

# ゆるり

働くあなたの潤い生活  
応援マガジン

隔月刊



# 11-12 2016 月号

ゆるり 千葉

検索

TAKE FREE

Vol.65

<http://www.chibashi-sangyo.or.jp/>

## 特集

# 美酒の秘密は「心」にあり 千葉市の米から 生まれた地酒



## プレゼント

- 丸大食品「煌彩4種詰め合わせ」
- しよいか〜ご 千葉店  
「生しぼり仕立てにんじんジュース引換券」
- 紅茶専門店DADA  
「おすすめの茶葉1袋引換券」
- 味のレストラン えびすや  
「人気の手作りデザート盛り合わせ引換券」
- 『どんなに体がいたい人でもベターッと開脚  
できるようになるすごい方法』

- 6 ぷらっとウォーク 千葉市美浜文化ホール周辺
- 8 情報くりっぷ 千葉市産業振興財団ニュース
- 8 福利厚生サービスのお知らせ
- 16 フロンティアのとびら 快適住まいる
- 17 会員事業所紹介 マミー&ミーおゆみ野保育園/味のレストラン えびすや
- 18 Change! 暮らしとからだ Culture Information
- 19 YURURI CLUB
- 20 各駅停車 ちばの旅 山生橋梁(鴨川市)

# 心に残る贈り物



丸大のギフトは、  
どなたにも喜ばれます。

お歳暮・お中元の時期のほか、  
記念品・新築祝・開店祝・御礼・内祝・快気祝等、いつでもご利用になれます。



お問合せ先

丸大食品株式会社 東日本特販営業課 〒135-0051 東京都江東区枝川2-23-2

TEL 03-3647-3270 (月~金 9:00~17:00) FAX 03(3647)3274

特集

美酒の秘密は「心」にあり

## 千葉市の米から 生まれた地酒

地域の良いものをじっくりと味わうことは、  
心の栄養にもなること。  
作り手の「心」が生み出す美味を楽しむ、  
ちばの冬です。



黄金色に実る総の舞。酒造りは米作りから始まる

千葉の酒米「総の舞」で  
こだわりの地酒を



「SAKE」の呼び名で、近年世  
界中から注目を浴びている日本酒。  
近頃は若い女性などでもワインのよ  
うに料理とのハーモニーを楽しむ人  
が増えている。そんな日本酒に、実  
は千葉市産の酒米が使われている銘  
柄がある。

佐倉市で天保元年（1830年）  
から180年以上続く老舗蔵元旭鶴  
が醸造している特別純米酒「鳥海  
米」は、千葉県唯一の酒造好適米  
「総の舞」を原料としたもの。アル  
コール度数の高い原酒タイプで、う  
ま味とコクの強い味わいが特徴だ。  
日本中にはさまざまな地酒が数多  
く存在するが、二つとして同じもの  
はない。原料である米、水、こうじ  
の質に加え、その年の気候や酒米の



昨年の総の舞で仕込まれた鳥海米。新酒の完成が  
待たれる

# 農家酒蔵

出来によっても仕上がりは左右される。こうした奥深さこそが愛好家には大きな魅力であり、蔵元にとっての難しさでもあるのだ。

この米にほれ込んで…  
匠の味が生まれる



鳥海米も、「この酒米にこの酒蔵」というコラボレーションから生まれた、唯一無二の地酒だ。仕込み水は酒蔵隣の八坂神社から流れる天然の地下水を使用。米は千葉市若葉区の米農家、鳥海薫さんの生産する総の舞に限定している。

二者の出会いには2008年のこと。千葉市による「地元の農産物などを使って名物を」という働き掛けから始まった。「当初は鳥海さんの総の舞を使い、『千の舞』という純米酒を発売しましたが、昨年からは作り方を純米原酒一度火入れに変更し、名前も鳥海さんをお願いして『鳥海米』とさせてもらっています」とは、旭鶴の代表、田中孝一さんの言葉。そこまで田中さんがこだわるのにはわけがある。

「鳥海さんの育てる総の舞は特別です。毎年質の良い一等米を届けてくださるんですが、仕込んでみると粒の割れや欠けなどが起こらない、しっかりとしたお米であることが分

かります。これによって、雑味のない仕上がりになります」と、とにかく質の良さが抜きん出ているのだそう。精米した時点では大きな違いは見えないが、米を洗うと違いは大きい。割れる米は溶けるのが早く、醸造の速度が上がると、結果的に雑味が出てしまうという。「鳥海さんのおいしい米をおいしい酒にし、なるべくたくさんの方にお届けしたいという気持ちで、取り組んでいます」と、田中さん。今年も心を込めた新酒の仕込みが始まった。

真摯に取り組む米作り  
心を込めた酒造り



若葉区に広がる鳥海さんの水田で、今年も総の舞が収穫された。近年は異常気象なども多いが、それでも「そのときに与えられた状況に对应し、日々真剣に米作りに励むだけ。それが農家の仕事ですから」と語る鳥海さん。少ない言葉の中に米作りへの愛情があふれ、一途に取り組む姿が印象的だ。

総の舞はもともと「千葉県で育成、生産された酒米品種で吟醸酒を醸造したい」という地元酒造メーカーの要望に応えるために開発された品種。千葉市により水田維持および休耕田活用のために酒米の育



鳥海さんと収穫した総の舞。酒米は食用米に比べて粒が大きい

成促進が図られ、鳥海さんも生産を始めたと言う。減農薬のエコ栽培を行いながら、食の安全や生産の維持に尽力してきた。田中さんも、鳥海さんの姿勢に感銘を受け、大切に育てられた米を良い酒にしようと、努力と研究を重ねている。

そこにあるのは、プロフェッショナル同士、一流の仕事の相乗効果。鳥海さんも「旭鶴さんが『ぜひ』と言ってくださっている間は、頑張っ

て期待に応えられるものを作りたいと思っ

「この鳥海米をぜひ多くの方に知ってもらい、飲んでほしい。その一心で、さまざまな取り組みを行っています」と、田中さん。酒蔵見学のほか、鳥海さんの協力を得て、田植えや稲刈りの体験など、生産地を知ってもらう活動を行っている。また、食事とのペアリングを楽しむ飲み方を提案しており、田中さん自身もそのスタイルを毎日楽しんでいるそう。

「いろいろと試飲して自分好みの日本酒を見つけ、料理とのお気に入り



9月上旬に行われた稲刈体験には、千葉市外からも多くの人が参加した

りの組み合わせを探してほしいですね」と、田中さん。最近では日本酒をメインにしたイベントや地酒を集めたフェスなども開催されているので、足を運んでみるのもお薦めのこと。

地域の素材を、おいしくいただく。そのひとつのカタチとしての日本酒。飲むときには、蔵元やその先の農家のことにも思いをはせてみてはいかがが…?

**note**  
株式会社 旭鶴  
所在地/佐倉市馬渡918  
営業時間/9:00~18:00  
定休日/日曜日  
TEL/0120-65-0002  
(フリーダイヤル)  
http://www.asahiduru.jp/

**「鳥海米」取り扱い店**

**JA千葉みらい 農産物直売所**  
しよいか〜ご 千葉店



JA千葉みらいが運営する直売所で、その規模は県内最大級。農家の食卓にしか並ばないような、地元の新鮮野菜に果物、さまざまな千葉産の加工品などがずらりとそろそろ。消費者が農業を身近に感じるとともに、安心して食品を選ぶことのできる場所として、多くの人に利用されている。

**DATA**  
所在地/千葉市若葉区小倉町871  
営業時間/9:30~18:00  
定休日/水曜日(祝日の場合は営業)、年末年始  
TEL/043-231-1831(ニイサンイイサヤ)  
http://www.syoicargo.jp/

**千葉県酒造組合**  
千葉の地酒ショップ



千葉県酒造組合の事務所に併設されたショップで、扱っているのはすべて千葉の地酒。常時150~160種類の銘柄が並び、季節ごとに品ぞろえも変わる。県内の蔵元マップや各種パンフレットも多く用意された、「買う」と「学ぶ」を同時に楽しめる場所。日本酒に詳しいスタッフさんとあれこれ話してみるのもお薦め。

