

行徳新聞

Gyo-toku

Vol.2295

コミュニティペーパー

2025.3.28号

Since 1976

地域情報サイト

「ベイちばInfo」公式LINE お友だち登録募集中



セルセライトニングで
理想の白さと美しさを

初めての方はこちら
市川市行徳駅前2-9-26 2001ビル202
https://iryowwhiteningbell.net/

医療ホワイトニング | BELL

創刊/昭和51年4月15日 ■発行/株式会社 市川市相之川3-2-13 TEL (047) 396-2211

行徳地域から2組が受賞! 「第18回市川市景観賞」決定

「第18回市川市景観賞」の授賞式が2月4日(火)、市川市役所第1庁舎で行われ、本間和義副市長から行徳郷土文化懇話会(峰崎進会長)と関東山 徳蔵寺(赤塚祐道住職)に表彰状が贈呈された。

同賞は良好な景観づくりに貢献する活動を行っている個人や団体を表彰する制度で、平成19年にスタートし、これまでの受賞者は



今年を含め計78組。行徳郷土文化懇話会は、行徳・南行徳地区の歴史・伝統の継承や啓蒙活動が認められ、「啓発部門」で表彰された。同会は札所巡りや塩・海苔づくり体験会、行徳の歴史・文化の講座などさまざまなイベント開催や、会報誌を復刊して次世代へつなぐ活動にも尽力するなど、長年、地域の文化や魅力を発信してきた。

今回の受賞について峰崎会長は「行徳郷土文化懇話会は、行徳・南行徳地域の歴史と文化の継承を担っており、その活動を地域の皆さんにお知らせできて大変うれしく思います」と話す。

徳蔵寺は昭和56年の本堂落慶以降、継続的に行ってきた伽藍整備の活動が評価され、「建築・まちなみ部門」での受賞となった。本堂・山門には後藤神興の職人が施した彫刻を旧本堂から移設。木造での建物整備や伝統的な造りを採用することで歴史・文化を感じられ、地域の景観形成に寄与している。



今回の受賞をきっかけに、地域の景観や文化・歴史に改めて触れてみてはいかがでしょうか。

市川市の海の恵みを販売 水産物販売会

3/30

3月30日(日)、市川市で収穫される水産物の販売会がいちかわ観光物産インフォメーションで実施される。ホンビノス貝や海苔など市川市の海の恵みを味わえるチャンス。

会場のいちかわ観光物産インフォメーションでは、市川市内の

観光情報も随時発信している。
▽3月30日(日)AM11~PM3
※商品が無くなり次第終了
▽いちかわ観光物産インフォメーション
▽申し込み 不要
▽問い合わせ ☎047-711-1142 /市川市 観光振興課

シリーズ 糖尿病の 貝原益軒の江戸時代の養生訓とは? 江戸時代の健康指図書

「養生訓は吉野時代に貝原益軒(1630-1714)が著した健康法・養生に関する指図書ですがその内容は、食事の節制・適度な運動・ストレス管理」など現代の健康法に通ずる部分が多く見られます。

例えば、
①養生は未病のうちに行うべし(病気になる前、日常頃から健康管理に努めるべし)。
②食事を慎む(節制)：腹八分目を守る(食べすぎることによる老化を早める原因。消化の良いものを食べ、過度な飲酒を控える。旬の食材を摂るべし)自然の摂理に従う。
③早寝早起きを心がけ、朝日を浴びる。夜更かしは老化を早める(自然のリズムを太

陽の動きに合わせて生活を推奨。
④適度に体を動かすこと運動不足は老いを早め、過労もいけない。
⑤入浴で身体を清潔にし、病気を防ぐ。
⑥心の持ち方。怒らずストレスを溜めない(怒りや憂いは「気」を乱し、老化を早める)。楽観的に生きる心を平穩に保つ。
⑦読書や趣味を持つ(知的な活動を続けることが老化を防ぐ)。

これらにより、避けては通れない老化(老いのスピードを遅らせることが出来る)ともいわれています。現代でもこれらの教えは科学的に正しいとされています。

「老後は若い時の10倍の速さで時が過ぎてゆく。1日を10日とし、10日を100日として楽しみ、無駄な日を削ぎ落す」とい

糖病内科
わたなべ糖内科クリニック
診療時間 9:00~12:00 15:00~18:00
休診日 木曜・土曜午後・日曜・祝日
※完全予約制。紹介状をお持ちの方のみ受付。
☎047-306-7570 https://watanabe-dm.com/ 行徳駅前1-26-4-1F

あおば歯科 第100回 連載100回目にあたって

この度、連載記事も100回目となりました。当院も妙典駅前が開業して25年目となり、四半世紀とも言えるこの年月を、変わらぬ迎えることができるのも、ひとえに当院を信頼して受診していただいているこの地域の患者さんのおかげです。

また歯科技工所や歯科材料商社、スタジオ、明光企画さん、その他の関係者の皆さんのおかげにも感謝いたします。

当院は開業当初から患者さんの立場に立った治療を診療理念としており、スタッフ一同力を合わせて良い治療

を行い、地域の歯科診療に貢献することを目指して考えています。患者さんの受診しやすい遅くまでの診療時間や、今では一般的なキッズルームも開業当初から設置し、また当院では診療中にお子さんを預かりすることも先駆けて行ってまいりました。

今では大きくなったかつての泣き虫さんたちも立派に一人を通院したり、結婚してお子さん3世代で通われています。患者さんも多く、この流れを感じます。これからも当院は変わらぬ地域で一番信頼できる医院を目指して精進します。

あおば歯科 保育士常勤 夜9時まで
クリニック
一般・小児・矯正・口腔外科・審美・インプラント
診療 10:00~13:00, 15:00~21:00 (土曜18:00まで)
休診 木・日・祝
☎047-399-0118 ★妙典駅 目の前 妙典4-3-27
http://www.aoba-shika.com/

院長 百目木 秀敏

歯の健康は全身の健康にもつながるので、皆さんもぜひかかりつけの医院に定期的にご受診ください。

(医療法人社団健秀会 あおば歯科クリニック 院長 百目木 秀敏)

うちのブロック塀は大丈夫?

地震や思いもよらない強風で倒壊する恐れがあります

自分で行える
ブロック塀の点検チェックポイント

- ①塀は2.2m以下か
- ②塀の厚さは10cm以上か
- ③控え壁はあるか(塀の高さが1.2m超の場合)
- ④コンクリートの基礎があるか
- ⑤塀に傾き、ひび割れはないか

①~⑤をチェックして気になること、分からないことがあればご相談ください

例年、市川市では道路に面した危険なブロック塀の除去費用の一部を助成する制度があります。(資格や条件を満たしている場合) 詳細は4月に発行される冊子をご覧ください。

全面改修・配管改修・外壁塗装・その他各種工事承ります

おかげさまで48年・無借金安定企業 各種リフォームローン取扱店

(株)リフォーム青山
【行徳店】
市川市湊新田2-2-21
営業時間 9:00~18:00
TEL 047-396-6255

【通話無料・お客様専用ダイヤル】
0800-222-4111

【行徳駅前】
市川市相之川3-2-13
TEL 047-396-2211

●資本金8,000万円 ●千葉県知事許可(特-3)第32323号
●当社は国土交通大臣登録団体の組合員です

エタンツール視神経症のリスク

今回はエタンツール視神経症についてお話させていただきます。エタンツール視神経症は、抗酸菌治療薬であるエタンツールという薬剤による副作用の一つで、この薬剤が視神経へ移行することによって生じます。エタンツール視神経症の発症頻度は数%ですが、薬剤の投与量や投与期間によって異なり、一般的に1日あたりの投与量が25mg/kg以上、もしくは総量100,400gで視神経の発症率が高くなるとされています。特に60歳以上の方や腎機能障害を発見・治療開始が重要になります。投与を中止すると、中止後1~3カ月間はさらに進行してしまいます。視力・色覚・視野は数カ月から1,2年で徐々に改善してきます。しかし、進行

