

行徳新聞
Gyo-toku

Vol. 2364

コミュニティペーパー

2026 8.7 号

地域情報サイト
「ベイちばInfo」公式LINE お友だち登録募集中



楽しいイベント、街の情報がいっぱい！
 バイのまちとひととをつなぐ
ベイちば info
 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
<https://www.bavchiba.info/> (運営)株式会社 明光企画

断熱性能アップで
快適な暮らしを

住宅断熱改修促進事業補助金

夏の暑さ、冬の寒さ。どちらも厳しくなっているように感じられる近年、光熱費が気になる人も多いのではないだろうか。その対策の1つとなるのが、住宅の断熱。市川市が行っている住宅断熱に関する補助金について紹介する。

市民自らが所有・居住する
市内の住宅が対象

温室効果ガスの排出量と吸収量を均衡させる「カーボンニュートラル」を目指している市川市。その実現に向けて市では、住宅の断熱性能が向上する改修工事を、市内の施工業者を利用して行う場合に、その経費の一部を助成する事業を行っている。

に住民登録している、または工事の実績報告を行うときまでに市川市に住民登録をする人。ただし、申請者と補助対象住宅に居住するすべての人が市税などを滞納していないことが条件となる。

対象となる住宅は、戸建てまたはマンションの専有部。補助の対象者が市内に所有して自ら居住している住宅、または市内に所有して実績報告時に自ら居住する予定の住宅だ。

工事内容と条件・基準によって異なる補助額

対象となる工事は、窓の断熱化、ドアの断熱化、窓の高断熱化、壁・床・天井の断熱化の4項目。このうち窓の断熱化とドアの断熱化は対象工事費の1/3、限度額10万円が助成される。

窓の高断熱化は、少なくとも1居室すべての窓で実施することや、断熱等級5以上の製品を使用することなど条件があるが、助成は対象工事費の1/2、限度額は20万円。また、壁・床・天井の断熱化は対象工事費の1/2、限度額30万円となる。

市内業者への
見積もり依頼からスタート

見積もりから補助金支払いまで、
手続きの流れは次の通り。

①市内の施工業者(市内に本店が

ある法人または個人事業者)から見積もりを取る

- ② 必要な書類を揃える
- ③ 街づくり整備課窓口へ申請（施工業者が代行することも可）
- ④ 決定通知が届く（目安は申請から3～4週間後）
- ⑤ 契約・工事着工
- ⑥ 申請した窓口に実績報告
- ⑦ 額確定通知が届く
- ⑧ 申請した窓口に補助金を請求
- ⑨ 補助金が支払われる

すでに契約済み・工事中・工事済みの場合は申請できない。そのほか、申請の詳細や条件などは市公式Webサイトで必ず確認を。

申請は予算の限度額に達すると
受付が終了となる。工事を予定し
ている場合は早めに申請しよう。

▽問い合わせ

☎047-712-6327／市街づくり
整備課

えん みょう いん

圓明院墓苑

今、話題の

樹木葬墓地

行徳駅より
徒歩約7分

一般墓地 初的一般公募!



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。



第2期
好評につき残りわずか!

ペット共葬本葬区画残りわずか!

- ◆ 1区画3墓まで埋葬可能
(散骨ではなく個別に専用骨壺で)
- ◆ 契約から50年間は契約区画にて埋葬

永代供養 宗教不問 後継者不要

1区画 3墓(3名様)

44万

石牌代・家名彫刻代
別途16.5万円

春には3種の芝桜が咲きほこります

**高級型墓石付き
完成墓地** すべて込み!

95万

3千円より

- 永代使用料
- 石碑
- 外槽
- 納骨室
- 彫刻代
- 塔婆立
- 工事代

※区画は大きいものもあります
※石種・デザイン多数あります

家取イリストは別添付料金

維持費
年間2,000円×50年まで
100,000円

60年一括払い
【半額割引】
50,000円

圓明院



行徳駅 行徳中央公園 妙典駅 イオン 行徳小学校 妙典橋

過去の宗旨・宗派不問 ぜひ一度ご見学ください

所在地/市川市湊11-21 仏事は圓明院住職が執り行うので安心です

TEL 020-0034 東京都足立区千住5-7-9 URL: www.514184.co.jp

TEL 03-5813-2600

☎ **0120-514-194**

☎ **047-383-9921**



院長・医学博士 増田美央

慶応義塾大学
糖尿病専門医/指導医
内科学会認定 総合内科専門医
日本医師会認定 産業医
音楽療法学会 正会員
アンガエイジング学会 会員

METsで始める運動療法

日々の運動量の目安として、よく知られた運動したらよいか迷いませんか。高い費用を払ってジムに行き、ウォーキングマシンやマシンジムの利用しない運動と言えないのでしょうか。運動靴やジャージなど道具をしつかり揃えて、靴を揃えることは実はとても重要なことなのですが、時間を作って運動しない運動と言えないのでしょうか。

いいえ、そんなことはありません。すき時間、好きなように運動を積み重ねることができる。それを非運動性熱産生(NET)と言います。

いわゆる「スポーツ」以外にも、身体活動における

生活活動というものがあり、日常生活の中で行われる仕事や洗濯、掃除、犬の散歩やゴミ出しなどを指します。そういったものの寄せ集めで何キロカロリーくらい運動できたかを計算することが可能です。

