

文化・スポーツの活動拠点を全館まるっと楽しもう 文化スポーツプラザ開館1周年記念 まるっとフェス

4/26

誰もが気軽に文化・芸術、スポーツ活動を行える拠点として、昨年4月にオープンした「江戸川区文化スポーツプラザ」。4月26日(日)、開館1周年を記念してイベント「まるっとフェス」が開催される。

東京藝術大学の学生による演奏会やマルシェ、写真館、落語、手芸など盛りだくさんの内容。パラスポーツの体験、モルック、ターゲット・バードゴルフなど体を動かす体験コーナーや、体育館で開かれる活動紹介「まるっとPRコーナー」もお楽しみに。

- 1F**
 - 春の圓藏亭落語会(要申し込み)
 - フライングディスク
 - フェルトのキーホルダーづくり
 - ポッチャ
- 2F**
 - ハンドメイドマルシェ「まるっとマーケット」
 - 活動紹介「まるっとPRコーナー」
 - 旧第二松江小学校今昔フォトクエスト
 - パラパワーリフティング
 - ビームライフル射撃
- 3F**
 - あーと commons Sumi-Co
 - このまちでは、春。展
- 多目的広場**
 - ターゲット・バードゴルフ
 - モルック
 - キッチンカー
- 体育館(2F)および音楽室(1F)**
 - 東京藝大ケルト音楽研究部「g-celt」音楽ライブ

1階には飲食ができるスペースもある。各催しのスケジュールなど詳細は同プラザホームページ(<https://culture-sports-plaza.jp/>)を確認を。

- ▽4月26日(日) ※雨天決行(多目的広場をのぞく)
- ▽AM10~PM3
- ▽江戸川区文化スポーツプラザ(松島2-16-20) ※イベント当日は駐車場の利用不可(車いす利用者用2台を除く)
- ▽申し込み不要 ※「春の圓藏亭落語会」のみ要申し込み(HP、電話または同プラザ窓口へ)
- ▽問い合わせ ☎03-6231-5211/江戸川区文化スポーツプラザ



4/26(日) 生本マグロ 解体ショー開催
13:00より

この広告ご持参の方 3,000円以上お買い上げで 素敵なプレゼント進呈! (有効期限2026.5月末日)

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 ☎03-3878-2410
江川区清新町1-3-6(パトリア葛西内) 営業/10時~20時 定休日/水(食装は営業) ※その他当店は不定休

新兵衛 公式インスタグラム 5月の情報はコチラ

ホテルオークラ東京ベイ

イタリアンドルチェを満喫! アフタヌーンティー ~Pomeriggio Italiano~



5月に期間限定で開催される、イタリアンドルチェを主役にしたアフタヌーンティー。

ティラミスやサクサクのカノーロをはじめ、ズコットケーキやパンナコッタ、パーチ ディグダーマなど、イタリアの伝統的なスイーツが勢揃いする。

イタリアン風セイボリーや、スコーン、フォカッチャ等もあるので、軽いランチでもOK。世界中で愛される紅茶ブランド「ディルマ」の紅茶とともに、楽しい午後

のひとときを。
▽5月19日(火)~21日(木)、26日(火)~28日(木)
▽PM2~4
▽レストラン フォンタナ
▽料金 6500円(税込)
▽要予約
☎047-355-3345(直通)

詳細はこちら

ハイアット リージェンシー 東京ベイ

GWファミリービュッフェ ~こどもの日スペシャル~



「こどもの日」をテーマに、大人も子どもも一緒に楽しめるスペシャルランチビュッフェがゴールデンウィーク期間限定で開催される。

人気の「国産牛ローストビーフ」、「サーモンとOSMICトマト、マスカルポーネの Pasta」のほか、寿司(海老・和牛)やミートボール、シーフードブラックカレー、ハンバーグステーキなどの冷製・温製料理、デザート各種が並び、

12歳以下の子どもには、鯉のぼりの塗り絵台紙のプレゼントもあり。
▽5月1日(金)~6日(水・振休)
▽AM11:30~PM4 (最終入店P)

M2:30、ビュッフェ台PM3まで
※120分制
▽ザ ガーデン ブラッスリー&バー
▽ランチビュッフェ/大人6500円、6~12歳3250円 予約はこちら
(5歳以下大人と同人数分無料)※ドリンク込みの料金プランはHPを確認を

