

北総エリアの情報満載

まちがもっと好きになる まちづくりメディア

STAD すたっと

2018 12・2019 1月号

Vol.99

すたっとTV 検索 動画配信中! <http://www.stad-tv.com/>

TAKE FREE

ご自由に
おもちください

Star Selection

年末年始を彩る
北総ギフト

表紙写真: 菓子舗「紬」のどら焼きとぜんざい

房総のむら 企画展 「正月を迎える」

2018年11月24日(土)～2019年1月20日(日)
9:00～16:30(1月2日・3日は9:30～16:00)

様々な準備で年を越し、晴れやかな正月を迎える日本人。企画展では千葉県内の正月飾りを中心に食や遊び、年頭行事などをご紹介します。ミニ門松作りや雑煮食べ比べなど、ワークショップも開催! 入館料一般¥300、高校・大学生¥150、中学生以下・65歳以上無料。月曜日および年末年始12月25日(火)～元日は休館。

◎ 房総のむら ☎0476-95-3333

◎ <http://www2.chiba-muse.or.jp/MURA/>

上総の鳥居型しめ飾り



栄町

第36回新春佐倉美術展

1月6日(日)～20日(日) 10:00～18:00
(入館は17:30まで)

佐倉市立美術館 2階・3階展示室

佐倉市を拠点として活動する作家たちの作品が一堂に会します。絵画、工芸、彫刻、書など、見応えのある様々な分野の作品をご鑑賞下さい。1月12日(土)～14日(月・祝)には、各分野を代表する作家等によるギャラリートークも行われます。入場無料。1月7日(月)と15日(火)は休館。

◎ 佐倉市立美術館 ☎043-485-7851

◎ <http://www.city.sakura.lg.jp/sakura/museum/>



佐倉市

DIC川村記念美術館 「新春写真展」

1月2日(水)～14日(月・祝) 9:30～16:30
(最終日は14:00まで) 付属ギャラリー

2017年から2018年の一年間に、「DIC川村記念美術館」の敷地内で撮影された風景や建物、草花、生き物など、一般公募による写真約40点を展示。同館が誇る四季折々の自然美をお楽しみ下さい。入場無料。1月7日(月)は休館。

◎ DIC川村記念美術館 ☎043-498-2672

◎ <http://kawamura-museum.dic.co.jp/>



佐倉市

2018.
12.9 SUN
10:00-15:00

**X'mas
Marché**

クリスマスマルシェ
牧の原モア
フードコート
陽の広場

MORE 牧の原モア

魅力がいっぱいのクリスマスマルシェ

旬な地元野菜と農家さんが作る加工品の販売 ◆ 地元で人気のパン・スイーツ店が出店 ◆
手作り雑貨の販売とワークショップ ◆ ジャンルはいろいろ! クリスマスコンサート ◆

おんな由良レストラン
貝殻亭
RESORT & GARDEN
貝殻亭グループと
地元の生産者・パン店とのコラボを楽しむ

Steak & Seafood
Restaurant
清輝庵

モアマルシェ事務局: (株) コミュニティデザイン TEL.043-486-1107(平日10:00～16:00)

MORE 牧の原モア

〒270-1331 印西市牧の原1丁目3番

1400台の駐車場を完備

☎0476-48-5514

<http://www.makinohara-more.com/>

詳細は
モアマルシェ
特設Facebook
ページで
チェック! ▲

LINE@ はじめました!
お友達募集中!

イベント情報など配信! @makinoharamore

牧の原モア 検索

Stad Selection

年末年始を彩る北総ギフト

年末年始は、クリスマスプレゼントやお歳暮、帰省土産など、ギフトを贈ることが多い季節です。一年間頑張った自分へのご褒美や友人へのプチプレゼント、お子さんへのクリスマスプレゼントなど、様々なシーンにあわせて、編集部がおすすめの北総ギフトをご紹介します。冬の贈り物にぜひご活用下さい！

菓子舗「紬」 印西市

約15年間、都内を含む関東各地の名店で研鑽を積んだ店主が、昨年7月に印西市で菓子舗を開店。どら焼きを主力商品に掲げており、市内外のセレクトショップや印西市内3箇所のセブンイレブンでも販売されています。店内には飲食スペースもあり、夏にはフルーツたっぷりのかき氷、冬にはぜんざいを味わうことができます。手間暇かけて作られたふわふわの生地とたっぷりの餡子が織り成す「紬」の代名詞どら焼きをぜひご堪能下さい。