そこでMETsが登場しますが、運動時間と体重をかければ消費エネルギーを計算することができ

・椅子に座る：1 METs
・徒歩：3 METs
・階段：8 METs
・電車で立つ：1.2 METs
例えば運動で1時間座らずに静かに立つていれば、60kgの人なら、1.2 METs × 60kg × 1時間 = 72キロカロリーの消費量になります。ジョギングは7 METsですが同じ60kgの人なら、10分のジョギングとはほぼ同等ということになります。活動量を増やす要素はあらかじめ脳がついています。上手に利用していきましょう。



内科・糖尿病内科

ベリークリニック

南行徳駅徒歩1分【完全予約制】 休診：水曜・日曜・祝日（金曜夜診療あり(18:30~20:00)）

☎047-358-6318

〒272-0143 市川市相之川4-14-10
クレイティブMASIF

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:45~12:00	●	●	—	●	●	●	—
13:45~17:30	●	—	—	●	●	—	—

～16:00

ベリークリニック

検索

外に出るのも
危険な暑さ!

だからこそ、家の中は
もっと快適に!

毎日続く厳しい暑さ。熱中症対策のために、なるべく涼しい室内で過ごしたい。

でもエアコンをつけばなしにすると
光熱費が気になる...

解決策は、
窓の断熱リフォーム!

窓から入る熱を抑えることで、冷房効率が
高まり、快適さと省エネの両立につながります。



株式会社 LIXIL

補助金が利用できる場合があります!

先進的窓リノベ2026事業対象工事なら、
窓の断熱リフォームに補助金が活用できます!

補助額の一例 ※戸建住宅におけるSグレード（換気量Jw1.5以下）の場合

窓のサイズ	大 (2.8~4.0m)	中 (1.6~2.8m)	小 (0.2~1.6m)
内窓設置	52,000円/箇所	34,000円/箇所	22,000円/箇所
外窓交換 (カープ工法)	124,000円/箇所	92,000円/箇所	60,000円/箇所

当社は住宅省エネ2026キャンペーン(みらい工)住宅2026事業・先進的窓リノベ2026事業・給湯省エネ2026事業・賃貸集合給湯省エネ2026事業)の登録業者です。交付申請をお任せください。

おかげさまで49年・無借金・安定企業 各種リフォームローン取扱店

REFORM AQUA YAMA (株) リフォーム 青山

※8/8~16は夏季休業とさせていただきます

☎ 通話無料・お客様専用ダイヤル
0800-222-4111

●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優良組合員です

【行徳店】
市川市湊新田2-2-21
営業時間:9:00~18:00

☎ 電話受付フォーム
※営業時間内
※国土交通大臣登録

HPはこちらから

公式インスタ

「僕が勉強をしなくなったわけ」第58回
すべての勉強を捨てて
いきいたい人のために

おかか専属占い師⑤
1945年8月6日V.O.L
●原爆から既に81年が経つ。あの日一日だけで758万人の方が亡くなられた。当時の広島市の人人口が35万だったの約2割の方が瞬時に命を奪われた。その年の12月までに火傷や外傷、放射線障害により更に758万人の方が亡くなられた。計1455万人の方がその年に亡くなられたのである。

●こんな惨事は、地獄絵は、あつてはならないことであるが、その爆心地のごく近くに住んでいた松林家は郵便支局のビルのおかげで誰も大きな被害を受けなかった。だから僕は小学生のころ両親と歩きながらその郵便支局の前を通る時、「このビルのおかげでお祖父さんやお祖母さんは助かったんだよ」と教えられたものだ。

●僕はごく稀少な人間はあまりいないかもしれない。それは、爆心地で祖父母が被爆はしたが助かり、父はもう少し離れた三菱重工で被爆したが助かり、なんと障害もでなかった後、結婚して僕が生まれた。しかも未だにその地に実家はあり、母は94歳であるが女医として開業し診療している。そんな原爆に近いところで生まれて過ごして今でもここに実家があり、原爆投下後の爪痕や復興を見てき

た人間はあまりいないのではないかな。だから皆さんと一緒に原爆のことや平和と戦争のことや、人間の教智と文明について、そしてその行く末について対話して考えていきたい。

●予約不要、つらい時にすぐ受診できる、地域で信頼されるクリニックです。
●なんとかしますコール
在宅の困りごと、まずはお電話1本。患者様、ご家族施設ケアマネジャーのどうしようこに対応します。

0120-566-751

在宅療養支援診療所
仁整形外科・内科
クリニクス
院長 松林 保智
行徳駅前2-1-11・2F
日祝、水曜午後休診
03-03-5997-1
https://www.jin-c.com/

行徳支所・行徳公民館敷地 キッチンカー・露店等の出店者募集中

市川市では、行徳支所および行徳公民館の敷地を活用した、キッチンカー・露店等の出店者を募集している。希望者は市の公式サイトで詳細を確認しよう。行徳支所の公式Instagramでも情報公開中。

▽出店場所 行徳公民館入口前敷地
▽時間 月曜～金曜(祝日除く)AM9

～PM5

▽面積 20㎡ (5×4m)

