

コミュニティペーパー

葛西新聞

27周年 Anniversary

創刊/平成7年9月22日
発行/株式会社 明光企画
〒272-0143 市川市相之川 3-2-13
受付/月~金 10:00~17:00
TEL(047)396-2211
FAX(047)397-0325

地域情報サイト
「ベイしば info」
公式LINE
お友だち登録募集中

創日本ABC協会会員

葛西駅南口徒歩0分 予約不要 緊急手術対応

葛西駅前たなか眼科

診療時間 月 火 水 木 金 土 日
9:00~13:00 ● ● ● - ● ● 手術
15:00~18:00 ● 手術 ● - 手術 - -

院長 田中宏樹
西葛西・井上眼科病院の
院長を経て、
令和5年6月に
葛西駅前たなか眼科を開院

03-6808-1161
江戸川区中葛西5-42-8
https://www.tanagakaganka.jp HPはこちら

葛西駅南口よりすぐバスターミナル前 駐車場20台完備

自身の食事に 関心が足りていない

江戸川区では令和3年に、区民へ向けて「食育・食生活」に関するアンケートを実施。アンケートでは「食育に関心がある」と答えた人が61.7%で、全国(83.2%)に比べて約20%低い結果となった。

また「自身を健康だと思っている」の項目にイエスと答えると同時に「健診で指摘されている項目がある」にもイエスと答えた人が多く、「健診の結果に問わず、健康状態を良く感じていない人が多い」と感じた。実際の健康状態と、本人の認識にずれがあり「まず」と解説する。

さらに、健診で指摘された項目のうち、「HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)(糖尿病)や「中性脂肪(脂質異常)」など、食事に大きく影響される項目が、全国平均よりも悪いという結果が出ている。

「もちろん食事が全て

健康は日々の食事から 食事について考えよう

日々の食事は、健康と非常に密接な関係にある。食生活を改善するコツや、押さえておきたいポイントなど、江戸川区健康部(江戸川保健所)健康サービスクに話を聞いた。

「駅ナカのカフェやイトインコーナーを利用する」というわけではありませんが、区内で男女ともに死因の1位・2位となっている「大腸がん」にも食事は大きく関わっています。食事の大切さをまずは啓発していくことが大切だと感じます」

朝食は、しっかりと取ることで「肥満予防」「筋肉量の低下を予防」「血糖値のコントロール」「フレイル予防」に効果があるとされている。おすすめの方法を紹介してもらった。

「おすすめの方法」
●パンと牛乳、果物などを組み合わせる
●野菜たっぷりの味噌汁に卵を入れる
●納豆を漬漬けで和える
●野菜入り月見うどん、残りご飯とインスタントスープの雑炊

「朝食」はごはん、パン、めんなど穀物の料理で、糖質と食物繊維が取れる。「主菜」は魚肉、卵、大豆製品などを使ったメインのおかずとなる料理。主に含む

おかげさまで13周年

買取はありがたやへ!

Point1 安心の目の前査定
Point2 ポロポロでも大丈夫!

iPhone 買取・修理もおまかせください!

金相場高騰中!

地域最高値挑戦中! Xの数で買取!

K24 (1g) 12,954円 K18 9,586円
(4月16日現在) ※手数料・査定料は一切かかりません

LINE査定はコチラ

買取品目 金 プラチナ ダイヤ シルバー 宝飾品
切手 時計 金券 スマホ ブランド物

その他買取品目Etc...
買取契約の際、身分証明書が必要となります。

0800-800-1665
江川区中葛西3-19-9 (葛西駅徒歩2分)
[営業時間] 平日10:30~19:30 土日祝10:00~19:00

東京メトロ東西線 原木中山駅より徒歩約10分

安養寺墓苑墓地

今、話題の 樹木葬墓地完成

一般墓地 初の一般公募!

