

ゆるり



働くあなたの潤い生活
応援マガジン

隔月刊

5-6 2017
月号

ゆるり 千葉

検索

TAKE FREE

Vol.68

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

特集

身近なプレーパークに出掛けてみよう!



プレゼント

- キッチン圓 MARU
「ランチセット200円割引券」
- カフェル・グレ
「お好きな焼き菓子1品引換券」
- 珈琲とワインのある暮らし 25
「チョコレートのテリーヌ引換券」
- inage海岸バルJAM
「タパスの盛り合わせ引換券」
- 国立西洋美術館「アルチンボルト展招待券」
- 「おもしろ列車旅」

- 6 ぱらっとウォーク 千葉大学周辺
- 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 薬膳火鍋 九里香
- 17 会員事業所紹介 平山歯科医院 / inage海岸バルJAM
- 18 Change! 暮らしとからだ Culture Information
- 19 YURURI CLUB
- 20 各駅停車 ちばの旅 千葉公園駅(千葉市中央区)

特集

自分で考え自由に遊ぶ

身近なプレーパークに出掛けてみよう!



時代とともに、形を変えてきた子どもの遊び場。
今、「自分の責任で自由に遊ぶ」をモットーとした
プレーパークが全国各地に広がりつつある。
その存在は、実は大人にも魅力がある。



千葉県若葉区にある子どもたちの森公園には、いつでも楽しそうなお子どもたちの笑い声が響いている。雑木林の木々にはターザンロープやブランコなどが結び付けられ、よりよち歩きの1〜2歳児から高校生まで、さまざまな年齢の子どもたちが思い思いに楽しんでいる。子どもが自分で考えて自由に遊ぶ遊び場をプレーパークといい、子どもたちの森公園では市内初の取り組みとして、2007年から開設されている。

「年齢によってやりたい遊びは違いますし、楽しみ方もそれぞれですが、横割りとも縦割りとも言えない、斜めの関係が自然にできていて、子どもの柔軟性にはいつも感心します」と言うのは、*プレーリーダーを務めて9年になる相澤孝紀さん。はだしで子どもたちと笑い合い、「めがねくん」と愛称で呼ばれている。

 **自分で考え、楽しむ
プレーパークの魅力**

*子どもの興味や関心を引き出し、相談相手にもなる大人

ZENROSAI NEWS



この安心を、
家族の成長とともに。

こくみん共済は、お子さまからシニアの方まで、各世代に必要な保障タイプが多様にそろっています。
医療保障・遺族保障・けがと賠償の保障・お子さまの総合保障・シニアの保障など、
さまざまなリスクに対応する、心強いラインアップは
手頃な掛金で、大切なご家族一人一人の暮らしの安心を守ります。

- | | | | | |
|----------|------------|----------|-----------|------------|
| 医療タイプ | 医療安心タイプ | 終身医療5000 | 総合タイプ | 総合2倍タイプ |
| 大型タイプ | がん保障プラス | 生きる安心タイプ | 傷害安心タイプ | シニア総合タイプ |
| シニア医療タイプ | シニア傷害安心タイプ | キッズタイプ | キッズワイドタイプ | 長生きあんしんプラン |

こくみん共済

個人定期生命共済・こども定期生命共済・終身定期生命共済・傷害共済・個人賠償責任共済・終身医療共済・個人長期生命共済

全労済は、営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、組合員の皆さまの安心とゆとりある暮らしをめざしています。出資金をお支払いいただいて組合員になれば、各共済をご利用いただけます。

保障のことなら
全労済
全国労働者共済生活協同組合連合会

お問い合わせ・お見積りのご要望は下記まで

全労済千葉県本部 TEL : 043-287-6031 (平日9時~17時15分・土曜10時~16時) まで

1216S021

(千葉県労働者共済生活協同組合)



年上の子どもが年下の子どもに屋根の登り方を教える場面も

「9年間子どもたちを見ていますが、木に登ったり、泥んこになってみたりと、僕たちの子ども時代と遊び方は意外と変わっていません。今はやっているのは、木材を使って秘密基地のような小屋を建てることです。子どもたちが遊んでいる間、大人はたき火をして、昼食を作ったり、おしやべりをしたり。「どんな遊びも大人が指示することはなく、自然発生的にやっています。僕も手伝うのではなく一緒に遊ぶ感覚。今は張り合っただけで違う小屋を建てています」と笑う。子どもたちはその時々で何をしても良く、「自分の責任で自由に遊ぶ」というモットーのほか、決まりを作らないのが決まりだ。

プレーパークは みんなのよこしまな遊び場

「プレーパークは最低限の見守りはしますが、余計な手出し口出しはしません。すると、子どもたちは自然と年長の子が小さい子の面倒を見たり、目に余ることがあると注意されると良いと思います」と、プレーパークは子どもたちのためだけのものではないと佐藤さんは考えている。

想を語る。

一方、気兼ねなく話せることで、プレーパークが息抜きになったり、心のよりどころとなったりしている一面も。「小さい頃、ここで泥んこ遊びをしていた子が高校生になり、今も来てくれたりします。学校や家庭と関係のないこの場で、進路の悩みや親への不満を話したり、小さい子の面倒を見たり。いつまでも立ち寄りやすい場所であってほしい」と相澤さんは願いを込める。



子どもが自由に遊べるプレーパーク。そこには、世代も性別も立場も関係なく、誰もが自由に交流できる、新しいコミュニティができています。



みんなで秘密基地づくり。役割も自分たちで決める

したりするようになり。初対面でもすぐ友達になりますし、子どもの自由な力にはかきまかせません」と、相澤さん自身も子どもたちからパワールームをもらっている様子。誰でも自由になれるプレーパークだからこそ、垣根のないつながりや楽しみ方ができるのだ。

子どもの存在を通して 大人や地域にもつながりを

子どもたちの森公園周辺は古くからの閑静な住宅街で、高齢者世帯も多くある地域だ。プレーパークは朝10時から夕方5時まで開かれているが、苦情が寄せられることはない。「近頃は、子どもの遊ぶ声が近所迷惑になるというニュースなども耳にしますが、この地域では近隣の方々が温かく見守ってくれていて、とても円滑に運営できています」と相澤さんは話す。

時には畑の収穫と一緒にやらせてくれたり、野菜のお裾分けをいただいたり、自然な近所付き合いがあり、この日ももらったサツマイモをたき火で焼き芋にして楽しんだ。地域の人たちと触れ合い、良好な関係が築かれている。まさに、地域ぐるみの子育てが実践されていると言っても良い。

こうしたプレーパークは現在市内10か所があり、それぞれが地域に合った活動を行っている。花見川区のマクハリプレーパークは、親子でフットサルを楽しんだり、父親だけで集まるパトックをしたりという活動から始まった。主宰する佐藤敏孝さんはこうした活動を通じて、パパと子どもが主役のまちづくりに取り組んでいる。「マクハリプレーパークは2年前に始まり、現在は月に一度の開催となっています。パパたちだけでなく、おじいちゃんたちの孫との公園デビューのきっかけにもしてもらえたら良いなと思います。子どもたちが一緒だと、皆気さくに話ができますから」と、普段地域で交流の少ない父親たちや、定年退職後の世代の人たちへも参加を呼び掛けている。「こういう取り組みが当たり前のこととして広がることで、防犯に役立つたり、地域の活性化につながったりする