▽出店料 2860円/日

▽出店予約 市の公式

サイトで事前登録の

上、専用フォームから

☎047-359-1254 / 行徳支所総務課郷土資料館構想室

市公式サイト



「第2回 小学生いちかわ郷土かるた大会」開催 地元ならではの大会を見に行こう

8/22

市川市の歴史・文化・名所・自然・人物などを子どもたちが学べるかるた大会。市川に暮らす人々の郷土愛を育むことを目的に開催する。並ぶのは、「凧と咲く 江戸川堤(つづみ)の 河津桜」といったオリジナルの札で、対象は市川市在住・在学の小学生54人。当日は競技ルールの説明や、早稲田大学かるた会OB・OGと市川学園競技かるた部OB・OGによる競技指導もあり、誰にでも親しみやすい内容になっている。参加希望はすでに定員に達しているが、当日の観覧は可能なので、「市川の歴

史や文化が好き」「競技かるたに興味がある」という人は、ぜひ応援に行って大会を盛り上げよう。大会当日の運営サポートをしてくれるボランティアも募集中。学生大歓迎。かるたを知らなくても大丈夫なので、電話で気軽に問い合わせを。

▽8月22日(土)

▽AM9:45～PM1

▽全日警ホール1F(八幡4-2-1)

▽問い合わせ

☎047-334-2280 / いちかわ郷土かるた会(岩井)

台風前に備えを 「地域型小規模土のうステーション」 活用を呼びかけ

市川市は、大雨・洪水などによる家屋への浸水被害を防止するために、必要に応じて土のうを取り出すことができる「地域型小規模土のうステーション」を、公民館や公園

小規模土のうステーション(本行徳公民館で撮影)



など市内21カ所に設置している。台風による豪雨などで心配なのが、川の氾濫や雨水の排出が追い付かないことで起きる内水氾濫だ。市川市は低地を中心に市街地化が進んできたため、雨水が地面に浸透せず、水路や川に流れ出す「都市型水害」が多く起きてきた。総合的な治水対策で過去に比べると浸水被害は減ってきたが、排水施設の能力を超えるような局地的な豪雨が頻発すると、すべてを施設整備で対応するのは困難だ。そこで、「自ら備える」取り組みを支援

車のキズはヘコミには

見直し 代車無料

確かな技術で大切な車を直します!

信頼のカーディーラー協力工場です。国産車、輸入車共にお任せください。価格はリーズナブルですが、修理はきっちりやらせていただきます。

ウイルス対策! プロの車内除菌「オールクリア」を無料で施工

カフェ風店内でヨニヒを飲んでいる間にすぐお見積もり(無料)。お気軽にお問い合わせください。

宇田川钣金工業 平日9:00～18:00 日曜9:00～16:00

塩焼1-10-19(妙典駅徒歩5分) 宇田川钣金 検索

☎047-397-8080 特別割引あり

白髪染め専門店 LaLa
美容室ふあみりー

～染めても“髪”傷まないヘナ～
■天然ハーブが原料だから、頭皮に優しく抜け毛も軽減! 染めるたびに髪が整い、ハリ・コシ・ツヤ感UP! 髪が美しく生まれ変わります!!

白髪が(明るい色)(ブラウン)(ダークブラウン)に染まります。※黒髪には色が入りません

白髪染め専門店 LaLa
ヘアカラー
●根元3cmまで 2,500円
●耳下20cmまで(ワグ染め) 3,500円
●まつ毛パーマ 4,500円

ヘナハーブカラー(リタッチ)通常 6,300円
お得な回数券をお求めの方には 全体染め 1回サービス
3回券 3,900円お得 1回あたり5,000円
5回券 2,500円お得 1回あたり4,800円
※ブローはお客様ご自身でお願いします

美容室 ふあみりー
～ご新規様～
●ヘナカット ... 9,300円
1,500円割引 7,800円
●ヘナカラー ... 6,300円
1,000円割引 5,300円

白髪染め専門店 LaLa
行徳駅前1-27-17
営/10:00～18:30 休/月曜
TEL.080-7203-2110

美容室 ふあみりー 行徳駅前3-5-1
営/9:30～18:00(カット最終受付16:00) 休/火曜・第3水曜
TEL.080-5541-4464

LaLaの予約はこちら

するために「土のうステーション」が開設されることとなった。「自宅や社屋の玄関など、浸水対策として使用してください。21カ所常設されている地域型小規模土のうステーションのほか、台風直撃が予測される場合は、大柏川第一調節池緑地、大洲防災公園、広尾防災公園に土のうステーション

を開設することがあります」と地域防災課。「土のう」は1世帯につき10個程度まで持ち出すことができる。使用した土のうは戻さず、大雨が去った後は次の大雨に備えて保管を。土のうが半分以下になった場合や、土のうステーションが破損していた場合は、地域防災課まで連絡を。

◆土のうの使い方

◎積む際は、段ごとに互い違いに積むと効果が高い



◎数が少ない場合は、板などを扉にあてて、両脇を土のうで固定するのも有効



◎換気口などを土のうで覆えば床下浸水の防止に役立つ

◎使用後は次の豪雨に備えて保管しておく。使わなければ庭などに撒いてもOK

※
☎047-704-0065 / 地域防災課

ジモトの情報を日々更新中! 毎週金曜日LINE配信!

