

ゆるり



働くあなたの潤い生活
応援マガジン

隔月刊

3-4 2017
月号

ゆるり 千葉

検索

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

TAKE FREE

Vol.67

特集

あなたの夢をお手伝い
シェアスペースが
秘めた可能性

- 6 ぷらっとウォーク 検見川神社周辺
- 8 情報くりっぷ 千葉市産業振興財団ニュース
- 9 福利厚生サービスのお知らせ
- 15 会員事業所紹介 Shot Bar black cat / 美弥和
- 16 フロンティアのとびら 三立機械工業(株) / 葦苅晟矢さん
- 18 Change! 暮らしとからだ Culture Information
- 19 YURURI CLUB
- 20 各駅停車 ちばの旅 芝山千代田駅(山武郡芝山町)

プレゼント

- 印度料理シタール
「ソフトドリンク引換券」
- プリミティヴォ
「季節の自家製ジャム引換券」
- 美弥和「お好きなサラダ1品引換券」
- 国立科学博物館
「大英自然史博物館展招待券」



手作りの看板とのれんが目印。気軽にのぞいてみよう

昨年7月、千葉市中央区にシェアスペース「まる空間」がオープンした。商店街の路地に面した10坪ほどのキッチン付きレンタルスペースだ。

「もともととは実家の車庫だった場所です。高齢になった両親の病気をきっかけに家族で実家に戻り、家業である質店を継いだのですが、毎日店にこもっていると閉塞感へいそくのようなものを感じてしまつて。人と交流できる場が欲しいなと思うようになりました」とは、オーナーの西澤恵美子さいざわ けみこさん。5年ほど前から、シェアスペースのアイデアをじつくりと温め、昨年ようやく実現したのだと言う。

ずっと温めていた
交流スペースのアイデア

自分のお店を持つてみたい。
仲間と集まる場所が欲しい。
そんなさまざまな思いを受け止める場所、シェアスペース。
人と夢が行き交う、温もりの空間をのぞいてみよう。

あなたの夢をお手伝い
シェアスペースが
秘めた可能性



4月1日より 料金改定とWi-Fi利用でさらに使いやすく！

千葉市ビジネス支援センターは
皆様が利用できる施設です。ぜひご活用ください！



Qiball (きぼーる)

会議室

13階～15階

社内外の会議・商談やセミナー、地域の会合や教室・サークル活動などの幅広い用途に対応できる会議室(全13室)がリーズナブルな料金でご利用できます。

ポイント1

会議室全てについて料金の見直しを行い、
午前・夜間区分を引き下げます。

料金例	定員	利用時間	旧料金	新料金
● 会議室1	48名	9:00-12:00	5,460円	4,830円
● 特別会議室	24名	9:00-12:00	6,790円	3,180円
● 多目的室	72名	18:30-21:00	4,830円	4,340円

ポイント2

急な会議や打ち合わせにも対応可能。
【当日申込料金】で更にお得。

料金例	定員	利用時間	通常料金	当日申込料金
● 会議室4	36名	12:30-15:00	3,290円	1,000円
● 小会議室1	6名	18:30-21:00	780円	500円

会議室
(72名)



▲備え付けの映像システムや音響システムが利用可能。セミナーや講演会、企業の総会や説明会、相談会など。

特別
会議室
(24名)



▲役員会や企業のプレゼンテーション講演など。

多目的室
(72名)



▲ダンスやエアロビクス教室、懇親会や交流会など、幅広い用途でご利用できます。

予約や会議室の詳細などは **問合せ先 総務企画課 ☎043-201-9502**

情報センター

13階

産業支援情報として、公的支援制度に関する各種パンフレットやビジネス関連書籍・雑誌を配架しています。
(従来の情報検索パソコンは廃止となります。)

ポイント3

Wi-Fiフリースポットを新設し、お手持ちのWi-Fi対応端末で、
インターネットをご利用いただけます。



その他、さまざまな支援メニューをご用意しています。お気軽にお問合せください！



公益財団法人
千葉市産業振興財団

千葉市中央区中央4丁目5番1号Qiball(きぼーる)13階
http://www.chibashi-sangyo.or.jp

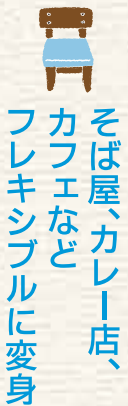
TEL. 043-201-9501(代) FAX. 043-201-9507

千葉市ビジネス支援センターは、事業者の皆さまの新しい事業への挑戦や経営革新などをサポートするため、さまざまな支援サービスを提供しています。



「夫が店に立つこともあるんです」と、西澤さん

二級建築士の資格を持つ西澤さんは、自ら木や鉄などの素材感を活かしたインテリアをコーディネート。作業台にも飲食用にもなる木製のテーブルなども手作りのした。温もりがあふれるナチュラルな空間は、西澤さんの人柄そのものだ。



そば屋、カレー店、カフェなどフレキシブルに変身

昨年7月のオープン以来、さまざまな人たちの活動の場として利用される、まる空間。キッチンがあることから、ランチタイムは日替わりの飲食店として営業しており、近隣で働くビジネスマンなどに好評だ。

毎週水曜日に手打ちそば屋「元さん」を開く山下「良さんは、オーナー西澤さんのそば打ちの師匠でもある。」「若い頃、そば屋を開いていたこともあるんですが、事情で続けることができませんでした。今は別の仕事



街づくりにもつながる温かい空間づくり

シェアスペースの使い方は無限に広がっている。まる空間では、飲食店のほか、コンサート、歌声喫茶、ギャラリ、雑貨販売、古着販売などが、日替わりで展開中。カフェ&古い、居酒屋&ボードゲームなど、ユニークなお店になる日もあり、目が離せない。

この2月からは月に一度、「まるマルシェ」という名前で、さまざまな作家の合同作品販売も始まった。「それぞれの技術や能力を活かしてコラボしたり、ワークショップを開いたりしてもらえると楽しいですね」と、店名のように、人のまるい輪が広がることも西澤さんは期待している。

仲間でパーティーを開いたり、クラス会などを催したりすることも可能で、



第1回「まるマルシェ」の様子。雑貨や小物を選びながら、作家とお客様の会話が弾む。軒先では入れたてコーヒーも提供



そば好きのリピーターだけではなく、通りすがりに立ち寄る人の姿も

ありますが、週に一度はここでそば屋をやっています」と、楽しみながらそばを打つ。子どもの頃に両親と食べた「外食のそばの味」が思い出の味で、長野の老舗で修業を積んだ経歴から、弟子も多い「匠」だ。

