 043-223-2264

○東葛飾支所 … 東葛飾合同庁舎4階

TEL 047-368-8000

○安房支所 … 安房合同庁舎1階

TEL 0470-22-7132



◎ 千葉県交通安全教育推進員の派遣

千葉県交通安全教育推進員

検索

学校、町内会、職員研修などで交通安全教室を開く際にご活用ください。対象者に合わせて経験豊富な推進員を派遣いたします。(講師料は無料ですが、講師の交通費等の実費分は負担願います。)



◎ 交通安全DVDの貸出

千葉県交通安全ライブラリー

検索

交通安全教育に役立てていただくために、交通安全DVDの貸出を行っています。

DVD一覧は、くらし安全推進課ホームページをご覧ください。



問い合わせ先

千葉県 環境生活部 くらし安全推進課 交通安全対策室 TEL 043-223-2263



思いやり交通千葉

県内の交通事故	
発生件数	5,753件 (~206m)
死者数	58人 (+1人)
負傷者数	6,830人 (~242人)
死者全国ワースト5位 令和8年6月末時点 (前年比)	

6月末現在の確定値です。最新の件数については、千葉県警ホームページにて公表しています。

第198号

発行：千葉県環境生活部くらし安全推進課

電話 043(223)2263

FAX 043(221)2969

それ
いい
ね
夜
道
に
き
ら
り
反
射
材

秋の夕暮れ ライトと反射材で守る命

秋の全国交通安全運動

9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」

令和8年9月21日(金)～9月30日(金)

歩行者	自動車	自転車
歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進	夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の撲滅	自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底

内閣府

令和8年 秋の全国交通安全運動が始まります

【実施期間】 令和8年9月21日(月)から9月30日(水)までの10日間
【交通事故死ゼロを目指す日】 9月30日(水)

スローガン **それいいね 夜道にきらり 反射材**

【運動の重点目標】

1. 〈歩行者〉歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
2. 〈自動車〉夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
3. 〈自転車〉自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進

歩行者

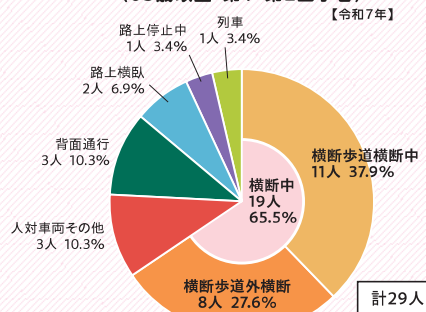
歩行者の交通ルール

令和7年中に県内で発生した交通死亡事故のうち歩行中が約4割を占めています。
歩行中死者の特徴としては、

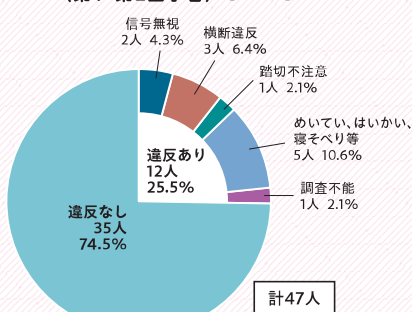
- ・ 65歳以上の高齢者が約6割と多い
- ・ 65歳以上の高齢者は横断中が約7割を占め、このうち、横断歩道横断中が約4割、横断歩道外横断が約3割
- ・ 歩行者の約3割に違反あり などが挙げられます。



事故類型別歩行中死者数
(65歳以上・第1・第2当事者)
【令和7年】



法令違反等別歩行中死者数
(第1・第2当事者) 【令和7年】



(出典:千葉県警察)

事故に遭わないためにも、横断歩道のある道路を横断する場合は**横断歩道を必ず利用**し、渡る際には、手をあげる・車の運転者と目を合わせるなどの「渡るアピール」と左右を見るなど「安全確認」を行いましょう。

※歩行者は斜めに道路を横断してはいけません。 ※道路標識によって横断が禁止されている道路は横断してはいけません。



歩行者の交通事故防止対策

令和3年から令和7年までの過去5年間に県内で発生した交通死亡事故のうち、6割超が夜に発生しています。夕暮れ時から夜間、明け方は、ドライバーから歩行者が見えにくくなります。**明るい色の服やリフレクター(反射材)**を靴・衣服・鞆・杖などに着用し、自分の存在をドライバーに知らせて、交通事故を防ぎましょう。

キラリアップ★ちば

キ

危険を回避

ラ

ライトアップ

リ

リフレクターやLEDライト

自動車

ゼブラ・ストップで事故ストップ!