マクハリプレーパークの活動の様子



「カラスに荷物を持っていかれないように気を付けて!」との注意書きが



たき火で作ったうどん、おいしいよ!



note

子どもたちの森公園

住所 / 千葉県若葉区源町541-4
開園時間 / 10:00~17:00
休園日 / 水・木曜 ※休園日はプレーリーダー不在、公園の利用は可能
TEL / 043-254-2328
http://pew.or.jp/

千葉市内のプレーパーク一覧

会場	開催日時
● マクハリプレーパーク	幕張本郷一本松公園 (花見川区幕張本郷2-33) 第3木曜日 15:00~17:00
● プレーパーク幕張西	幕張西第一公園 (美浜区幕張西2-10) 不定期 10:00~12:00
● みはまプレーパーク	北磯辺第4公園 (美浜区磯辺6-7-1) 第3火曜日、第4日曜日 10:00~16:00
● 幸町ハッピータウンプレーパーク	幸町公園 (美浜区幸町1-4) 第3火曜日 10:00~16:30 ※8月は夏休み
● いなげプレーパーク	宮野木中央公園 (稲毛区宮野木町2151-1他) 不定期 (月1~2回) 10:00~13:00
● 子どもたちの森公園	子どもたちの森公園 (若葉区源町541-4) 金曜日~火曜日 10:00~17:00 ※お盆と年末年始は休園
● プレーパークわくわくの森おなりだい	御成台公園 (若葉区御成台3-1182-2) 第2日曜日 10:00~16:00 第3水曜日 10:00~14:00
● コロボックルの森	千葉公園内 お花見広場 (中央区弁天3-1-1) 毎週水曜日、週末 (不定期) 10:30~15:00
● おゆみ野冒険の時間	おゆみ野の森 (緑区おゆみ野中央1-18-13) 不定期 (ブログで告知) 11:00~14:00
● ほほえみプレーパーク	ほほえみの広場公園 (緑区あすみが丘4-13) 原則第3火曜日 13:00~17:00

「千葉県のプレーパークであそぼう!プレーパークをつくらう!」パンフレット



千葉県内のプレーパークの一覧や、プレーパークの作り方・遊び方が掲載されています。↓こちらからダウンロードできます
http://playpark-chiba.org/
(千葉県冒険遊び場ネットワーク)

学生が集まる元気な町は、ショップも個性派ぞろい!

珈琲とワインのある暮らし 25

「一人のぜいたく、二人の秘密」をコンセプトに、つい誰かに教えたくない、上質な空間を提案。時間と手間がたっぷり掛けられた料理を、こだわりのワインやコーヒーといただけは、きっと明日への活力が湧いてくる。自家焙煎のコーヒー豆の販売や、フードメニューのテイクアウトもあり。



10席だけのこじんまりした空間で、オーナーとの会話も楽しんで。壁に描かれた絵にも注目したい



チョコレートのテリーヌは、小麦粉などの粉を使わないため、濃厚な味わいに。岩塩とピンクペッパーが、甘さをぐっと引き立てる(324円)



ランチの自家製ベーコンとお惣菜の盛り合わせ。ベーコンは1週間スパイスで熟成させた自慢の一品(自家製フォカッチャ付き1,296円)

キッチン園 MARU

柔らかい光が差し込む和の空間で、食事やお茶をゆったりと楽しめる一軒家レストラン。一品一品丁寧に作られたランチは、メインディッシュが週替わりで、3種類の小鉢が付くのがうれしい。障害のある人が働く場でもあり、オープンスペースとしてさまざまなイベントを行う、地域の交流の場としても活用されている。



ランチドリンクセット(ドリンク・デザート付き1,000円) ※水曜日はピザ



西千葉鍼灸治療院
全て床に座れる席なので、小さい子どもが一緒に安心。予約がお薦め



喫茶セットの甘味はあんみつ、みつまめ、ぜんざいから選べる(600円)

西千葉工作室

工具や道具を借りて、好きなものを作るシェアスペース。木工、金工、裁縫から大型の機械工作と、作れるものは幅広い。スタッフが製作の相談に乗ってくれるので、初心者でも安心して利用できる。材料は持ち込みのほか、工作室でも販売しているため、手ぶらでの参加もOK。



子どもから大人まで、ものづくりを楽しみたい人が集まる

(左) 工具は豊富にそろそろ。レーザー加工機、3Dプリンターも完備
(右) 製作物の一例。エッセンシャルオイル抽出機(右奥)など、アイデア次第で可能性は無限大



冒険! 発見! まち歩き

ぶらっとウォーク

43

千葉大学 周辺

千葉大学からみどり台駅方面へ向かうと、魅力的な新スポットがあちこちに。西千葉駅南口のマロニエ通りには、地元の名店が並び。西千葉駅北口のゆりの木商店街を抜けて、和みの一軒家キッチンでひと休み。

※●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。

カフェ・ル・グレ

5月で30周年を迎える、コーヒー・ケーキ・パスタの専門店。味のあるアンティーク家具に囲まれながら、静かな大人の時間を過ごそう。旬の食材・特選素材を使ったパスタが評判で、昼時は満席になることも珍しくない。常時約20種類がそろったケーキを目当てに立ち寄るファンも多い。



年月を重ねた洋館のような独特の雰囲気

注目SPOT

西千葉駅前 第三土曜日

西千葉駅北口前の「ふくろう広場」で、毎月第3土曜日に開かれるマルシェ。5月の開催で134回目を数え、地域で愛されて18年目を迎える。高校生や大学生が中心となって運営され、有機野菜の販売、近隣の住民や店舗による出店、フリーマーケット、ミニコンサートなど、小さなスペースにワクワクがいっぱい。5月は20日(土)、6月は17日(土)の、それぞれ11:30~14:30に開催予定。気軽にぶらっと寄ってみてはいかが。



毎回、会場は多くの人でにぎわう

日 時 / 第3土曜日 11:30~14:30 ※開催しない月もあり
会 場 / ふくろう広場(千葉市中央区松波2-17)
問合せ / ☎ 043-301-3390 (株式会社プロシードジャパン)

SHOP DATA

キッチン園 MARU

千葉市稲毛区轟町1-2-6
☎ 043-290-0051
営業 ランチ11:30~14:30
喫茶13:30~16:00
土・日・祝日定休
https://kitchen-maru-nishichiba.jimdo.com/

珈琲とワインのある暮らし 25

千葉市稲毛区黒砂1-14-6 山政ビル1F
☎ 090-9812-9645
営業 7:00~9:00
12:00~15:00
18:00~22:00 (LO21:30)
日・月曜定休
https://www.vingt-cinq25.com/