高血圧・貧血・糖尿病などがある方は生じやすく、腎臓で排泄される薬剤の濃度が上昇しやすいため、自覚症状として、両眼の視力低下・霞んで見える・色覚異常・視野狭窄があり、最も早期に出てくる症状は色覚異常です。ただし日常生活を送っている上では気づかないことが多いです。視神経症を発症した場合の対応としては、エタンツールの投与を中止する事です。中止しないと視機能は悪化し、進行すると不可逆的になり視神経萎縮などを認めるため、早期発見・治療開始が重要になります。投与を中止すると、中止後1~3カ月間はさらに進行してしまいます。視力・色覚・視野は数カ月から1,2年で徐々に改善してきます。しかし、進行

して高度な視神経萎縮に至ってしまった症例には視機能の改善が得られない場合もあります。初期は自覚症状がないため、エタンツールを内服されている患者様は、定期的に眼科での精密検査を受けることが重要です。

セントラル眼科クリニック
一般眼科・日帰り網膜硝子体手術・日帰り白内障手術・緑内障手術・各種レーザー治療・硝子体注射
診療時間 月火水木金土 行徳駅前2-13-16
AM9:00~12:00 〇〇〇〇〇〇〇〇
PM3:00~6:30 〇〇〇〇休〇休
TEL 047-396-6255
休診日:日曜日・祝日 午後休診:木曜日・土曜日
※木曜日午後は手術日のため外来診療は休診
URL https://www.centralganka.com/

株式会社 行徳新聞のホームページ: https://www.meiko-kikaku.co.jp/ Eメール: info@meiko-kikaku.co.jp

行徳で45年

地域に根差した産婦人科の第2章がスタート!

行徳駅前2丁目でおよそ45年の間、12000件以上の出産をサポートしてきた根本産婦人科。「初めてのたまごクラブ」で産婦人科専門医として掲載されたこともある同院が、3月15日から、分娩の取り扱いを終了し、「セミオープンシステム」と呼ばれる妊婦健診と婦人科外来に特化した医院に生まれ変わった。今後、どのように地域の妊婦を支えていくのか、千葉県市川市産婦人科医学会 副会長でもある根本将之院長に話を聞いた。



新たに始める「セミオープンシステム」とは?

簡単に言うと、「妊婦健診をする病院」と「出産する病院」の両方を利用できるシステムです。妊婦健診は当院で受け、希望の産院で出産をします。産院は市内・市外問わずに紹介します。もちろん里帰り出産にも対応可能です。

根本産婦人科ならではの特徴は?

通常は当院がオープンしている9時～17時(水・日祝除く)での対応ですが、それ以外の曜日や時間帯にお腹の張りや出血、強いつわりの症状が出るような場合には、提携先病院での受診が可能な体制

を構築しました。

提携先は、東京ベイ浦安市川医療センター、山口病院(西船橋)、おしおウィメンズクリニック(浦安)です。東京ベイ浦安市川医療センターと山口病院は、同院での出産を検討してなくても受診可。ほかの1院はその医院での出産を希望する人のみ、カルテを作成した上で受診となります。出産前に体調面で不安を抱える妊婦さんは多いですから、少しでも安心していただきたいと思っております。

妊婦健診のほかにはどんな診療をするの?

一般の婦人科外来は、引き続き受診していただけます。生理不順

や子宮内膜症、更年期障害、不妊検査、がん検診、ブライダルチェック、HPVワクチン、MR(麻疹風疹混合)ワクチン、インフルエンザワクチン、避妊相談など各種診療に対応します。地域で長く親しまれてきた医院としていねいな診察を心がけておりますので、気軽に足を運んでください。

産後のケアはしてもらえるの?

母乳相談やベビーマッサージ教室など産後もママたちをサポートします。

市川市と連携し、近いうちに日帰りの産後デイサービスもスタート予定。赤ちゃんと一緒に足を運んでいただき、スタッフが赤ちゃんを見ている間、ママはゆっくりと心と体を休めてください。子育て

に関する悩みについても、相談していただけます。

詳しくは市川市や当院のホームページでお知らせしますので、詳細が決定するまでもう少しお待ちください。

妊婦・ママたちへメッセージ

行徳で45年、開院の頃に出産した人々の中には、当院で孫が生まれた方もおります。2代、3代にわたって来ていただけるのは何よりうれしいことです。一方、新しく市川市へ移り住み、周囲に相談できる人がいない妊婦さんやママもいるでしょう。地域に根差し、地域の親子を守りたいと考えている当院だからこそ、お役に立てることがあるはず。気軽に足を運んでください。

お知らせ

当院では、この度、分娩取り扱いを終了し、**妊婦健診(セミオープンシステム)と婦人科外来に注力した診療を始めました。**行徳に開院して45年。これからも地域に根ざした産婦人科クリニックとして、「寄り添い、そばにいること」を大切に歩いてまいりますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。

院長 根本 将之

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00-11:40	●	●	×	●	●	●	×
14:00-17:00	●	●	×	●	●	×	×

根本産婦人科

〒272-0133 市川市行徳駅前 2-26-16

☎047-396-3363

HP

休診日 水曜・土曜午後・日曜・祝日

国分・曾谷から八幡まで約10kmを歩いた「第15回市川街歩き」

3月8日(土)、市川街歩きの会(原田良博代表)主催の「第15回市川街歩き」が行われた。

同会は2017年にスタート。当時を振り返り原田さんは「市川市は大きく分けると、行徳地区、本八幡地区、国府台地区、大野地区になる。同じ市内に住んでいても、ほかの地区を知らないことが多い。街歩きを楽しみながら、それぞれの地区の文化や歴史、地理を再発見したいと思い、会を立ち上げた」と話す。

会員は現在約1400人。そのうちの50人がこの日、集合場所の



「道の駅いちかわ」に集まり、雨が心配される中、配られた資料を手に街歩きに出発した。

◇
初めに訪れたのは、秀光人形工房市川店(国分6)。店内には時節柄、端午の節句の五月人形がずらりと並んでいた。すべて、全工程を手作業で仕上げたものだという。

◇
続いて国分川調節池を経て弁天池公園(曾谷2)へ。弁天池は国分高校から東に向かう谷津の頭にあたる所にあり、曾谷貝塚の縄文人が飲料水として利用したといわれている。そしてその縄文人たちの遺した曾谷貝塚(曾谷2)へ向かう。曾谷貝塚は国指定文化財であり、単独の馬蹄型貝塚としては日本でも最大級の広さがある。現在までに人骨や竪穴住居跡、釣り針や石斧なども発掘されており、それらから縄文人たちの暮らしがう

かがえる。

◇
次に訪れたのは、曾谷の領主、曾谷教信が日蓮聖人に帰依して建立したという安国寺(曾谷1)。続いて、その曾谷一族が築いた曾谷城の城跡。城跡は曾谷3丁目緑地にあるが、看板も小さく路地のようなところに行くので、案内なしでは辿りつくのが難しそう。高台になっていて本八幡方面が一望できた。

◇
次の白幡天神社までは住宅街を歩く。50人余りが列になって歩いていると、「何かイベントですか」と声をかけられることも。

菅原道真公と武内宿禰を御祭神とする白幡天神社をお参りしたあと、サイゼリヤ1号店教育記念館(八幡2)へ。

◇
今や国内約1000店舗、海外に

も店舗展開する大企業がこの1号店から始まったと思うと感慨深い。普段は閉まっているが、この日は特別に開館してもらい、当時のメニューなどを見ることができた。

◇
縄文時代から、中世そして現在の市川の再発見を楽しみながら、約10kmを全員で歩いた。「次はどの辺を歩くんですか」。そんな質問が出るほど、参加者一人ひとりにとって充実した街歩きだったようだ。

市川街歩きの会に入会希望者は、同会のフェイスブックを参照のこと。



行徳新聞と一緒に!