全国のおいしいそば粉を取り寄せるだけでなく、千葉在来種も積極的に使用するなど地元への愛情も深い。

「そば屋として考えれば厨房の設備は完全ではありませんが、この規模でやるには十分です。これからは日本酒とそばの会などを開くなど、皆が集う場所にできれば良いなと思っています」と、ほほ笑む。

現在はほかに、カレー店やカフェなどが曜日ごとに開かれており、「今日は何の店だろう?」と楽しみにしてい

その際は相談すればランチ営業に出店しているお店のシェフに腕を振るってもらえることもできるなど、楽しいつながりが広がる。

「商店会の役員をしていることもあって、利用者の方と地元をつなぐ取り組みも増やしていきたいと思っています」と、西澤さん。

人と人とのつながりが希薄になりがちな昨今、「今日は何をやっているの?」と、のぞける場所があるのはちょっと楽しい。シェアスペースは、人と人、街と人をつなぐ、コミュニティ空間でもあるのだ。



note

まる空間

住所／千葉市中央区富士見2-12-4
貸出時間／9:30～22:00
定休日／なし
TEL／043-222-4388 (丸国質店)
※問合せは月～土曜の10:00～19:00
<http://r.goope.jp/marukuukan>

こんなシェアスペースも!

誰でも棚ショップのオーナーに 手作り工房 はこいち

大きな棚の一部を借りることで、誰でも小さな「棚ショップ」のオーナーになれる。「手作り工房はこいち」には、ハンドメイドが好きな女性を中心に、現在41人が出店している。

はこいち、空き店舗を活用した地域の活性化策として、千城台銀座通り商店会が千葉市産業振興財団、東京情報大学の協力を得て形にした取り組みだ。気軽に手作りを販売できると同時に、ふらりと寄ってお茶を飲める場所として造られている。

オープンから7年目を迎え、手作りの趣味を通じて生き生きと過ごせるコミュニティとして地域に定着している。自分が作ったものが棚に並び、見て・買ってもらうことでやりがい生まれ、さらに新しい作品にチャレンジしたくなるという声も多い。また、出店者同士、出店者と地域の人との交流の場としてもにぎわいを見せる。

棚のレンタルについては、常時相談を受け付け中。思いの込められた一点ものをあれこれ見てみるだけでも楽しい。



作品はこまめに入れ替えられる。カフェとしての利用も歓迎

DATA 千葉市若葉区千城台南1-3-1 ☎043-237-9851
営業時間／11:00～17:00 不定休
<http://hakoichi.info/>

使い方は自由 夢の実現に一步を

空き家の活用なども含め、昨今広がりを見せつつあるシェアスペースという概念。借りる人の目的に合わせて気軽に声を掛けてほしいと西澤さんは言う。

「まる空間は午前9時30分から午後10時までの時間を2分割し、一枠ごとに借りることができます。気負わず手軽に借りられるようにしました」と、



若い人にも手打ちそばの良さを知ってほしいと、気持ちを込めて



千葉県そば推進協議会の顧問も務める山下さん

料金もリーズナブルに設定。それは多くの人に、夢の実現の場にしてほしいという思いから。

「若い人にはチャレンジの場に、年配の方などには経験や技術を活かせる場にしてほしいと思っています」と、年齢問わずやりたいことをやってほしいと背中を押す。

利用希望者には事前に必ず会い、何をしたいのか、どのように使いたいかじっくりと話を聞くようにしている。そうした寄り添うスタイルに引かれ、相談を持ち掛ける利用者も多いのだとか。

「少しでも皆さんのお手伝いができればという思いなのですが、私自身も多くの方と交流ができて、刺激をいただいています」とのこと。夢への一步を踏み出す空間が、そこには広がっている。

お店は日替わり!



落ち着いた町並みに、ほっと心温まるスポットがいっぱい！

プリミティヴォ

目の前は公園。こじんまりとしたイタリアンレストラン。素材を活かしたシンプルな料理は、化学的な調味料・食品添加物を使わない優しい味わいだ。お菓子やケーキは注文、テイクアウトも受け付けている。約200銘柄を用意するワインの中でも自然派のワインを多く取りそろえ、ボトルだけではなく、グラスでも6種類以上を楽しむことができる。

★オープン2周年記念につき、オーダーの際に「ゆるりを見た」で食後に本格エスプレッソをサービス(3月31日まで)



選べるパスタのランチセット(1,200円〜)。サラダ、デザート、ドリンクが付く。パスタにはキノコやナスの追加トッピングも可能



(上)ランチセットの食べ応えのあるサラダは、シェフ手作りのドレッシングで
(下)奥にテーブル席が16席。カウンター席もあり、一人でも立ち寄りやすい。店内は全面禁煙で、子どもも安心

印度料理 シタール

千葉県初の本格インド料理店として1981年にオープンした老舗。リピーターを中心に店内はにぎわい、行列ができることも少なくない。本格的なインド料理の調理法を守りながら、日本人に合う味とサービスを提供し、子どもや女性にもファンが多い。また、通販用の商品も充実。お店と同じ味が楽しめるカレーや最高級小麦を使ったナンなど、魅力的なラインナップだ。



(上)17時以降限定のトライアルカレーセット(1,955円)。9種類のカレーから2つを選ぶ。写真は一番人気のバターチキンと中辛のシュリンプ。ナンまたはライス、サラダ付き
(下)インド人と日本人のシェフが伝統の味を守る



チキン3品がセットになったタンドーリ・ミックスグリル(Lサイズ/2,268円)。チキンティッカ(右)は子どもたちも大好きな味付け

ら・たるへった

グリーティングカード(挨拶用カード)が大好きなオーナーが開いた、カードと生活雑貨のお店。店内の半分はカード売り場、もう半分には小物や雑貨などが置かれている。商品は地域の人々のリクエストで選ばれており、ラインナップは常に変わるが、カードの種類はいつでも豊富。この春は、手書きの文字で大切な人に気持ちを伝えてみては。



これからの季節にぴったりの、花のポストカード(各162円)



(左)新検見川駅から徒歩。店名はスペイン語でカード、絵はがきの意味
(右)カードは子ども向けから落ち着いたものまでそろう

キッチンポテト

地元で40年以上愛される手作りサンドイッチ専門店。「一つでお腹いっぱいになるように」と、具と愛情がたっぷり挟まれてボリューム満点。添加物は一切不使用で、マヨネーズやタルタルソースも自家製だ。子どもから大人まで安心して食べられるのも人気の秘密。常時30種類以上が並び、その時の気分に合わせて選べるのもうれしい。売り切れ次第営業終了となるため、午前中に行くのがお薦め。