パイのまちとひとをつなぐ
ベイちばInfo
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

こんな情報が届きます! [配信例]

NEWOPEN・グルメ・今週のイベント情報など

まずは



街の情報募集中!
■あのお店のおいしい!
■こんな活動をしている人がいる
■地域のイベント情報など...
あなたの知ってる「街ネタ」求む!
※いただいた情報の採用・掲載の可否、時期などについては弊社にご一任願います。



情報提供はこちらから

ベイちばInfo

月間最大20万PV(閲覧数)の地域情報サイト。新聞に掲載した情報プラス地域密着の情報をお届けしています。



ベイちば
https://www.baychiba.info/
公式Instagram



東京ベイ舞浜ホテル ファーストリゾート

松阪牛・秋スイーツが食べ放題 松阪牛と秋の味覚ディナービュッフェ

上質の脂と上品で柔らかな甘みで「肉の芸術品」とも呼ばれる松阪牛と美りの秋スイーツが贅沢に味わえるディナービュッフェ。

ライブキッチンでは、焼きたて「松阪牛鉄板焼きステーキ」と熱々「秋野菜のチーズフォンデュ」を。そのほか100%ハンバーグや赤ワイン煮込み、スジ肉のテグタン風スープなど、松阪牛づくしのメニューが並ぶ。さらに秋の味覚満載のオードブルや温製料理、旬のフルーツを使ったスイーツなども好きなだけどうぞ。

▽9月18日(金)～23日(祝)、25日

(金)～11月29日(日)の金・土・日曜、10月12日(祝)、11月23日(祝)
▽PM5～9：30(L.O.PM9)
※100分制
▽オールデイダイニング カリフォルニア
▽大人8800円 4～12歳4400円
※ソフトドリンクバー込み
※浦安市敬老祝い商品券の利用可(お釣りは出ない)
▽予約・問い合わせ ☎047-355-1181(AM11～PM10)



グランドニッコー東京ベイ 舞浜

ホテルで過ごす特別な夏休み 夏フェス2026

吹き抜けのアトリウム(3階)に檣が組まれ、提灯が飾られて「夏フェス」が開催される。焼きそば・かき氷などの屋台グルメや、射的やヨーヨー釣りなどのゲーム屋台が登場し、手づくりワークショップや、子ども限定すいか割りなど盛りだくさん。夜には盆踊りやバーチャル花火も楽しめる。

また1階では広大な宴会場に「体験型エリア」が登場。巨大迷路やデジタルアトラクション、大型エア遊具「ふわふわチャレンジ広場」などを用意。特別抽選会へ参加できるスタンプラリーも開催される。



時間等詳細はHPで確認を。
▽8月10日(月)～16日(日)
※体験型エリアは15日(土)まで
▽チケット制 / 10枚綴り3000円
※1枚から追加購入可
▽チケット販売 アトリウム特設カウンター(3F)、グランドボールルーム前受付(1F)
▽問い合わせ ☎047-711-2396 / 営業企画(平日AM10～PM5)



Ichikawa ワタシの夢起業塾2026 全4回

市川市は、起業を目指す女性を応援する「Ichikawa ワタシの夢起業塾2026」を開催する。

この起業塾では、基礎的な知識の習得や仲間とのグループワーク、個別相談での疑問・悩みの解決などを通して、ビジネスプランの作成を目指す。

講師は女性経営者や創業希望者を中心に講演・セミナー・経営相談など多くの実績を持つ、TEPEコンサルティング株式会社代表取締役・中小企業診断士の松本典子さん。

全日程に参加した人にデジタル地域通貨ICHICO 100ポイントをプレゼント。

▽9月5日 / 「私の夢をカタチにする第一歩」、9月12日 / 「ビジネスの形を整える」、9月18日、9月19日 / 「個別相談(どちらかの日程で40分程度)」、10月3日 / 「目標を決めよう!」

※全て土曜(9月18日は金曜)
▽市川市役所第1庁舎2F大会議室等(個別相談は一部オンラインで実施) ▽AM9：30～PM4：30
▽対象 市川市内で起業を目指す女性、または起業して間もない女性経営者で、全4回出席できる人
▽定員 先着24人
▽受講料 5000円
▽講師 松本典子(TEPEコンサルティング株式会社代表取締役、中小企業診断士)
▽下記二次元コードから要申し込み
▽問い合わせ ☎047-712-8779 / 市川市商工課(経営支援グループ)



ハイアット リージェンシー 東京ベイ

北海道グルメビュッフェ ～夏の北海道グルメ探訪～

海の幸、広大な大地が育んだ恵みなど、北海道ならではの旬の味覚を集めたランチビュッフェ。ライブコーナーでは、総料理長おすすめ国産牛肉のローストビーフを。ビュッフェコーナーには、「知床ポークのロースト」や、「札幌スープカレー」、「釧路ザンギ」、「十勝豚丼」などがずらりと並ぶ。「日原メロン」「北海道産レアチーズケーキ」などデザートも豊富。

子どもには北海道の食材や食文化を楽しく学べる「自由研究シート」を贈呈。食育体験を夏休みの自由研究にしてみては。



▽8月8日(土)～11日(祝)、15日(土)・16日(日)
▽AM11：30～PM4(最終入店PM2：30、ビュッフェ台最終PM3)
※120分制
▽ザ ガーデン プラッスリー&バー
▽大人7500円、6～12歳3750円
※詳細はHPで確認を
▽予約・問い合わせ ☎047-305-8835



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がります
■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