チラシをお配りします

1枚 **4.4円** (税込)

★1,000部から承ります

※A4以下 / 1万部未満の料金となります

※1,000部から承ります

料金等、詳細はWEBで

お申込み・お問合せ (株)明光企画 市川市相之川3-2-13

☎047-396-2211

✉meiko_mado@meiko-kikaku.co.jp

住まいと暮らし

「住まい」と「暮らし」に役立つ情報をお届けします。



春休みは親子で片付け

日ごとに暖かさが増し、外出が楽しくなる季節。短い春休みを堪能している家庭も多いと思うが、新年度を迎える前に親子で家の片付けをしてみたいはかたがらう。室内をすっきりとリセットして、新たな気持ちで新年度をスタートさせよう。

物をチェックして見極める

服などの生活用品、学習に必要な教科書やノート、おもちゃやゲーム、手作りの工作や絵…。子育て中の家庭では、いつの間にか増えてしまった子どもの物が室内にあふれてしまいがち。わが子に関する物はなかなか処分しづらいが、収納できずに子ども部屋の床やリビングなどが物だらけになることは避けたい。

そこで、まずは子どもの物を一緒にチェックして、「今使うのか

今は使わないのか」を見極めることから始めよう。

たとえば、3月まで使っていた教科書やノート、学校から持ち帰った工作は「今は使わないもの」、新しく買ったノートや鉛筆は「今使うもの」。小さなころに遊んでいた積み木は「今は使わないもの」、ゲーム機は「今使うもの」という具合だ。

そして2つに分けたら、次は「今は使わないもの」の中から「これからたまたま使うもの」を子どもに選んでもらえば、3つのグループが出来上がる。

グループそれぞれの収納法

3つのグループのうち「今使うもの」は、最も出し入れしやすいスペースに収納したり、置き場所を作る。子ども部屋の机周りや手の届きやすい高さの棚、リビングの子どもの物を置いておくコーナーなど、子ども自身が使いやすい場所を選ぼう。そして、片付ける場所を決めたら、使った後は元の場所に戻すこと。食事の前や就寝前など、子どもに声をかけて片付けを促し、習慣付けることも大切だ。

使う頻度が低い「たまに使うもの」は、箱やケースにラベルを貼って中身を書くなど、どこに何があるか分かるように収納しておけば、必要なときにすぐ取り出せる。文字の代わりにイラストや写真を貼れば文字が苦手な子どもにも分かりやすい。

最後に残った「今は使わないもの」は恐らく処分しても差し支えないものだが、たとえば工作や絵、ノートなどは、子どもよりもむしろ保護者が捨てられないことが多いのでは。教科書もまた見直すこともあるかもしれない。その場合は無理に処分せず、1年間保管して見直しを。

また、作品などは写真や子どものコメント付きの動画で残せばスペースも取らず、いつでも見返せる。ただし、データも撮りっぱなしではなく、フォルダーやアルバムにタイトルや日付を明記するのがおすすめだ。

片付けに必要なものも分かる

子どもの物が片付いたら、学校の書類やプリントの整理もお忘れなく。紙といえども1年経てばかなりの量がたまってしまふ。なんとなく保存していた書類もあるかもしれないので、1枚1枚チェックして不要なものは処分。年度をまたいで必要な書類はファイルに入れ、すぐに提出しなければならないものは冷蔵庫やコルクボードなど目につきやすい場所にとめておくなど、保存方法を変えておけば分かりやすい。紙を増やしたくない場合は書類管理アプリを活用するのも一つの方法だ。

定期的に物をチェックすると、不要なものばかりでなく必要なものも把握できる。絵の具の足りない色はないか、体操着や上履きのサイズは合っているか、傘の骨は壊れていないかなど、子どもと一緒にしっかり確認して、春休み中に補充や準備をしておこう。

片付け方には人それぞれ合う、合わないがある。分類してきちんと収納できる子もいれば、ざっくりとシンプルな動作でないと元に戻せない子もいる。大切なことは、子どものやり方を否定せず、子どもの感性に合わせていくことが大切だ。

※取材協力/リフォーム青山行徳店・竹内良恵さん(ライフオーガナイザー1級)

勝浦ホテル三日月を消毒した会社 現地調査・お見積り無料
業界No.1を目指すスペシャリスト集団!!
 4月1日より移転いたします 代表取締役 矢代秀明
5つの特徴
 ◆最新の薬剤知識を持つ資格保有者が施工
 ◆薬剤の使用は最小限にし、環境・健康を守る駆除を
 ◆害虫の侵入経路を発見・施工することで再発をなくす
 ◆写真つきの効果報告書を提出。施工後の状況改善のアドバイスも
 ◆施工後の無償保証あり。期間中に再発の際は無料施工
 ネズミ・ゴキブリ・ハクビシンの駆除・防除など
ベイトータルサービスジャパン株式会社
 TEL 0120-017-910 TEL 047-397-1341 末広2-17-2
 受付時間 9:30~18:00 土・日・祝定休

備後屋 オススメ! マンション用リフォームプラン 4/30まで

- ① ユニットバス [マンションリモデル ひろがるWY] **特別価格 900,000円**
TOTO Nタイプ1216サイズ 定価:994,500円
- ② 洗面化粧台 [Vシリーズ] **特別価格 100,000円**
TOTO 間口60cm1面鏡 定価:142,600円
- ③ システムキッチン [ラクーエラ] 間口210cm **特別価格 900,000円**
クワナツ スライドタイプ 基本仕様 定価:1,033,000円
- ④ トイレ [アージュ] 手洗いあり 補付きシャワートイレ **特別価格 148,000円**
LIXIL 定価:213,500円
- ⑤ カーペットからフローリングへ **特別価格 150,000円**
LIXIL カナエルク L45防音床
- ⑥ クロス貼替え (250㎡) **特別価格 360,000円**

※価格はすべて材料費・標準施工費・養生材料費・消費税込み!
 ※荷物・家具などの移動費・ルームクリーニング費は別途お見積りさせていただきます。※各商品は一例です。他のサイズ、グレードアップ商品も取り揃えております。詳しくはお問合せください。※本キャンペーンは現金払いのお客様のみとなります。※築年数や購入条件等による価格の変動がありますのでご確認ください。

正社員・パート募集!
 営業・営業補助・内装職人・リフォーム施工管理など募集しています。詳細は弊社HPまで!
 クロス貼替え 畳 ふすま 障子 バス トイレ キッチン 屋根 外壁 大工工事 修繕 住宅設備機器

株式会社 備後屋
 〒750-0001 広島県広島市南区末広2-18-22
 ☎047-358-1333
 創業51年 診断・見積り無料! 各種ローン取扱 備後屋 リフォーム

新築から15~20年、(※立地条件による)
 前回塗装から10~15年が目安です!!
外壁塗装キャンペーン

当社の外壁塗装は、家ごとに適切な事前診断を行ったうえで、下塗り・中塗り・上塗りの3回塗りをしっかり行います。塗り残しをなくし、耐久性・強度を最大限に引き出します。いま外壁が気になる方、見積りだけでも考えている方は、ぜひお気軽にお問合せください。

4月末までのお申し込みで
水洗い(高圧洗浄)を無料施工いたします!
 まずは現地調査の上、無料お見積りを!