バラエティー豊かなサンドイッチが200円台から。春はイチゴサンドも人気



(左)親子、会員、近所の奥さんと、次々にファンが訪れる。遠くから買いに来る人も少なくないのだとか
(下)出来たてのサンドイッチがずらり



注目SPOT

花見川千本桜緑地の桜

ソメイヨシノをはじめ、いろいろな品種の桜がリレー形式に咲く花見川沿いの緑地。のんびり歩きながらも、サイクリングロードを自転車でも走りながら、花を見るのに気持ちが良い。4月上旬には、花見川区内の美しい景色や歴史遺産をめぐる「花見川魅力発見ウォーキング」が今年も開かれる。桜が終わった4月下旬頃からは藤の花も見頃を迎えるので、こちらもチェックしたい。



川辺の春風を感じよう



住 所／千葉市花見川区瑞穂1-3-1ほか
問合せ／花見川千本桜緑地について
☎043-286-8740(千葉市花見川公園緑地事務所)
花見川魅力発見ウォーキングについて
☎043-275-6203(花見川区地域振興課)

SHOP DATA

キッチンポテト

千葉市花見川区花園1-10-1

☎ 043-275-2691

営業 6:00～15:00(売切れ次第営業終了)

月曜定休

印度料理 シタール

千葉市花見川区検見川町1-106-16-1F

☎ 043-271-0581

営業 ランチ11:30～15:00
ディナー15:00～22:00(LO21:00)

無休 ※12/31、1/1は休み

http://www.sitar.co.jp/

ら・たるへった

千葉市花見川区花園1-14-4

☎ 043-273-2877

営業 10:00～18:30
(日曜は11:30～17:00)

不定休

プリミティヴォ

千葉市花見川区花園2-10-14

☎ 043-372-7793

営業 ランチ12:00～14:30(LO14:00)
ディナー18:00～23:00(LO22:30)

水曜定休(木曜のランチは不定休)

https://www.facebook.com/
Bar-Trattoria-Primitivo-471170779704516/

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。お便りお待ちしております! 投稿の宛先はP19をご覧ください。

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 ——

一般読者の方も利用できます

応募多数の場合は、抽選になります。
なお、お支払い後の参加費の返金はできませんので、ご了承ください。

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ル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 5月1・8・22・29、6月5・12日(5月15日を除く) 毎週月曜日

②ステップエクササイズ(基本編)

音楽に合わせて踏み台を昇降する有酸素運動です。

効果 体力UP、シェイプアップ 運動量 多
日程 5月10・17・24・31、6月7・14日 毎週水曜日

③姿勢改善ストレッチ&エクササイズ

骨盤を整える動きを中心に普段の姿勢・くせ・しぐさの問題を解消します。

効果 姿勢の崩れの改善、代謝の向上 運動量 普通
日程 5月11・18・25、6月1・8・15日 毎週木曜日



■時間 19:30~20:30
■会場 ①鎌取コミュニティセンター 多目的ホール(千葉市緑区おゆみ野3-15-2)
②③千葉ポートアリーナ 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 4月1日(土)~15日(土) 必着
■申込方法 往復はがき、またはEメール
※詳細は、<http://chibacity.spo-sin.or.jp/event-class/kenkokouza.html>を参照。

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

ちば勤労市民ニュース

労働相談のご案内

千葉市では

- 厚生年金や雇用保険受給に係る相談
 - 賃金や労働時間等の労働条件に係る相談
 - 職場でのハラスメントに係る相談
- などの雇用や労働に関する専門的な問題でお悩みの方に対して相談を行っています。

..... 相談日時

月~金曜日 9:00▶16:00
土・日曜日 9:00▶15:00

※蘇我コミュニティセンター休館日と年末年始は除きます。

中央区今井1-14-43
千葉市蘇我コミュニティセンター内
問合せ先 ☎043-300-8282

いろいろ使える!

勤労市民プラザ

千葉市勤労市民プラザ(長沼原・幕張)は、健康・福祉の増進、文化・スポーツ・レクリエーションの場として、勤労者はもとより、会社で、個人で、どなたでもご利用いただける施設です。



- 会議やミーティング、面接の会場として...
- 語学・趣味・創作・健康増進の教室の場として...
- 屋内アリーナでの各種スポーツに...
(バスケットボール、バレーボール、卓球、バドミントン等)
- 室内トレーニングに(個人利用)...

勤労者で構成されている団体がサークル活動として施設を使用する場合には、一定の条件を満たすと、**勤労者団体料金(一般料金の2割引)**でご利用いただけます。

利用案内

- 使用時間 午前9時~午後9時
- 休館日 毎月第2月曜日(その日が祝祭日にあたる場合はその翌日)・年末年始
- 利用方法 事前に受付で、使用者の登録が必要です。
3か月前から施設の予約ができます。
(トレーニング室は個人利用のため常時利用可)
※その他、詳細はホームページをご覧ください。 <http://chibaksp.jp/>



問合せ先 長沼原勤労市民プラザ 千葉市稲毛区長沼原町304-1 ☎043-257-1863
幕張勤労市民プラザ 千葉市美浜区若葉3-1-8 ☎043-274-0027

情報くらぶ

(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。

実践! 企業支援策活用術 ~利用者の声より~

MENU 1 平成28年度CHIBA経営力強化講座

仮想企業の経営を通じて ビジネスに不可欠な要素を習得!

創業間もない経営者やビジネスリーダーを対象に、少人数のゼミ方式で、ケースメソッドを応用したカリキュラムにより、事業の立ち上げから応用まで6日間で学べる講座です。

今年度は、仮想企業として「進学指導塾」を設定して、業界動向の整理・経営分析を行い、最終的に事業変革プランの策定まで行いました。

講座受講を通して、創業にさらに自信が持てた、事業計画の修正方法や会社の中期計画の策定などに活かせる実践的なスキルを習得できた、などの声を多くいただき、16名の受講者のうち5名が千葉市内での創業に向け、準備を始めています。

受講者の声

- 仮想企業のプラン策定により、さまざまな視点や角度から経営に対する考え方や方向修正の方法を習得できた!
- 現在の従業員の思考から経営者としての思考に変革できた講座で、創業に対して自信が持てた!
- 学んだ分析手法を現在動いている企業の中期計画の策定に活かしたい!
- 盛りだくさんの内容で10,000円の受講料は安すぎる!