カフェ・ル・グレ

千葉市中央区春日2-10-8 ラ・パベル春日1F
☎ 043-247-5401
営業 10:30~22:00
(LOフード21:00/ドリンク21:30)
無休
http://www.gre.shop-site.jp/gre/

西千葉工作室

千葉市稲毛区緑町2-16-3 萩原ビル
☎ 043-305-4241
営業 10:00~20:00
毎月1日・月曜(祝日の場合は翌火曜)定休
http://nishichibakosakushitsu.com/

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。

サービスセンター会員の皆様へ

お申し込みはガイドブック巻末15「主催事業申込用紙A欄」をご利用ください。

一般読者の皆様へ

任意の紙に住所、連絡先電話番号、参加者名、年齢、金額をご記入の上、FAXにてお申し込みください。

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

イベント
EVENT

福利厚生サービスのお知らせ

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。

テーブルマナー教室



※写真はイメージです。

【コース内容】アミューズ、オードブル、スープ、魚料理、肉料理、デザート、コーヒー、パン

ホテルの本格コース料理を味わいながら、テーブルマナーを学びます。テーブルマナーを身に付けることで、結婚披露宴や仕事上の会食などさまざまな場面でも安心して参加できます。

※教室中に提供される飲物はソフトドリンクになります。

- 日時 6月25日(日) 12:00~14:00 (11:45受付開始)
- 会場 オークラ千葉ホテル(千葉市中央区中央港1-13-3)
- 講師 オークラ千葉ホテル サービスマネージャー
- 定員 20名(催行最少人数16名) ※対象は小学生以上
- 参加費 会員・登録家族 3,000円
友人(会員同伴) 5,000円
一般 6,500円
- 申込期間 5月1日(月)~19日(金)

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。

4月1日 きぼーる13~15階
千葉市ビジネス支援センターがリニューアル!!
~貸会議室が、より使いやすく、よりリーズナブルに、ご利用できます~



特別会議室

リニューアル1

名称および利用時間帯

- ◆名称 (13階) 講師控室1・2 ⇒ 小会議室1・2
(15階) パソコン研修室 ⇒ 会議室5
- ◆利用時間帯 全ての施設において、年末年始(12月29日~翌年1月3日)を除く、「午前9時~午後9時まで」のご利用が可能となりました。

リニューアル3

利用料金

全ての施設について料金を見直し、よりリーズナブルな料金でご提供します。特に、「特別会議室」は大幅に料金を引き下げました。また、新たに、当日に申込・利用する場合は、「当日申込利用料金」が適用となり、より多くの方にお得にご利用いただけるようになりました。

- 新利用料金の一例
特別会議室(定員24名) 9:00~12:00のご利用が、6,790円 ⇒ 3,180円
- 当日申込利用料金の一例
小会議室1(定員6名) 18:30~21:00のご利用が、780円 ⇒ 500円

リニューアル2

利用申込方法

- ◆受付開始日 ご利用日の3か月前の同日午前0時から先着順
- ◆予約方法 千葉市施設予約システムによる利用申込
※窓口・電話での利用申込は、午前9時~午後8時まで。先着順受付となります。

リニューアル4

13階情報センターにWi-Fiフリースポットを開設

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。

貸会議室の利用申込方法、利用料金の詳細は、(公財)千葉市産業振興財団のホームページをご確認ください。

問合せ先 千葉市ビジネス支援センター TEL 043-201-9502 FAX 043-201-9507
(千葉市中央区中央4-5-1) URL <http://www.chibashi-sangyo.or.jp>

カルチャー教室
~ビーズフラワー教室~



ガラスビーズとカラーワイヤーを使って、花や小物などを作ります。3回教室で基礎を学び、大型作品にチャレンジすることもできます。

詳細は <http://candy-garden.com/> を参照。

- 日時 予約制
- 講師 Candy Garden主宰 下永瀬美奈子氏
- 定員 毎回8名程度
- 参加費 会員・登録家族 9,000円
一般 11,880円
- 申込先 Candy Garden
TEL&FAX 043-305-4336



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骨盤エクササイズ

骨盤を整えながら筋力UP。均整の取れた体を目指します。

- 効果 筋肉の弾力性・柔軟性の向上
- 運動量 少
- 日程 6月19・26、7月3・10・24・31日 毎週月曜日(7月17日を除く)

②バーオソル(バレエ式エクササイズ)

床の上に座った状態、寝た状態でバレエ式のエクササイズを行います。少し体を動かしたいという方にお薦めです。

- 効果 柔軟性・筋力の向上、腰痛予防、肩こり解消など
- 運動量 普通
- 日程 6月20・27、7月4・11・18・25日 毎週火曜日

③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、脂肪を燃やして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 6月22・29、7月6・13・20・27日 毎週木曜日

- 時間 19:30~20:30
- 会場 ①穴川コミュニティセンター 多目的室(千葉市稲毛区穴川4-12-3)
②③千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)(千葉市中央区問屋町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 5月15日(月)~30日(火) 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



映画鑑賞会
8月中旬に開催予定!

サービスセンターの新たな企画として、映画館を借り切って、会員と登録家族の皆様だけが参加できる映画鑑賞会を開催します! この夏公開の映画をお得な参加費で鑑賞できます。乞うご期待!

応募方法などの詳細は、次号より7-8月号に掲載

サービスセンター
会員限定



広告

お仏壇 10%OFF (店舗表示価格より) 一部特価品、特注品、一部商品を除く

神仏具 5%OFF (店舗表示価格より) 一部特価品、特注品、一部商品を除く

お墓 5%OFF (墓石・工事代) (店舗表示価格より) 永代使用料、年間管理費、供養料、一部霊園・一部石種・屋内墓苑を除く

お問い合せ 資料請求 はせがわ つなぎます。心と、いのちと、人。 通話無料 0120-11-7676 (10:00~18:00 不特定) www.hasegawa.jp

初回ご来店の際には会員証をご提示ください。それ以降のお申し出は特典無効となります。※他の割引サービスとの併用はできません。有効期限2018年3月31日

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

キラキラ☆プリキュアアラモード
ドリームステージ

2017年からスタートした新シリーズが、劇団飛行船の手によって楽しいショーになりました。テレビで見ていた大好きなキャラクターに、間近で会えるチャンスです!