★どら焼き3種
北海道襟裳産の大粒小豆を使用した風味の良い「つぶあん」¥194と、なめらかな口当たりの「こしあん」¥194、存在感たっぷりの求肥が入った「餅入り」¥205。



★贈答品
贈り物には6個入りと10個入り(箱代¥200)をご用意。お好みの味を選んでお歳暮や帰省土産にいかがですか。

◀店主 齋藤史淑さん

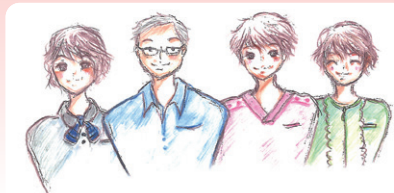
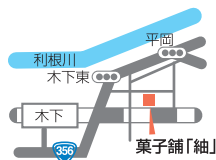
★莓大福¥194
印西産のイチゴを使用した「莓大福」は、1月初旬から登場！口の中に甘酸っぱさが広がります。



★ぜんざい¥540
白玉団子がたっぷり入った「ぜんざい」は食べ応え満点。冬季限定のメニューで心と体も温まります。店内でゆっくりお召し上がり下さい。

❶菓子舗 紬

営業時間:10:00~18:00
定休日:月曜日および年始(1月1日~3日)
所在地:印西市木下東2丁目12番地1号
☎0476-85-5715
http://www.kashiho-tsumugi.com



を、透析シャントには血管拡張術を、いずれも傷跡がなく痛みの少ないカテーテル治療で行っております。

脈管および透析専門医の経験豊富な医師と親切なスタッフが、アットホームな雰囲気、皆さまのお悩みに向かいます。頸部・胸腹部・四肢の動静脈の疾患(動脈硬化・下肢静脈瘤・静脈血栓症・リンパ浮腫・透析シャント血管)を専門にしております。日帰り治療として、下肢静脈瘤には、血管内焼灼術や硬化療法

ユーカリ血管クリニック ドクター・ラオシー(老師)の ~ひと休み~【その参】

いつしか夏祭りは過ぎ、いたるところに昆布が干され、日干しのイカが赤ん坊の玩具のようにぐるぐる回り、海峡の海の色もエメラルドグリーンに、キラキラと輝きはじめました。ラオシーは、眠りから覚めて気がつく、もとのデッキに腰掛けておりました。コーヒーはすっかり冷めて、涙はたそがれどきの風(なぎ)となり一面、茜(あかね)色に染まっています。海峡を大型の客船が滑(すべ)るように消えてゆきました。今宵(こよい)もイカ釣り船の漁火(いさりび)が宝石のごとく海面に煌(またた)いています。思い出したようにラオシーは、襟のよれた白衣をだらしく肩にひっかけ、よろよろと階段をあがっていきました。海に面した病棟は、夕焼けと漁火の光が双方から交錯して、廊下を荘厳に浮かび上がらせています。病室をのぞくと、小奇麗に整えられたベッドに、ひとびとの安らかな笑顔が覗(のぞ)いています。永遠に眠り続けているひとといます。(つづく)



佐倉市西ユーカリが丘 6-12-3
イオンタウン ユーカリが丘 西街区 2F

●診療時間 ☎043-463-7711

	月	火	水	木	金	土	日
10:00~13:00	○	○	×	○	○	△	×
16:00~18:00	○	○	×	○	○	△	×

◎上記の他、祝日、第2・4土曜日は休診となります。

ホームページ <http://www.yukari-kekkan.jp/>

カシ○イシ 四街道市

女性パティシエの石橋麻代さんが営む小さな菓子店。営業日が金・土・日曜日の週末限定ということもあり、心待ちにしているファンが開店と同時に次々に訪れます。体に負担のかからない菓子作りを心がけており、米粉や小麦粉、てんさい糖など、できるだけ国産の原材料を使用。その週にしか並ばない菓子もあり、商品との出会いは一期一会で、ショーケースを彩る店主の想いが詰まった菓子たちに心躍ります。小さなお子様連れの方からお孫さんのお祝いにと訪れるシニアまで、幅広い世代から親しまれており、お客様との会話も豊富。自分へのご褒美や友人へのプチギフトなど、小さな幸せをお裾分けしませんか。