平成29年度も講座内容を工夫し、より実践的な講座を企画してまいりますので、皆様のご参加をお待ちしております(平成29年11月頃開催予定)。



実践的かつ充実した内容の講座

問合せ先 産業創造課 TEL 043-201-9504

MENU 2 商業アドバイザー派遣事業

財団の支援で「100円商店街」を開催!

稲浜ショッピング商会 会長代行 成瀬忠博、江澤司郎

昭和54年の開業時より、地域密着型の商店会として営業して参りましたが、昨今の周辺状況の変化へ対応するため、お客様に選ばれる商店街の姿を模索し、商店街の魅力の再構築を検討していました。そのような中、千葉市産業振興財団の商業アドバイザー派遣事業を知り、中小企業診断士を無料で派遣していただき、活性化策の検討を重ねました。

その中で、山形県新庄市の商店街を皮切りに全国の商店街に広まりつつある販促イベント「100円商店街」の実施を決定。当初、参加店を増やすことに苦労しましたが、平成27年12月26日(土)に第1回を開催しました。

当日は多くの方に来場いただき、普段は入りづらい個店でも店頭で100円商品を並べることにより、お客様との会話が弾み、個店の魅力を伝えるきっかけになりました。来場者アンケートも好意的なものが多く、平成28年11月の第2回開催につながり、今後も継続開催を予定しています。

その他、大規模改修した外壁に、稲毛高校・附属中美術クラブの生徒さんによってメルヘンタッチの絵が描かれ、無料ギャラリーや無料Wi-Fiを設置するとともに、手作り市やフリーマーケットを毎月、音楽コンサートは随時開催しています。

稲浜ショッピング商会は、施設・個店の魅力を地域の皆様に発信し、日常のお買い物の場として選ばれるよう努力を重ねていきたいと思っています。



100円商店街

(公財)千葉市産業振興財団 勤労者福祉サービスセンター会員様限定

外壁塗装 屋根塗装・防水工事

工事見積額(税抜)より更に

15% off

外壁・屋根の傷みチェックと
早めのメンテナンスをおすすめします!!
美しく元気で長持ちする家に!!

内外装 リフォーム

水廻り・外構・耐震工事等
工事見積額(税抜)より更に

10% off

割引期間 4月末
平成29年 のご契約分

見積り
点検
無料

アフターメンテナンスもバッチリ!!
20万棟以上の施工実績
だから安心して安心!!

【お客様の声】
・家が生まれ変わり、改めて家を大切に作る気持ちになりました。
・見違えるほどキレイになり、ペンタくんにお預けして良かったです。
色もキレイとご近所から好評です。

お問い合わせの際は「千葉市産業振興財団 勤労者福祉 サービスセンター会員」とお伝えください。

0120-616-132 株式会社ペンタくん 市場開発部 〒206-0014 東京都多摩市石田1251サークル2階
受付時間 9:00~18:00(月~土) 建設業許可 国土交通大臣許可(特-25、般-24) 第24816号 一級建築士事務所 東京都知事登録 第52952号

Webページでもキャンペーン紹介中!! [URL] <http://www.pentakun.co.jp/campaign/chibashi-sangyo/> ネットから24時間受付OK! お問い合わせフォームからどうぞ!!

※受付時に必ず会員とお申し出ください。後日お申し出を頂いた場合は割引サービスの適用ができませんので、ご注意ください。この割引サービスは、他の割引サービスと合わせてご利用できませんので、ご了承ください。(2017.3)

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。

岡村孝子コンサート2017 T's GARDEN

岡村孝子のインターネットラジオ「T's GARDEN」に寄せられた、彼女の曲にまつわる思い出や、アルバムやコンサートの感想を紹介しながら贈る、ソロコンサートです。変わらぬ歌声をお楽しみください。



- 日時 7月1日(土)18:00
- 会場 千葉県文化会館 大ホール
- 料金 S席6,500円 ➡ **会員 4,900円** ※3歳児以上要チケット
- 申込締切 4月15日(土)

島健「The SOUND of SHIMAKEN ～映画とJAZZとオーケストラと」

ポップス、ジャズ、ミュージカルと幅広いジャンルで活躍する、ピアニスト島健が、オーケストラと共にお届けするコンサート第2弾。一夜限りのスペシャルなコンサートをお楽しみください。



- 日時 6月6日(火)18:30
- 会場 東京芸術劇場コンサートホール
- 料金 S席8,000円 ➡ **会員 6,100円** ※未就学児入場不可
- 出演 島健、東京ニューシティ管弦楽団、森山良子、山崎まさよし、須川展也
- 申込締切 3月31日(金)

世良公則 ソロ・アコースティックライブ O-Kiraku Live 2017

俳優としても存在感を発揮。日本のロックをメジャーにした世良が、歌手デビュー40周年を迎える今年も、アコースティックでその音楽性を際立たせるライブを行います。



- 日時 7月8日(土)16:00
- 会場 千葉市民会館
- 料金 4,800円 ➡ **会員 3,600円** ※未就学児入場不可
- 申込締切 4月15日(土)

ハオチェン・チャン ピアノリサイタル

深く繊細な音楽性と大胆な想像力、そして目を見張るほどのテクニックで各国の聴衆を魅了する、若き中国出身のピアニスト。現在、フィラデルフィア在住で、世界に活動の場を広げています。



© Benjamin Ealovega

- 日時 6月11日(日)14:00
- 会場 千葉県文化会館 大ホール
- 料金 3,500円 ➡ **会員 3,100円** ※未就学児入場不可
- 申込締切 4月15日(土)

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。
※チケットを取れなかった場合のみご連絡させていただきます。

豪華競演! 特撰落語会 桂歌丸・桂文珍・三遊亭円楽

おなじみのベテランが、話芸を競います。



桂歌丸

桂文珍

三遊亭円楽

- 日時 5月8日(月)18:30
- 会場 市川市文化会館 ※未就学児入場不可
- 料金 S席4,500円 ➡ 一般4,300円 ➡ **会員 3,400円**
- 申込締切 3月31日(金)



氷艶hyoen2017 一破沙羅

市川染五郎、高橋大輔、荒川静香ら出演! 歌舞伎とフィギュアスケート、銀盤に描く夢物語。日本の代表的な文化芸術である歌舞伎と、芸術性に富んだスポーツであるフィギュアスケートを融合した、ストーリー仕立てのアイスショー。



- 日時 5月21日(日)12:00
- 会場 国立代々木競技場
- 料金 スタンドS席16,000円 ➡ **会員 11,900円**
- 出演 市川染五郎、高橋大輔、荒川静香 他
- 演奏 DRUM TAO ※3歳未満入場不可、3歳以上有料
- 申込締切 3月31日(金) ※出演者の急な変更によるチケットの払戻し、日時変更は不可

ディズニー・アート展 《いのちを吹き込む魔法》

ミッキーマウスの誕生から約90年分の原画は、ほとんどが日本初上陸。ディズニー・アニメーションの想像力と技術革新の軌跡を展示・解説します。



《アナと雪の女王》より 2013年 © Disney Enterprises, Inc.