CINEMA 5 Monthly 2026 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/	<p>プラダを着た悪魔2(1日~)</p> <p>未来(PG12)(8日~) ひつじ探偵団(8日~)</p> <p>グランド・イリュージョン/ダイヤモンド・ミッション(8日~)</p> <p>ラブライブ! 蓮ノ空女学院スクールアイドルクラブ(8日~)</p> <p>正直不動産(15日~) 君のクイズ(15日~)</p> <p>ミステリー・アリーナ(22日~)</p> <p>Epic/エピック エルヴィス・プレスリー・イン・コンサート(22日~)</p> <p>モノノ怪第三章 蛇神(29日~)</p> <p>箱の中の羊(29日~)</p> <p>お終活3 幸春!人生メモリーズ(29日~)</p>
船堀シネバル1 ☎03-船堀シネバル2 5658-3230	<p>ザ・スーパーマリオギャラクシームービー(〜下旬)</p> <p>名探偵コナン2026 箱の中の羊(29日~)</p>
シネマイクスピアリ 24時間テープ案内 ☎047-305-3855 または https://www.ikspiar.com/cinema/	<p>プラダを着た悪魔2(1日~) サンキュー、チャック [字](1日~)</p> <p>オールド・オーグ[字](1日~)</p> <p>魔法科高校の劣等生 四葉継承編(8日~)</p> <p>グランド・イリュージョン/ダイヤモンド・ミッション [字](8日~)</p> <p>未来(PG12)(8日~) ひつじ探偵団[字](8日~)</p> <p>ソング・サング・ブルー/Song Sung Blue [字](8日~)</p> <p>正直不動産(15日~) 君のクイズ(15日~)</p> <p>スター・ウォーズ/マンダロリアン・アンド・グロウーグー[字・吹](22日~)</p> <p>SUPER BEAVER LIVE & DOCUMENTARY -現在地- (22日~)</p> <p>ミステリー・アリーナ(22日~)</p> <p>TOKYO BURST-犯罪都市-(PG12)(29日~)</p> <p>箱の中の羊(29日~)</p> <p>モノノ怪第三章 蛇神(29日~)</p> <p>マテリアリスト 結婚の条件[字](29日~)</p>

※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。

アンケートにこたえて! 映画チケットを当てよう! 2026 応募締切(必着) 4/30(日)

プレゼント内容
A 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
B 船堀シネバル ペア 2組

アンケート
①地域情報WEBサイト「ベイしばi」を知ってる? 1知っている 2知らない 3知っているけど見たことがない
②「ベイしばi」で紹介してほしいお店を教えてください
③ペットとの暮らしで「こんな情報が知りたい」と思っていることは何ですか
④あなたが知っている地域のイベント情報を教えてください

応募方法 ※応募は1人1回まで ※複数応募は無効
下の応募券を切り取ってハガキにしっかり貼り、希望のプレゼント・アンケートの答え・郵便番号・住所・氏名・ペンネーム・性別・職業・年齢を記入の上、〒272-0143 市川市相之川3-2-13 朝日新聞 映画5月分係へ郵送

アクセス

映画チケットプレゼント 5月 応募券

シネマ時刻表

上映時間	17:00	19:00	21:00
プラダを着た悪魔2	18:30	19:15	19:45
未来(PG12)	18:30	19:15	19:45
グランド・イリュージョン	18:30	19:15	19:45
ラブライブ!	18:30	19:15	19:45
正直不動産	18:30	19:15	19:45
君のクイズ	18:30	19:15	19:45
ミステリー・アリーナ	18:30	19:15	19:45
Epic/エピック	18:30	19:15	19:45
エルヴィス・プレスリー	18:30	19:15	19:45
イン・コンサート	18:30	19:15	19:45
モノノ怪第三章	18:30	19:15	19:45
蛇神	18:30	19:15	19:45
箱の中の羊	18:30	19:15	19:45
お終活3	18:30	19:15	19:45
人生メモリーズ	18:30	19:15	19:45

【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 管理担当課 info@maiko-kikaku.co.jp