**DATA**  
所在地/千葉市中央区中央4-13-7 千葉県酒造会館2F  
営業時間/9:00~17:00 定休日/土、日、祝日  
TEL/043-222-0686  
http://www.chiba-sake.jp/

Present  
P19



「私たち、みんな田中なんですよ」と田中孝一さん(左)。旭鶴では、家族で酒造りに取り組んでいる

# おしゃれなショップがめじろ押し のマリーナエリア



## CONFORTABLE CUISINE COROLA

閑静な住宅街にあるカフェダイニング。都内の有名スペインバルや創作和食店で経験を積んだオーナーシェフが、和、フレンチ、スパニッシュ、エスニックなどさまざまなジャンルの料理を手掛ける。ランチは日替わりで4〜5種類から選べ、丁寧な下ごしらえでしっかり素材の味が楽しめる。一品料理も豊富なので、仕事帰りや早目の一杯にもお勧め。

(左上下)スタイリッシュな外観に、ゆったりとした店内  
(右)ある日のランチプレート。惣菜、ドリンク付きで1,000円。スイーツもすべて手作り、季節限定品は要チェック!(400円〜)



## イタリア料理 ヴェスプチ

稲毛ヨットハーバーの3階にあるイタリアンレストランで、東京湾を見渡せる抜群の眺望が自慢。ランチはメインの Pasta とピザに、イタリアンや中華の惣菜ビュッフェとフリードリンクを付けられるお得なコースが人気(ビュッフェのみ、メインのみのチョイスも可)。ディナーは Pasta、ピザに加え、中華出身のシェフが腕を振るう本格中華料理も楽しめる。



ブラウンマッシュルームのペーストをソースに加えた「きのこのアーリオオーリオ」(1,566円、バイキング付き2,214円)



(右)10種類以上のイタリアンの前菜のほか、中華、カレーなど豊富なバイキング  
(左)晴れた日には富士山が望める



## CAFE-CRAFTSMAN BASE

今年3月にオープンした、ハード系のパンがメインのベーカリー。自家製酵母を使用し、長時間発酵させて焼き上げる。店長お勧めのカントリーブレッドは、ルヴァンリキッド(液体酵母)を使ったほんのり酸味のあるパン。薄くスライスしてよく焼き、バターやオリーブオイルと一緒にいただくのがいいそう。チョコレートやリンゴを使ったアメリカンホームメイドのケーキもある。



手前から反時計回りにクロワッサン(130円)、パンオショコラ(160円)、ペーグル(90円)、カントリーブレッド(1/4サイズ225円)



木の温もりがあふれる店内。パンはスタッフが取ってくれる

# 冒険! 発見! まち歩き

## ぶらっとウォーク

40

## 千葉市美浜文化ホール 周辺

周辺からも人々が集まる千葉市美浜文化ホールで、コンサートなどを楽しんだら、海の方へ歩いてみよう。寒い時期は、夕焼けに浮かぶ富士山のシルエットが美しい。道々魅力的なお店に足を止めて。

※●はサービスセンター会員事業所です。詳しくは、サービスセンターホームページをご覧ください。

## 紅茶専門店 DADA

ダーズリンやアッサムなどの定番のほか、ミルクティーなどのアレンジティーが楽しめる。茶葉は濃厚な味を楽しめるCTCリーフを使用し、寒い時期には特にミルクティーがおすすめ。日本紅茶協会の認定店で、創業28年。オーナー夫人はティーインストラクターの資格を持つ。種類や飲み方など、分からないことがあれば相談してみよう。



スモーキーな香りが特徴のキーマンの煮出しミルクティー(580円)。たっぷりリンゴが入った自家製アップルパイ400円。ランチは有名店・シタールの手ほどきを受けたカレーが人気(サラダ・デザート付き1,000円)



サロンのような落ち着いた雰囲気のある広い店内

※価格は税込です。

## 注目 SPOT

### 開館 20 周年! 花の美術館 フローラルクリスマス

美術館は、花いっぱいクリスマスガーデン。アトリウムは「星に導かれて」と題して、モミの木やポインセチア、シクラメンなど冬の花花で彩られたガーデンに。

また、期間中はお子様と楽しめるクイズや楽しいイベントが満載。各種体験教室、ギターマンドリンコンサートやキャンドルナイトのほか、20周年特別企画として、NHK「趣味の園芸」ナビゲーター、三上真史さんをお迎えするイベントも開催する。詳細はホームページでチェック!



昨年の展示



会期 / 11月15日(火)〜12月25日(日)  
会場 / 三陽メディアフラワーミュージアム (千葉市美浜区高浜7-2-4)  
開館時間 / 9:30〜17:00  
入館料 / 大人300円、小中学生150円  
休館日 / 月曜日(休日の場合は翌日)  
問合せ / ☎043-277-8776  
http://cga.or.jp/flower/

## SHOP DATA

カフェ クラフツマン ベース  
**CAFE-CRAFTSMAN BASE**  
千葉市美浜区真砂3-4-4  
☎ 043-215-7557  
営業 11:00〜19:00  
水曜定休  
http://cafe-craftsman-base.jp

紅茶専門店 **DADA**  
千葉市美浜区真砂2-24-10  
アンジャンテ21-1F  
☎ 043-306-6276  
営業 11:30〜18:00 (LO17:00)  
日・祝・月曜定休

イタリア料理 **ヴェスプチ**  
千葉市美浜区磯辺2-8-1 稲毛ヨットハーバー3F  
☎ 043-279-0770  
営業 ランチ11:30〜14:30  
ティー 14:30〜17:30  
ディナー17:30〜21:00 (LO)  
火曜定休  
http://vespuccibay.info/  
★本誌持参で100円引き

コンフォータブルキューズ コロラ  
**CONFORTABLE CUISINE COROLA**  
千葉市美浜区磯辺4-15-19 フェスタリスタ磯辺101  
☎ 043-277-5055  
営業 11:00〜22:00  
(LOフード21:15 / ドリンク21:30)  
月曜定休(祝日の場合は翌火曜)  
http://corola96.wix.com/hana

募集します! 市内で、あなたのオススメのお店や場所をご紹介ください。お待ちしております! 投稿の宛先はP19をご覧ください。

助成額	
会員・登録家族	掲載料金から <b>1,500</b> 円引き
友人	掲載料金から <b>500</b> 円引き

サービスセンター推奨旅行情報  
(一般読者の方も利用できます)

# ツアー TOUR

— 福利厚生サービスのお知らせ —

## 申込方法

- ① 旅行会社へ下記に掲載してあるコースNo.とサービスセンター会員番号を告げて、申し込みをしてください。登録家族および友人の場合は、その旨を告げてください。なお、友人は会員同伴に限ります。
- ② 旅行代金の振込用紙、旅行の詳細などは旅行会社より送付されます。
- ③ 旅行当日はサービスセンター会員証を持参してください。

## 注意事項

- 取消料や実施などの条件は、主催旅行会社の約款によります。
- 行程は交通機関などの事情により、変更になることがあります。
- 旅行会社が定める最少催行人数に達しない場合は、中止になることがあります。
- サービスセンター職員の同行はありません。
- この企画手配は、旅行会社によるものです。サービスセンターが主催するものではありません。

**読売旅行 千葉営業所** お問い合わせ・お申し込みは

読売旅行 観光庁長官登録旅行業第91号 千260-0013 千葉市中央区中央3-3-1

旅行業公正取引協議会会員 一般社団法人 日本旅行業協会

フジモト第一生命ビル 総合旅行業務取扱管理者/早瀬 史郎

**0570-004343**

FAX **043-225-7788**

(月~土)9時30分~17時30分 (日)9時30分~15時 (電話受付のみ)