8月14日(金)の
行徳新聞は休刊です。
次回発行日は
8月21日(金)です。

応募方法

投稿は、はがきが「ペイチば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

8月28日(金)必着

※掲載は10月初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。ご了承ください。

お申し込みはこちら→
ペイチば 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」必着から

【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、コミュニティペーパー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お問い合わせは、2面欄外をご覧ください。

佳作

青薄跳ねる白穂を待つ河原
胸に棲む和歌山空襲遠花火
薫風に子らの声翔ぶ平和かな

新井/心月
下新宿/丁子
行徳駅前/彩恵

特選

吹き抜ける昭和の風や夏座敷
富浜/小川はる乃

【評】行徳では、古民家が次々と消えて行き、新建築の建売やマンション・アパートが多く建てられています。アルミサッシとガラスで密封された現代の部屋は、エアコンの効果には最適ですが、外からの風を運ぶことはありません。猛暑、酷暑の令和では日中にガラス戸を開けることもできません。障子を開け、緑の風を入れることができた昭和の夏座敷が懐かしく思い出されます。

特選

仁王門阿形の舌の夕焼くる
幸/汐風爽

【評】仁王門の阿形像の赤い舌が、夕焼の赤い色と響き合って「唇赤く燃える情景が浮かびます。下五「夕焼くる」は「夕やける」という意味の動詞では季語にはなりませんから、これは「夕焼が来る」「夕焼がさしてくる」という意味でしょう。「ゆやけくる」と読むものだと思います。阿形の舌の赤さにさらに夕焼けが重なって、仏教的な荘厳さどころか生々しい迫力を感じさせます。

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回手児奈文学賞受賞。

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】日本の俳句人口の平均年齢は八十歳を超えていると、前回のこの欄で記述しましたが、私の俳句結社「沖」の先師・能村登四郎は、米寿で出版した句集『芒種』の巻末後記に「今はこれと言つて病はないが、何といつても八十八歳の老躯はしんどい。そんな中で毎月の作品を発表しなければならぬのは辛い。しかし考えを替えれば老いてもこのような仕事を持っていることは男として倅せなことだと思つている」と書き残しています。人生百年時代、老いても楽しむことをAIに聞いてみたところ、三つに集約できるそうです。①やつていて時間をわすれること。②できれば人とつながりが生まれること。③頭や身体を少しだけつかうこと。だ、そうです。俳句を作り句会に出るということは、まさに長生きの最高の秘訣ではないでしょうか。

火取虫男の夢は眼るまで 能村登四郎「易水」

高校空手日本一の塚希々華さんが一日署長 行徳ポリスフェスタ開催

行徳警察署は7月19日(日)、夏休みを前に地域の人の防犯意識を高めようと、「行徳ポリスフェスタ」をイオン市川妙典2階デッキで開催した。

一日警察署長には、JOCジュニアオリンピックカップ 第45回全国高等学校空手道選抜大会女子個人組手で優勝した行徳出身の塚希々華さん(高校2年)が就任。塚さんが警察官の制服姿で登場すると、会場を訪れた買い物客や家族連れから大きな拍手が送られた。

野水裕介行徳警察署長と2人のトークショーでは、野水署長が「SNSを通じた闇バイトで若者が犯罪に巻き込まれるケースが後を絶たない」と現状を説明し、詐欺対策アプリの活用による防犯を呼びかけた。塚さんは「少しでも危ないと感じたら一人で判断せず、



家族や周りの人に相談してほしい。犯罪に巻き込まれないためにも、防犯意識を持つことが大切です」と語った。

会場では、警察官の制服を着て白バイと記念撮影する子どもや、鑑識の指紋採取を体験する親子連れなど、参加者の笑顔があふれていた。フジパン千葉工場から提供されたパンの配布には長い列ができ、終始にぎわいを見せた。

市内在住の女性は「孫と同世代の高校生が一日署長を務めることで親しみを感じた。防犯について考える良いきっかけになりました」と話した。



「魔法の文学館」で夏休みイベント おばけのアッチの登場や謎解きなどイベント多数

南葛西の「魔法の文学館」(江戸川区角野栄子児童文学館)では、夏休み期間中、子ども向けの特別イベントが多数開催される。

■おばけのアッチ わくわくگریティング!

おばけのアッチがやってくる。スタッフの指示に従って2ショット撮影も可能。

▽8月27日(木)～30(日)
▽①AM11～②PM1～③PM3～

■探索&謎解きゲーム「ことばどこどこ?」

期間中もれなく、まあいい「う

ちわ」をプレゼント。その「うちわ」を手にもって館内をめぐり、海と関係のあるアイテムを探す。「うちわ」に描かれた形と、アイテムに描かれた形をうまくつなげると、“ことば”ができていく。少しむずかしいので、おうちの人や友だちとチャレンジしよう。

▽8月31日(月)まで
▽AM9:30～PM5:30(配布はPM4:30まで)

▽対象 誰でもOK(受付でうちわ型ワークシートを配布)

■こども向け館内ツアー
たくさんさんの工夫や、驚きのヒミ

行徳の町の発展とともに歩み続けた50年 及川ロックサービス閉店

行徳で約50年にわたり地域の暮らしを支えてきた「及川ロックサービス」が、7月31日(金)に閉店し、半世紀に及ぶ歴史に幕を下ろした。

店を切り盛りしてきたのは及川勝行さん・かね子さん夫妻。1970年代初頭、東西線・行徳駅が開業したばかりの頃に駅前で金物店として店を開いた。当時の駅周辺は平屋の建物が並び、葎の茂る空き地や田んぼが広がるのどかな風景で、駅を利用する人もまだまばらだったという。