設計プランナー募集中! 詳細はお問い合わせください。

二級建築士
 インテリアコーディネーター
 カラーコーディネーター
 愛犬家住宅コーディネーター

マイホーム建築のことなら
株式会社 尾辻工務店
 トクラスリフォームクラブ加盟店
 TOTOリモデルクラブ正会員
 タカラパートナーショップ

増快築《リ・ホーム》なら
ミスタービルド 尾辻
Mr. Build

尾辻工務店 検索 市川市宝2-10-13 ☎0120-399-085

シネマ時刻表

FLOW	1150	1200	1250	1300	1350	1400	1450	1500	1550	1600	1650	1700	1750	1800	1850	1900	1950	2000
お嬢と猫とく	0930	1000	1070	1140	1210	1280	1350	1420	1490	1560	1630	1700	1770	1840	1910	1980	2050	2120
2025	1150	1200	1250	1300	1350	1400	1450	1500	1550	1600	1650	1700	1750	1800	1850	1900	1950	2000
白雲(原)	0940	1010	1080	1150	1220	1290	1360	1430	1500	1570	1640	1710	1780	1850	1920	1990	2060	2130
トリオオムゲーム	1150	1200	1250	1300	1350	1400	1450	1500	1550	1600	1650	1700	1750	1800	1850	1900	1950	2000
高女神探偵 Blue Eye	0935	1005	1075	1145	1215	1285	1355	1425	1495	1565	1635	1705	1775	1845	1915	1985	2055	2125
ふたりの魔女(原)	1650	1720	1790	1860	1930	2000	2070	2140	2210	2280	2350	2420	2490	2560	2630	2700	2770	2840
ふたりの魔女(原)	1800	1870	1940	2010	2080	2150	2220	2290	2360	2430	2500	2570	2640	2710	2780	2850	2920	2990
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640	1720	1800	1880	1960	2040	2120	2200	2280
機動戦士 Gundam Gouundunx-Beginning	0920	1000	1080	1160	1240	1320	1400	1480	1560	1640								

専門医に聞く フッ化物配合歯磨剤を正しく使って、虫歯を予防



健康な口腔環境を保つために大事な「歯磨き」。その際使用する歯磨剤に「フッ化物」(フッ素を含む化合物)が配合されていることが多い。虫歯予防に効果があるとされる「フッ化物配合歯磨剤」の安全性や正しい利用方法について、市川市歯科医師会の新谷明昌歯科医師に聞いた。

フッ化物配合歯磨剤とは

日本では現在、ほとんどの歯磨剤にフッ化物が配合されています。世界保健機関(WHO)でも、年齢を問わずフッ化物配合歯磨剤の使用を推奨しています。でも実際のところ、「歯磨剤っていろいろ種類があってよくわからない?」「体に悪くない?」などという疑問の声も聞かれます。

日本の歯磨剤に含まれるフッ化物濃度は、1450ppm、950ppm、500ppmなどで、使用する用量を守ればどれも安全であることが証明されています。

虫歯の予防には濃度の高いほうが有効です。しかし、厚生労働省が6歳未満の子どもには1000ppm以上のフッ化物配合歯磨剤の使用を控えること、手の届かない所に保管することを通知

していることから、小さいお子さんには950ppmや500ppmのものを使ってください。

効果的な利用法とは

実際にフッ化物配合歯磨剤をどのように使用したらよいのでしょうか。

ここでのポイントは、フッ素の薬用効果を十分に発揮するため、少量の水で洗口すること、適切な量を守り、磨いた後は1、2時間飲食をしないことです。

実際に、予防大国であるスウェーデンのイエテボリ大学が推奨している方法(成人の場合)を紹介します。

●歯ブラシに2cmの歯磨剤をつけ、歯面全体に広げる。2分間歯磨きを行い、歯磨剤の泡立ちを保ち、その後、歯磨剤を吐き出さず

に10mlの水を含んで30秒間そのまま洗口する。吐き出した後はうがいをして、その後2時間は飲食をしない。

歯磨きをした後に、うがいをしっかりとしたい、うがいをしないと気持ち悪いと感じる方には、ダブルブラッシング法をお勧めします。

まず、歯磨剤を使用してもなくてもいいのでしっかりと歯磨きを行います。そして、しっかりと洗口。その後フッ化物配合歯磨剤をつけて、歯全体にフッ素を届けるように磨きます。少量の水(15ml程度)で1回うがい、またはうがいなしでも構いません。15mlは小さじ1杯分の量です。

年齢別の使用量は?

2023年に日本の4つの学会が

合同でフッ化物配合歯磨剤の推奨される使用方法を報告しています。

歯が生えてから2歳までは米粒程度(約1~2mm)、3~5歳はグリーンピース程度(約5mm)、6歳~成人・高齢者は歯ブラシ全体(約1.5~2cm)で、歯磨きします。就寝前に行うことが有効です。

ただし、フッ素だけで虫歯を完全に予防できるわけではありません。しっかりと歯の汚れ(プラーク)を除去し虫歯の菌の居場所をなくすこと、虫歯の菌の栄養となる砂糖などの糖の摂取を管理すること、間食の時間を決めたら食べをなくすことなどが必要になってきます。

毎日行うことなので、なにか不安があれば歯科医院に相談してください。

市川市歯科医師会からのお知らせ

市川市歯科医師会では各種歯科健(検)診をおこなっています。歯・口腔の病気の予防と早期発見、早期治療のため、適切な期間に受診しましょう!詳しくは市川市歯科医師会、または市川市のホームページでご確認ください。

各種検診のご案内
一般社団法人 市川市歯科医師会 公式HP
各種歯科健(検)診のお知らせ
市川市公式HP

お問い合わせ
市川市歯科医師会
市川市八幡2-9-9 TEL:047-334-5391

いきいきセンター福栄 無料体験・見学会

「いきいきセンター福栄」では、多彩なサークル活動が行われており、趣味を楽しみながら会員同士が親睦や絆を深めている。

4月1日(火)から、サークルの無料体験と見学会が開催される。期間中は午前・午後に分かれてさまざまな種目を体験、見学できる。サークルの入会資格は、60歳以

上で市内在住の人。
▽日程は表で確認を ※月・祝日は休館
▽いきいきセンター福栄
▽申し込み不要、直接会場へ
▽問い合わせ ☎047-395-6906 /いきいきセンター福栄 事務室
※印のサークルは現在定員いっぱいのため、入会は順番待ち

日程	午前(AM9:30~11)	午後(PM1:30~3)
4/1(火)	太極拳(白雀会)、俳句	カラオケ、囲碁
4/2(水)	太極拳1、アートステンシル	ハワイアンフラ
4/3(木)	カトレア体操	ヨガ
4/4(金)	クラブ体操、パソコン	民舞、囲碁
4/5(土)	詩吟	
4/6(日)	民謡、硬筆	社交ダンス
4/8(火)	太極拳(白雀会)	カラオケ
4/9(水)	太極拳1	ハワイアンフラ
4/10(木)	カトレア体操	
4/11(金)	クラブ体操	民舞
4/12(土)	詩吟、大正琴	
4/13(日)	お絵描き	社交ダンス
4/23(水)	ハッピーイングリッシュ	

行徳俳壇

毎回特選2句、佳作3句を掲載し、特選には選者からコメントがあります。選者は、俳人協会幹事 結社「沖」 同人の峰崎成規さん。

【選者コメント】 私事で恐縮ですが、昨年第二句集「遊戯の遠景」を刊行いたしました。多くの方に句集評をいただきましたが、その中で私の心に残るような俳句を挙げていただいた評がありました。「俳句は、多くを語らない短さ、季語の本意、切れによる段差、それらによって、語る以上の広がりを持つ、透視的要素をもとから含んでいる。俳句には使う言葉の量よりもはるかに大きな景を見いだすことができる」と、今後の句作りに励ましのような評をいただきました。句集の表紙のジョルジュ・ド・キリコの絵のように、今後も現実の理屈のみに囚われず、広い視野に立つて俳句を詠んでいきたいと思っています。春雷や彫師の鑿に龍の浮く 成規(句集「遊戯の遠景」より)

【選者略歴】 峰崎成規。昭和23年生まれ。俳人協会幹事。結社「沖」同人。平成25年第27回千葉県俳句作家協会新人賞受賞。平成26年「沖」同人、沖新人奨励賞受賞。平成28年第16回手児茶文学賞受賞。