- 会期 4月8日(土)～9月24日(日)
- 会場 日本科学未来館 企画展示ゾーン
- 開館時間 10:00～17:00 ※入場は閉館の30分前まで
- 休館日 火曜日 ※5/2、7/25、8/1・8・15・22・29は開館
- 前売料金 大人1,600円 ➡ **会員 1,200円** ※大人は19歳以上、中人1,000円 ➡ **会員 800円** 中人は小学生～18歳 ※2歳以下無料
- 申込締切 4月7日(金)

それいけ!アンパンマン ミュージカル 勇気の花に歌おう

森の劇場で、しらたまさんのコンサートが行われます。ばいきんまんたちはまた、何やら悪だくみをしているようです。果たして、コンサートは無事に開演できるのでしょうか?



© やなせたかし/プレーベル館・TMS・NTV

- 日時 4月22日(土)13:00/16:00 ※16時の回にはアンパンマンたちと握手ができるスペシャルグリーティングを実施
- 会場 千葉県文化会館 大ホール
- 料金 S席3,800円 ➡ **会員 2,900円** ※1歳以下は大人1名につき1名まで
- 申込締切 3月15日(水) ※ひざ上無料(席が必要な場合は有料)

エリック・カール展

アメリカの絵本作家エリック・カールが、小さなあおむしを生み出して50年。彼の歴史を約160点の原画・作品と共に振り返ります。色彩豊かな作品の世界を親子でお楽しみください。



エリック・カール、「はらぺこあおむし」デザイン原画、エリック・カール絵本美術館 The Art of Eric Carle is organized by The Eric Carle Museum of Picture Book Art, Amherst, Massachusetts, USA. ©Eric Carle

- 会期 4月22日(土)～7月2日(日)
- 会場 世田谷美術館
- 開館時間 10:00～18:00 ※入場は閉館の30分前まで
- 休館日 月曜日 ※5/1は開館
- 前売料金 1,000円 ➡ **会員 700円**
- 申込締切 4月21日(金)

クヒオ大佐の妻

クヒオ大佐は、1970年代から90年代にかけて米空軍パイロットと称した、実在の日本人結婚詐欺師。2009年に彼の話を映画化しましたが、今回は、彼の妻をテーマに舞台化しました。



© 2017「クヒオ大佐の妻」

- 日時 6月1日(木)14:00
- 会場 東京芸術劇場シアターウエスト
- 料金 7,600円 ➡ **会員 5,800円** ※未就学児入場不可
- 出演 宮沢りえ、岩井秀人、川面千晶、水澤紳吾
- 作・演出 吉田大八
- 申込締切 3月31日(金)

※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。



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 ASAJI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



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



- 受付期間 **東武動物公園** 3月1日(水)～8日(水)17:00 **先着順** **東京ドームシティ** 3月1日(水)～31日(金)17:00 **先着順**
※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 **東武動物公園** 窓口:3月28日(火)以降 発送:3月29日(水)予定 **東京ドームシティ** 窓口:4月25日(火)以降 発送:4月26日(水)予定

東武動物公園ハッピーフリーパス

- 利用期間 4月1日(土)～2018年3月31日(土)まで
- あつ旋数 100枚
- 割引料金 大人・小人・シニア共通 **1,500円**
(定価／大人4,800円、小人・シニア3,700円)※小人:3才以上
- 申込用紙 ガイドブック巻末16「あつ旋申込用紙 B欄」
- 所在地 埼玉県南埼玉郡宮代町須賀110
- 詳細は <http://www.tobuzoo.com/>

遊園地、動物園、プールなどが融合したハイブリッドレジャーランド。約30種類のアトラクション、ホワイトタイガーなど約130種の動物が、皆さんを待っています。アトラクションに乗りながらのお花見もおすすめです。



アルパカ



桜とメリーゴーラウンド

東京ドームシティ得10チケット

東京ドームシティ各施設で使える1冊10ポイント付きのレジャーチケット。一般には発売していないお得な特別チケットです。東京ドームシティ アトラクションズ、東京ドームホテル、スパ ラクーア、東京ドームの読売巨人軍公式戦など大人も子どもも楽しめる施設がたくさん！



東京ドームシティ アトラクションズ



リラッサ ランチbuffet

■必要ポイント例

必要P	対象施設	内 容	大人一般料金
10P	東京ドームシティアトラクションズ	ワンデーパスポート(乗り物乗り放題) 大人・シニア・中人 ※特別興行を除く	3,400～3,900円
10P	東京ドームホテル3F	スーパーダイニング「リラッサ」ランチbuffet (※90分制、予約がおすすめ)	3,132円～
7P	スパ ラクーア	入館料(平日)	2,634円
15P	東京ドーム	読売巨人軍公式戦 ※小学生以上 指定席B+TDCグルメチケット500円 (売切の際を除く・一部+1Pの日程あり)	4,500～4,800円

平成29年度契約施設利用券等の発送について

平成28年度の「契約施設利用券」「東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム利用券」の有効期限は、平成29年3月31日となっており、以降は無効になります。

新年度の「契約施設利用券」「東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム利用券」は、4月1日の発送予定です。

入学祝金について

今春、お子様が小・中学校にご入学の方は、入学祝金の対象となります。「入学通知書」の写しをお取りいただき、**4月以降**に「慶弔共済保険金兼給付金請求書(様式1)」に添付の上、ご申請ください。

慶弔給付金の申請を忘れていませんか？

給付の発生事由に対する有効期間は3年間となっています。お忘れなく申請してください。ただし、会員になる前に発生した事由は該当しませんのでご注意ください。

NEW! 新規契約施設利用券割引施設

ちはる農園

大粒の完熟イチゴ狩りを楽しめます。

■住所 千葉市若葉区 中田町859番地

■TEL 090-3436-2941

■営業期間 3月11日(土)～5月7日(日)

■営業時間 10:00～イチゴがなくなり次第終了

■料金表(30分食べ放題)