限定区画での販売となります。希少な墓地をご案内いたします。

高級型墓石付き完成墓地 すべて込み! 95万円 3千円より

春は3種の芝桜が咲きほこります

◆1区画3墓まで埋葬可能 (敷地ではなく個別に専用券で)

◆契約から50年間は契約区画にて埋葬

永代供養 宗教不問 後継者不問

50年一括払い (半額割引) 50,000円

0120-0034 東京都足立区千住5-7-9 URL: www.514194.co.jp
TEL: 03-5813-2600

問題は、一次相続より二次相続? 子どもに負担をかけない“二次相続対策”

相続は一度では終わらない!? 女性税理士に学ぶ「二次相続対策セミナー」開催

主催/ライダース・パブリシティ 協力/葛西新聞社

江戸川で開催 4月27日(土) 参加無料・要予約

二次相続対策セミナー

◆日時 4月27日(土) 午前の部 10:00~12:00 (受付9:30から) 午後の部 13:30~15:30 (受付13:00から)

◆参加費 無料(※要予約)

◆定員 各部先着8人

◆会場 ハウジングギャラリー江戸川 センターハウス 江戸川区中央4-21 無料駐車場完備

◆セミナー講師 税理士法人 KOSUGE 税理士 櫻井清美さん

※会場内は感染症予防対策を実施します

申し込み セミナー事務局(わが家企画) 0120-661-339 10:00~17:00 無休
WEBの申し込みは右記の二次元バーコードから
※応募者の個人情報はセミナー受付と会場の案内に利用

講師 税理士 櫻井清美さん

長寿社会だからこそ、二次相続に備えよ!

こんな人はセミナーに参加を

- 二次相続対策のポイントとは?
- 子どもや孫に相続で負担をかけたくない
- 家族に任せきりで相続がよくわからない
- 小規模宅地の特例の適用条件は?
- 遺産分割で揉めないためには?
- わが家の不動産相続、どうしたらいい?

二次相続とは子どもたちだけの2度目の相続のこと。残された配偶者を守るために、手厚い軽減措置が用意されている。二次相続の時点で適切な対策をしておかないと、法定相続人が減り、基礎控除額が少なくなり、多額の税金を払うケースもある。相続税総額を賢く節税するには、二次相続だけでなく、二次相続も含めて対策を考える必要があると言います。また、先に先立たれた女性が増加傾向にあるという。そうすると相続対策や申告はどうしていいか

二次相続対策のポイントとは? わからないというところに、そこで、「ライダース・パブリシティ」では、4月27日(土)に「二次相続対策セミナー」を同社運営の総合住宅展示場「ハウジングギャラリー江戸川」で開催します。セミナーでは、税理士法人KOSUGEの女性税理士・櫻井清美さんが、二次相続時にやっておくべき二次相続を見据えた二次相続を想定した対策のポイントなどを時系列ごとにわかりやすく解説。また、最新の税制動向の情報も聞くこともできます。この機会に気軽に参加を。

地元の求人情報Q&A タイミングは3面です

+ 葛西新聞 便利な医療MAP 2024春

困った時のあなたの味方!

“ジモト”葛西のかかりつけ医院



S&Sクリニック

形成外科・皮フ科・美容外科・美容皮フ科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	●	●	/	●	●	●
15:00~18:45	●	●	/	●	●	★

★土曜日午後は17:00まで 【休診日】水曜・日曜・祝日

でものきず・きず痕・まぶたの悩み・爪の悩みなど

ホームページはこちら

江戸川区西葛西3-15-12 白井第一ビル6階 tel.03-6661-3355

えんどう医院

内科 消化器専門科 外科

院長：遠藤 巖 副院長：山下香澄

診療時間 午前 9:00~11:30 午後 15:30~17:00

休診日 水曜午後 土曜午後 日曜・祝日

受付開始は午前8:30、受付終了は午後5:00。生活習慣病の精査・指導いたします。English OK!

☎03-3675-0330 西葛西3-19-5 西葛西駅徒歩3分

医聖よろずクリニック

内科・小児科・皮膚科・アレルギー科 在宅診療

医療法人社団

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~15:00	●	●	●	●	●	/
15:00~18:00	○	○	○	○	○	/

○一般診療 ●予防接種・乳幼児健診 ※予約制です

休診日/日曜・祝日・土曜午後 駐車場あり

市川市相之川1-8-1 医聖よろず 市川 検索

☎047-358-3070

しんでん耳鼻咽喉科医院

お子さまからシニアまで対応できるホームドクターを目指します!