ご旅行条件

詳しい旅行条件を説明した書面をお渡ししますので、事前にご確認の上お申し込み下さい。◎添乗員の有無/特に明記してあるものを除き添乗員が同行致します。

障害者差別解消法に関するご案内 詳しい旅行条件を説明した書面をお渡し致します。事前にご確認の上お申し込みください。尚、お客様の状況によっては当初の手配内容に含まれていない特別な配慮・措置が必要になる可能性があります。イラストは全てYKMT

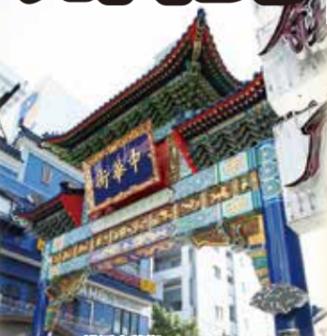
コースNo. 230-0100-99 日帰り

**例年参拝者数全国ベスト5に入る人気初詣スポット2ヶ所へご案内**

# 「浅草寺」「山崎大師」二大詣と

フカヒレスープも北京ダックも **食べ放題!**

## 横浜中華街オーダーパーキング

～平日出発限定特典～

なんと！平日出発  
(月～金※1/2～3と祝日は除く)は  
「なんと直径約10センチ！  
本格中華肉まん  
2個付」でご案内！  
冷凍保冷バック付  
なのでお持ち帰り  
も安心♪ 肉まん(1個)

出発日	乗車地
1月 1・4・18・28日 2月 1・18日	京成津田沼・JR津田沼・西船橋・市川市役所
1月 7・30日 2月 18日	新鎌ヶ谷・初富・馬込沢・高根公園・北習志野
1月 2・29日 2月 6日	妙典・行徳・南行徳・浦安駅・浦安市役所・新浦安駅
1月 7・21・30日 2月 3・15日	五井・姉ヶ崎・袖ヶ浦BT・木更津
1月 3・9・22日 2月 4・19日	京成成田・JR酒々井・京成佐倉・JR佐倉・京成勝田台
1月 14日 2月 19日	安食・小林・木下・千葉NT中央・白井・西白井
1月 5・16・21日 2月 15日	四街道・都賀・千葉・稲毛
1月 16日 2月 13日	土気・菅田・鎌取・おゆみ野・ちはら台・辰巳台
1月 8日 2月 12日	銚子・松岸・YC銚子西部・桜井町・東庄・小見川・佐原
1月 15・25日 2月 8日	旭・匝瑳市役所・多古・富里・八街市役所・YC榎戸
1月 11・23日 2月 5日	山武市役所・東金・大網・茂原市役所・JR茂原駅

■旅行代金(おひとり様)

# 7,980円

各地ー横浜中華街(本格中華オーダー式バイキングの昼食。オーダー式だから熱々出来立てをお召し上がりいただけます)ー川崎大師(関東で人気の初詣スポット。厄除け大師として知られる関東の名刹)ー浅草寺(江戸庶民の信仰を集めた観音様で有名な浅草寺初詣。賑わう仲見世通りなども自由散策)ー各地(18時30分着～19時30分着)

## 情報くわっパ

(公財)千葉市産業振興財団では、中小企業の経営革新および新事業創出の促進と、中小企業勤労者の福祉の向上を目的に、さまざまな事業を行っています。

### 公益財団法人千葉市産業振興財団設立15周年記念事業 第15回『ベンチャー・カップCHIBA』ビジネスプラン発表会 来場者募集

千葉市発の将来性ある新たなビジネスの創出を目指して、「第15回『ベンチャー・カップCHIBA』ビジネスプラン発表会」を開催します。発表会では、厳正な審査を突破した、優れたビジネスプランを持つ企業が、プレゼンテーションを行います。また、ソーシャルビジネス部門および学生部門グランプリ受賞者からのプレゼンテーションも行います。

基調講演には、有限監査責任法人トーマツパートナー北地達明氏を講師にお招きしております。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

- 日 時 11月22日(火)13:00受付開始  
発表会 13:30～17:25  
交流会 17:30～18:40
  - 会 場 三井ガーデンホテル千葉 3階「平安」  
(千葉市中央区中央1-11-1)
  - 内 容 基調講演(北地達明氏)  
一般部門4件のプレゼンテーション  
ソーシャルビジネス部門および学生部門のグランプリ  
受賞者のプレゼンテーション  
授賞式
  - 参加費 無料(交流会は1名あたり2,000円)
  - 定 員 190名
- ※申込方法などについての詳細は、財団のホームページをご確認ください。

#### ビジネスプラン(一般部門)発表者

- ◆(株)HIGH-STANDARD&CO.  
(代表取締役 佐藤 良平)  
「お仕事するお母さんを助け、子供たちの基礎学力を飛躍的に向上させる、新学習保育事業」
- ◆(株)L&F(代表取締役社長 森 久純)  
「日本空き家サポート～安心と信頼の空き家管理の全国ネットワーク～」
- ◆スペクトラ・クエスト・ラボ(株)(代表取締役 室 清文)  
「波長可変半導体レーザーで実現する分光計測システムの革新」
- ◆(株)永光自動車工業(代表取締役 木俣 博光)  
「学業連携による子どもの発達段階に応じた成長を促進する次世代型遊具の開発」



問合せ先 産業創造課 電話 043-201-9504 URL <http://www.chibashi-sangyo.or.jp/>

## サービスセンター推奨講座

— 福利厚生サービスのお知らせ —

### スポーツ教室

どなたでも始めやすい手軽なプログラムです。運動を習慣付けて、健康的なライフスタイルを手に入れましょう。

#### ① ボールエクササイズ

直径20cm程度の小さなバランスボールを使って、有酸素運動とインナーマッスを鍛える筋力トレーニングを行います。

効果 転倒防止、正しい姿勢の維持、基礎代謝力アップ 運動量 普通  
日程 2017年1月10・17・24・31、2月7・14日 毎週火曜日

- 時 間 19:30～20:30
- 会 場 千葉ポートアリーナトレーニング室(2)  
(千葉市中央区間屋町1-20)
- 定 員 25名 ※18歳以上の市内在住・在勤の方
- 参加費 会員・登録家族 800円 一般 1,500円
- 申込期間 12月1日(木)～15日(木) 必着
- 申込方法 往復はがき、またはEメール

#### ② 格闘技エクササイズ

キックボクシングなどの動作を、音楽に合わせて行う有酸素系のエクササイズで、脂肪を燃やしメタボリック対策が期待できます。

効果 ストレスの発散、心身のリフレッシュ、シェイプアップ 運動量 多  
日程 2017年1月12・19・26、2月2・9・16日 毎週木曜日

千葉市 健康づくりスポーツ教室 検索

■申込・問合せ先 (公財)千葉市スポーツ振興財団  
TEL 043-238-2380

### ボウリング大会 開催のお知らせ

今年度のボウリング大会は**2017年2月10日(金)**開催予定!