- ゼブラの **ゼ** は **前方** のゼ → 前をよく見て安全運転!横断歩道では、その周りに歩行者がいないか、十分に注意しましょう。
- ゼブラの **ブ** は **ブレーキ** のブ → 横断歩道に近付いたときは、手前で停止できるような速度で進みます。
- ゼブラの **ラ** は **ライト** のラ → ドライバーは早めの「ライト」点灯・こまめな切り替えを意識し、右(ライト)からの歩行者にも注意して運転しましょう。歩行者も、反射材などを活用して「ライト」アップを意識し、横断時は手を上げるなどの渡るアピールをしましょう。



シートベルト・チャイルドシートは正しく利用しましょう

シートベルトはすべての座席で着用しましょう。正しく装着すると、交通事故に遭った場合の被害を大幅に軽減できます。チャイルドシートは6歳未満のこどもに使用させることが義務付けられています。6歳以上でも、体格などに合わせて使用してください。

「酒酔い運転」の要件が変わりました!

令和8年7月21日より、酒酔い運転の要件に数値基準が新設され、「**呼気中アルコール濃度0.5mg/ℓ以上**」または「**アルコールの影響により正常な運転ができないおそれがある状態**」に改正されました。
※0.5mg/ℓ未満でも、アルコールの影響により正常な運転ができないおそれがある状態と認定されれば酒酔い運転となります。



飲酒したら絶対に車両等を運転してはいけません!

はればれ運転でいこう!

はればれ運転とは、「危険を避けるため、運転するときと場所を選択し、運転能力が発揮できるよう心身及び環境を整え、加齢に伴う運転技能の低下を補うような運転方法を探ること」です。

※千葉県独自の名称であり、警察庁は「補償運転」という名称で推奨しています。

雨の日は運転が不安...

長距離・長時間は疲れる...

体調が優れない...

そんなときは「はればれ運転」です!

＼ 晴れた日に行こう! /

＼ 運転は近所までにしよう! /

＼ 体調が悪い時はタクシーを乗ろう! /

自転車

自転車乗車時は、自分の身を守るために、必ずヘルメットを着用しましょう。
お住まいの市町村によっては、自転車乗車用ヘルメットの購入補助を受けられる場合があります。購入補助を行っている市町村HPリンク先はこちらから→

自転車のルールは
こちらから

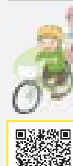


自転車に乗る前のルール

- ① 自転車保険に入ろう
- ② 点検整備をしよう
- ③ 反射器材をつけよう
- ④ ヘルメットをかぶろう
- ⑤ 飲酒運転はやめよう

自転車に乗るときのルール

- ① 車道の左側を走ろう
- ② 歩いている人を優先しよう
- ③ ながら運転はやめよう
- ④ 交差点では安全確認をしよう
- ⑤ 夕方からライトをつけよう



自転車の交通ルール
(千葉県警察HP)



交通ルール動画集
(千葉県警察HP)



三和地区学校規模適正化協議会だより

～未来につなぐ より良い教育環境をめざして～

三和地区学校規模適正化協議会
事務局 市原市教育委員会
教育部 教育総務課

No.8

発行日：令和8年9月16日

三和地区学校規模適正化協議会とは

○三和地区で小規模化が進む学校について、子どもたちの良好な教育環境の確保、教育内容の充実、地域と学校のあり方を協議・検討し、子どもたちの教育環境の向上に資することを目的とした組織です。

○三和地区の各小学校区及び戸田小学校区の各学校の保護者代表（PTA関係2名）、地域代表（町会関係1名、小域福祉ネットワーク関係2名）の29名で構成されています。

人口減少・少子高齢化が進行し、三和地区においても児童生徒数が減少する中、市教育委員会では、子どもたちの確かな学力や社会で活躍する力を身につけるために必要なより良い教育環境をめざし、保護者、地区の町会、小域福祉ネットワークの代表の方々と構成される「三和地区学校規模適正化協議会」を組織し、学校規模適正化について、地域の皆様とともに検討を進めています。

第9回三和地区学校規模適正化協議会を開催しました。

令和8年6月21日に開催した第9回三和地区学校規模適正化協議会では、令和8年3月中旬から4月下旬にかけて開催した「三和地区学校規模適正化に係る説明会」、5月下旬から6月上旬にかけて実施した「三和地区学校規模適正化に関する保護者アンケート」の結果を事務局から報告し、今後の方向性について協議しました。

三和地区学校規模適正化に係る説明会 開催結果

- 目的：説明会における方策案[※]と三和地区学校規模適正化の取組の現況について、保護者や地域の方々に説明、対話を行い、その結果を協議会へ報告し、三和地区学校規模適正化の取組に生かすため
- 対象：三和地区の小中学校、戸田小学校の児童生徒の保護者
三和地区、戸田小学校区の未就学児の保護者
三和地区、戸田地区の地域の方々
- 期間：令和8年3月15日から令和8年4月27日まで
- 開催実績：計11回開催 参加人数417人

※説明会における方策案

- ステップ1（目標：令和10年度）※小規模化が顕著である養老小学校、三和中学校への対応
 - ・小規模化が顕著である養老小学校について、令和10年度の市西小学校への統合に向けて協議調整を行います。
 - ・小規模化が顕著である三和中学校について、令和10年度の双葉中学校への統合に向けて協議調整を行います。
- ステップ2 白紙：引き続き検討
 - ・三和地区の小中一貫校の整備について、現時点において内容や立地場所、時期等について「白紙」とします。
 - ・今後の児童生徒数の推移や国の調査研究の動向を見極めつつ、引き続き保護者や地域の方々と対話を行いながら検討していきます。