その後、行徳バイパス沿いへ移転した頃から大型マンションの建設が進み、中古車販売店が増えたことで合鍵製作の依頼が急増。合鍵製作は以前から行っていたが、スペアキー製作機械を導入し、独学で技術を習得した。この頃に店名を「及川ロックサービス」へ改め、

軽印刷や印鑑制作にも事業を広げ、地域の多様なニーズに応えてきた。店主の及川さんは「気が付けば50年が過ぎていました。当時とは街の景色もずいぶん変わりましたが、地域の皆さんに支えていただいたおかげでここまで続けることができました。長い間、本当にありがとうございました」と感謝の言葉を述べた。



日清食品防災フェア

8/28

会場は、ニッケコルトンプラザタワーコートほか。クイズラリーや地震体験車(PM1～3:30※雨天中止)など、日清食品の商品を通じて、防災知識や備蓄の大切さを学ぶことができる。

▽8月28日(金)
▽AM11～PM4

▽ニッケコルトンプラザタワーコートほか

▽入場無料

▽問い合わせ ☎047-704-0065
市川市危機管理室地域防災課



ツが隠されている文学館。館内をめぐりながら、知られざるトリビアを紹介する。

▽8月31日(月)までの平日のみ実施
▽各日AM10:35～、PM1:30～(所要時間は15～20分)

▽定員 各回10人(当日受付)

■魔法の文学館(江戸川区角野栄子児童文学館)

▽開館時間 / AM9:30～PM5:30(最終入館PM4:30)

▽休館日 火曜(祝休日の場合は開館し翌平日休館)

▽入館 事前予約制

▽入館料 一般700円、子ども(4歳～中学生)300円 ※江戸川区在住・在勤・在学者割引あり

▽問い合わせ ☎03-6661-3911 (魔法の文学館)



行徳のガイドブック

行徳カタログ 2026-2027 版は 電子ブックで公開! 無料



特集

みんなに聞いた
行徳のココが好き♥
(行徳新聞創刊50周年)

ジモト王道グルメ
大人気!ぴあばーく妙典

コチラから



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)

スマホやパソコンがあればいつでもどこでも見られる!



スマホアプリ「メクリブ」をダウンロードして/
自分向けの「行徳カタログ」にカスタマイズ!

- 1 アプリ「meclib2」をダウンロードする
- 2 ペイチャばInfoのページから電子ブックを開き
右上部のマークから ↓ ダウンロードを選択
- 3 アプリ「meclib2」から、My本棚に追加された「行徳カタログ」を開く
- 4 ふせんを貼ったり、PDF表示したり、
自分用にカスタマイズ!

アプリ「meclib2」のダウンロードはこちら

Available on the App Store

Google play



移動中や地下でも
通信量を気にせず開ける

葛西臨海公園
花と光のムーブメント

8/16 まで

東京都は、四季を通じた花と光の演出によって公園の新しい楽しみ方を届ける「花と光のムーブメント」を実施している。今年の夏の舞台は、江戸川区の葛西臨海公園。今年のコンセプトは「マジックアワー いのちがつながる時間」。約2万5000本のひまわりが咲き誇る公園内を、「Twinkle Light(煌めく灯り)」「Deep Sea Night(深海の夜)」など演出ごとに6つのエリアに分け、夕暮れから夜へ、夜から朝へとマジックアワーの空のよう



※写真はイメージ

に、色調が変わるライトアップや装飾によって、いのちの鼓動や人と自然とのつながりを表現する。

▽8月16日(日)まで
▽ライトアップ時間／PM6～8:30
▽葛西臨海公園 中央園路、芝生広場(ひまわり畑)ほか
▽入場無料
▽問い合わせ
✉info-movement@tsp-work.jp
花と光のムーブメント 葛西臨海公園 マジックアワー いのちがつながる時間事務局

ペイチばInfoで大人気連載中！
家族と猫のエッセイ漫画

近所さんの生活

市川市在住の作家によるエッセイと4コマ漫画。ちょっと気になる近所さんの超日常生活を覗いてみよう(エッセイはペイチばInfoで読めます)。

作者
武井 怜 (たけい れん)
1988年生まれ。両親と猫と市川市在住。動物、お笑い、海外のコメディ、甘いもの、お相撲などが好き。コミックエッセイ「気になる近所さん〜この世のあらゆる物事に驚きを感じる女の日常〜」(KADOKAWA) 発売中。

ペイチばInfoで
続きとエッセイが
読めるよ



南行徳駅から徒歩5分

レンタルスペース エミング

講座 & イベント INFORMATION

ヤングケアラーの集い
要予約 8/8(土)
■毎月第2土曜日13:00～16:00
(参加無料)
子供はホッピー一息、楽しんで。大人は家族の活躍を見出して。ご相談に乗り、関係の行政や社会福祉法人と考える。
サンスマイル代表 大井好美
(問合せ) TEL090-2711-0189

錬心館空手 8/8・22・29(土)
■毎週土曜日 体験見学/無料
16:30～18:30 月謝 5,000円
■対象 5歳～大人
★女性・初心者・親子で参加OK
講師 少林寺流空手道錬心館東京城東支部 支部長 黒木博幸
(問合せ) Eメール studiogait2017@gmail.com
TEL080-4353-2098