個人戦ですので、お一人でも気軽にご参加ください。前回大好評のストライク賞を今年も設けますので、お楽しみに!  
※応募方法などの詳細は、次号ゆるり1-2月号をご覧ください。



サービスセンター会員の皆様へ

申込方法: ガイドブック巻末16「あつ旋申込用紙A欄」  
 引換方法: ①サービスセンター窓口 または、②代金引換郵便※のみ  
 ※送料は1回200円。郵送先は事業所または自宅をお選びいただけます。  
 郵便局配達員にチケット代金+送料をお支払いの上、郵便物をお受け取りください。

ガイドブックP5  
**郵送助成対象**



一般読者の皆様へ

チケットのお申し込みは、右記までお電話をください。なお、左のマークが付いている公演はお得な優待料金です。



チケット  
**TICKET**

—— 福利厚生サービスのお知らせ ——

ミュージカル  
**ビッグ・フィッシュ**



ティム・バートンの映画がブロードウェイでミュージカルになりました。日本版は白井晃が演出、豪華キャストにより上演されます。幕が下りた後、家族と話したくなる——温かくて美しい愛の物語にご期待ください。



■日時 2017年2月25日(土)17:00  
 ■会場 日生劇場  
 ■料金 S席13,000円 → 一般12,400円 → 会員 10,200円  
 ※お土産付き。未就学児入場不可  
 ■出演 川平慈英、浦井健治、霧矢大夢、赤根那奈 他  
 ■申込締切 11月30日(水)

劇団四季  
**ライオンキング**



太陽きらめくアフリカの大地を舞台に、「サークル・オブ・ライフ(生命の連環)」をテーマとして繰り広げられる壮大なミュージカル。1998年東京公演が開幕以来、前人未到の18年連続の無期限ロングランを更新中です。

■日時 2017年2月2日(木)13:30/4日(土)13:00  
 ■会場 四季劇場[春]  
 ■料金 S席大人10,800円 → 会員 8,700円  
 S席小人5,400円 → 会員 4,300円 ※3歳以上小学校6年生以下  
 ■申込締切 11月30日(水)

読売日本交響楽団特別演奏会  
**〈モルダウ〉&〈ボレロ〉珠玉のオーケストラ名曲選**

読売名誉客演指揮者の尾高忠明が振り、仲道郁代がピアノを務める、特別演奏会。人気の名曲を聴き応えのある演奏でお届けします。



■日時 2017年3月4日(土)15:00  
 ■会場 千葉県文化会館 大ホール  
 ■料金 S席一般5,000円 → 会員 4,500円  
 ※未就学児入場不可  
 ■出演 読売日本交響楽団  
 ■曲目 スメタナ:「我が祖国」より「モルダウ」、エルガー:「威風堂々」第1番、ラヴェル:「ボレロ」 他  
 ■申込締切 12月15日(木)

錦織健テノールリサイタル

ミラノやウィーンに留学し、オペラで数々の賞を受賞しているほか、ラジオやテレビにも多数出演しています。親しみやすいトークを交えたりサイタルでも、多くのファンを魅了します。



■日時 2017年2月19日(日)14:00  
 ■会場 千葉県文化会館 大ホール  
 ■料金 4,000円 → 会員 3,600円 ※未就学児入場不可  
 ■申込締切 12月15日(木)

お申し込み・お問い合わせ先

千葉市勤労者福祉サービスセンター  
 FAX 043(441)7775 TEL 043(216)3838

先着順受付。あつ旋枚数に達し次第、締切となります。

※申込後のキャンセルはできませんので、お申し込み時に十分ご確認ください。  
 ※営利目的での譲渡・転売を目的とした購入はできません。

ウィナー・ワルツ・オーケストラ  
 ~宮殿祝賀コンサート~

ウィーンの新年の香りと欲びを携えて来日。指揮者クトゥレーロは、聴衆を楽しませ、音楽に妥協しません。ダンサー4人とソプラノ歌手を交えた演出で贈るウィーンの音楽は、今年もハッピーな気分させてくれます。



■日時 2017年1月15日(日)14:00  
 ■会場 千葉市民会館 ※未就学児入場不可  
 ■料金 6,000円 → 一般5,500円 → 会員 4,200円  
 ■曲目 美しく青きドナウ、皇帝円舞曲、雷鳥と稲妻 他(予定)  
 ■申込締切 11月30日(水)



由紀さおり・安田祥子  
 30周年記念~両手いっぱいのお歌~

「これから生きる子どもたちに、美しい日本の歌を伝えたい」そんな思いで始まったふたりのコンサートも今年で30周年。心に響くたくさんの名曲を、ありがとうの気持ちと共に歌います。



■日時 12月21日(水)15:00  
 ■会場 習志野文化ホール  
 ■料金 6,000円 → 会員 4,500円 ※3歳未満膝上鑑賞無料、座席が必要な場合は有料  
 ■曲目 みかんの花咲く丘、早春賦、おぼろ月夜、花嫁人形 他(予定)  
 ■共演 HAMORI-BE  
 ■申込締切 11月20日(日)

千葉県行政書士会

新規開業の方も、すでに開業された方の更新も

広告

許認可申請のプロ

行政書士 湯浅法務事務所 にお任せください



千葉県内の申請、速く、安く、正確に

TEL 043-292-8890

〒266-0031 千葉市緑区おゆみ野3-24-2 ASAJビル2F

URL http://www.yuasa-gyosei.jp

受付時間: 平日・土 9:00~20:00

当事務所報酬額一例(千葉県内・税込)

- 建設業許可(新規・知事) ¥108,000
- 産廃収集運搬業許可 ¥108,000
- 深夜酒類提供飲食店営業届 ¥64,800
- 古物商許可 ¥32,400

※証紙代等の実費は別途ご負担いただきます



島津亜矢コンサート2017

「息絶えるまで、歌い続ける」という姿勢を貫いて、30年。天性ともいえる艶と張りのある声と抜群の歌唱力は、ますます円熟味を増しています。



■日時 2017年1月28日(土)11:30/15:30  
 ■会場 習志野文化ホール  
 ■料金 6,500円 → 会員 4,900円 ※未就学児入場不可  
 ■申込締切 11月30日(水)

※本ページに掲載する公演はすべて全席指定、税込価格です。時間は開演時間です。

ミュージカル  
**わたしは真悟**

楳図かずおの名作が、フィリップ・ドックフレの演出・振付でミュージカルになりました。個性的でフレッシュな俳優陣や才能あるスタッフが参集。誰も観たことのないミュージカルに、どうぞご期待ください!



■日時 2017年①1月14日(土)13:00/②18日(水)14:00  
 ■会場 新国立劇場 中劇場  
 ■料金 ①10,800円 → 会員 7,700円  
 ②10,800円 → 会員 7,300円 ※未就学児入場不可  
 ■出演 高畑充希、門脇麦、小関裕太、大原櫻子、成河 他  
 ■申込締切 11月30日(水)

## トイカード「こども商品券」割引あっ旋

全国約5,500の加盟店でご利用になれる、子どもの「欲しい」を叶える子どものための商品券です。全国の加盟店や加盟のおもちゃ売り場でおもちゃ、ベビー服や子ども服、子ども用品、文具に取り換えられます。おもちゃ以外にも、遊園地・水族館の加盟店で入場券と取り換えが可能です。



商品券を使う加盟店については、(株)トイカードホームページまで。  
詳細は <http://www.toycard.co.jp/>

- 受付期間 11月7日(月)～10日(木)17:00 先着順
- 割引料金 1セット(500円券×10枚)を **4,200円**
- あっ旋数 200セット ※会員お一人につき2セットまでお申し込みが可能です。
- 申込用紙 ガイドブック巻末16「あっ旋申込用紙 C欄」

## 「クリスマスケーキ」割引あっ旋

- 引換券受付期間 11月1日(火)～11日(金)17:00 先着順
- あっ旋数 (A)(C)(D)50台 (B)30台  
※会員お一人につき2台までお申し込みが可能です。
- 引換券申込用紙 ガイドブック巻末15「主催事業申込用紙 B欄」
- 引換券の受取方法 11月21日(月)事業所にて発送予定

- ご利用方法  
(1) サービスセンターに引換券の申し込みを行います。  
(2) 引換券受領後、予約受付期間内にケーキの予約を行い、会員負担額をお支払いください。  
※予約の手続きをしないと予約完了になりませんので、ご注意ください。  
(3) ケーキ受渡期間内に、ケーキをお受け取りください。



- ホテルニューオータニ幕張 割引料金  
(A) クリスマスショートケーキ(6号、18cm)



**3,800円** (一般価格 7,020円)

大粒のイチゴをふんだんにあしらった、クラシカルで贅沢な仕様。きめ細やかで泡のような口溶けの生クリームと、柔らかく「ふわっ」と焼き上げたスポンジ、イチゴとのアンサンブルをお楽しみください。

- (B) スーパークリスマスショートケーキ(7号、直径約21cm)



**7,500円** (一般価格 12,960円)

発売より10年以上愛され続ける、一番人気のクリスマスショートケーキ。福岡県産「あまおう」をはじめ、小麦粉、卵、クリームまですべての食材を厳選して作った、贅を尽くしたケーキです。