料金区分	一般料金	利用券使用
小学生以上	1,500円	800円
4歳以上	700円	0円
2歳以上	300円	0円
2歳未満	無料	



シーズンシート観戦券あつ旋

ガイドブックP5
郵送助成対象



- 受付期間 3月1日(水)～10日(金)17:00
※申込多数の場合は抽選
- 当選結果 3月15日(水) [サービスセンターホームページに掲載](#)
- 残席受付 3月17日(金) **9:00から先着順**
※残席情報はサービスセンターホームページに掲載
※千葉ロッテマリーンズ観戦券は、抽選で5試合分のチケットを購入されている方は購入できません。
※試合日1週間前に残席がある場合は、1席単位で販売いたします。なお、すでに5試合分の千葉ロッテマリーンズ観戦券を購入されている方も購入できます。
- 申込用紙 ガイドブック巻末17「シーズンシート観戦券申込用紙」
- 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:3月28日(火)以降 発送:3月29日(水)予定

試合中止によるチケットの払い戻しなどについては、サービスセンターまでお問い合わせください。

千葉ロッテマリーンズ観戦券

なかなか手に入らない人気エリアのチケットが割引価格で購入できます。この機会にぜひZOZOマリンスタジアムへ足を運んでみませんか。

■2017年千葉ロッテマリーンズ主催 公式戦【4～5月】

月	日	時間	対戦カード
4月	4日 [火]	18:30	北海道日本ハム
	5日 [水]	14:00	北海道日本ハム
	6日 [木]	14:00	北海道日本ハム
	8日 [土]	14:00	楽天
	9日 [日]	13:00	楽天
	14日 [金]	18:30	埼玉西武
	15日 [土]	14:00	埼玉西武
	16日 [日]	13:00	埼玉西武
	18日 [火]	18:15	福岡ソフトバンク
	19日 [水]	18:15	福岡ソフトバンク
	20日 [木]	18:15	福岡ソフトバンク
	22日 [土]	14:00	オリックス
	23日 [日]	13:00	オリックス

※6月以降の観戦券は、次号のゆるり誌面に募集します。

月	日	時間	対戦カード
5月	5日 [金・祝]	13:00	福岡ソフトバンク
	6日 [土]	13:00	福岡ソフトバンク
	7日 [日]	13:00	福岡ソフトバンク
	16日 [火]	18:15	埼玉西武
	17日 [水]	18:15	埼玉西武
	18日 [木]	18:15	埼玉西武
	19日 [金]	18:30	楽天
	20日 [土]	14:00	楽天
	21日 [日]	14:00	楽天
	26日 [金]	18:15	オリックス
	27日 [土]	14:00	オリックス
	28日 [日]	14:00	オリックス
	30日 [火]	18:15	阪神
	31日 [水]	18:15	阪神



当選チケットをサービスセンター窓口で受け取られる方には、**2017年オフィシャルカレンダー**を先着でプレゼントいたします(なくなり次第、終了とさせていただきます)。

ジェフユナイテッド千葉 観戦券

白熱の試合が間近に見られる絶好のエリアのチケットを割引価格で購入できます。選手の緊張感や熱気を間近で感じられる指定席です。

■2017年ジェフユナイテッド千葉 ホームゲーム【4～5月】

月	日	時間	対戦カード
4月	1日 [土]	14:00	京都サンガF.C
	8日 [土]	15:00	ザスパクサツ群馬
	29日 [土・祝]	15:00	徳島ヴォルティス
5月	13日 [土]	15:00	V・ファーレン長崎
	21日 [日]	17:00	ロアッソ熊本
	27日 [土]	15:00	愛媛FC

※6月以降の観戦券は、次号のゆるり誌面に募集します。

料 金 大人・子ども同一料金／未就学児無料*

※必ず同伴者のひざ上でご観戦ください。

SS指定席(ホーム側)【4席】 2列 45～48番

一般料金9,400円／2席 ➡ **4,000円／2席**

申込単位

申込数

2席単位

会員1名につき、2試合まで

※同じ日に2席を超えてのお申し込みはできません。

広 告

昆虫を活用した新しい循環型システムの構築で 世界の食糧問題に挑む

【第33回】早稲田大学 葦莉晟矢さん



あしかり せいや
葦莉 晟矢さん

モットー
好きなものを信じていけば
夢はかなう

シンプルですが先生方など、いろいろな人に言われることの多い言葉です。信じて突き進むことの大切さを感じています。



愛媛県の養殖生産者と

4 今後の展開をお聞かせください

短期的には、2017年度中には法人化し、ビジネスとしてスタートさせていきたいと思っていますが、現状の魚粉飼料の流通を使用せず、独自の販路を開拓し、安価で提供していくことを目標としています。

実用化が進めば、家畜飼料として利用することもできますし、長期的には東南アジアなど世界の食糧問題への解決策になるのではないかと期待しています。

個人的には、2030年頃になれば、人類は本当に火星に行けると思っており、いつかは宇宙食の分野にも関わっていけるのではないかと本気で考えています。そんなスケール感を持って、一つずつ取り組みを進めていきたいと思っています。

今回『ベンチャー・カップCHIBA』に参加させていただきましたが、千葉は農業も漁業も盛んな地域で、都心にも近く、この取り組みにとってもマッチした地域ではないかとも考えています。

1 ビジネスプランについて教えてください

簡単に言えば、コオロギを繁殖させ、水産養殖の飼料にするというものです。現状、養殖業では水揚げされた小魚を加工した魚粉を利用しており、近年はこの価格が大変高騰しています。高い飼料を購入して、養殖魚を安く販売しなければならないという構図を打開するため、飼料の低価格化に着目しました。

コオロギは、国連食糧農業機関が未来の食糧資源として注目するほど栄養価が高く繁殖も容易な昆虫です。その繁殖・飼料化のノウハウを確立したら、独自のコンテナ型のコオロギ生産システムを農家にリースします。餌は主に野菜ですので、市場に出せない規格外の農作物などを利用することができ、ふんは農地の肥料として有効活用することも可能です。農家にとっても大きな利点があり、無駄のない食料循環システムを目指しています。

2 取り組みを始めたきっかけは

全寮制の高校に通っていた頃、食堂で大量の残飯が毎日のように廃棄されていく様子を見て、「食」について考えるようになりました。また、故郷である大分県はブリやタイなどの養殖が盛んな地域のため、水産業についても関心があつたんです。

大学に入学後、模擬国連早稲田研究会というサークルで社会問題などについて学んだことで、何かできることがないかと具体的に考えるようになり、講座などでビジネスの在り方や起業について学び、今回のような具体的なビジネスプランにたどり着きました。

もちろん机上でのプランと、実際のビジネスとでは大きく違い、簡単に実現できるものではありませんが、世界の食糧問題に対して一つの解決策になるのではないかと考えています。