● 喉頭ファイバー設備 ● 点滴・各種血液検査 ● めまい・難聴ご相談ください ● ダイビング耳抜き相談 ※ 各種保険・労災取扱い

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
(午前) 9:00~12:00	○	○	○	/	○	/	/
(午後) 3:00~6:15	○	○	○	/	○	/	/

新患受付の場合 午前11:50まで/午後5:50まで 補聴器外来 (予約制)

TEL.03-6411-4133 江戸川区西葛西8-12-17-1F 駐車場あり

休診日/木曜・日曜・祝日

365日年中無休

土日祝も予防接種・健診をお受けいただけます。

小児科

キャップスクリニック 西葛西

診療時間 9:00-13:00/15:00-21:00 (受付時間 8:45-12:45/14:45-20:30)

東京都江戸川区西葛西6-12-1関興ビル第二

TEL:03-5878-3918

小児科 内科

キャップスクリニック 北葛西

診療時間 9:00-13:00/15:00-20:00 (受付時間 8:45-12:45/14:45-19:45)

東京都江戸川区北葛西5-15-2

TEL:03-6808-8055

ご予約はこちら

24時間ネット予約・ネット問診 <https://mypage.caps-clinic.jp>

2023年7月開院 インスリン療法 甲状腺疾患 肥満治療 健康診断 予防接種 発熱外来

浦安ツバメクリニック

URAYASU TSUBAME CLINIC

内科 腎臓内科 糖尿病・代謝内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
14:30~18:00	●	●	●	●	●	●	●

※土曜午後は13:30-17:00まで診療 (受付時間は診療終了時間の20分前までとなります)

休診日 木曜・日曜・祝日

ホームページからのご予約がスムーズです。デジスマ診療のアプリをダウンロードいただくとさらに便利です。

浦安駅 徒歩3分 サミットストア浦安駅北口店横向かい 浦安市北栄2-5-201レンヂテラス 2F

☎047-702-5255 <https://tsubame-clinic.jp>

個人情報保護管理者 株式会社明光企画 個人情報保護管理者 佐藤健彦 ☎047-396-2211 問い合わせ窓口 管理部署 佐藤 健彦 info@meiko-kikaku.co.jp

1面から
まれる栄養素は、たんぱく質や脂質。「副産物は野菜、海藻、きのこなどを使った料理。主に含まれる栄養素は、ビタミン、ミネラル、食物繊維など。」
「区民で主食・主菜・副菜を揃えた食事を毎日2回以上食べているという人は29.9%。また野菜の摂取量は平均1日197g(平均目安量350g)で、足りていないことも分りました。」
特に食物繊維が足りていない人が多く、意識して豆類や野菜、ごはん(雑穀や玄米など)をおくを取ることを推奨している。

「食物繊維は、栄養素の吸収速度が緩やかになって血糖値の上昇を抑えたり、コレステロールを排出する働きがあります。」
また、一時期はやっただ低糖質ダイエット(主食抜きダイエット)などは、長期間続けると悪玉コレステロールが増えるという報告もあります。50代以上であればカロリー不足はフレイルにもつながってしまう。やはり、バランスよく食べることが基本なのです。」

「Edogawa まいにちごはん」で「コラボ中」
区ではこの3つのポイントを、「Edogawa まいにちごはん」として、区内企業や団体などと協力しながら啓発

「調査では、日々の食事を中食(持ち帰り)または外食している人が多いという傾向も見られた。」
「中食や外食は塩分が多くなりがちなので、少し工夫して減塩してみよう」
ラーメン(汁物)のスープは全て飲まない、器を小さいものに変えて見た目をボリュームアップさせるなど、日々のちよっとした工夫が減塩につながる。

「サブリメントなどで栄養を取るのも一つの手ですが、毎日の食事を主食・主菜・副菜を揃えて一日3食食べることで、栄養の質も量も良い食事になります。まずは自分の食事に関心を持ち、取り組めることから、始めてみてください。」

している。「ポスターや旗などを作り、学校や区の掲示板、医療機関などで掲示中です」
そのほか、スーパーで「朝食におすすり」な食品のコーナーにポップを貼ってもらったり、ショッピングセンターで「減塩食品コーナー」を作ってもらったり、薬局で「朝食クイズ」を掲示してもらっているという。



毎週金曜日発行 **キュー タイミング** キュージィン 市川・浦安・葛西・行徳地域の仕事(求人)情報!