予約・代金支払先：千葉三越(予約は電話または店頭)  
受渡期間：12月23日(金・祝)、24日(土)12:00～18:30  
受渡場所：千葉三越



- ホテル ザ・マンハッタン 割引料金  
(C) モンブラン・ド・ロワ(5号、15cm)



**3,000円** (一般価格 5,500円)

マロンタルトの上にフランス産の栗とマロンムース、メープルムースをのせたクリスマス限定のモンブラン。和栗のクリームを絞り、渋皮マロンでデコレーションしました。

- (D) スノー・フレーズ(5号、15cm)



**3,000円** (一般価格 5,500円)

アーモンドをたっぷり使用した自慢のタルト生地に、いちごのムースとホワイトチョコのムースを組合せたクリスマス限定ケーキ。中央にしのばせたいちごのコンフィがアクセントになっています。

予約・代金支払先：ホテル ザ・マンハッタン(予約はインターネットのみ)  
受渡期間：12月17日(土)～25日(日)10:00～18:00  
受渡場所：ホテル ザ・マンハッタン

※引換券をお持ちでない方は、この金額では購入できません。 ※ご予約方法などの詳細については、引換券に同封する資料をご覧ください。

## 会員限定特別価格であっ旋

ガイドブックP5 郵送助成対象



- 引換方法 ① サービスセンター窓口 または、② 代金引換郵便※のみ
- 引換日時 窓口：11月29日(火)以降 発送：11月30日(水)予定

※送料は1回200円。郵送先は事業所または自宅をお選びいただけます。郵便局配達員にチケット代金+送料をお支払いの上、郵便物をお受け取りください。

## セントラルスポーツギフト券

ご家族や友人に健康の贈り物はいかがですか。市内4か所をはじめ全国のセントラルおよびザバススポーツクラブでご利用いただけます。  
※一部対象外の施設あり。



- 受付期間 11月1日(火)～10日(木)17:00 先着順
- 利用期間 11月26日(土)～2017年5月25日(木)
- 割引料金 1冊(3枚セット) **4,500円** (定価5,400円) ※平日・土日祝日・特定日共通
- あっ旋数 30冊
- あっ旋数 ※会員お一人につき2セットまでお申し込みが可能です。
- 申込用紙 ガイドブック巻末16「あっ旋申込用紙 C欄」
- 詳細は <http://www.central.co.jp/>

## 千葉スカイウインドウズ 東天紅 ホテルグリーンタワー幕張

## 特別食事券割引あっ旋

千葉スカイウインドウズ 東天紅およびホテルグリーンタワー幕張のレストランをお得にご利用いただける食事券を割引価格でご提供します。

- ご利用方法 1枚1,000円の金券として、レストランでご利用になれます。 ※つり銭は出ません。領収書の発行も不可。
- 受付期間 11月1日(火)～10日(木)17:00 先着順

- 割引料金 1セット(1,000円券×3枚)を **2,500円**
- あっ旋数 100セット(予定) ※会員お一人につき5セットまでお申し込みが可能です。
- 申込用紙 ガイドブック巻末16「あっ旋申込用紙 C欄」 ※申込用紙にどちらをいくつご希望かご記入ください。

- 千葉スカイウインドウズ 東天紅 住所/千葉市中央区新町1000番地 センシティタワー22・23階 TEL/043-238-5555 ※東天紅・海燕亭全店でご利用いただけます。



●詳細は <https://www.totenko.co.jp/restaurant/chiba/>

- ホテルグリーンタワー幕張 住所/千葉市美浜区ひび野2-10-3 ラ・フォーレ(バイキング) 桂翠(和食・中華) トロア・フィユ(ロビーラウンジ) 幕張倶楽部(メインバー) TEL/043-296-1122(代表)



●詳細は <http://www.greentower.co.jp/>

★『ゆるり9-10月号』でご案内しました「会員交流会」は、11月11日(金)までお申し込みいただけます。

契約施設 スキー場割引価格のお知らせ

- ①シャトレーズスキーリゾート八ヶ岳 <http://www.chateraiseresort.co.jp/SKI/>
- ②小海リエックススキーパレー <http://www.reex.co.jp/KOUMI/SKI/>

■有効期間 12月23日(金・祝)～2017年3月26日(日)  
 ■TEL ①0267-91-1001 ②0267-93-2537  
 ■料金表 ガイドブックp45をご確認ください。(2016年シーズンから変更なし)

- ムिकासノーリゾート <http://www.muikamachi.com/ski/>  
※旧六日町スキーリゾート

■有効期間 12月16日(金)～2017年4月2日(日)  
 ■TEL 025-773-3311  
 ■料金表 ガイドブックp46をご確認ください。(2016年シーズンから変更なし)

- 湯沢中里スキー場 <http://www.yuzawa-nakazato.com/>

■有効期間 12月17日(土)～2017年3月20日(月・祝)  
 ■TEL 025-787-3301  
 ■料金表 ガイドブックp46をご確認ください。(2016年シーズンから変更なし)

- 舞子スノーリゾート <http://www.maiko-resort.com/>

■有効期間 12月10日(土)～2017年4月2日(日)  
 ■TEL 025-783-3211  
 ■ワンデーパス(リフト・ゴンドラ共通1日券) ※会員証提示で、同一券種5名まで優待料金

料金区分	一般料金	会員証提示	利用券使用
大人	4,700円	3,400円	2,700円
高校生・シニア(55歳以上)	4,200円	3,100円	2,400円
小学生	2,900円	2,300円	1,600円

- ニノックススノーパーク <http://www.ninox.co.jp/>

■有効期間 12月10日(土)～2017年3月20日(月・祝)  
 ■TEL 0254-29-3315  
 ■リフト1日券料金表 ※レンタル・スクール割引付き

料金区分	一般料金	会員証提示	利用券使用
大人(中学生以上)	4,000円	3,200円	2,500円
55歳以上	3,500円	2,800円	2,100円
小人	3,000円	2,400円	1,700円

- 会津高原たかつえスキー場 <http://www.takatsue.jp/>

■有効期間 12月17日(土)～2017年4月2日(日)  
 ■TEL 0241-78-2220  
 ■料金表 ガイドブックp44をご確認ください。(2016年シーズンから変更なし)

- スノータウンYeti <http://www.yeti-resort.com/>

■有効期間 10月21日(金)～2017年3月20日(月・祝)  
 ■TEL 055-998-0636  
 ■料金表 ガイドブックp45をご確認ください。(2016年シーズンから変更なし)

- 石打丸山スキー場 <http://www.ishiuchi.or.jp/>

■有効期間 12月23日(金・祝)～2017年3月20日(月・祝)  
 ■TEL 025-783-5571  
 ■料金表 ガイドブックp45をご確認ください。(2016年シーズンから変更なし)  
 ※12月21・22日および3月21日～4月2日は対象外となります。

- マウントジーンズ那須 <http://www.mtjeans.com/>

■有効期間 12月17日(土)～2017年3月26日(日)  
 ■TEL 0287-77-2300  
 ■料金表 ガイドブックp39をご確認ください。(2016年シーズンから変更なし)

- ハンターマウンテン塩原 <http://www.hunter.co.jp/>

■有効期間 12月3日(土)～2017年4月16日(日)  
 ■TEL 0287-32-4580  
 ■料金表 ガイドブックp39をご確認ください。(2016年シーズンから変更なし)

- プリンススノーリゾート <http://www.princehotels.co.jp/ski/>

全国9か所のスキー場を割引価格でご利用いただけます。詳しくは、プリンスホテル&リゾート専用ホームページ([www.princehotels.co.jp/keiyaku](http://www.princehotels.co.jp/keiyaku))をご確認ください。パスワードについてはサービスセンターまでお問い合わせください。

『ゆるりぶらす2016～2017』発行のお知らせ

千葉市勤労者福祉サービスセンター会員事業所の皆様を紹介する『ゆるりぶらす2016～2017』を、12月1日(予定)に発行いたします。会員の方および冊子をご覧いただいた一般読者の方だけに、お得なサービスをご提供しています。ぜひご利用ください。