3 具体的にはどのような取り組みをしていますか

これまでは自宅で実験的にコオロギを飼育し、飼料化などを行ってきました。実用化のためには科学的な検証ももちろん必要なので、関係機関に協力を仰ぎながら現在はニジマスでの研究を進めているところです。水産飼料には大豆などの植物性タンパク質も使われたりしているのですが、長く使い続けると食いつきが悪くなるなどの問題もあります。今のところコオロギは魚の食いつきも良く、良好な実験結果が出ています。

また、水産業者の方々のお話を聞いたり、さまざまな角度から研究し、実用化に向けて進めているところです。

『ベンチャー・カップCHIBA』とは

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毎年
行うビジネスプランコンテスト
です（(公財)千葉市産業振興
財団主催）。

作業しやすい廃電線リサイクル処理機を開発 障害者の就労、自立支援を広げたい

【第32回】三立機械工業株式会社



なかね あきら
代表取締役会長 中根 昭さん

モットー
逆境こそは神の
恩寵的試練なり

神様は、乗り越えられるギリギリの試練を与える。厳しい時でも、本気で取り組みば何とかなると、自分に言い聞かせています。

1 障害者の就労支援に関心を持ったきっかけは

弊社は、廃電線から銅を取り出すリサイクル処理機の開発・製造・販売を行っていますが、一昨年頃、福島県取引先から「障害者にも安全で操作しやすい処理機を作れないか」と依頼されたんです。福祉にも関わっていくべきだと思い、障害者施設を見学したり、関係者にいろいろな意見を聞いたり調べたりして、要望通りの機械を作りました。

調べるうちに、このような機械のニーズがあるということ、障害者の継続的で安定した仕事はまだ少ないこと、何といっても賃金が極端に安いことなど、いろいろな問題があると知りましてね。地域に少しでも恩返しをしたいという思いから、市の経済部と高齢障害部に相談して現状を確認してもらい、千葉市でもテスト用機械として導入をしていただきました。

2 具体的な仕事の流れ、難しい点などお聞かせください

集めた廃電線は障害者が取り扱いやすいように、弊社である程度の長さにカットして各施設に渡します。資金的な余裕のある施設には処理機を購入してもらい、それが難しい場合は貸し出します。処理機で廃電線を被覆ビニールと銅に分ける作業は簡単なもので、施設職員は最後に完成品をチェックするだけで済みます。納期は設けず、1回の作業が終われば次の分を渡します。取り出した銅を弊社で販売し、経費を引いた分が障害者の工賃になるのです。

このシステムで今課題なのが、廃電線を安く仕入れること、仕入れた廃電線を仕分けし、作業しやすい長さにカットする手間、人手の確保、そして黒字化です。現在こうした課題を解決する仕組みを市と一緒に考えており、今年度中には何とか解決策が見い出せるかなというところです。

3 関係者や周囲の反応はいかがでしたか

2015年11月から2016年3月まで、市内の障害者施設にご協力いただきテストを実施しましたが、おおむね好評でした。その後、市の方から呼び掛けてもらって、現在では市内4か所、四街道と市原で各1か所の計6施設に広がりました。施設の方々に感謝していただき、それがモチベーションと責任感につながっています。

ただ正直、まだ採算ベースには乗っていません。施設側も、ある程度の規模の所でないと、処理機の導入や材料の受け渡しなどに資金や人員を割けません。例えば廃電線の仕分けや前処理に高齢者の手を借りる、賛助会員のような形で業界や地域の人たちも参加していただく、などを考えています。

4 今後の抱負をお聞かせください

障害者の平均収入（工賃）をご存じですか？ 全国平均で月14,838円、千葉市では11,761円※です。このシステムが軌道に乗れば、一人当たり月2万円以上の工賃が見込めます。ぜひ実現させたいのです。まずは、市内の施設を10から15までに増やすことが目標です。そして行政や関連団体とも協力し、関わる皆が相応の収益を見込める千葉市モデルを構築し、全国に広げていくのが私の夢となっています。

※平成26年 就労継続支援B型事業所の数値

三立機械工業株式会社

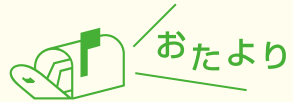
業務内容 廃電線処理機・半導体破碎機・各種リサイクル機器の製造および販売

住所／千葉市稲毛区山王町 335

TEL／043-304-7511 URL／http://www.sanritsu-machine.com/



市内の施設における操作説明の様子



ここ数年、毎号通勤のお供にして楽しく読ませてもらっています！

(稲毛区・NBさん)

千葉市美術館の絵本原画展へ行ってきました。絵本で知っている絵の原画の力に圧倒され、とても素晴らしかった。東京から行ったかいがありました。

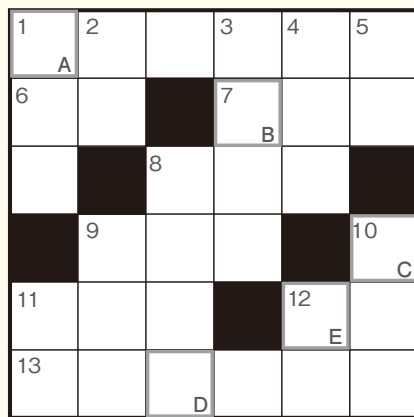
(東京都・MHさん)

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
モーニング

タテのカギ

- 総理大臣が主宰する内閣の会議
- アリゲーター、クロコダイルなどの爬虫類
- 川や池に生息するエビに似た生き物
- 吉野産が有名な和菓子の材料
- 子羊、その肉
- けちな人
- 9次の世代
- 皇居のある都
- スレッドの略
- アメリカの詩人・小説家

ヨコのカギ

- ソメイヨシノより桃色が濃い早咲き種
- 〇〇破れて山河あり
- 西洋音楽の基本要素の一つ
- 童謡「どじょっこ ふなっこ」で春に解けるもの
- 金沢の郷土料理。鴨肉の煮込み
- 徳島原産の緑色、小形のかんきつ類
- 〜くさい、〜らしい
- 大雨だから着ていこう

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。ご希望の商品名、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 (P06) 印度料理シタール
「ソフトドリンク引換券」【5名様】
- B (P06) プリミティヴォ
「季節の自家製ジャム引換券」【5名様】
- C (P15) 美弥和
「好きなサラダ1品引換券」【10名様】
※ご利用は3名様以上でご来店の場合に限ります。
- D (P18) 国立科学博物館
「大英自然史博物館展招待券」【ペア5組】