特選

春時雨一駅通ず地下通路

幸/汐風爽

【評】 春の時雨は、冬のそれと違ってやや明るさを感じられます。ただ、作者は今日雨は降らないだろうと傘を持たずに出かけたのでした。突然の雨でしたが、運よく目的地まで外に出ることもなく地下通路を見つけたのでした。突然の雨でしたが、地下通路のおかげで濡れずに済みます。雨が上がれば明るい春の日差しでしょう。

特選

猫呼べど薄目一瞬目借り時

行徳駅前/彩恵

【評】 「目借り時」は、春の暖かさに目眩する状態を言います。蛙が人の目を借りていたら眠たくなるのだという俗説もあります。人が眠たくなるくらいですから、猫はなおさらでしょう。大きな声で猫を呼んでも一瞬薄目を開けますが、また眠ってしまったようです。暖か春の「眠気」の様子が上手く詠まれています。

佳作

寺町に豆腐の老舗蔓柑子

室/伊予小町

笙の音の静かに消ゆる寒北斗

宮久保/正美

街騒にリズム生まれて春動く

松戸市/若仙人

応募方法

投稿は、はがきか「ベイちはinfo」の申し込みフォームから。はがきの裏面に俳句2句(自作・未発表の句に限る)、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、俳号またはペンネーム(掲載の際に使用する名前)、年齢、電話番号を明記の上
〒272-0143市川市相之川3-2-13
行徳新聞「行徳俳壇」係 まで

4月18日(金)必着

※掲載は5月下旬頃を予定しています。

＜応募の際の注意点＞
・当季雑詠(二句まで)。前書き、振り仮名およびルビは基本的に不可。
※実際に掲載されるのは、俳句・俳号またはペンネーム(番地を除く)町名です。俳号またはペンネームの記載がない場合、「匿名希望」として掲載しますので、ご注意ください。

お申し込みはこちら
ベイちは [検索]

https://www.baychiba.info/
※メニューまたはトップページ内「読者投稿フォーム」応募から

【個人情報の取扱いについて】
■応募の際に当社が取得した個人情報は、コミュニティページ一紙面掲載に関する業務に利用いたします。■第三者へ提供することはありません。■業務運営上、必要に応じて委託を行うことがあります。当社の責任で適切な委託先を選定して委託します。■個人情報の提供は任意ですが、必要な情報をご提供いただけない場合は、適切な対応に支障を来す場合があります。■ご記入いただいた個人情報は、利用目的の通知、開示、訂正、追加及び削除、利用停止や消去または第三者への提供の停止のご請求ができます。お求めのお手続き、また当社への個人情報についてのお問い合わせは、2面欄外をご覧ください。

あの店この店MAP付き

春を楽しもう!!

グルメ & 癒し Spot

お花見にぴったりのパンをご用意!

- マルゲリータ 399円
- さくらあんぱん 194円
- たけのこおやき 216円

前回大好評!

- チョコバナナロール・あんこもちロール 各302円

パーティーメニューあり! ※すべて税込

リオンセブ南行徳 City Ver.

マルゲリータ ビスマルク

さくらあんぱん チョコバナナロール

たけのこおやき

3/29(土) 30(日) お花見フェア
お花見のお供にいかがですか!!

市川市相之川4-6-4 休/不定休
営/平日9:00~20:00 公式LINE Instagram
土日祝8:00~19:00
TEL.047-356-8580
※PayPay使えます

整体テテリラ

おかげさまで5周年! 心地よく丁寧なコリをほぐしながら、身体バランスを整えます。パキパキしない安心の整体です。慢性疲労もスッキリ! 免疫力アップ!

市川市相之川4-2-1-1F
営/11:00~22:00 休/不定休
HP/www.teterira.com
TEL.047-314-1122
予約優先・施術中、電話に出られない場合あり

自民党 千葉県議会議員 田中幸太郎

県政報告 31

千葉県知事選挙は、3月16日に投票が行われ、現職の熊谷俊人知事が再選を果たしました。熊谷知事の1期目は、新型コロナウイルス対応や防災対策、成田空港の発展など多岐にわたる政策が展開されました。2期目では、人口減少対策をはじめ、社会基盤の老朽化対策や県内交通網の整備、地域経済の活性化などが課題となります。行徳地域には千葉県が抱える課題が多くあり、地域を守る県政として、知事と連携し県政がより良い方向に進むよう引き続き政策提言を行ってまいります。

押切・湊橋
市川市と東京都江戸川区を結ぶ押切・湊橋(仮称)の整備が進められて

田中幸太郎事務所
市川市末広 1-10-4
TEL.047-701-5525

オンライン 市民相談

経験者も初めての子も一緒に戦う 学年を超えて大盛り上がるモルック大会

3月2日(日)、市立塩焼小学校の校庭で、第12地区子ども育成会連合会主催の「第3回モルックin地区大会」が開催された。モルックはフィンランド発祥のスポーツで、モルックと呼ばれる木の棒でスキttlという木のピンを倒して点数を競うゲームだ。このスキttlに書かれた数字が重要で、どのスキttlを倒すかで勝敗が決まる戦略的な部分もあり、年齢や性別に関係なく一緒に楽しめる。

赤澤英夫地区長によると、近年地域の子どもの数が減っており、以前のように運動会などの開催が難しくなっている。そんな中でも、子どもたちに楽しんでもらいたいと、初めてでも少人数でも参加できるモルックを選んで、大会を開催しているのだという。

今回は1チーム3人で、大人と子どもの混合チームも含めて13チームが参加。初めてモルックに触る子や、すでに何回か経験のある子などさまざまだったが、試合では皆同じ条件で戦った。空いている場所を使って試合に出ていない児童が練習するなど、どの子も一生懸命にモルックに取り組んで

予選、決勝と試合を行い、結果は、1位「ちどりA」、2位「チームパ〜リ〜ビ〜ポ〜」、3位「スーパー Masters」。優勝の「ちどりA」は野球の「塩焼ちどりウイングス」所属の6年生によるチームで、メンバーの1人は「(モルックは)野球より難しい」と笑顔で話した。また、4年生と5年生の女子児童も「楽しかった。もっとやりたい」「来年は優勝したい」と元気いっばいに語った。

赤澤地区長は「今後もモルック大会を開いていきたい」と話している。

JR京葉線 新浦安駅前 イオン新浦安ショッピングセンター

ペDESTリアンデッキフリーマーケット開催!

両日参加OK 4月26日(土)・27日(日) 10:00~17:00

出店者募集

2024年4月開催時には2日間で2,200人を超える方が来場!

場所
JR京葉線新浦安駅前
イオン新浦安ショッピングセンターペDESTリアンデッキ2F

出店料
1区画 (1.8m×1.8m) 1500円/1日
※区画のみの提供です。テント、ワゴンはありません。
※最大2区画申し込み可

駐車場あり (1区画につき1台) 1000円

お問い合わせは下記まで。イオン新浦安ショッピングセンターへのお問い合わせはご連絡ください。

お問合せ ☎272-0143 市川市相之川3-2-13(株)明光企画フリーマーケット事務局 ☎047-396-2211 (月~金11:00~17:00)

会場地図

申込方法
申込締切 **4月13日(日)**

「ベイしばInfo」申込フォームより申し込み
<https://www.baychiba.info> 申込はこちら

■申込多数の場合は抽選。
■結果及び出店案内を申込者全員へメールにてご連絡します。

電話・FAX・ハガキでの申し込みはできません。
webサイト専用申込フォームからお申し込みください。

出店ルール

地域の方々の交流を目的とする、個人向けフリーマーケットです。手作り品、中古品を中心とした出店をお願いします。飲食物、偽ブランド品、コピー品、アダルト品、化粧品、医薬品などで事務局が不適当と判断したものは販売禁止です。
※新品のみの大量販売は事前申請が必要になります。

市川市動植物園 「ヤギの空中散歩」開設 & 「コツメカワウソ」来園

市川市動植物園では「動物にも来園者にも喜んでもらえる新しい取り組み」の一環として、3月6日(木)より「ヤギの空中散歩」施設を開設した。それに併せて、「トカラヤギ」3頭(かりん、もみじ、さくら)が仲間入り。トカラヤギ

は鹿児島県トカラ列島原産の日本在来種で、小型でおとなしい性格だという。

また、新たにオス・メス2頭の「コツメカワウソ(ジーノ、ツツジ)」もブリーディングローン(繁殖目的の借り入れ)で他動物園より来



もみじ・1歳



ヤギの空中散歩施設



ジーノ・11歳

園し、3月末頃には展示が始まる予定。

この春は、愛らしいヤギとコツメカワウソに会いに行ってみては。▽問い合わせ ☎047-338-1960 / 市川市動植物園

ハガキでも スマホでも
応募締切(必着)
2025 4月3日 日

アンケートにこたえて / 映画チケットを当てよう!