©ABC-A, 東映アニメーション

■日時 8月27日(日)10:30/14:00
■会場 千葉県文化会館 大ホール
■料金 2,700円 → 会員 2,400円 ※3歳以上有料
■申込締切 6月15日(木)

ビューティフル

今も世界中でロングランを続けるミュージカルが、満を持して日本初上陸。世界的なシンガーソングライター、キャロル・キングの半生を描く感動の物語。



■日時 8月23日(水)18:30
■会場 帝国劇場
■料金 13,000円 → 一般12,400円 → 会員 10,200円
■出演 平原綾香、中川晃教、伊礼彼方、ソニン、武田真治、剣幸 他
■申込締切 5月31日(水) ※未就学児入場不可



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。

ブラスト! : ミュージック・オブ・ディズニー

魅せる音楽集団「ブラスト!」と、多くの人に愛されるディズニーのメロディが奇跡の融合。ディズニー映画最新作、『モアナと伝説の海』の主題歌も演奏します。



©Disney

■日時 7月19日(水)19:00
■会場 千葉県文化会館 大ホール
■料金 S席11,500円 → 会員 8,700円
■曲目 「どこまでも~How Far I'll Go」(『モアナと伝説の海』より)、
「ひとりぼっちの晩餐会」(『美女と野獣』より) 他
■申込締切 5月31日(水)

※曲目は変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。
※3歳以上有料、3歳未満入場不可

豪華競演! 特撰落語会

名人たちによる、豪華な競演をお楽しみください。



三遊亭小遊三 三遊亭円楽
柳家花楼 柳家三三

■日時 9月1日(金)18:30
■会場 市川市文化会館 ※未就学児入場不可
■料金 4,500円 → 一般4,300円 → 会員 3,400円
■申込締切 6月15日(木)



キエフ・クラシック・バレエ
チャイコフスキー夢の3大バレエ ~名場面集~

その美しさが世界で絶賛される、キエフ・クラシック・バレエが、傑作の名場面を厳選してお届けします。本物の芸術を、大人も子どもも一緒に楽しめるステージです。



■日時 8月24日(木)11:30/14:00
■会場 千葉市民会館
■料金 3,800円 → 一般3,600円 → 会員 2,700円
■申込締切 5月31日(水) ※3歳以下入場不可



研ナオコ・野口五郎 Special Stage
~お気に召すかな!?~ Part3

歌とトークで贈る、スペシャルステージがリニューアル。五郎の鋭いツッコミも、とぼけて受けるナオコの爆笑トークもさらにパワーアップした第3弾をお見逃しなく!



■日時 7月26日(水)14:00
■会場 習志野文化ホール ※未就学児入場不可
■料金 7,560円 → 一般6,100円 → 会員 4,600円
■申込締切 5月31日(水)



ギガ恐竜展2017
-地球の絶対王者のなぞ-

日本の恐竜展史上最大の「ルヤンゴサウルス」をはじめ、30点以上もの日本初公開となる恐竜を展示します。ほかにも世界中で発掘された貴重な化石やロボットで、恐竜大繁栄の謎に迫ります。



©ルヤンゴサウルス環境復元画

■会期 7月15日(土)~9月3日(日)
■会場 幕張メッセ 国際展示場 11ホール
■開場時間 9:30~17:00(入場は閉場の30分前まで)
■料金 大人1,800円 → 会員 1,300円
子ども800円 → 会員 600円 ※4歳以上中学校3年生以下
■申込締切 6月30日(金)



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: 9:00~20:00 (日曜除く)

JR 鎌取駅
徒歩3分

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



信長 -NOBUNAGA-

バレエ界の頂点に君臨するファルフルジマトフが、織田信長に挑みます。バレエと日本舞踊の、様式を超えたコラボレーションにご期待ください。第1部では、それぞれのソロ作品も上演します。また本公演のみ、開演後に約30分のプレトークを開催予定です。



■日時 8月6日(日)13:00
■会場 東京国際フォーラム ホールC
■料金 13,500円 → 一般12,500円 → 会員 9,700円
■出演 ファルフルジマトフ、藤間蘭黄、岩田守弘
■申込締切 5月31日(水) ※未就学児入場不可



※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。

ディズニー・オン・アイス
"Everyone's Story"

ディズニー・オン・アイス "Everyone's Story" は世代を超えた「みんなの物語」。ストーリーやキャラクター、心ときめいたシーンやメロディが氷の上のミュージカルとして再現されます。



Disney characters and artwork ©Disney, Disney/Pixar characters ©Disney/Pixar

■日時 7月16日(日)18:00
■会場 幕張メッセ 幕張イベントホール
■料金 S席大人6,300円 → 会員 4,800円
S席子ども5,200円 → 会員 3,900円
■申込締切 5月31日(水)

※2歳以下は大人1名につき1名までひざ上無料(席が必要な場合は有料)
※子ども料金は3歳以上小学校6年生以下

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 5月1日(月)～12日(金)17:00
※申込多数の場合は抽選
- 当選結果 5月17日(水) サービスセンターホームページに掲載
- 残席受付 5月19日(金)以降 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:5月23日(火)以降 発送:5月24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

■2017年千葉ロッテマリーンズ主催 公式戦 [6～7月]

月	日	時間	対戦カード	月	日	時間	対戦カード
6月	1日 [木]	18:15	阪神	7月	1日 [土]	14:00	北海道日本ハム
	6日 [火]	18:15	中日		2日 [日]	14:00	北海道日本ハム
	7日 [水]	18:15	中日		4日 [火]	18:15	楽天
	8日 [木]	18:15	中日		5日 [水]	18:30	楽天
	9日 [金]	18:30	東京ヤクルト		17日 [月・祝]	17:00	オリックス
10日 [土]	14:00	東京ヤクルト	18日 [火]	19:00	オリックス		
11日 [日]	14:00	東京ヤクルト	28日 [金]	18:15	埼玉西武		
30日 [金]	18:15	北海道日本ハム	29日 [土]	17:00	埼玉西武		
				30日 [日]	17:00	埼玉西武	

※8月以降の観戦券は、次号のゆるり誌面にて募集します。

特典

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、**オフィシャルイヤーブック2017**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 [6～8月]

月	日	時間	対戦カード
6月	10日 [土]	13:00	アビスパ福岡
7月	1日 [土]	18:00	大分トリニータ
	8日 [土]	18:00	カマタマーレ讃岐
	22日 [土]	18:00	ツエーゲン金沢
8月	11日 [金・祝]	18:00	レノファ山口FC
	16日 [水]	19:00	湘南ベルマーレ
	26日(27日) [土(日)]	未定	FC岐阜

※9月以降の観戦券は、次号のゆるり誌面にて募集します。

- 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 2席単位
※同じ日に2席以上のお申し込みはできません。
- 申込数 会員1名につき、2試合まで

「ゆるり」2017年3-4月号(3月1日発行)15ページ、「美弥和」様の住所に誤りがありました。
誤) 千葉市中央区2-2-8 → 正) 千葉市中央区中央2-2-8
読者の皆様ならびに関係の皆様にご迷惑をお掛けしましたことを深くおわびし、訂正いたします。

おわびと訂正

- 助成額
会員・登録家族 掲載料金から**1,500円**引き
- 友人 掲載料金から**500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)

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です。
- 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 YOMIURI TRAVEL SERVICE
観光庁長官登録旅行業第91号
旅行業公正取引協会 日本旅行業協会 協賛会員

お問い合わせ・お申し込みは

千葉営業所

〒260-0013 千葉市中央区中央3-3-1フジモト第一生命ビル
総合旅行業務取扱管理者 / 高野 智之

☎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。
◎添乗員同行
●最少催行人員35名

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行程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BYKMT

コースNo.
155-0558-99
日帰り

弊社こだわり農園でさくらんぼ狩り&ローストビーフランチ

なんと! 9割以上が2し・しの大玉さくらんぼ!