★生菓子(左)
ふわふわの「シフォン生クリーム&あずき」¥150、甘さひかえめでさらっと食べられる「季節のショートケーキ」¥380、しっかりとした生地「懐かしの固焼き風プリン」¥150、表情にも癒される濃厚な抹茶の生チョコをサンドした「茶コサンド」¥350。



★焼き菓子
千葉本醸造醤油を使用したサクサク食感の「あまからラスク」¥300、軽い食感とチョコレート好きにはたまらない「チョコクリスピー」¥330、オートミール、ひまわりやかぼちゃの種が香ばしい「グラノーラ」(小) ¥200、いちごの味が口いっぱいに広がる「米粉クッキーいちご」¥360。



★たのしいクッキー ¥150
熊と魚の形をしたシンプルなクッキーは、子どもから大人まで愛される開店時からの人気商品です。

①【カシ○イシ】
営業日:金・土・日曜日13:00~19:00
定休日:月~木曜日および年末年始(12月26日~1月1日)
所在地:四街道市四街道1-3-11
☎ 043-420-8774
🌐 <http://kasioi.jugem.jp/>
🐦 <http://twitter.com/kasioi>
📷 <http://www.instagram.com/kasioi/>

DIC川村記念美術館ギフトショップ 佐倉市



「DIC川村記念美術館」のギフトショップでは、陶器、ガラス、織物、ペーパークラフトなど、様々なジャンルのこだわりある商品を販売。また、作家によるオリジナルグッズや季節ごとにテーマを設けたコーナーなどもあり、12月初旬からは「冬の暮らしを彩る道具たち」を開催します。経験豊かなショップ担当者の見聞きにより仕入れられた、良質で創造性溢れる品々は、思わず手に取りたくなるようなものばかり。技術とセンスが光る一品を冬の贈り物にいかがですか。



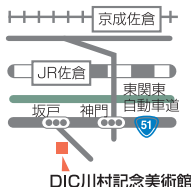
★おもちゃのこまーむ「どんぐりころころ」
各色¥1,620/ババ¥1,944/ママ¥1,836
子どもの繰り返し遊びにおすすめ。色々な物の上を可愛く歩くどんぐりのおもちゃです。全6色。ババ・ママ・子どもの家族で揃えてみませんか。専用板の「どんぐりの坂」は別売りで販売。コトコトと体を揺らしながら歩く様子が可愛く、大人も癒されます。



★「COMPACT COLOURING SETS」
¥1,620(写真左)
24枚の塗り絵シートと12色の色鉛筆、鉛筆1本、鉛筆削りがセットになった、塗るだけで画家のような仕上がりを楽しめる塗り絵キット。植物や動物シリーズなどもあり、子どもから大人の方までおすすめです!

★「kaze guru ma」(写真右)
1個¥594/3個¥1,350
風車のマグネット。息を吹きかけると美しい色合いを伴って回り、日々の暮らしに彩りを添えてくれます。

①【DIC川村記念美術館ギフトショップ】
営業日:9:30~17:00
定休日:月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始(12月25日~1月1日)、展示替期間
入場料:無料
所在地:佐倉市坂戸631番地
☎ 050-5541-8600(ハローダイヤル)
🌐 <http://kawamura-museum.dic.co.jp>



※掲載している商品価格は全て税込みです。



～マンスリーセレクション～

2019.1.26 sat 10:00-14:00

牧の原モア 陽の広場およびフードコート

毎月最終土曜日は、「牧の原モア」のわくわくMORE DAY!
「モアマルシェ～マンスリーセレクション～」が開催されます。
北総各地から魅力溢れる約15店舗が出店。
北総地域の食と農・アートをお楽しみ下さい。

【野菜&加工品】 楽健農園、地域おこし研究会、農園「花田夢」
【パン&スイーツ】 お菓子な焼菓子屋こはこは、ペーグルきゅん、アップルボム、ワンコロの森キッチン
【アート】 アイシングクッキー教室「Cookie Doux」、きのこクラブ、coki.miya、コナ工房、Serendipity floral、SUGAR、ハワイアンロミロミhilomilomi、フェアリーテール

※その他、ステージイベントも予定しております。

※出店者および販売内容は変更になる場合がございます。

◎次回の「モアマルシェ～マンスリーセレクション～」は2月23日(土)の開催です。

●お問い合わせ 牧の原モア ☎0476-48-5514 詳しくは  モアマルシェ で検索!