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

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** (株)明光企画 市川市相之川3-2-13 Eメール info@meiko-kikaku.co.jp

新浦安 ア/パ 児童育成クラブスタッフ

子どもが安心して過ごせる場所を一緒に作りませんか?

教育・保育・福祉学部卒業の方や子育て経験がある方歓迎

内容◆1年生～6年生の児童の放課後等の保育
子どもたちの受け入れ対応
子どもたちの自主的活動のサポート、清掃等

時給◆1,100円～1,500円 ※交通費支給(規定内)
勤務◆①13:30～18:30 ②13:30～19:30
月～土曜日
時間応相談・土曜日出勤できる方優遇
勤務地◆見明川小学校敷地内(弁天3-1-2)

まずはお気軽にお問い合わせください

社会福祉法人 わかみや福祉会 見明川小学校地区 児童育成クラブ
浦安市弁天3-1-2 Tel. **047-316-8841** 受付/弁天保育園 担当:若岡

浦安 正 管理スタッフ

福祉施設の管理部門(本部)スタッフ

子どもたちの未来を支えるメンバーを募集!
人事・事務等の仕事はイチからお伝えします

内容◆人事・事務等のバックオフィス業務
月給◆33万円(入社3カ月は28万円)
勤務日◆月～土のうち週5日
時間◆9:00～20:00のうち実働8時間
(例)9:00～18:00, 11:00～20:00
勤務地◆浦安市北栄3-33-10(浦安駅徒歩7分)
資格◆大卒以上(学部不問・未経験歓迎)

お問い合わせは
電話かメールかQRコードで!

伸栄学習会 本部:浦安市北栄3-33-10
Tel. **047-352-6158** (受付/月～金 9時～20時)
shin-ei@shin-ei-kai.com 採用担当:小泉・栗木

求人案内
▽料金11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。

求人広告なら 発行総数 233,730部
1紙 **17,600円**(税込)(31×56mm) ※掲載料に別途制作費がかかります
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

浦安市内運行 **正社員 契約社員** **説明会開催中**

バス運転士募集! まずはお近くの説明会へお気軽にお越しください。

内容◆浦安市内を走る路線バスやおさんぽバスの運転
大型路線バス ※経験等を考慮し、コミュニティバスの乗務をする場合もあり

正社員 月収 **30万円**～ 2年目以降昇給有 賞与5.4カ月
(基本給202,400円+時間外+諸手当) 年収460万円以上可能

契約社員 小型コミュニティバス(おさんぽバス) ※正社員へのステップアップあり 賞与昨年実績30万円
時給 **1,400円** 2年目以降昇給有

共通◆週40時間5勤1休のシフト制※特別休暇年間19日付与

京成グループだから安心!!

入社祝い金支給 20～30万円 (大型バス経験者優遇) 大型2種免許取得支援制度 (全額会社負担) 充実した研修体制 福利厚生

東京ベイシティバス 〒279-0032 浦安市千鳥12-5 採用情報はコチラ▶
東京ベイシティ交通(株) Tel. 047-352-2113 (採用担当まで)

結婚相談所

業務拡大につき複数職種(正社員)同時募集

職種	給与	勤務	共通
1 本社経理業務	25万円～30万円 ※固定残業代を含む	全日 10:00～18:30	資格◆募集職種の業務経験1年以上で、Excel、Wordの基本操作ができる方 経理業務は簿記3級以上あれば尚可
2 店舗担当経理業務		平日 10:00～18:00 土日祝 10:00～18:30 月末2日と月初1日～19:00	
3 人事・総務業務	経験により要相談	全日 10:00～18:30	休日◆火曜・水曜(勤務カレンダーによる) [2024年公休日] 117日 待遇◆交通費支給、半年後有給休暇、賞与、制服貸与(女性社員)※各規定による
4 社内SE業務			
5 本社各部署の事務業務	22万円～ ※固定残業代を含む		