清里高原大粒さくらんぼ狩り

人気No.1
品種
紅秀峰

7/1～7/7中旬頃
8g～12g位
糖度18～21度以上!
甘味酸味バランスが良い

人気No.2
品種
佐藤錦

7/7中旬頃
7g～11g位
糖度17～20度以上!

厳選さくらんぼ農園のこだわり!!

「スターボックス・シート」は2席単位
「スプラッシュ・シート」は1席単位
※同じ日に異なる席種でのお申し込みはできません。

申込数

会員1名につき、土日祝日2試合・平日3試合まで(最大5試合)

11,000円～12,000円

■旅行代金(おひとり様)

出発日	乗車地 ※各地7時発～8時30分発予定 最終日程表でご確認下さい。	旅行代金(大人・小人/お一人様)
7月 2日(日)・7(日)	京成成田・JR酒々井・京成佐倉・JR佐倉・勝田台	11,000円
6月 25日(日) 7月 5日(水)・8日(土)・11日(火)	JR津田沼・京成津田沼・西船橋・市川市役所	
6月 24日(日) 7月 10日(月)・16日(日)	木更津・袖ヶ浦BT・姉ヶ崎・五井	
6月 24日(日) 7月 10日(月)・16日(日)	四街道・都賀・千葉・稲毛	
7月 5日(水)	新鎌ヶ谷・初富・馬込沢・高根公園・北習志野	
7月 3日(月)・9日(日)	銚子・旭・匝瑳市役所	12,000円
7月 3日(月)・9日(日)	JR茂原・茂原市役所・大網	
7月 3日(月)・9日(日)	東金・山武市役所	

1 各地ー北杜市(昼食)ーサントリー白州蒸溜所(ウイスキー博物館・ファクトリーショップなど自由散策。ガイドツアーではないので工場見学はございません)ー清里高原(さくらんぼ狩り30分園内食べ放題)ー各地(18時～19時着予定) ※気候により品種の時期が前後する場合がございます。 ※行程の順番は変更になる場合がございます。

Yururi 12

全国共通お食事券 東日本復興支援ジェフグルメカード

■割引料金 1セット(500円券×10枚)を **4,200円**

■あつ旋数 500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。

●詳細は <http://www.jfcard.co.jp/>

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。



※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。

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。

■利用期間 5月26日(金)～11月25日(土)

■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

■あつ旋数 15冊

●詳細は <http://www.central.co.jp/>

NEW!

りらくる ギフトカード



オールハンドのもみほぐし、「りらくる」全店舗でお使いいただけるギフトカードです。

■利用期間 2018年4月30日(月)まで

■割引料金 1枚 **2,600円**
(定価3,210円)

■あつ旋数 30枚

※会員お一人につき2枚までお申し込みが可能です。

●詳細は <https://riracle.com/>

ちば勤労市民ニュース

—— 事業主の皆様へ ——

市内中小企業の人材育成のための研修費の一部を助成します

「千葉市中小企業人材育成研修費補助金」は、市内中小企業の人材育成の促進を図るため、市内中小企業の経営者又は従業員が、業務に必要な技術や知識を習得するために必要な各種研修制度を利用した場合に、その経費の一部を助成する制度です。

1 補助対象者

- (1) 中小企業基本法第2条に規定される中小企業者
- (2) 市内に事業所があり、その事業所に所属する従業員が研修を受講する事業者
- (3) 市税の滞納が無い事業者
- (4) 暴力団もしくは暴力団員と密接な関係を有する者でない事業者

2 補助対象事業

下記機関で実施する研修の受講料となります。

- (1) 高度ポリテクセンター、ポリテクカレッジ(千葉・成田キャンパス)、ポリテクセンター(千葉・君津)が開講する、企業を対象とした在職者向け能力開発セミナー。
- (2) 市内大学が実施する、企業を対象とした在職者向け研修。
- (3) 2の(1)、(2)の研修等の受講でも、他の機関から補助金等を受けて受講する研修は対象外です。

3 補助金額

- (1) 中小企業者1社あたり、**補助対象経費×1/2。上限5万円まで。**
- (2) 申請回数は、**中小企業者1社あたり、各年度1回まで。**
- (3) 予算額に達し次第、本補助事業は、終了します。

◆補助金の詳細は、下記URLをご確認ください。

<http://www.city.chiba.jp/keizainosei/keizai/kikaku/koyo/chushokigyo-kenshu-hojokin.html>

【補助金の申込みやお問い合わせ先】

千葉市 経済農政局 経済部 経済企画課 雇用推進室
〒260-8722 千葉市中央区千葉港1-1
電話：043-245-5278 FAX：043-245-5558

会員限定特別価格であつ旋

ガイドブックP5
郵送助成対象



■受付期間 **温浴施設/セントラルスポーツ/りらくる** 5月1日(月)～11日(木)17:00 先着順 ※「湯けむり横丁」は通年受付

ジェフグルメ 5月8日(月)～11日(木)17:00 先着順

■申込用紙 **温浴施設/りらくる** ガイドブック巻末16「あつ旋申込用紙 B欄」 **ジェフグルメ/セントラルスポーツ** 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：**5月23日(火)以降** 発送：**5月24日(水)予定**

NEW!

笑がおの湯(千葉寒川店)入館回数券

2種類の浴室は、女湯と男湯で毎日入れ替わり、楽しさも2倍です。生薬が溶け込んだ「薬湯風呂」や、血行と代謝を促進する「高濃度炭酸泉」など、人気のお風呂でリフレッシュ。



■利用期間 2018年4月30日(月)まで

■割引料金 大人 入館回数券1冊(10枚) **5,200円**
(通常料金)大人(中学生以上)6,300円 ※平日・土日祝日・特定日共通

■あつ旋数 30冊 ■所在地 千葉市中央区寒川町2-147-1

●詳細は <http://www.com-keisei.co.jp/egaonoyu-samugawa/>

大江戸温泉物語 浦安万華郷入浴券

天然温泉など38のお風呂が楽しめる県下最大級の温泉テーマパーク。男女で一緒に楽しめる水着混浴露天ゾーンは大人気。7つのお食事処や、エステ、ゲームコーナーも充実。新浦安駅より無料シャトルバスあり。



■利用期間 発行日から1年間

■割引料金 大人券1枚 **1,300円** ※平日・土日祝日・特定日共通
(通常入館料)大人(中学生以上)平日1,748円/土日祝日2,072円/特定日2,396円

■あつ旋数 20枚 ■所在地 浦安市日の出7-3-12

●詳細は <http://www.oedoonsen.jp/urayasu/>

湯楽の里(①市原温泉 ②船橋温泉 ③酒々井温泉)入浴券

古き良き木造づくりのレトロな銭湯をイメージした施設に、近代的な設備を配したスーパー銭湯型温浴施設。天然温泉や露天風呂、岩盤浴など多彩な湯が楽しめます。



※写真は市原温泉

●詳細は <http://www.yurakirari.com/>

■利用期間 2018年5月31日(木)まで

■割引料金 大人券1枚 **①②700円 ③850円**
※平日・土日祝日・特定日共通

(通常入館料)大人(中学生以上) ①平日790円/土日祝日・特定日890円
②平日670円/土日祝日・特定日820円
③平日880円/土日祝日・特定日1,000円