プレゼント内容
シネマイクスピアリ(京葉線舞浜駅すぐ)
(3D映画を除く) **ペア10組**

応募方法 ※応募は1人1回まで ※複数応募は無効

ハガキ 下の部分を切り取ってハガキに
しっかり貼り、〒272-0143
市川市相之川3-2-13
株式会社明光企画シネマ4月分係へ郵送

スマホ 左下から
申し込みフォームへ
アクセス

※とぎとぎ住所・氏名が記入されていない場合があります。プレゼントをお送りできないのでご注意ください! ※当選者の発表はチケットの発送をもって代えさせていただきます。

①印象に残った記事を教えて

②今年のゴールデンウィークの予定を教えて

③あなたが知っている地域のイベント情報を教えて

〒□□□-□□□□
ご住所 市・区

お名前 様 (ペンネーム)

[職業] 主婦・パート・アルバイト・会社員・学生・無職・自営業・その他
[年代] 10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代以上
[性別] 男・女・無回答
[住居] 分譲マンション・賃貸マンション・戸建て・賃貸アパート・社宅
[家族] 単身・2人・3人・4人・5人・その他

スマホからの応募はこちら

CINEMA 4
Monthly 2025 Schedule

イオンシネマ 市川妙典
24時間テープ案内
☎047-356-0205
または
https://cinema.aeoncinema.com/

片思い世界(4日〜) おいしくて泣くとき(4日〜)
バトル・ロワイアル(2000)(4日〜)
ノッティングヒルの恋人(4日〜)

ゴーストキラー(11日〜) アマチュア(11日〜)

名探偵コナン2025(18日〜)
突戦 オペレーション・アンデッド(18日〜)

花まんま(25日〜) マインクラフト/ザ・ムービー(25日〜)

#真相をお話しします(25日〜)

船堀シネバル1 ☎03-5658-3230
船堀シネバル2

ドラえもん2025(〜17日) 名探偵コナン2025(18日〜)

待タイムスリッパ(〜3日) 正体(〜3日) 35年目のラブレター(4日〜)
野生の鳥のロス[吹](〜17日)

片思い世界(4日〜) おいしくて泣くとき(4日〜)

HERE 時を越えて[字](4日〜)

ブリジット・ジョーンズの日記 サイター最高な私の今[字](11日〜)

アマチュア[字](11日〜) シンシン/SING SING [字](11日〜)

名探偵コナン2025(18日〜) パリ孔明 THE MOVIE(25日〜)

#真相をお話しします(25日〜) 異端者の家 [字] (R15+)(25日〜)

マインクラフト/ザ・ムービー(25日〜) 花まんま(25日〜)

※上映作品(新作・旧作)・日程は劇場の都合により変更することがあります。

電話・FAX・メールで申込OK!!

行徳案内 1行(13文字) 1,100円(税込)

水曜日AMお申し込み翌週金曜掲載
※祝日がある場合繰り上げります

■お申し込み・お問い合わせは 市川市相之川3-2-13
株式会社明光企画 ☎047-396-2211
info@meiko-kikaku.co.jp

情報パック
●春用バッグ
入荷しました
腕時計電池交換 800円
(税込)(普及品) から
デイスカウトショップ
ツユキ
☎047-396-9028
行徳駅前2-26-23 P.C.
携帯サイトはデイスカウ
トツユキで検索

Information
インフォメーション

講演会・講習会・体験会

●南行徳の就労継続支援B型 新規利用者受け付け
障がいを持つ人が活躍できる場。在宅就労からお菓子作り・小物制作・PC入力まで選べる作業。1時間ごと300円支給。訪問看護と連携し体調管理等も可能
◇伸栄自然派おかし研究所(南行徳3-4-10-1F、ヤマダ電機隣)
◇対象 心の病気・知的障がい・精神障がいのある人
☎047-352-6158
shin-ei@shin-ei-kai.com

●合奏体験会&コンサート
楽器を持参して楽団と合奏。希望者に楽譜送付
◇5月20日(火)
◇PM1~
◇全日警ホール
◇参加費 無料
◇申し込み不要

☎090-9585-5041市川シニアアンサンブル/鎌田

フリーマーケット

●総合レクリエーション公園自由広場フリーマーケット 出店者募集
◇4月12日(土)
◇AM10~PM3
◇総合レクリエーション公園自由広場(江戸川区西葛西8-6)
◇出店料 1000円、2000円
◇申し込み メールで
☎080-7413-7575M'sピープル
ms.people.3333@gmail.com

サークル仲間募集

●英会話で学ぶ日米社会のトピック
テキスト使用、日米ビジネス・文化などを学ぶ
◇毎木曜(月4回)
◇AM10~11
◇富美浜地域ふれあい館
◇会費 2500円
☎047-395-0560板橋

●行徳みんな勉強会
行徳で昔唄われていた民謡を唄う
▽第1・3金曜
▽PM4~5
▽南行徳公民館
▽参加費 300円
▽見学歓迎(要予約)
☎090-7011-6239古川

●健康体操と盆踊り
◇毎火曜(月4回)
◇AM9:30~11
◇いきいきセンター日之出
◇年会費 500円
※初心者歓迎
※見学体験あり 無料
☎047-398-8410山口

●らくらくヨガ・ストレッチ健康講座
心と体をほぐし、若返りの顔ストレッチ
◇第1・3水曜(月2回)
◇AM10:50~11:50
◇塩焼中央公園2F
◇参加費 1回800円
☎047-307-1170杉山
npotenuguidegenki@gmail.com

●空手教室「昇政塾」
◇火曜PM7~9、水曜PM5:30~6:30、金曜PM7~9、土曜PM5~7

M7~9、土曜PM5~7
◇火/塩浜学園体育館、水金/南新浜小学校体育館、土/行徳公民館3Fレクリエーションホール
◇入会金 3000円
◇月会費 3000円
◇対象 男女3歳~
☎090-4056-1993野口

※主催者の都合により内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

当コーナーの情報はWebサイト「ベイちばinfo」にも掲載します(電話番号以外)。希望しない場合は申し込み時に明記ください

掲載申し込み方法

●Webから
「ベイちばinfo」内検索バーから「info」で検索

●FAX、はがきで
掲載者の住所・氏名・TEL、掲載内容(名称・日時・場所・連絡先の電話番号・氏名は必須)を明記し送付

する。URLアドレスは基本掲載不可。
※内容は当コーナーのフォームに従い編集する
★有料の場合は係から連絡あり(1行税込1100円※別途原稿作成・校正料2200円)
★1原稿につき1回の掲載。原稿の締め切りは、発行日の14日前(紙面の都合上、掲載日が延びる場合もあり)
■掲載日の指定は不可。事前連絡なしに掲載できなくなる場合もあり。掲載日や掲載可否についての問い合わせにはお答えできませんので、ご了承の上お申し込みください。

◇送付・問い合わせ先
〒272-0143市川市相之川3-2-13 行徳新聞インフォメーション係
☎047-396-2211
☎047-397-0325

個人情報の取り扱いについて
■お送りいただいた個人情報は、当コーナー運営および記事作成に使用します。

紙面を通じて一般読者に提供します。
■必要に応じて委託を行います。その際は、当社の責任で適切な委託先を選定して委託します。
■個人情報の提供は任意ですが、必要な情報をご提供いただけない場合は、適切な対応ができない場合があります。
■ご記入いただいた個人情報は、開示、訂正、追加、削除、利用停止、消去、および提供停止のご請求ができます。それらの手続きおよび当社への個人情報についてのお問い合わせは、2面欄外をご覧ください。

及川ロックサービス
はんこ・実印・ゴム印
カギと防犯 印刷全般

047-358-0785
行徳駅前1-21-18
バイパス公民館手前

毎週金曜発行 キュー タイミング

市川・浦安・葛西・行徳地域の仕事(求人)情報!