「確かな未来」が会社を変える。



「中退共」は中小企業が加入しやすい国の退職金制度です。

- ① 国の制度だから安全・安心！さらに掛金の一部を国が助成します。
- ② 社外積立でラクラク管理！管理や運用の手間がかかりません。
- ③ 掛金は全額非課税でオトク！節税に加え、手数料もかかりません。

- パートタイマーさんもご加入いただけます。
- 他の退職金・企業年金制度等とのポートビリティも可能です。

詳しくはホームページをご覧ください

中退共 検索

<http://chutaikyo.taisyokukin.go.jp/>

独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211

全国共通お食事券 東日本復興支援ジェフグルメカード

ご購入いただくことで1枚につき5円を復興支援活動に寄付いたします。

■受付期間 11月7日(月)～10日(木)17:00 先着順

■割引料金 1セット(500円券×10枚)を **4,200円**

■あつ旋数 300セット  
 ※会員お一人につき2セットまでお申し込みが可能です。春に購入された方もお申し込みできます。

■申込用紙 ガイドブック巻末16「あつ旋申込用紙 C欄」

■引換方法 ①サービスセンター窓口 または、②代金引換郵便※のみ  
 ※送料は1回200円。郵送先は事業所または自宅をお選びいただけます。郵便局配達員にチケット代金+送料をお支払いの上、郵便物をお受け取りください。

■引換日時 窓口：11月29日(火)以降 発送：11月30日(水)予定



ガイドブックP5 郵送助成対象



※額面は通常のジェフグルメカードと同様500円券で、ご利用可能店舗などもすべて通常券と同様です。

※復興支援活動資金は、販売代金より株式会社ジェフグルメカードが負担します。ご購入者、ご利用者の方の負担は一切ありません。

●詳細は <http://www.jfcard.co.jp/>

NEW! 新規契約施設利用券割引施設

- ガラス工房 砂あそび <http://www.sunaasobi.com/>

■住所 千葉市若葉区小倉町1355-24 ■定休日 不定休  
 ■TEL 043-497-6199 ■優待内容  
 090-3595-2211(携帯) 施設利用券により各コース料金より700円引き  
 ■営業時間 10:00～16:00 ※14:00最終受付

- エバークリーンホースガーデン <http://ever-green.gr.jp/>

■住所 長生郡長柄町上野ふる里村内 ■定休日 月曜日(月曜日が祝日の場合、翌火曜日)  
 ■TEL 0475-35-5560  
 ■営業時間 9:00～11:00(AM最終受付) 13:00～17:00(PM最終受付) ■優待内容  
 施設利用券により乗馬料金より700円引き  
 ※季節により営業時間が変動いたします。また、予約制となっておりますので、事前に空き状況をお問い合わせください。

ちば勤労市民ニュース

¥ 千葉県最低賃金改正のお知らせ ¥

千葉県内の事業場で働くすべての労働者(パート、アルバイト等を含む。)及び、その使用者に適用される千葉県最低賃金(地域別最低賃金)が次のように改正されました。



使用者は、この額より低い賃金で労働者を使用することはできません。仮に、この額より低い賃金を定めていても、法律により無効とされ、最低賃金と同額の定めをしたものとみなされます。

- この最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、時間外勤務手当、休日出勤手当、深夜勤務手当、賞与及び臨時の賃金は含まれません。
- 月給制・日給制の場合は、時間額に換算して比較します。
- 最低賃金は、原則として県内で働くすべての労働者に適用されますが、精神又は身体の障害により著しく労働能力の低い者等については、使用者が労働局長の許可を受けることにより、最低賃金の減額の特例が認められています。
- 「千葉県最低賃金」の他に、業種により定められている「特定最低賃金」が適用される場

合がありますので、御注意ください。  
 ●「千葉県最低賃金総合相談支援センター」におきまして、経営課題及び労務管理についての無料相談を受け付けておりますので、御利用ください。  
 (☎0120-026-210)

※最低賃金の詳しい内容につきましては、千葉労働局労働基準部賃金室(☎043-221-2328)又は最寄の労働基準監督署にお問い合わせください。

24時間テレフォンサービス

☎043-221-4700

千葉労働局ホームページ

<http://chiba-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp>



**子育てを頑張るお母さんたちの味方に！**

閑静な住宅街の中、子どもたちの笑顔がはじけるマミー&ミーおゆみ野保育園は、設立から11年。2年前に認可保育園となり、家庭的な雰囲気の中で、丁寧な保育が行われている。

「現在は定員20名の少人数保育です。アットホームなのが特徴ですが、その分社会性の育成が不足しがちなので、近所のお店に出掛けたり、他の園と合同で遠足に出掛けたりと、園外での活動で多くの人と触れ合えるように工夫しています」とは、園長の河野さわ子さん。きめ細やかな質の高い保育を行うため、保育士のスキルアップにも力を入れており、障害児研修やアレルギー研修など、外部の研修にも積極的に参加。園内でも、各自

▲来年4月には、スペースを拡張し、定員40名となる予定。子どもたち一人ひとりを尊重した保育を心掛けている

**DATA**

千葉市緑区おゆみ野中央6-50-10 1階  
TEL 043-300-4471  
http://www.spinaldesign.co.jp/  
mammyandme



▲1週間煮込んで作る、自慢のデミグラスソースを使ったハンバーグステーキ (1,080円) と、特製にんにくスープ、パンまたはライス、サラダ、コーヒーが付いたセット (972円)。米は栃木県日光市の農家から直接仕入れている

**DATA**

千葉市美浜区幸町1-18-1  
TEL 043-244-9989  
営業時間 11:30~14:30 (LO14:00)  
17:30~23:00 (LO21:30)  
定休日 月曜日

**味の隠れ家**

創業以来33年、地元可愛さで続ける洋食店、えびすや。パリのカフェに似た店内には、ワインラベルのコレクションやポスター画が飾られ、ノスタルジックで心地良い空間が広がる。

「結婚して遠くに住むようになってからも、わざわざ食べに来てくれるお客様が何人もいます。「味も雰囲気も昔と同じですね」と言われるのがとてもうれしいです」と、語るのがオーナー夫人の田村カズ子さんだ。

一番のお薦めは、熱々の土鍋に入った、特製にんにくスープ。鶏がらベースに、たっぷりのニンニクが入ったスープは、不思議と匂いが残らない。卵を混ぜながら食べるのがベスト。都内からこの味を求め、通う人もいる。

もう一つの自慢が、洋食屋の命、デミグラスソースだ。牛スジ肉を、1週間煮込んで作るソースは、シチューやハンバーグの味をいっそう引き立てる。「一番人気のサーロインステーキは、隠し味にしょうゆを使ったクリームソースがよく合う。」

「デザートはもちろん、ドレッシングやマヨネーズまで、すべて手作りで。店を長く続けるには、絶対に手抜きはできないですから」と、カズ子さん。

「これからも私たち夫婦と息子の三人で、今まで通り地道にコツコツとやっていきたいですね」と、言葉が続いた。

**味のレストラン えびすや**



▲左から長男の田村智之さんと、カズ子さん、明さん夫妻。カズ子さんが作る、旬の食材を使ったデザートの熱烈なファンも多い

**新規入会事務所をご紹介します！**

事業所名	所在地	業種
そがさくら歯科	千葉市中央区宮崎町731-1-103	その他
Rapi-Rapi ランドリーサービス	千葉市美浜区高洲2-3-14 高洲ショッピングセンター 5号店	サービス業
(有)Jam's	千葉市美浜区高洲3-2-16 ラビュビル2階	飲食業

加入状況 事業所数 / 705 会員数 / 5,373 (平成28年10月1日現在) (入会順、敬称略)