■あつ旋数 各15枚

■所在地 ①市原市古市場329-1 ②船橋市山手3-4-1
③印旛郡酒々井町飯積1-1-1

アクア・ユーカリ入浴券

お風呂はバラエティーに富んだ全19種類。本場紀州から直送の備長炭を使った「紀州備長炭風呂」や、湯治療法を再現する「人工ラジウム温泉」など、素材にとことんこだわったお風呂で、心と体を癒やします。



■利用期間 2017年12月31日(日)まで

■割引料金 大人券1枚 **1,200円** 小人券1枚 **800円**
※平日・土日祝日共通

(通常入館料)大人(中学生以上) 平日1,620円/土日祝日1,950円
子ども(4歳～小学生) 全日1,080円

■あつ旋数 各15枚 ■所在地 佐倉市ユーカリが丘3-2-1

●詳細は <http://www.aquayukari-web.com/>

湯快爽快「湯けむり横丁」みはま施設利用券

美肌や疲労回復などに効果のある美浜温泉(人工温泉)で疲れを癒やしませんか。お風呂上がりには、昭和レトロの雰囲気が漂うお食事処で、季節のお料理をご堪能ください。



■利用期間 発行日から1年間

■割引料金 大人券1枚 **500円** ※180円相当のソフトドリンク券付き
(通常入館料)大人(中学生以上) 平日650円/土日祝日750円
子ども(3歳～小学生) 平日350円/土日祝日400円

■所在地 千葉市美浜区新港32-6 ミハマ・ニューポート・リゾート2号棟

●詳細は <http://www.yukaisoukai.com/mih/>



▲じっくりと話し合っただけで、一人一人に最も合う治療法を選ぶ

「歯医者は痛くて怖いから行きたくない、そう思っている方はたくさんいます」と、語るのが平山歯科医院・院長の平山明さんだ。恐怖心を抱えたまま、やっとの思いで病院にたどり着いた人の不安感を取り除き、リラックスして診察を受けてもらいたいと、同院では、多様な方法で無痛治療を行っている。

平山院長は、歯科大学卒業後、大病院や企業で歯科麻酔医として勤務。平成8年に現在の場所に開業した。

「できるだけストレスの少ない方法で治療できるよう、患者さんと十分話し合ってから治療方針を決めています」と、話す。まずは、じっくりと時間を掛けて苦手なことや心配事を聞き、不

ゆったりと丁寧に
ストレスのない無痛治療

医療法人社団 仁静堂
平山歯科医院

DATA

千葉市中央区中央3-12-3
仁静堂ビル2F
TEL 043-223-0808
診療時間 9:00~13:30
14:30~18:00
※第2・第4土曜日は9:00~16:00
休診日 木曜・日曜・祝日
http://www.jinseido.jp/



▲定番の大皿料理8品コース(サラダ、ガーリックトースト、フレンチフライ、オードブルの盛り合わせ、アヒージョ、季節の魚、肉、パスタまたはリゾットで1人2,500円)。プラス1,500円で飲み放題が付く

自家製ビストロ料理と
ワインを気軽に楽しむバル

ワインと本格的な料理が楽しめる店、Inage 海岸バル JAM は、昨年10月にリニューアルオープンした。

こだわりの、手間暇掛けて作る本格的なビストロ料理。野菜は大田から、鮮魚は築地から毎日直送されてくる。一番人気は、しつかりと食べたい人向けの、牛ハラミステーキ&フリット。問屋から直接仕入れた赤身肉200gを、オーダーを受けてから焼く。表面を高温で焼き上げること

イナゲ
Inage 海岸バル
JAM



▲オーナーの植草覚さん(右)とスタッフの皆さん。バーカウンター、パーティーで区切られたボックス席、掘りごたつ席などがあり、デートや女子会、ファミリーなど、さまざまなシーンで楽しむことができる

「リニエールして間もないので、料理とワインで大いに満足してもらえれば、常連のお客を増やしていきたいですね」と、オーナーの植草覚さんは目標を掲げる。

「今後も、より充実した診療を行っていききたい」と、平山院長は語ってくれた。

DATA

千葉市美浜区高洲3-2-16
ラピュタビル2F
TEL 043-270-3308
営業時間 17:00~24:00
(LO23:30)
定休日 月曜日(祝日・祝前日の場合は翌火曜日が休み)



新規入会事業所をご紹介します!

事業所名	所在地	業種
学研 加曾利教室	千葉市若葉区加曾利町946-16	サービス業
(株)Implement	千葉市中央区中央4-5-1 ぎぼー14階 10号室	サービス業
幕張クリニカルカイロ施術院	千葉市花見川区幕張本郷7-20-23 スリーゼA 2号室	その他
美容室 YOUの店	千葉市緑区誉田町2-24-230	サービス業
(有)美麗	千葉市中央区東千葉1-1-19	サービス業
(株)関東一ータルライフサポート	千葉市稲毛区稲毛東3-16-24	サービス業
(株)美容室EMi	千葉市花見川区長作町1265-5	サービス業

加入状況

事業所数 / 721 会員数 / 5,373 (平成29年4月1日現在)

事業所名	所在地	業種
Active	千葉市花見川区花園3-11-9	サービス業
Cut Perm みなみ	千葉市中央区松ヶ丘町202	サービス業
ゆたか美容室	千葉市中央区福荷町10-1	サービス業
美容室 ゆう	千葉市美浜区高洲1-1-10	サービス業
東原産業(株)	千葉市中央区出洲港15-27	製造業
SM美容室	千葉市花見川区花見川3-26-105	サービス業
ビューティサロン イナミ	千葉市緑区誉田町2-20	サービス業
誉田おもいやり保育園	千葉市緑区誉田町2-23-290	その他

● 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。(入会順、敬称略)

おいしく健康的な、本物の薬膳火鍋を
食を通じて、中国と日本をつなげていきたい

【第34回】薬膳火鍋 九里香



りょうどう
店主 劉 涛さん

モットー
人との縁を大切に

たくさんの人に助けられ、支えられて、今の私と店があります。

1 自分のお店を持ちたいと思ったきっかけは?

私は2002年に中国の大学を卒業後、留学生ビザで来日しました。新聞配達をしながら日本語学校に通った後、マルチメディア関係の専門学校を卒業し、エンジニアとして10年間働きました。この間、苦手だった英語の勉強をしたり、日本語検定1級を取ったりと充実していたのですが、だんだん会社組織の中で働く限界を感じ始めていました。自分で起業したい、やるなら時代が変わっても必要とされる食に関することだと考えました。

3年ほど前から、まだ千葉では少ない火鍋の専門店をやるうと少しずつ準備を始め、食べ歩きをしたり、薬膳の資格を取ったり、中国の四川にある火鍋料理の専門学校に通ったりしました。いろいろな人に助けられて、3月にオープンすることができました。

2 千葉でオープンしたのはなぜですか?