広告のお問い合わせ・お申し込みはフリーダイヤルにて

0120-22-1167

meiko_mado@meiko-kikaku.co.jp
明光企画 市川市相之川 3-2-13

正=正社員 ア=アルバイト パ=パート 派=派遣 契=契約社員 委=業務委託 職=職員 他=その他

浦安 パ 事務

事務スタッフ募集

- ◎外来のみのクリニックです
- ◎半日勤務も可能です
- ◎週1日勤務も可能です

時給◆1,200円～ 応相談
時間◆9:00～12:00 15:00～18:30
※試用期間2カ月
休日◆日曜・祝日・土曜午後
応募◆電話連絡の上、履歴書ご持参ください

優和クリニック

浦安市北栄1-5-32
Tel.047-352-5658

妙典・原木中山 ア パ セルフガソリンスタンド

元気で明るく接客できるお仕事です!

内容◆給油補助、洗車、軽作業、レンタカーの貸出・返却、受付、点検
時給◆1250円～(普通免許なし1200円) 研修期間あり
時間◆7:00～21:00(シフト制) 週1～OK・時間応相談・未経験OK
勤務地◆妙典、原木中山
待遇◆昇給あり、交通費規定内支給 従業員割引、制服貸与 社員登用制度あり
応募◆お電話の後、履歴書をご持参ください

セルフステーション行徳 小川石油店
市川市下新宿21-8(妙典駅から徒歩7分)
2店同時募集 Tel.047-358-1340

都内各所 正 鉄筋工

社員寮、ワンルーム寮即入居可

月給◆【鉄筋工】345,000円～(月/23日勤務)
※資格・経験など考慮して決定
【鉄筋工見習い】276,000円～(月/23日勤務)
休日◆日曜・祝日、年末年始、GW、夏季休暇、有給あり
時間◆8:00～17:00 応募◆下記にお電話ください
待遇◆社会保険完備、資格取得支援制度あり

株式会社 浦安鉄筋工業 Tel.047-317-3093 担当/村井
(本社)7279-0043 浦安市富士見1-15-14

行徳 ア パ 一般事務

業績拡大のためパート、社員募集

業種◆中古車輸出業 お気軽に
時給◆1100円～ お問い合わせください
時間◆9:00～17:00 月～金
休日◆土日祝、夏季、年末年始

株式会社サコーポレーション
市川市湊新田1-8-6
Tel.047-395-5876 担当/宮澤(平日9～17時)

求人案内

▽料金(一行(十三字詰め)千円(税込) 料金は前金でお願いします。振込可。)

内装解体 雑工未経験可 寮有
日給一万円 社保完備
南行徳 大地建設工業
047-359-9911

行徳新聞の発行日は毎週金曜日です。

浦安 パ 支援スタッフ

支援員大募集!(経験不同)

内容◆障害福祉事業所の支援員 ※要普免
時給◆1,300円～1,400円
時間◆9:30～17:00の間で3時間～応相談
休日◆土日祝日 週2日～OK 浦安駅
応募◆お気軽にお問い合わせください(徒歩5分)

就労継続支援A型 たまごのたまご浦安
浦安市猫実4-16-23-1F Tel.047-316-0345

毎週金曜日発行 地元の求人紙 キュー タイミング

行徳新聞 64,400部 浦安新聞 59,570部
葛西新聞 60,300部 いちかわ新聞 49,460部

4紙合計 **233,730部**

1紙 (31×56mm) **17,600円～**

※税込価格です ※掲載料に別途制作費がかかります
★その他サイズ・金額はお問い合わせください★

お問い合わせは
株式会社 明光企画 市川市相之川3-2-13
☎047-396-2211

南行徳 パ 障がい者グループホーム世話人

未経験OK・残業なし!グループホーム世話人さん募集

土日どちらかまたは両方勤務できる方歓迎
週1日勤務からOK! 50～60代の方法理中

内容◆お食事の準備(ミールキット利用)や、お掃除、入居者さんのお相手など
家事のスキルを活かします!

時給◆1,200円～1,350円
時間◆10時～19時(休憩1時間)
勤務地◆いまるホーム南行徳2号棟(欠真間1-17-23) ※車通勤可
応募◆TEL後、履歴書ご持参ください

いまるホーム南行徳
市川市欠真間2-2-20
Tel.03-6823-5153 担当/渡邊

妙典・原木中山 パ 調理員

家事の延長で行える範囲の業務です、未経験の方大歓迎

簡単な調理やその補助業務・食器洗浄や配膳など

時給◆1,250円～
時間◆8:45～17:45/7:00～16:00/10:30～19:30
週3日～OK 時間帯はご相談に応じます
待遇◆社会保険完備、交通費規定内支給、車通勤OK(駐車場完備)、昇給有、有給休暇、試用期間(2ヶ月/同一条件)
応募◆電話連絡のうえ、履歴書(写貼)持参、随時面接

社会福祉法人 市川会
老人ホーム ホワイト市川
市川市高谷1854番地
Tel.047-327-3311 担当/高木

浦安 パ パート看護師 急募

地域に根ざしたクリニックです。

時給◆2,000円
勤務◆8:30～12:30
出勤日◆月・火・水・金・土
週3日/シフト制
待遇◆交通費規定内支給
応募◆お気軽にお電話ください

上田クリニック
浦安市猫実3-18-12(浦安駅徒歩7分)
Tel.047-354-1711 詳しくは→

お店のオープン 明光企画が応援します

NEW OPEN情報 掲載店募集中

明光企画が運営する地域情報サイト

ベイちばInfo

NEW OPEN情報を無料紹介!

行徳・浦安・葛西・いちかわ新聞でもご紹介いたします
※掲載日はお選びいただけません

お問合せ 株式会社明光企画 市川市相之川3-2-13
047-396-2211 (受付/平日10:00～17:00)

行徳 ア パ ヘアメイク・衣装(撮影アシスタント)スタッフ

ヘアメイク・衣装(撮影アシスタント)大募集

七五三・成人式・ブライダル等を扱う総合写真スタジオです。
経験者はもちろん、未経験者も大歓迎!! 会社見学も随時受付中です!!