事業所名	所在地	業種
(株)キャリア・ジョセフィーヌ	千葉市中央区中央4-5-1 きぼーる14階 12号室	サービス業
(株)C&Sフード	千葉市緑区あすみが丘7-1 あすみが丘プランニューモール1階	飲食業
(有)ネイチャーグループ	千葉市中央区弁天町1-11-7	飲食業

●入会をご希望の方は、(公財)千葉市産業振興財団 勤労者福祉サービスセンター(TEL043-216-3838)までご連絡ください。

お墓 (墓石・工事代) **10% OFF**

お仏壇 神仏具 **15% OFF**

お線香 ローソク **15% OFF**

お祝い合せ 資料請求

**はせがわ** つなぎます。心、いのちと、人。

0120-11-7676 (10:00~18:00 不定休)  
www.hasegawa.jp

**整理収納、片付けのプロとして、快適な住空間づくりをお手伝い**

**【第30回】快適住まい**

**1 具体的な事業内容をお聞かせください**

現在、①整理収納のアドバイス、②お掃除を中心とした家事代行、③セミナー講師の3つが事業の柱です。

①では、お宅やおオフィスに行き、状況や物の量を確認しながらヒアリングを行い、物の整理、収納用品の準備、収納まで必要な回数訪問してお手伝いします。物の要・不要の判断はあくまでもお客様にさせていただくのが原則で、その後の作業をスムーズにするためにも、ヒアリングが重要です。②は定期的にお宅に行き、お掃除を代行します。①②とも時間制料金で、作業前にしっかりと見積を出しています。③は、整理収納アドバイザー2級認定講座や、企業の社員研修、市民講座などの講師を務めています。



代表 嶋野 美紀子さん

**2 なぜ整理収納アドバイザーの仕事をするようになったのですか？**

3人の子育てをしながら、いろいろなパート職を経験したのですが、やはり一生できる仕事があったという思いが強くなったのです。でも特に専門的な技能や知識はなかったので、家事に直結したことしかないかな、と思っていた時に、たまたま目にしたのが整理収納アドバイザー2級認定講座でした。1日の受講で資格が取れるというし、整理整頓が苦手だったこともあって、受講してみました。

この時の内容が「へえ、そうだったのか」と思うことばかりで、衝撃を受けて、これを仕事にしたいと思ったのです。資格を取った後、家事代行会社で働き始め、経験を積むうちに、新しく立ち上げる家事代行会社を任せたいというお話をいただき、ここで営業から経理までさまざまな勉強をしました。この会社は諸事情で撤退することになったのですが、ならば自分で起業してみようかと。

**モットー**  
整理収納で  
人生変わる

大げさだと思いますか？ でもこれ本当です。私も人生が大きく変わりました。お片付けの悩みを一緒に解決していきます。

**3 これまでは順調に推移しましたか？**

私は周囲の方々に恵まれていて、起業を具体化する際お世話になった中小企業診断士の方や、千葉市産業振興財団のコーディネーターの方に本当に助けられました。前職の家事代行会社時代のお客様を引き継がせていただいたのも大きかった。事業が軌道に乗るまでを3年間と想定し、それまでは1人で頑張るつもりだったのですが、おかげさまで2年目にして何とか形になり、現在アドバイザー資格を持つスタッフ4名、アシスタント8名で業務を回しています。



▲個別のアドバイスのほか、LIXIL(リクシル)、TOTOなど企業での社員研修やセミナーの講師も務める。イベントでのワンポイントお片付け術、お掃除術講座も人気

**4 課題、今後の抱負をお聞かせください**

課題は人材育成です。現在月に2回のペースで2級認定講座を開催していますが、この受講生の中からスタッフを採用してきました。実際の整理整頓や掃除の仕事にやりがいを感じる、講師として人前で話すことが好き、ヒアリングが得意といったように、人によって得手不得手があったり、やりたいことが微妙に違う。そこをうまくマッチングさせるためにもプロフェッショナルを育て、女性がやりがいをもって働きやすい会社にしていきたいと思っています。



▲こんまり(近藤麻理恵)や収納王子コジマジックの活躍で、認知度が高まった整理収納アドバイザー。ハウスキーピング協会の民間資格で1級、2級とあり、プロとして独立するには1級が必要

**『インキュベート施設入居企業』とは**

(公財)千葉市産業振興財団のインキュベート施設に入居し、創業から事業化に至るまでの一貫支援を受けることのできるベンチャー企業です。

**快適住まい**

**業務内容** 整理収納サービス、お掃除代行サービス、各種セミナー講師(整理収納アドバイザー2級認定講座、賢くなる子どもの整理、楽々快適キッチン整理、ズボラままの楽チンお掃除術など)

住所 / 千葉市中央区中央4-5-1 きぼーる14F インキュベート室8  
TEL / 043-201-2317 URL / http://kaiteki-smile.com



「私のまちの小さな図書館」はとても良かったです。図書館のある場所が大好きなので、一つずつ歩いて見たいです。(中央区・YKさん)

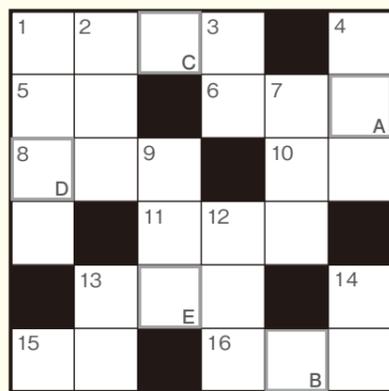
「各駅停車ちばの旅」を楽しみにしています。最後のページにのって、読み終えた後ほっこりした気分になります。(船橋市・MIさん)

ご応募いただいたご意見の中から採用された方には、1,000円分の図書カードまたはQUOカードをプレゼントします。

## HAPPY CROSSWORD

A～Eの枠の中に入る文字を順に並べてできる言葉は?

ヒント = 特集に関連した言葉です。



前回の答え  
しょうせつ

タテのカギ

- 1 奇跡
- 2 火事を消し鎮めること
- 3 ハワイの花などの首飾り
- 4 煮汁を十分に入れ、長時間弱火で煮た料理
- 7 ちょうどその時
- 9 床を四角に切って作った炉
- 12 実地の技術・演技
- 13 感情。～哀楽
- 14 金魚すくいに使う、枠に薄紙を張った道具

ヨリのカギ

- 1 同行者
- 5 ローカルエリアネットワークの略
- 6 父母の兄弟・姉妹の子
- 8 俳句を作り、発表して批評する集会
- 10 国家社会を形づくる人
- 11 「阿Q正伝」を書いた中国の作家
- 13 号令は「～、礼、着席」だった
- 15 アシカより大きな海獣
- 16 氏名を偽ること

**クロスワードプレゼント**  
正解者の中から抽選で1,000円分の全国共通お食事券ジェフグルメカードを2名様にプレゼントします。クイズの答え、郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記の上、ハガキまたはFAXで右記宛先「クロスワード」係までご応募ください。

【個人情報取り扱いについて】ハガキにご記入いただいた情報は厳重に管理し、プレゼントの発送および本誌の内容向上以外の目的で使用することはありません。

本誌に広告掲載をご検討の方は、  
(公財)千葉市産業振興財団 勤労者福祉サービスセンター (TEL043-216-3838) までご連絡ください。

アンケートに  
答えて当たる!?