料金は税込で表示しています。講座への申し込み・問い合わせは直接、各講座の講師へお願いします。開催内容・日程等が変更になる場合があります。

エミングを利用してお教室・セミナー開催

はじめのいっぽ相談会

8/18(火) 11:00～12:00
14:00～15:00

個別相談

要予約

HPからもお申込み
いただけます

㈱明光企画 ☎ 0120-221167 (平日11:00～17:00)



市川市相之川3-2-13 明光企画ビル内

アクセス / 東京メトロ東西線「南行徳」駅より徒歩5分/市川市コミュニティバス「南行徳公園」バス停前
※駐車場はありません。近隣のコインパーキングをご利用ください。

アイデア次第で
使いかたいろいろ!

レンタルスペース

販売OK!

飲食OK!

「カルチャー講座を開講したい」「企業セミナーの会場を探している」「仲間ダンスの練習をしたい」「子どもと一緒にママ会を開催」などなど用途に合わせて利用してみよう!

新聞社が運営する
レンタルスペースだから
できるメリット!

地域に根ざした新聞で
集客を応援!

レンタルスペースエミングを運営する明光企画が発行する行徳新聞・浦安新聞でお得に講座やイベントの告知掲載も!

個別相談要予約
スキル・資格を活かして
「好き」を仕事に!

月に一度開催!
「はじめのいっぽ相談会」

8/18(火) 11:00～12:00/14:00～15:00

レンタルスペースエミングを利用して自分のお教室やセミナーを開催して先生デビューしたい方、自宅や行政施設ではなく拠点を持たたい方は気軽に相談してみよう。

HPからも
お申込み
いただけます



B スタジオ



可動式大型ミラー付きの広々としたスタジオ
壁一面鏡張りのスタジオは
明るく開放感満点

趣味の講座や会議に!



3つのセミナールームは連結利用可能

レンタル
スペース エミング

千葉県市川市相之川3-2-13 明光企画ビル内

電話でのお問合せは

tel.047-396-2211

株式会社 明光企画 平日11:00～17:00

<https://m-ing.info/>



二人の医師がつなぐ 訪問診療の未来

面野医院(南行徳)と小林クリニック(新浦安)

「父が続けてきた地域医療を、これからの時代につないでいきたい」

面野医院院長の面野先生は、その思いを胸に訪問診療に力を注いできた。父親が往診で守り続けた「患者さんの暮らしに寄り添う医療」を受け継ぎ、時代に合わせた在宅医療へと発展させてきた。



面野医院 院長 面野寛先生
小林クリニック 院長 上原優子先生

「医療は一人ではできない」。面野先生が何度も口にする言葉だ。訪問診療は医師だけでは成り立たない。看護師や相談員をはじめ、多くの専門職が力を合わせて初めて患者や家族を支えることができる。そして今、その「仲間」に加わったのが、小林クリニック院長の上原先生だ。

「この先生なら、患者さんを幸せにできる」。そう確信した面野先生は、できるだけ多くの患者宅へ上原先生を連れて行き、一人ひとりに紹介している。「安心して任せられる先生ですよ」。その一言に込められているのは、医師としてだけでなく、人として寄せる深い信頼だ。

一方、上原先生も面野先生をこう語る。「面野先生は、患者さんを自然と笑顔にってしまう先生なんです。診療が終わるころには患者さんの表情がやわらぎ、ご家族まで笑顔にな

る。そんな姿を何度も見てきたという。緩和ケアを専門としてきた上原先生は、「患者さんだけでなく、ご家族も含めて支える医療」を大切にしてきた。その姿勢は、面野先生が受け継いできた地域医療への思いとも重なる。

住み慣れた自宅で、その人らしく暮らし続けたい。そんな願いをかなえるために、互いを信頼し合う二人の医師が力を合わせ、この町の訪問診療を支えていく。医療を受け継ぐのは、技術だけではない。患者を思う心、人を信じる心、そして地域を大切にしたい思い。そのバトンは、次の世代へと確かにこの町でつながれている。

■面野医院 市川市相之川4-1 5-1-2F
■小林クリニック 浦安市入船1-4-1 イオン新浦安店 6F

ベルフラワー 10周年記念講演会

「不登校の子どもたちから学んだこと」

9/13

子どもを支える親の会「ベルフラワー」が10周年を記念して開催する講演会。「最近、学校に行きたくないみたい。不登校になってしまったらどうしよう…」。「このままひきこもってしまうかも…」。ベルフラワーは、そんな不安を抱える保護者が毎月集まって子どもの状況を話したり、気持ちを共感し合うことでホッとできる場所づくりを目指し活動している。

講演会では、元中学校教員で立ち上げから同会の活動を支える濱田郁子さんを講師に迎え、子どもへの寄り添い方や学校との関わり

方などについて話を聞くほか、同会代表の服部ひろみさんの話や、直接聞ける質問タイムも用意。不登校の悩みや困りごとがある人は、ぜひ足を運んでみてほしい。

▽9月13日(日)PM1:45～4:30 (受付PM1:30)

▽男女共同参画センター 6F 研修室 F ※保育・通訳はなし

▽定員 36人

▽参加費 500円(9月10日までに申し込み)