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。

- 特集「シェアスペースが秘めた可能性」(P3)
- ぶらっとウォーク(P6)
- フロンティアのとびら(P16)
- コラム「Change! 暮らしとからだ」(P18)
- 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 4月17日(月)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/>



次号は5月1日発行予定

\\ Change! //

暮らしとからだ

陽気が良くなると、出歩く機会も増えます。しかし日頃は、あまり歩いていない方が多いのではないのでしょうか。

歩行は、体全体が連動する全身運動で、歩くと次のような効果があります。

- ①呼吸により心肺機能が向上し、酸素を充分に取り込んだ血液が、脳細胞を浄化して、頭がすっきりし爽快な気分。
- ②足の筋肉を使うことで脳への刺激反射も良くなり、ボケの防止につながる。
- ③よく歩くことにより、肥満の原因となる余分なカロリーの蓄積が避けられ肥満の予防になる。

軽快に歩くためには、足によく合い、歩く目的にかかった靴を選ぶことが重要です。合わない靴を履き続けていると、外反母趾、ハンマートウ、陥入爪、靴ずれ、たこ、魚の目などのトラブルにつながります。

そこで、一度靴を専門家に選んでもらってはいかがでしょう。足に関する基礎知識と靴合わせの技能を習得し、足の疾病予防の観

+

歩くことで健康に

足に合った楽な靴で、散歩に出よう

+

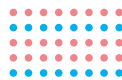
点から正しく合った靴を販売する人をシューフィッターといいます。

シューフィッターは、顧客の足を正確に計測し、靴の特徴などを正しく評価します。足と靴がフィットするように、靴内に微調整を施したり、必要があればアフターケアをしたり、既製靴では対応困難な場合は、治療靴業者に委ねたりします。

シューフィッターがいる店には、表示があります。シューフィッター養成認定機関(FHA)のホームページで、認定者のいる最寄りの店舗を検索できます。ストレスのない靴が見つかったら、履いて出掛けるのが待ち遠しくなります。楽に、どんどん歩けば、長距離も苦ではなくなります。無理なく少しずつ慣らして、楽しく健康づくりをしましょう。



監修/シューズ・ライフ・ワールド都賀店



CULTURE
INFORMATION



EXHIBITION

Present
P19

大英自然史博物館展

最も優れた博物学標本のコレクション

【英米展】の開催
©The Trustees of the Natural History Museum,
London
Avenue 30, Produced by Atlantic
Productions for Sky



大英自然史博物館の至宝のコレクション約370点を一堂に展示する、初めての世界巡回展。動植物、化石、鉱物などの展示物は、ほぼ全て日本初公開の予定。驚きの映像を見ながら、自然史の魅力に触れられる。

- 会 期 3月18日(土)～6月11日(日)
- 会 場 国立科学博物館
- 開館時間 9:00～17:00(入館は閉館の30分前まで)
※金・土曜日は20:00まで、4/30～5/4は18:00まで
- 休 館 日 3/21、4/10、17、24、5/8、15、22、29
※開館時間、休館日等を変更する場合あり
- 入 場 料 一般・大学生1,600円、小・中・高校生500円
※未就学児、障害者手帳をお持ちの方と付き添いの方1名は無料
- 問 合 せ ハローダイヤル 03-5777-8600



BOOKS

一流の育て方

ビジネスでも勉強でもズバ抜けて活躍できる子を育てる

親子関係・人間関係の参考書

4人の子どもを育て上げた母が、自身の経験を振り返りながらつづる「親の教科書」。膨大な学生アンケートから抽出したさまざまな「親に感謝していること」に、子育てのヒントを得られる仕組みになっている。リーダーシップの育成方法論としてまとめられた内容は、親子に限らず、社会人として必要な人間関係の基本を示してくれるものでもある。育児に、人生に不可欠な教訓がぎゅっと詰まったロングセラーだ。



著/ムーギー・キム、ミセス・バンペン
ダイヤモンド社/1,728円



CINEMA

モアナと伝説の海

運命の少女は神秘の海へ

ディズニー・アニメーション最新作は、南の島を舞台に繰り広げられる冒険ファンタジー。海に選ばれた少女モアナが、愛する人々を、世界を救うために神秘の大海原へと旅に出る。美しい映像、心に響く音楽、ドキドキのストーリーが、子どもも大人も感動の渦へと巻き込む。



© 2017 Disney. All rights reserved.

声の出演/屋比久知奈、尾上松也、夏木マリ、ROLLY ほか
監督/ジョン・マスカー、ロン・クレメンツ
(「リトル・マーメイド」「アラジン」)
配給/ウォルト・ディズニー・ジャパン

©3月10日(金)より全国ロードショー
Disney.jp/Moana

ホームから飛行機を望む 芝山千代田駅（山武郡芝山町）

写真・文＝ 谷崎 竜



2002（平成14）年に開業した芝山鉄道は、京成電鉄の東成田駅と芝山千代田駅を結ぶ、全長わずか2.2kmのミニ路線。以前は和歌山県の紀州鉄道（御坊～西御坊間2.7km）が一般鉄道では日本一短い私鉄であったが、現在「日本最短」の称号は、芝山鉄道が保持している。

日中の電車は、ほぼ40分に1本の運行。すべて隣の東成田駅から京成線に乗り入れ、京成上野駅や羽田空港駅（京急）への直通運転もある。

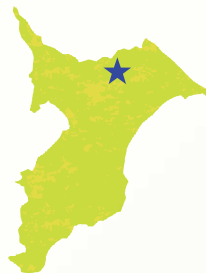
成田空港の敷地の地下にある東成田駅を出た電車は、飛行機が行き交う誘導路の下をしばらく走行。約3分後にトンネルを抜けると、一気に高架に上がり、間もなく芝山千代田駅に到着する。

駅は芝山町と成田市の境界付近にあり、裏手（西側）には道路を挟んで、有刺鉄線に囲まれた空港の敷地が広がる。

ホームは高架にあるため、展望がいい。東成田寄りの

ホームからは、第1旅客ターミナルビルや誘導路が遠望でき、そこに待機するさまざまな国際線の飛行機が眺められる。日本最長級となる、長さ約4kmのA滑走路も垣間見え、ときおり轟音をたてて、飛行機が離着陸する。

機体をこれほど間近に見ることができる駅というのは全国でも珍しい。ホームはまるで空港の展望デッキのようであり、都会風景とはまた違った、非日常の景観が楽しめる。



芝山千代田駅

【アクセス】京成成田駅から京成線と芝山鉄道で約10分。
東関東道「成田IC」から約10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）。