2007年から稲毛海岸に住んでいたのですが、起業するに当たってインターネットでいろいろ調べ、千葉市産業振興財団が主催する創業者研修があると知って参加しました。ここで出会ったセミナーの先生たち、創業者仲間、先輩たちの応援があって実現できたことと感謝しています。店の場所や、内装工事の依頼先も皆さんに紹介してもらったのです。

3 お店や料理の特色は?

ナツメ、クコの実、竜眼など20種以上の薬膳を使用し、5段階の辛さのスープで、50種以上のトッピングを用意しています。薬膳は生薬を用い季節ごとに配合を変えていて、おいしくかつ健康的です。ラー油、辛みそなどの調味料も自家製で、食材にはこだわっています。若い女性スタッフの意見を取り入れながら、トッピングの食材を個別包装し、取り分けしやすく衛生的な工夫もしました。



▲味もオペレーションも日々改善



▶衛生的に個別包装された食材を自分で取るシステム(食べ放題コース注文時)

4 今後の課題や目標をお聞かせください

鍋料理はオペレーションがしやすく、誰でも一定の味が出せるメリットがありますが、まだまだ調理台周りや収納など動線の改善点があるので、なるべく早く、スタッフがスムーズに動けるように修正し、メニューを増やしていきたいですね。

日本の飲食店の接客は、高級店でなくても世界一だと思うので、接客サービスでも世界に通用するレベルにしたい。食を通じて、日本と中国をつなげていくような事業展開をしていくことが目標です。

薬膳火鍋 九里香

業務内容 薬膳火鍋の調理・提供

住所 / 千葉市中央区富士見2-12-1 虎屋ビル2F
TEL / 043-225-6668 営業時間 / 11:00~23:00 年中無休

『創業者研修』とは

(公財)千葉市産業振興財団が主催する研修で、創業時に必要な基礎知識から事業計画書の策定までを習得し、創業の実現を目指す全5回の実践的研修です。全日程修了者は、法人設立時の登録免許税の軽減など、創業時にさまざまな優遇を受けることができます(千葉市の特定創業支援事業)。※平成29年度:6/3~7/1、9/16~10/14 毎週土曜日開催予定



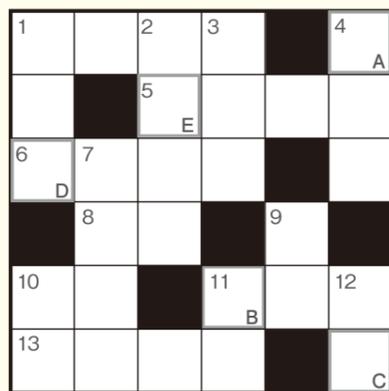
千葉市内に特化したガイドブックなどはあまりないので、千葉市内のお店や見所の紹介を楽しみにしています！ (中央区・MTさん)

以前、新検見川に住んでいました。ぶらっとウォーク、懐かしく拝見しました。あのサンドイッチ屋さんがまだ、頑張っているんですね。(稲毛区・NK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
かりてんば

タテのカギ

- 1 そらで覚えること
- 2 正直すぎて気の利かないこと
- 3 ⇨創造
- 4 涼しい土地に一時移り夏の暑さを避けること
- 7 材料にあらかじめ調味料や香辛料で味を付けること
- 9 度を過ごすこと
- 10 ⇨権利
- 11 ボーカロイドキャラクターの初音〇〇
- 12 小人の〇〇屋

ヨコのカギ

- 1 乱層雲の俗称
- 5 ⇨全国紙
- 6 まれで少ないこと
- 8 机。テーブル
- 10 歯車。道具
- 11 ⇨既読
- 13 モーツァルト作曲「アイネクライネナハト～」

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。

【個人情報の取り扱いについて】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) キッチン圓 MARU
「ランチセット200円割引券」[5名様]
- (B) (P06) カフェ・ル・グレ
「好きな焼き菓子1品引換券」[10名様]
- (C) (P06) 珈琲とワインのある暮らし 25
「チョコレートのテリーヌ引換券」[5名様]
- (D) (P17) inage海岸バルJAM
「タバスの盛り合わせ引換券」[5名様]
- (E) (P18) 国立西洋美術館
「アルチンボルド展招待券」[ペア5組]
- (F) (P20) 『おもしろ列車旅』[5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「身近なプレーパークに出掛けてみよう!」(P3)
2. ぶらっとウォーク(P6)
3. フロントニアのとびら(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 6月15日(木)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

日本は世界有数の長寿国です。しかし、長生きしても病気や不調と闘う期間が長くなれば、生活の質は大きく損なわれます。WHO(世界保健機関)が2000年に「健康寿命」という概念を提唱したことに続き、厚生労働省も健康寿命を「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定義付け、平均寿命と健康寿命の差をできるだけ小さくすることを目標に掲げています。

健康寿命を延ばすために、まず重要なのは一次予防の考え方です。病気になってから治すのではなく、病気にならないようにする対策を、一人一人が考える必要があると言えます。「体のメンテナンス」「健康増進」「発病予防」などの視点を持ち、ライフステージに合わせた健康づくりを心掛けましょう。規則正しいバランスの取れた食事、適度な運動や社会参加、健康診断の定期的な受診も、健康維持の重要な一要素です。

また、個人の健康は、家庭や学校・職場・地域社会など社会環境の影響を大きく受けるので、幅広い視点からの健康対策の

健康寿命を延ばすために

ライフステージに合わせた健康づくりを

環境整備が求められます。これが、政府が推進する医療・介護・予防・住まい・生活支援を一体的に提供する「地域包括ケアシステム」です。健康寿命の延伸は、個人のみならず、地域で、社会全体で取り組むべき課題でもあると言えるでしょう。

現在、日本の高齢者たちには約10年にもわたって介護が必要な状態が続いており、それに伴って介護者の金銭的負担や身体的・精神的負担が生じている現実があります。同時に、医療給付費は、年金を超える規模になると予想されています。健康寿命の延伸が達成されるほどに、それらの負担は軽減され、個人や家族の生活もより充実したものになります。あなたもいきいきとした人生を送るための第一歩を踏み出してみませんか。



監修/千葉市保健所 山口淳一

CULTURE INFORMATION

EXHIBITION

Present
P19

アルチンボルド展

見るほどに、謎が謎を呼ぶ

ジノ・ペレグーニ「アルチンボルド」(1563年油彩、板マドリード、王立アルチンボルド美術館蔵) © Museo de la Real Academia de Bellas Artes de San Fernando, Madrid



16世紀後半、ウィーンとブラハのハプスブルク家の宮廷で活躍した画家、アルチンボルド。果物、野菜、書物や魚が組み合わされた、奇想あふれる作品の数々を、日本で初めて本格的に公開する。謎解き気分、一つひとつの絵画を味わってみて。