応募方法 まずはお電話ください。応募職種を確認のうえ、面接日時をご相談させていただきます。

選考方法 面接1回(面接後7日以内に合否のご連絡をいたします)顔写真付き履歴書、職務経歴書をご持参ください。

ご家庭の事情による時短勤務や、扶養範囲内による勤務の希望などがあればご相談ください

株式会社ウェブ ☎ 047-390-2001 [担当] 阿部
木～月/10:00～18:00(火曜・水曜を除く)
市川市南行徳1-16-22 株式会社ウェブビル3階 東京メトロ東西線 南行徳駅 徒歩2分

オリジナルホームページ作成します

作成から更新まで
「安心しておまかせください!!」

企業、商店、学校、サークル、個人OK!
初期費用 55,000円～(税込)

お気軽にご相談ください (株)明光企画 ☎ 047-396-2211

リニューアルしました! **ベイちばInfo** 楽しいイベント 街の情報がいっぱい!

千葉周辺エリアで暮らす方のための情報サイト
市川 行徳 浦安 葛西 (運営) 株式会社 明光企画

シネマ時刻表

上映時間	映画名	上映時間	映画名
11:00	パーフェクトデイズ	11:00	パーフェクトデイズ
13:00	パーフェクトデイズ	13:00	パーフェクトデイズ
15:00	パーフェクトデイズ	15:00	パーフェクトデイズ
17:00	パーフェクトデイズ	17:00	パーフェクトデイズ
19:00	パーフェクトデイズ	19:00	パーフェクトデイズ
21:00	パーフェクトデイズ	21:00	パーフェクトデイズ

シネマックスシアター ☎ 047-305-3855 (4月19日～25日)

全身・骨盤調整・マッサージ店
カラダデザイン Brand New Body

予約困難改善のため 木曜日も 営業開始!

春ネイル 6500円 (税込)

美容鍼 初回60分 8000円! 5000円! 6800円! 9000円!

アスリートケア トータルボディ マッサージ 初回60分 8000円! 90分 14500円!

TEL.03-6456-0915

東葛西図書館主催イベント
はじめてのヨガ教室

5/18 (土)

ヨガはインド発祥の、全身と呼吸を使って心身を整える健康法で、老若男女問わず、体の硬い人でも取り組むことができる。

今回は初心者向けに、ヨガについての簡単な講座と、イスを使ったヨガを教わる。講師は、江戸川区ヨガ協会、江川川区ヨガ協会、レッシュとしてみません

5月18日 (土)
PM 2:30 (開場 PM 1:45)

▽東葛西コミュニティ会館 2F 集会室1
▽5月18日 (土)
PM 2:30 (開場 PM 1:45)

▽対象 高校生以上
▽定員 先着30人
▽持ち物 動きやすい服装、汗を拭くもの
▽4月20日 (土) 正午から電話・1Fカウンタ1で受け付け
▽申し込み・問い合わせ
03-5658-4008
8/江戸川区立東葛西図書館

今のヘアスタイルに満足していない方、ご相談ください

美容室スリーシー TEL.03-3804-6722

南葛西2-6-4 (東武ストア裏) 休/月曜 (5/9~5/19お休みします) 営/9:30~19:00 (平日は20:00まで受付) (スタッフ募集中!)

★当日の急なご予約に対応できない場合もございます。余裕をもってご予約下さい。
★平日限定ペア割も / 2名様以上のご予約・ご来店でお1人様半額 / (他の割引併用不可)

Oカット(S・B付) 4400円 → 3900円
Oパーマ又はカラー 4400円 → 3400円
Oデジタルパーマ 15400円 → 13400円
O縮毛矯正 13200円 → 11200円
5/31まで 広告持参の方に限り上記のお値段で☆ ※コピーも可 割引の適用は1メニューのみ。詳しくは電話にて

4/20(土) 13:00より 生本マグロ解体ショー開催いたします

福徳食堂/パトリア葛西店

4/20まで +贈の唐揚げ (250g) 原の生焼焼き定食100g

4/21~4/25まで 原の生焼焼き定食 300g!