グランドニッコー東京ベイ 舞浜

約65種類のメニューに舌鼓 ゴールデンウィークランチbuffet

ゴールデンウィークの4日間限定ランチbuffetは、洋食を中心に、季節の食材を生かした和食やデザートなど、約65種類が並ぶ豪華なbuffet。

人気のローストビーフは爽やかな辛みがたまらないチミチュリソースなどを添えて(ソースは3種)。「木更津おかしらサーモンとアスパラガス」は日本のハーブを使ったペアルネーズソースがサーモンを引き立てる。「松阪ポークのハーブグリル」を含め、どれもシェフこだわりの料理だ。

ほかにも「昆布×真鯛とかぶのカルパッチョ仕立て」など、見た



目も鮮やかな料理が満載。
▽5月2日(土)～5日(祝)
▽正午～PM2、PM0:30～2:30※120分制
▽オールデイダイニング「ル・ジャルダン」
▽大人6500円、9～12歳2900円、4～8歳1900円
※ソフトドリンクパー付き
▽予約・問い合わせ
☎047-711-2427(AM10～PM6)

詳細はこちら



講演会・講習会・体験会

●うきうきまちサロン

健康美容体操とほっと一息のお茶&お菓子タイム

◇4月29日(祝)

◇AM10～正午

◇清新町コミュニティ会館集会所3

◇参加費 200円

※初めての人も歓迎

◇申し込み 不要

☎090-4490-4959西岡

●ピアノde脳活 無料体験説明会

◇5月9日(土)

◇AM10～正午

◇タワーホール船堀2F

◇対象 60歳以上

◇定員 40人

◇申し込み メールで

☎070-6470-0910 Clioピ

アノ教室/石塚

✉kerumana@me.com

フリーマーケット

●えどスピリマ出店者募集

(クボタスピアーズホストゲーム「キッズデー」企画内)

◇4月25日(土)※雨天決行

◇AM11～PM4

◇清新第二中学校校庭

◇出店料 手持ち1000円※

車ごと出店もあり。料金等

詳細はHPで確認を

◇出店数 約40店

※動く車の展示や緑日、小

松菜フェスなどあり

☎070-5043-1056リサイ

クル団体ASOBO会

✉info@recycle-asobo.org

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「ベイしば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

「ベイしばinfo」内検索パ

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・



く、閉じたまま下の方で、眼球が小刻みに動く「浅い眠り」の状態。夢を見ていないことが多い時期です。このレム睡眠は、大脳が発達してない動物の睡眠にみられるもので、魚類、両生類、爬虫類などの変温動物が肉体的な疲労を回復するために獲得した休息法です。この「古い型」の眠りであるレム睡眠に対し、鳥類や哺乳類のように大脳が目覚ましく発達した恒温動物が新たに獲得した脳の休息法がノンレム睡眠で眠りの深さによって4段階に分類されます。

第1段階は入眠状態のうとうとした時期で、脳波ではレム睡眠時に似た低振幅の徐波と速波が出現し、緩慢な眼球運動が認められます。第2段階

人の睡眠は均一なものではなく、眼球運動をとってもノンレム睡眠とそうでないノンレム睡眠とがセットで繰り返されて形成されます。レム睡眠のREMは急速眼球運動の略で、体は活動を休止しているのに脳は覚醒に近い状態です。この「古い型」の眠りであるレム睡眠に対し、鳥類や哺乳類のように大脳が目覚ましく発達した恒温動物が新たに獲得した脳の休息法がノンレム睡眠で眠りの深さによって4段階に分類されます。第1段階は入眠状態のうとうとした時期で、脳波ではレム睡眠時に似た低振幅の徐波と速波が出現し、緩慢な眼球運動が認められます。第2段階

専門医に聞く

歯科と睡眠 (レム睡眠とノンレム睡眠)

児玉歯科医院
児玉剛之院長

から3時間ほどの間にノンレム睡眠が集中して現れ、朝方にはレム睡眠が多くなります。私たちは就寝中にこの二種類の睡眠を組み合わせて英気を養っているわけですが、各睡眠の終わりに目覚めやすくなります。睡眠のリズムが乱れてレム睡眠が優位となると、徐々に睡眠不足の症状が現れてきます。また睡眠には脳の視交叉上核という所にある、体内時計によるサーカディアンリズム(概日リズム)と呼ばれる活動と睡眠の調節機能も関与しています。

■児玉歯科医院
江戸川区西葛西6-13-7
☎03-686-8241
日・祝日休診

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 葛西新聞インフォメーション係
☎047-396-2211
☎047-397-0325
■5月締め切り変更
5/1号=締切済

5/15号=4/27締切
5/22号から通常通り
※あくまで目安。事前連絡なしに早まることもあり。
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。

市川・浦安・葛西・行徳地域の仕事(求人)情報!