▽問い合わせ・申し込み
☑ hutoukou.soudan@gmail.com / 服部

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名** 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) ▼ **123,000円** (税抜111,819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) ▼ **91,000円** (税抜82,727円) **※前面パネル・カラーともに選べる!**

市役所にてCM放映中! 船橋・柏・市川・船・習志野・芝山
— 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
【ご来店はこちら】市川市大野町4-2195
年中無休・365日工事受付OK! **0120-222-190** **出張・見積り一切無料です。**

おいしく食べて 四季の養生

「食」は健康の源。季節の食べ物をしっかりとって元気でいたいもの。薬膳のプロフェッショナルが「旬の食物」を紹介します。



立秋を迎え、暦の上では暑さは収まる時期ですが、実際には残暑が厳しく、8月後半にもなると徐々に夏の疲れが出てきます。

連日の暑さで、汗と一緒に必要なミネラルも排出。ミネラルが不足すると疲れやすくなり食欲が低下して、夏バテにつながります。

そこでミネラルやコラーゲンが豊富な「やげん軟骨」を取り入れたメニューを紹介しましょう。汗で流れ出てしまった水分を保つのにコラーゲンが効果的なんです。そのほか関節や骨を強くし、疲労回復効果もあり、美容にも欠かせません。

やげん軟骨と夏野菜の甘辛炒め

■材料

やげん軟骨200g

桑原祐美 (くわばらひろみ)
国際中医薬膳管理師。中国黒龍江中医薬大学日本校で漢方・薬膳を学ぶ。薬膳料理教室「花薫」主宰。大手介護グループの薬膳監修。

ピーマン1個、パプリカ1個
玉ねぎ1/2、ニンニク2かけ
醤油大さじ2、酒大さじ2
鶏ガラスープの素小さじ1
塩胡椒・サラダ油適量

■作り方

- ①やげん軟骨は食べやすくするため半分に切る(気にならない人はそのままでもOK)。ニンニクはみじん切り、玉ねぎ・ピーマン・パプリカは乱切りにしておく。調味料類は事前にボウルなどに混ぜておく。
- ②フライパンに油を熱したら、ニンニクとやげん軟骨を炒め、火が通ったら野菜類を加え炒める。
- ③材料全体に火が通ったら調味料を加え炒めながら絡め、塩胡椒で味を整えたら出来上がり。

入手できれば、黒キクラゲも入れるといいですね。黒キクラゲは貧血予防効果があり、彩りも賑やかになり、食欲をそそります。

目利きのプロ・藤井の 行徳お宝マメ知識 第86回

横浜DeNAベイスターズ 来季に向けて若手にチャンス! いつになれば常勝軍団に変わるか?

我が横浜DeNAベイスターズですが、今年の目標であるリーグ優勝は絶望的な状況です。仮に3位以上でCSを目指すなら最低でも勝率5割以上は求めたいですね。既に今季の応援の楽しみが少なくなっている中で、愚痴に近い弱体化の言い訳させてください。シーズンの半分が猛暑の中、屋外球場のチームはハンディを背負っていると言わざるを得ません。横浜は7月に18試合連続屋外で試合をしました。8月は26試合中21試合が屋外です。一昨年度の広島の大連敗、今年はヤクルト大失速と、戦力の問題だけでなく屋外球場の選手の消耗は顕著です。選手の消耗は顕著です。ただすべて言い訳であり、環境面は球団や機構が熟慮すべきです。そろそろ選手会側から意見を提出してもよいのかなと感じました。余談ですが先日現地観戦していたところファールボールが手に直撃しました。折れませんでした。折れませんでした。皆さんも試合中はファールボールの行方にくれぐれもご注意ください。

お店の話です。さまざまな相場が乱高下しておりますが、貴金属(金プラチナ)は依然高水準、ルイヴィトンなど有名なメーカー品は古くても高い価値が残っております。わからない時はまとめてお持ちください。一点ずつ説明しますのでお気軽にご相談ください。
*8/11火曜は臨時休業いたします。

全国280店舗 行徳で15年

大黒屋 行徳駅前店

マクドナルド ミスタードーナツ ポニービル1F 大黒屋行徳駅前店 セナリアビル1F

営業/10:00~17:30
休/毎週木曜、第2・4日曜
行徳駅前2-3-1
ボニー行徳ビル1F ☎047-701-3121

チケット大黒屋 行徳駅前店
店長 藤井

昭和のルイヴィトンやシャネルは高値査定が期待できます

わくわく! でんしゃまつり In 舞浜 ユーラシア

舞浜ユーラシアで「でんしゃ」とふれあう楽しいイベント

2026年8月22日(土) 11:00~16:00

会場 SPA&HOTEL 舞浜ユーラシア 新館1階 宴会場「グレカロー」

料金 大人スパ入館料/お子様スパ入館料無料 (4歳~小学生以下)

電車ジオラマ 操作体験 ベーバー クラフト工作 子供駅長になりきって 記念撮影 (駅長犬との記念撮影も) LED発車標 オリジナル缶バッジ・キーホルダー作り

駅先表示を好きな文字に変更できます

お子様には、素敵なプレゼントもご用意!

イベントの詳細は 特設サイトへ

参加方法 両アカウントをフォローし、受付時に提示ください。
舞浜ユーラシア【公式X】 @MaihamaEurasia
駅長 犬【公式X】 @ekichoken2122

※内容は変更となる場合があります。