千葉ニュータウンケーブルテレビ りーばんねとからのお知らせ

北総線沿線(印西市、白井市、船橋市小室町)をエリアとする千葉ニュータウンケーブルテレビ「らーばんねと」とSTaDとのコラボ企画。

今回は表紙下段枠でお知らせしている、12月9日(日)開催の牧の原モア「モアX'masマルシェ2018」の放送予定をお伝えします。

らーばんねとでは、毎月最終土曜日に行われている「わくわくMORE DAY」を始め、牧の原モアのイベントを取材、ご紹介しています。12月9日(日)には、北総地域から約25店舗が出店し、クリスマスムードたっぷりに開催される「モアX'masマルシェ」を取材。下記日程で当日の様態を詳しくお伝えします。ぜひご覧下さい!

「らーばんねと」牧の原モア「モアX'masマルシェ2018」放送予定

- ★放送期間: 2019年1月24日(木)~1月30日(水)
- ★放送時間: 10:35~、15:35~、20:35~、22:35~
- ★番組名: りーばんあわーん「チバにゅー知っ得情報館」
- ★チャンネル番号: 地デジ11チャンネル「らーばんチャンネル」
- ★お問合せ: りーばんねと ☎0120-373-455

これからイベント

大鷲神社「安食の酉の市」

12月7日(金)～9日(日) 8:00～19:00 ※雨天決行

大鷲神社および神社下広場周辺

大鷲神社の酉の市では、開運を呼ぶ熊手市やステージショーなどが行われます。また、9日(日)には、栄町の「少子化克服なべまつり」と「いっさいがっさいフェスティバル」が同時開催。酉の市とあわせて、地元食材を使用した名物の鍋料理をご堪能下さい。

◎栄町役場産業課 ☎0476-33-7713(直通)



これからイベント

房総のむら「むらのお正月」

1月2日(水)・3日(木)9:30～16:00

日本の伝統的な正月飾りや箏の演奏、大道芸など、古き良き日本の正月を演出。干支のどろめんこや福笑い、羽根つきなど、お正月らしい体験を楽しみませんか。入館料一般¥300、高・大学生¥150、中学生以下・65歳以上無料。当日和服の方は入場無料!

◎房総のむら ☎0476-95-3333

◎http://www.2chiba-muse.or.jp/MURA/



これからイベント

いんざい七福神めぐり

Aコース/1月6日(日)9:30出発(9:00～受付)

北総線千葉ニュータウン中央駅集合・解散

Bコース/1月13日(日)9:30出発(9:00～受付)

印西市立中央公民館集合・解散

印西市内8箇所の寺社を2日にわけてご案内。Aコースの泉倉寺では住職の講話を拝聴。また、昼食時、Aコースはバラッパまんじゅう、Bコースではお汁粉が出されます。詳細はHPをご覧ください。定員各50名。参加費¥300(保護者同伴の中学生以下は無料)。12月28日までにお申込み下さい。

◎印西ふるさと案内人協会 井越さん

☎FAX.0476-46-0193(電話は19:00～21:00)

◎http://inzaifurusato.jimdo.com ◎inzaifurusato@yahoo.co.jp



これからイベント

新春佐倉七福神ガイドツアー

1月5日(土)10:00～12:30 ※雨天決行

佐倉新町おはやし館10:00集合

「佐倉七福神ガイドの会」が佐倉七福神と、寺社や町並みなどについて解説します。参加費¥100。住所・氏名・電話番号を明記の上、FAXで12月末日までにお申込み下さい。尚、個人の御朱印についてはご遠慮願います。佐倉七福神めぐりでは、元日から10日まで毎月10日は、各寺社で御朱印を押して貰えます。限定販売されるオリジナル御朱印帳にもご注目!