三和地区学校規模適正化に関する保護者アンケート結果

- 目的：幅広く保護者の方々の御意見を伺い、その結果を協議会へ報告し、三和地区学校規模適正化の取組に生かすため
- 対象：三和地区の小中学校、戸田小学校の児童生徒の保護者
三和地区、戸田小学校区の未就学児の保護者
- 期間：令和8年5月21日から令和8年6月3日まで
- 内容：設問1 令和10年度に養老小学校を市西小学校に統合する案について、御意見をお聞かせください。
(養老小学校、市西小学校の児童の保護者とそれぞれの学区の未就学の保護者のみが回答)
設問2 三和中学校を双葉中学校に統合する案について、御意見をお聞かせください。
設問3 その他、三和地区学校規模適正化に関する取組について、御意見をお聞かせください。
- 回答：292件

説明会・アンケートでの意見は
こちらからご覧ください。⇒



三和地区学校規模適正化協議会だより

協議事項

事務局からの報告を受けて次の事項について、協議を行いました。

○協議事項① 令和10年度に養老小学校を市西小学校に統合する案について

【委員からの主な意見】

- ・ 小学校の統合はある程度の合意形成がなされていると思う。
- ・ 小学校の統合については仕方ないと思うが、通学支援を手厚く行う必要がある。
- ・ アンケートでは市西小学校は駐車場が狭く校舎の老朽化を心配する意見もあるため、養老小学校に統合する考えはないのか。
- ・ 養老小学校は教室数が少なく、プールが使用できないこともあり協議会では市西小学校に統合する方向性で協議していた。
- ・ 市西小学校前の道路が狭く危険であるため、統合に当たり関係各課と調整し安全対策を講じてほしい。

○協議事項② 三和中学校を双葉中学校に統合する案について

【委員からの主な意見】

- ・ 三和中学校の小規模化への対応は必要だが、説明会やアンケート結果から、現時点では双葉中学校への統合に慎重な意見が多いため、令和10年度の統合は見送らざるを得ない状況ということだと思う。
- ・ 小中一貫校の整備、通学の不安等、説明会やアンケート結果による課題を解決しないと議論は進まない。
- ・ 三和中学校は小規模化の影響を受けているので統合を進めるべきと思う。

協議結果

協議の結果、三和地区学校規模適正化の今後の方向性を次のとおり決定しました。

今後は、この方向性に基づき、三和地区の子どもたちにとって、より良い教育環境の実現に向けて取組を進めてまいります。

○決定した方向性

- ・ 複式学級の解消を最優先として令和10年度に養老小学校を市西小学校に統合する。
- ・ 三和中学校と双葉中学校の統合は、今後の児童生徒数の推移を見極めつつ改めて検討していく。

説明会やアンケートでの意見を踏まえた対応

養老小学校を市西小学校に統合することについて、説明会やアンケートでは、主に通学や施設面に関する御意見をいただいております。今後、いただいた御意見を踏まえ円滑な統合に向けて、準備を進めてまいります。

○意見を踏まえた対応

- ・ 通 学 養老小学校区の全ての児童に対して、スクールバス等による通学支援を行います。
 - ・ 施 設 市西小学校の老朽化の状況に応じ、教育活動に支障が出ないよう必要な修繕を行います。
 - ・ 駐車場 市西小学校内の駐車スペースを確保していきます。
- また、運動会等の行事の際は、近隣の公共施設を駐車場とし、バスによる送迎等の対応を調整します。

決定した方向性の保護者説明

協議会で決定した方向性について、令和8年7月13日から7月17日にかけて、三和地区の小中学校及び戸田小学校の児童生徒の保護者、三和地区及び戸田小学校区にお住まいの未就学児の保護者の方々を対象に説明会を開催し、養老小学校を市西小学校に統合することに対し、様々な御意見をいただきました。

いただいた御意見に対する市教育委員会の考え方について、養老小学校の児童保護者、養老小学校区にお住まいの未就学児の保護者の方々を対象に、令和8年8月19日に改めて説明会を開催しました。

また、説明会で配布した資料について、養老小学校の児童保護者の方々には学校コミュニティサービスで配信、未就学児保護者の方々には郵送し、協議会にて決定した方向性に基づき進めていくことを周知いたしました。

今後の取組

決定した方向性については、令和8年9月24日の教育委員会会議において審議し、議決をもって決定します。

【発行】市原市教育委員会 教育部 教育総務課
〒290-8501 市原市国分寺台中央1丁目1番地1 市原市役所第2庁舎2階
☎0436-23-9845 ☞kyouikusoumu@city.ichihara.lg.jp

説明会で配布した資料や協議会
だよりのバックナンバーは
こちらからご覧ください。⇒