第1・3・4週 金曜発行

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 送迎スタッフ

放課後等デイサービスの送迎スタッフ

1日4時間・週2回から!
教室と自宅の間の送迎がお仕事

時給◆1,300円～
曜日◆月～土14:00～20:00のうち
4時間・週2回～

勤務地◆行徳・妙典・原木中山・浦安で
ご自宅近くの教室をご案内

資格◆普通自動車の運転のできる方
(AT限定可)

公式LINE・電話・メールのいずれかで
「送迎希望」の連絡を♪

伸栄学習会 放課後等デイサービス

本部:浦安市北栄3-33-10【採用担当:小泉・重田】
Tel. 047-352-6158 (受付/月～土 9時～20時)
shin-ei@shin-ei-kai.com (メールは24時間受付)

西葛西 パ ア レジ・加工・調理

【急募】食堂・鮮魚店レジ・加工スタッフ募集

時給◆1,226円 40～60代の方
内容◆①レジスタッフ 活躍中
②配送
③調理(お魚が捌ける人)
④食堂での簡単な調理

時間◆①～③7時～20時(閉店作業)
④10時～22時
※上記時間帯のうち、ともに3～5h程度

休日◆シフト制による

西葛西駅徒歩8分

株新兵衛

江戸川区清新町1-3-6 バトリア葛西内
Tel. 03-5658-0883 採用担当 曾我

葛西 パ 受付・看護助手

20代～50代イキイキと活躍中!

葛西駅から徒歩2分。資格必要ありません

時給◆1,250円～ 土曜できる方
時間◆月・木 15:00～19:00 歓迎!
火・金 15:00～18:00
土 9:00～13:00

週2,3日～ ※曜日応相談

休日◆水・土午後・日・祝日・その他

待遇◆交通費支給、制服貸与
応募◆電話連絡の上、履歴書持参(写貼)

柴山泌尿器科・内科クリニック

Tel. 03-5675-7223
江戸川区東葛西6-1-17第6カネ長ビル2F

都内各所 正 鉄筋工

社員兼、ワンルーム兼即入居可

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)〒279-0043 浦安市土土1-15-14

求人広告なら 行徳新聞 浦安新聞 葛西新聞 いちかわ新聞

発行総数 234,060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

葛西・西葛西・他 委 配布

葛西新聞配布スタッフ募集!!

お近くの地域をご案内いたします

・60～70歳代の方歓迎! 散歩のついでに!
・WワークもOK! 自営業・パートの空き時間に!
時間◆第1・3・4木曜15時～金曜18時の間に
300～600部 2～4時間程度
報酬◆配布数に応じてお支払いいたします

出社の必要なし! 配布する新聞はご自宅にお届けします。
健康で真面目な方、主婦・定年退職後の方歓迎します!

お仕事の詳しい内容に関してはお電話ください

株アオバヤ Adpos 明光センター

Tel. 047-396-2219
受付/平日10:00～17:30
市川市相之川3-2-13-3F

※留守にすることがあります。留守番電話にお名前・住所(希望エリア)・ご連絡先を入れてください。折り返しご連絡させていただきます。 * 当社は「日本ボスティング協同組合」の組合員です *

西葛西・葛西臨海公園 臨時職員 病棟クラーク

高時給! 週5日勤務 病棟クラーク募集

患者さんの笑顔のために、一緒に働きませんか?

病棟クラークとは? 病棟内での事務業務、患者さんや面会の方、電話などの対応。診断書等書類取り扱い、備品手配、コスト入力など、医師や看護師が患者さんのケアに集中できるようにサポートするお仕事です。

時給◆1,400円+交通費支給(車通勤OK)
勤務◆月～金、週5日 未経験者OK

時間◆8:30～17:00
休日◆土、日、祝、年末年始、有給(6カ月経過後より)

応募に必要な書類など詳細はQRコードから。

東京臨海病院 看護管理室

Tel. 03-5605-8811 (代表)
東京都江戸川区臨海町1-4-2
Eメール: kango@tokyorinkai.jp