◎佐倉七福神ガイドの会 鎌滝さん

☎FAX.0476-98-1845



これからイベント

国立歴史民俗博物館

くらしの植物苑 特別企画「冬の華・サザンカ」

2018年11月27日(火)～2019年1月27日(日)9:30～

16:30(入苑は16:00まで) ※月曜日休苑(祝日の場合は

翌日休苑)、年末年始12月27日～1月4日休苑

日本固有種であるサザンカを収集、約140品種を鉢植えで展示します。また、「くらしの中のツバキとサザンカ」をテーマに、中国南部におけるチャとツバキの産地を示した分布図や江戸時代前期に上流階級の間で普及したツバキとサザンカの図譜や巻物などをパネルでご紹介します。高校生以上¥100、小・中学生無料、毎週土曜日は高校生入苑無料。

◎ハローダイヤル ☎03-5777-8600(8:00～22:00)

◎http://www.rekihaku.ac.jp



カンツバキ科 長春(ちようしゆん)

これからイベント

ジャズin佐倉「ジャズをラテンで!」

1月20日(日)15:00開演(14:30開場)

佐倉市民音楽ホール

ジャズの生演奏を堪能して貰おうと、毎年、様々なアーティストを迎えてコンサートを開催。今年は、藤田浩司 LATIN CUBAN JAZZ SESSIONと、スペシャルゲストにボーカルの松葉梨香さんを迎えてお届けします。大人前売り¥1,500(当日券¥2,000)、高校生¥500、中学生以下¥400、未就学児無料。全席自由。

◎ジャズin佐倉コンサート実行委員会

◎090-9967-0704(羽山さん)

◎ashayama@catv296.ne.jp



催「第8回あすへの灯火～夢・希望のライトアップツアー～」

12月1日(土)～12月26日(水) JR八街駅北口 森のいずみ公園

青少年と地域住民が協力し合いながらライトアップツアーを制作。八街市内各中学校区で作られた4基を展示し、12月1日には点灯式も行われます(雨天中止)。森のいずみ公園に灯る夢と希望の光をご鑑賞下さい。

◎八街市教育委員会社会教育課 ☎043-443-1464(直通)

催 ギャラリーリーベ「クリスマスチャリティーフェア」

12月14日(金)・15日(土)10:00～16:00

ギャラリーリーベ(佐倉市ユーカリが丘2-1-16)

一軒家を会場にしたクリスマスモードいっぱいの作品展。クリスマスアレンジ花を始め、フックリクスステンシル、バッグ、マフラー、キルト、ミニチュアドールハウスなど、様々なジャンルのクリスマス作品が会場を彩ります。入場無料。駐車場はありませんのでご注意下さい。

◎ギャラリーリーベ ☎043-461-9004(土屋さん)

催 北総花の丘公園「クリスマスフェスタ」

12月8日(土)・9日(日)10:00～15:00

クリスマスコンサートやワークショップ、フリーマーケットなどで、一足早いクリスマスをお届けします! 入園無料。駐車場有料。

◎北総花の丘公園 ☎0476-47-4030

催 白井市文化センター・プラネタリウム「ゆく星くる星」

1月5日(土)～1月27日(日)

土・日曜日に放映 ①13:30 ②15:00

今夜の星空とともに2018年を振り返り、2019年注目の宇宙開発と天文現象をご紹介します。観覧料大人¥340、高校生以下¥160。観覧券は放映時刻30分前から図書館棟3階窓口で販売します。

◎白井市文化センター・プラネタリウム ☎047-492-1125

イベント情報は ST&D TV みんなのイベントカレンダーもチェック! ➡ http://www.stad-tv.com/our_calendar/ 初回登録(無料)が必要です。

ST&D

設置店紹介 vol.8

美味しいパンの研究工房「つむぎ」



山万ユーカリが丘線「公園駅」出口から0分に店を構えます。パンを美味しくするための最良の原材料・製法にこだわり、ドイツパンや全粒粉パン、自家製レーズン酵母パンなど、様々な種類をご用意。新商品では、耳まで柔らかいプレミアム湯種良パン「匠」がおすすめです。また、2階にはカフェもあり、プレートランチやミネストローネなどを提供。一晩じっくり漬け込み、外はカリッ、中はとろふわ食感のレーズンパンは、一日10食の人気限定メニューです。ぜひご賞味下さい! 「STaD」は、1階店内に設置されています。