4/26~4/30まで 内野焼め定食 +サバ干物 (1枚)

大トロ(1サク) 2,160円
中トロ(1サク) 1,620円
赤身(1サク) 1,080円
※価格は全て税込です

旬鮮問屋 江戸川市場 TEL.03-3878-2410
新兵衛 江戸川区清新町1-3-6 パトリア葛西内 営/10時~20時 定休日/水 (その他、当面は不定休)

どれを 食べようかな? 和洋中セレクトディナーセット

ホテルオークラ東京ベイ

4月から月々木曜日限定で始まった「和洋中セレクトディナーセット」。レストランフォンタナで、和洋中

どのセットメニューでも注文できる。家族や仲間と一緒にテーブルで、各々が希望するジャンルの料理が食べられるのだから、なんともうれしい話だ。

それぞれ、レストランフォンタナ、和食レストラン 羽衣、中食レストラン 桃花林の調理人が腕を振るうので味は確か。いずれも複数のメニューが用意される。

▽料金 3600円 (メニューにより異なる) ※税込

▽予約・問い合わせ 047-352-6158

復習したい グループレッスンや YouTube だけでは分からない

着付けを習ったことがある方限定

道具を使わない 昔ながらの手結び講座

個別レッスンフレキシブルタイム

1授業/60分×全3回

3コイン 1,500円 (税込)

◆入会金なし ◆授業に必要な小物全て無料 ◆手ぶらOK

1レッスンなんと500円!!

東京和装専門学院 TEL.047-470-2480

Information

講演会・コンサート・展覧会・フリマの案内・サークルの仲間募集におハガキ、FAXでどうぞ...

講演会・講習会・体験会

●高校と特別支援学校で迷っている人へ「進路説明会」
中学卒業後の進路選択で将来が変わる。支援学校、全日制・通信制・定時制高校の特徴を紹介。放デイ利用者向けの説明会を一般公開。予約は電話かメールで▽4月29日 (祝) PM 1~ (事前予約制、個別面談可)
▽伸栄学習会 北栄教室 (浦安市北栄3-33-10)
▽対象 中学生・保護者
047-352-6158
shin-ci@shin-ci-kai.com

●文化講座「数異抄に学ぶ」
▽4月19日 (金) PM 1:30

サークル仲間募集

●パソコン音楽DTM教室「電奏会」
▽毎金曜

～3:30、26日 (金) PM 7~8:30/南小岩コミュニティ会館集会室
▽4月25日 (木) PM 2~4 / タワーホール船堀406会議室
▽入場料 無料
▽申し込み不要
080-4078-6527 数異抄となぜ生きる/花岡
●リサイクル着物市
リサイクル着物、帯、和装小物、リメイク服など
▽4月18日 (木)~20日 (土) AM 10~PM 4 (20日はPM 3まで)
▽まちづくり活動プラザ3F 第1多目的室(浦安市入船5-45-1)
▽持ち物 上履き、靴入れ、マイバッグ ※土足厳禁
▽申し込み不要
070-6512-8025 ファイバーリサイクルうらやす

▽PM 4:30~6
▽清新町コミュニティ会館
▽入会金 1000円
▽会費 1回1000円
▽対象 小学生~シニア
※音楽知識、楽器経験不要
※PC初心者も簡単にひな型作成、YouTube視聴可
▽見学・体験随時 無料
03-3675-0949 小泉 (PM 1~5)

※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「ベイちは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
「ベイちは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・

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

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。

インフォメーション掲載ルール (2024年4月~)

●無料掲載
・公共の場所(公民館・公園・学校等)で行われる講習会、イベント、サークルなどで、営利目的でないもの
・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。

●有料掲載
(1行1100円※別途原稿作成料・校正料2200円)
・必ず掲載を希望するもの、掲載日を指定するもの
・公共以外の場所で行われるもの(オンライン開催も含む)

電話・FAX・メールで申込OK!!

葛西案内 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がりします

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 TEL.047-396-2211 info@meiko-kikaku.co.jp

パソコン無料回収

個人情報をしっかりガード! 障害者が丁寧に解体

●市川レインコンの会館 パルバ1募集中心!

TEL.047-395-6809

▽料金 11行(12文字) 1000円 (税込) 料金は前金でお願いいたします。振込可。

葛西案内