## Present

- (A) (P02) 丸大食品「煌彩4種詰め合わせ (5,000円の品)」 [2名様]
- (B) (P05) しょいか〜ご 千葉店  
「生しぼり仕立てにんじんジュース (1,000ml) 引換券」 [5名様]
- (C) (P06) 紅茶専門店DADA  
「おすすめの茶葉1袋引換券」 [5名様]
- (D) (P17) 味のレ스토랑 えびすや  
「人気の手作りデザート盛り合わせ引換券」 [5名様]
- (E) (P18) 『どんなに体がかたい人でも  
ベターッと開脚できるようになるすごい方法』 [1名様]

### プレゼントの応募方法

ハガキまたはFAX1枚につき、ご希望の商品名(1つ)、郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号、アンケートの答え、ご意見等をご記入の上、下記宛先「プレゼント」係までご応募ください。

### アンケート

- A 「ゆるり」をどちらで入手されましたか? 1.会員 2.その他(場所)
- B 今号で面白かった記事を下の囲みから2つ番号でお答えください。
- C 興味のなかった記事を下の囲みから1つ番号でお答えください。

1. 特集「千葉市の米から生まれた地酒」(P3)
2. ぶらっとウオーク(P6)
3. フロンティアのとびら(P16)
4. コラム「Change! 暮らしとからだ」(P18)
5. コラム「各駅停車 ちばの旅」(P20)

D 今後取り上げてほしいテーマを教えてください。

応募締切 **12月15日(木) 必着** ※Aは11/30(水) 必着

アンケート  
クロスワードの  
応募宛先  
〒260-0044 千葉市中央区松波4-20-14  
「ゆるり編集室」各係(1通につき1種)  
FAX 043-285-1402  
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

### What's 「ゆるり」?

「ゆるり」は、(公財)千葉市産業振興財団 勤労者福祉サービスセンターが2か月に1回発行しているフリーマガジンです。主な配布場所は下記のとおりです。

- 千葉市役所、各区役所、市民センター、公民館、市内コミュニティセンター、市内スポーツ施設、千葉市図書館、千葉市美術館、千葉市科学館、JA千葉みらい市内各支店
- JR千葉駅・稲毛駅・土気駅、千葉モノレール都賀駅
- 映画館、ホテルほか

インターネットからもご覧いただけます!  
[ゆるり 千葉] 検索  
http://www.chibashi-sangyo.or.jp/



## Change!

# 暮らしとからだ

## 季節で血圧が変わる! 冬の高血圧に注意

体を冷やさず、正しい生活習慣を!

冬になると、血圧が上がりがやしくなると言われています。この季節、高血圧の薬の内服量が増える人や、冬季のみ治療が必要となる人がいることはご存じでしょうか。

冬に血圧が上がりがやしい理由として、大きく次の三つの理由が考えられます。一つ目は寒さに対する体の反応です。体が寒さを感じると、体温の低下を防ごうとするために血管が収縮し、その結果、血圧が上がります。二つ目は体重の増加、肥満です。寒さで運動不足になりやすくなる一方で、年末年始に外食やご馳走を食べる機会が増加し、肥満傾向となるため、血圧が上がります。三つ目は体内の塩分濃度の増加です。夏と違い、ほとんど汗をかかないため、体外に排出される塩分が減る一方で、過食による塩分の取り過ぎで血中濃度が上がることで、血圧も上がります。普段の血圧が正常でも、決して油断はできません。高血圧を放置すると、徐々に血管の動脈硬化が進み、脳卒中や心筋梗塞などの原因になります。特に、心臓病の死亡者数が冬に多いことは、厚生労働省の統計でも報

告されています。

それでは、どのような対策を心掛ければ良いでしょうか。まず基本は寒暖差への防御です。室内外の出入りや、屋内でも特に浴室に入る際、急激に体を冷やさないことが大切です。外出時は防寒着や防寒グッズで皮膚の露出を避ける、室内でも居間と浴室、トイレの温度差を少なくするようにしましょう。暖房、湯船のふたを前もって開けておくことで浴室内の温度を上げてから入る、浴室内で徐々に脱衣する、湯船にはゆっくり浸かる、等の工夫をしましょう。加えてなるべく普段の食生活も意識し、食べ過ぎによる体重増加や塩分の取り過ぎに注意しましょう。散歩や運動は、できれば冬の寒い早朝を避け、暖かい日中に。生活習慣を見直し、寒い冬をつつがなく乗り切りましょう。



監修/千葉市保健所次長 大塚正毅

## CULTURE INFORMATION

### EXHIBITION

契約施設利用券  
と会員証が  
使えます

## レオナルド・フジタとモデルたち

画家を巡る人物と造形の妙



両大戦間のパリで時代の寵児となった藤田嗣治は、「乳白色の下地」と極細の描線で描いた人物画で知られている。本展では、作品に描かれた人物に光を当て、画家の思考とモデルに注ぐまなざしをたどる。

- 会 期 9月17日(土)～2017年1月15日(日)
- 会 場 DIC川村記念美術館
- 開館時間 9:30～17:00(入館は閉館の30分前まで)
- 休 館 日 月曜日(1/9は開館)、12/25～1/2、1/10
- 前売料金 一般1,300円、学生・65歳以上1,100円、小中高生600円
- 問 合 せ 同美術館 0120-498-130

## BOOKS

Present  
P19

協力/三省堂書店そごう千葉店

## どんなに体がかたい人でも ベターッと開脚できるようになるすごい方法

何歳でも始められる

毎日3種類のストレッチを4週間続ければ、開脚して前屈し、手から肘まで床に着く自分になれる! 本書も開いて安定するので、見ながら実践できる。諦めていた柔軟な体を手に入れたら、身軽に動け、自信も付いて人生が開ける、とか。後半は、いろいろな悩みを抱えた人々が、このストレッチに出合って開脚できるようになるまでの過程を描いた小説。それぞれの動機、悩み、失敗などが、細かいケースや段階別の解説にもなっている。あなたも試してみる?



著/Eiko  
サンマーク出版/1,404円

## CINEMA

## ファンタスティック・ビーストと魔法使いの旅

「ファンタピ」の世界へようこそ

Hogwarts魔法魔術学校の教科書を編さんした魔法動物学者ニュート・スカマンダーが世界中で集めた危険な魔法動物が逃げ出し、魔法省から追われる。さらに、魔法省壊滅をもくろむ謎の組織が現れた。「ハリ・ポッター」シリーズ完結から5年、原作者が脚本を手掛けた新シリーズの第1作。



©2016 WARNER BROS ENTERTAINMENT INC. ALL RIGHTS RESERVED

出演/エディ・レッドメイン、キャサリン・ウォーターストン、コリン・ファレル、ジョン・ボイト ほか  
監督/デビッド・イエーツ  
配給/ワーナー・ブラザーズ映画  
©11月23日全国ロードショー



# 大正の面影を今に伝える 山生橋梁 江見～太海(鴨川市)

写真・文＝ 谷崎 竜



JR内房線は、外房線とともに、房総半島循環線を形成している。安房鴨川駅から内房線の列車で南下すると、やがて左車窓に太平洋が広がる。このあたりは、沖を流れる黒潮のため気候が温暖で、沿線にはヤシやシュロの木も見られ、どこか南国の気配だ。

次の太海駅を出ておよそ2分後、入り江に架けられたコンクリート製の橋を渡る。これが内房線のハイライト、全長165mの山生橋梁である。

この橋の竣工は1920(大正9)年。コンクリートで作られたのは、海風による塩害を考慮したためだ。従来のレンガや石積みのアーチ構造から、桁・梁構造へ進化した記念碑的な橋でもあり、近年、土木学会による土木遺産に認定された。

海側には国道128号の房州大橋が並行して架かり、そのもとから、山生橋梁の全容を眺めることができる。

海面からの高さは約12m。橋は湾曲した海岸線に沿ってゆるやかにカーブし、丸みを帯びた15本の橋脚が連なり、芸術的な構造だ。

橋のほぼ真下まで、太平洋の荒波が打ち寄せ、大潮の満潮時などは、橋脚の一部が浸水する。一周約200kmにおよぶ房総半島循環線のうち、「海の上」を走るのは、この山生橋梁だけである。



## 山生橋梁

**アクセス** JR内房線江見駅から徒歩30分。  
館山道「君津IC」から鴨川道路を経由して約60分。道の駅鴨川オーシャンパークから徒歩7分。

谷崎 竜

たにざき・りゅう ●1969年、名古屋生まれ。千葉大学理学部数学科卒業。在学中、秋田県男鹿駅にてJR全線完乗。大学卒業後、アジア・中南米を中心に50余か国を放浪し、帰国後、旅専門のフリーライター・カメラマンとして活動する。近著に『東京のりものガイド』(イカロス・ムック)。