[ヘアメイク]時給◆1,400円以上(土日祝は500円UP)
※未経験の方は1,300円～(未経験は美容師免許必須)
[衣装・撮影アシスタント]時給◆1,300円以上(土日祝は500円UP)
未経験者歓迎! ※未経験の方は1,200円～

共通 勤務◆営業時間内で時間・曜日応相談 ※平日のみの勤務は不可
[営業時間]平日 9:30～18:00 / 土日祝日 9:30～18:30 ※10月11月の土日祝 9:00～18:00
待遇◆交通費支給 / 正社員登用あり
学歴・年齢不問 / 資格なしLOK! 美容師免許、着付け技能士(1級)取得者優遇

アンズガーデン 市川店 Tel.047-307-7530 採用ページ▶
千葉県市川市香取1-2-5 「行徳駅」より徒歩12分 https://annes-garden.jp/shop/ichikawa/

街のガイドブック 「市川カタログ」& 「浦安カタログ」 電子ブック公開中! 無料

「市川カタログ」は2024・2025年版、最新のグルメ情報満載です。また、「浦安カタログ」は、浦安三社倒火祭の盛り上がりや、地域の魅力を詳しく紹介しています。

電子ブックの詳しい使い方は「?」を見てね

発行:(株)明光企画 市川市相之川 3-2-13
☎047-396-2211 (平日10時～17時)

東京ベイ舞浜ホテル ファーストリゾート

熱々のステーキを堪能!
サーロインステーキ&
春の恵みディナービュッフェ

肉の最上部位であるサーロインを思う存分楽しめるディナービュッフェが開催される。

ライブキッチンでは、厚い鉄板と強い火力で一気に、表面をカリッと中はやわらかく焼き上げる極上のステーキをどうぞ。そしてビュッフェコーナーには「ゴールドビーフと緑野菜のガーデン仕立て」や「豚肩ロース肉のロースト葱味噌焼き」「ツブ貝と春野菜のサラダ仕立て」など、旬の野菜とそれにマッチする肉料理や魚介料理がずらりと並び、和食やデザート、



子どもメニューも充実。
▽4月11日(金)～6月1日(日)の金・土・日曜(5月2日～4日を除く)
▽PM5～9:30(LO/PM9)
▽オールデイダイニング カリフォルニア
▽大人6500円 ※子ども料金あり
※飲み放題プラン3000円、ソフトドリンクバー 900円
▽予約・問い合わせ
☎047-355-1181(AM11～PM10)

シェラトン・グランデ・トーキョーベイ・ホテル

プロのコツを学び
スイーツ作りのレベルアップ!
スイーツアカデミー

特別ゲストシェフと同ホテルのパティシエによるスイーツ作りのセミナーが開催される。実習を通して、プロの技を体感できる絶好のチャンス。初心者でも参加OKだ。

ゲストシェフはお菓子のスペシャリスト、中嶋咲絵さん。「パルメザンチーズのサブレ」作りを通して、サクサクに仕上げるコツやアレンジ方法を伝授する。一方、同ホテルパストリーシェフの松本猪武起さんとは、洋梨をぜいたくに使用した「タルトポワール」を作る。それぞれ作ったお菓子はお持ち帰り可。



そしてセミナーの最後には、シェフがこの日のために作る特別スイーツとドリンクを楽しみ、さらに素敵なプレゼントもあり。
▽4月9日(水) 正午～PM1:30、PM2～3:30(2回) 申し込みはこちら
▽ガレリアカフェ(本館1F)
▽定員 各回20人
▽料金 6000円(税込)
※お土産付き

行徳案内

▽料金 一行(十三字詰め)千円(税込)。料金は前金でお願いします。振込可。

ギター教室
駅前 行徳 358 7768

張り襖・クロス・障子 替え・襖替え
●クロス 14300円
●襖替え 22000円
他高級品まで格安で張り替え
ウラベインテリア
☎0120-118964

不要車買取
市川市相之川 サンキョウ
☎047-359-1190

行徳新聞の発行日は毎週金曜日です。

AC 給湯器は10年に1度が買い替えの目安! 緊急工事も相談下さい

「リンナイ」給湯器 **30年保証**
最新型オート追い焚き機能付
20号壁掛けタイプ(リモコン付)
RUF-A2005SAW(C) **+800円で7年保証!**
定価 377,850円(税込) **まで119,000円**
(税抜108,182円)

「リンナイ」ビルトインコンロ
天板:標準幅60cmタイプ・パールクリスタル(色:ミストグレー)
前面パネル(シルバー) RS31W36P49RVW
定価 171,050円(税込) **まで91,000円**
(税抜82,727円) **手前買が1台ごとお買得!**

市役所にてCM放映中! 船橋・市川・船橋・西船橋
—消費税・工事費・処分費・ガス接続費全て込み。—

(株)アクアガード 江戸川 浦安 市川 船橋
【本社】市川市大野町4-2180
年中無休・365日工事受付OK! **0120-222-190**
【ご来店はこちら】市川市大野町4-2195 **出張・見積り一切無料です。**

相続の名義変更は、まず戸籍集めから。ご相談ください。

初回ご相談料 無料

銀行の手続き 名義変更 相続税申告 確定申告

☎047-359-4329 [担当/武次・養沼 9:00～17:00]

行徳駅徒歩1分 / 市川市行徳駅前2-1-6-6F 社員17名(男性8名 女性9名)

【所属】千葉県税理士会市川支部 法人番号:第3419号
https://www.arakaikai.com/

荒井会計 税理士法人 荒井会計事務所

3/29土 大売出し

極上セット 10,000円 限定200セット

- 松阪牛すきやき・しゃぶしゃぶ用 IP/500g入
- 松阪牛切落とし IP/400g入
- 和牛やきにく用 IP/300g入
- 和牛すきやき・しゃぶしゃぶ用 IP/500g入
- 和牛ステーキ 2枚

肉の目セット 2,900円 限定100セット

- 和牛モモ希少部位ステーキ 1枚
- 輸入牛ヒレやきにく用 ... IP/300g入
- フランク 2本入
- 国産豚バラカルビ IP/300g入
- バジルチキンorタンダーチキン 1セット2枚入

和牛すきやき・しゃぶしゃぶ用 IP/500g入 4,900円 → **2,900円**
マルヨシが選んだ切落とし IP/400g入 1,800円 → **1,500円**

開店前のお客について変更のお知らせ ※駐車場は約10台分となります。いつも朝早くからお並び・お待ちいただき、誠に有難うございます。正門前にお並び頂くことを基本といたしまして、6時20分より車を敷地内に誘導し停めた後に、正門前最後尾にお並び下さい。自転車・バイクは先に駐輪案内いたしますので従業員の指示に従って駐輪して下さい。トラブル防止の為、ご理解とご協力をいただきますようお願い致します。

株式会社 マルヨシ商事
千葉県浦安市千鳥12-12 http://wagyu-maruyoshi.co.jp
TEL.047-353-4129 4/26(土) 7:00～13:00
その他商品取り揃えております。店頭商品は全て税込。 ※商品は全てなくなり次第終了となります。

図書館スタッフさんの **おすすめ本**

『本バスめぐりん。』
大崎 梢 / 著 (創元推理文庫)

紹介してくれたのは...
市川市行徳図書館 市川さん

装画 トミイマサコ
装幀 西村弘美

〈おすすめコメント〉
定年後の仕事もなく毎日手持ち無沙汰のテルさんに、旧友から自分の代わりに移動図書館バスの運転手をしないかという話が舞い込んできました。図書館とは縁が薄く、本を載せたマイクロバスがあることも知らなかったけれど引き受けることに。
一緒に乗るのは若い司書のウメちゃん。巡回先で待ち受けるさまざまな謎を、年の差40のでこぼこコンビが利用者の協力を得ながら解決していきます。

仕事への熱意や利用する人の気持ちを汲みながらも決して押し付けることのない対応など、二人の成長ぶりにとても爽やかな気持ちになります。
市川市でも自動車図書館「みどり号」が市内を巡回しています。興味を持たれた方はぜひ「みどり号」に会いに来てください。巡回場所や日時は自動車図書館「みどり号」市川市公式Webサイトをご覧ください。市川市中央図書館までお問い合わせください。

買取専門店だから、はじめての買取でも安心!

高買取

リピート率が高い理由がここにあります! **リピート率 98%**

なぜ大吉が選ばれているのか?

- 1 買取専門店だから高く買取できる
- 2 全国チェーンのお店だから安心できる
- 3 買取品目が多いため、帰りは手ぶらに
- 4 相談だけの来店でも大歓迎です

これ売れるかなと思ったら、お気軽にご相談ください。

買取専門店 大吉行徳店
〒272-0133 千葉県市川市行徳駅前1-24-1
●営業時間/ 10:00～18:30 ●金曜定休

☎0120-881-221

古物営業法に基づき、ご来店の際は身分証明書(運転免許証・保険証)をご持参下さい