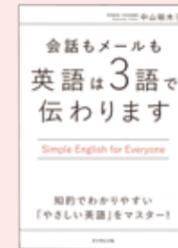
- 会 期 6月20日(火)～9月24日(日)
- 会 場 国立西洋美術館
- 開館時間 9:30～17:30(入館は閉館の30分前まで)
※金・土曜日は20:00まで
- 休 館 日 月曜日、7月18日(火)
※7/17、8/14、9/18は開館
- 前売料金 一般1,400円、大学生1,000円、高校生600円
※中学生以下、障がい者手帳をお持ちの方と付き添いの方1名は無料
- 問 合 せ ハローダイヤル 03-5777-8600

BOOKS

会話もメールも英語は3語で伝わります

苦手意識を変える

特許英語、論文英語の翻訳者で大学講師も務める著者が、学校英語を実用に変換するコツを説く。論理構造が語順などの言語特性と不可分であることは知られているが、違いを知って発想を変えるのが早道。コツを使えば、日常英語もシンプルに通じやすくなる。英語を磨き上げるために、いくつかの構文と慣用句など、捨ててよいとするものが結構ある。一方、使える相づち、万能な動詞など新たに覚えるべきものはそうないので、一読しておいて損はない。



著/中山裕木子
ダイヤモンド社/1,620円

CINEMA

追憶

映像表現で奏でる精神性

日本海、立山連峰、間垣の集落など、風情ある北陸の景観を背景に展開するヒューマンサスペンス。一つの殺人事件をきっかけに、刑事、被害者、容疑者として25年ぶりに再会したのは、幼なじみだった。彼らの過去に何があったのか。それぞれの人生が再び交錯し、運命の歯車を回し始める。

追憶

©2017映画「追憶」製作委員会

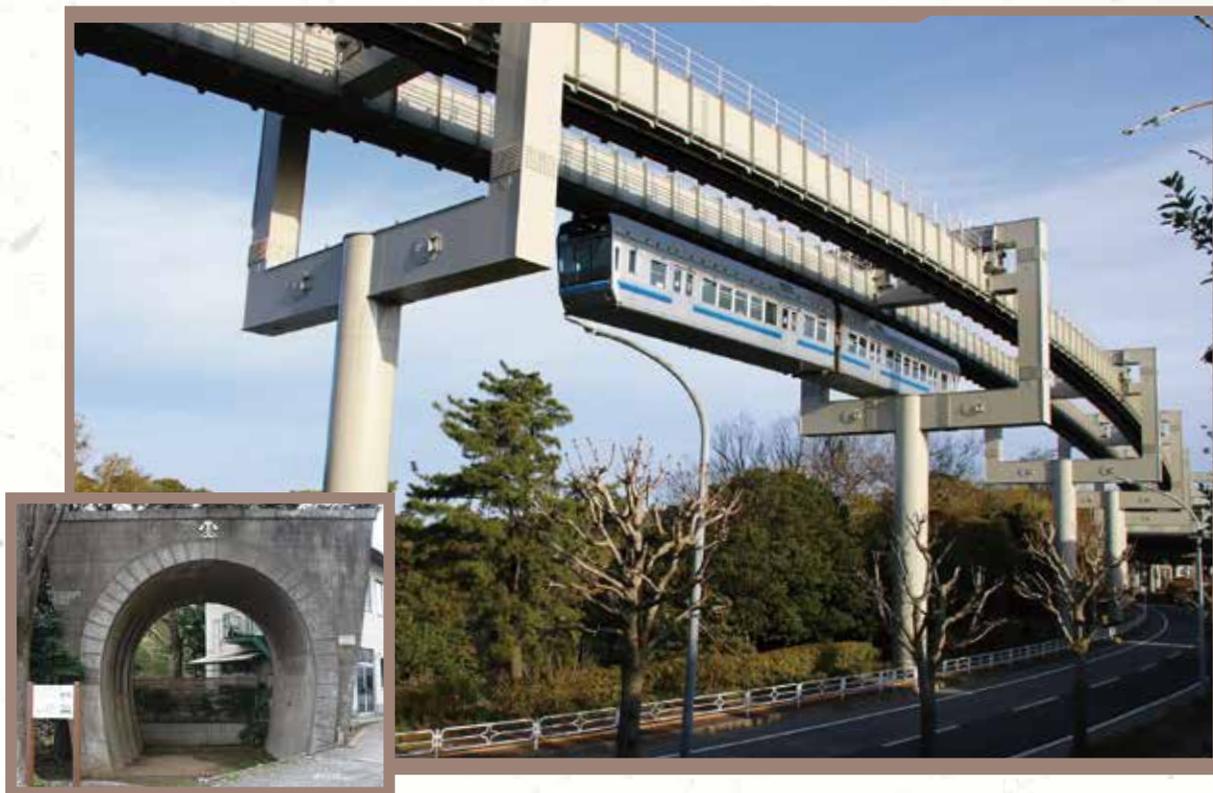
出演/岡田准一、小栗旬、柄本佑、長澤まさみ、木村文乃、安藤サクラ、吉岡秀隆 ほか
監督/降旗康男 撮影/木村大作
原案・脚本/青島武、瀧本智行 音楽/千住明
©5月6日(土)より全国東宝系にてロードショー



軍都の歴史を物語る鉄道遺構

千葉公園駅 (千葉市中央区)

写真・文= 谷崎 竜



千葉モノレールは、懸垂式モノレールとしては世界一の営業距離(15.2km)を誇る。道路上に敷設された高架軌道ならではの車窓景観も魅力だ。

2号線(千城台行き)のモノレールで千葉駅を出発すると、JR 総武本線をオーバークロスし、やがて左車窓に、綿打池を中心とした緑豊かな千葉公園の敷地が広がる。千葉モノレールでも屈指の展望区間である。

この付近は明治後期から、戦地の鉄道の敷設・保守・修理などを担った「陸軍鉄道連隊」が置かれていた。かつて千葉と津田沼を結んだ演習用鉄道が、現在の公園敷地内を通過していたという。

次の千葉公園駅に着く直前、左手眼下を奇妙なコンクリートの「トンネル」が過ぎる。鉄道連隊がトンネル工事演習用に建造したもので、竣工は1931(昭和6)年。トンネル上部にはレールと斧をあしらった鉄道連隊の

マークが記される。

綿打池の周囲には、架橋演習で使用した橋脚(高さ約4m)も現存し、トンネルとともに、軍都・千葉の面影を後世に伝えている。

戦時中から時が止まったかのような鉄道遺構のわきを、近代文明を象徴するようなモノレールが走り抜けていく。ここは新旧の「千葉の風景」が共存し、町の変遷が感じられる場所である。



千葉公園駅

【アクセス】千葉駅から千葉モノレールで約2分。またはJR総武本線東千葉駅から徒歩10分。

お知らせ
最新刊
『おもしろ列車旅』
出ました!



Present
P19

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『おもしろ列車旅』(イカロス出版)。

2017年3月29日発売 1,728円(税込)