美味しいパンの研究工房「つむぎ」 ☎043-377-3752

●営業時間: 水～日曜日 8:00～18:00 ●定休日: 月・火曜日

●所在地: 佐倉市ユーカリが丘2-2-7 ◎駐車場4台あり

f http://www.facebook.com/tsumugi3752/

ユーカリが丘商店連合会・ユーカリプラザ 共催

2018ユーカリが丘

クリスマス感謝祭

【セール期間】12月1日(土)～12月25日(火)

※期間中に抽選券が無くなり次第終了となりますのでご了承ください

豪華商品が当たる大抽選会開催!

セール期間中、ユーカリが丘商店連合会参加店及びユーカリプラザ内でお買い物をすると、3,000円(税込)以上お買い上げ毎に抽選券1枚、1,000円(税込)以上お買い上げ毎に補助券1枚進呈いたします。抽選券1枚、補助券3枚につき1回抽選いただけます。

抽選日時・場所

12/23 日祝・24 振替・25 火
13:00～17:00

ピーアーク前・ユーカリプラザ2F

お問い合わせ

ユーカリが丘商店連合会 ☎043-463-0784 / ユーカリプラザ ☎043-463-1435

「ユーカリフェスタ2018」が開催されました!

10月28日(日)、佐倉市ユーカリが丘で、ハロウィンイベント「ユーカリフェスタ2018」が開催されました。

これは「ユーカリが丘商店連合会」が、地元商店や企業、住民が一体となってハロウィンを楽しみながら、地域を盛り上げようと、毎年10月に開催しており、今年で23回目を迎えます。

オープニングセレモニーでは、主催者を代表して「ユーカリが丘商店連合会」の渡邊 久会長が挨拶。今後は、佐倉市全体に広げて、佐倉市民みんなで楽しんでいけるようなイベントにしたいと抱負を話しました。

また、「ユーカリが丘商店街振興組合」の林 新二郎理事長が、東北にある山万株式会社との関連会社より、「東北が頑張っていることを伝えたい」と、石巻産の秋刀魚300匹



ユーカリが丘商店連合会 渡邊 久会長



が贈られたことを紹介、来場者に焼き立てがふるまわれ、長蛇の列ができていました。

今年の「ユーカリフェスタ」には、40店



秋刀魚を焼くのは山万株式会社の内定者の皆さん

舗以上が出演。歩行者天国会場には、地元生産者による新鮮野菜や商店会加盟店による飲食販売を始め、子ども向けゲームや焼き菓子店、キッチンカーなどが軒を連ね、多くの人で賑わいました。

毎年人気なのが、「佐倉商工会議所女性会」によるフェイスペイント。例年約400名の利用者数を

誇り、お化けやかぼちゃ、黒猫など、要望に応じて会のメンバーが描いていきます。今年も子ども達が続々と訪れ、最後に出来上がりを鏡で確認すると、皆にっこり。満足げにブースを後にしていました。

毎年恒例のかぼちゃのちょうちんづくりには、親子連れを中心に70組が参加。毎年参加している地元の家族や、念願叶って今年初めて参加できた親子、約10年ぶりに参加した方など様々でしたが、皆、協力し合いながら楽しそうにく



佐倉商工会議所女性会によるフェイスペイント



り抜いていました。

そして、「ユーカリフェスタ」のメインイベントといえば、仮装パレードです。今年も様々なテーマのもと、創意工夫を凝らした衣装が見られ、ステージで紹介される度に、大きな拍手が送られました。



グランプリに輝いたのは、10月にオープンしたばかりの「ヤクルトユーカリが丘センター」の同僚で出場した20名。商品をイメージしたカラフルな衣装は一際目立ち、初出場で初優勝を獲得しました。



この日は天候にも恵まれ、約2万名が来場。ステージパフォーマンスや模擬店巡り、普段できない仮装を楽しむ人達で、会場は終始賑わいました。

◎イベントの詳細はSTaDのHPをチェック! ⇒ www.stad-tv.com

まちづくりコラム Vol.29

このコーナーでは、「市民協働によるまちづくり」について STaDプロデューサー中村正明が北総エリアの事例を交えお伝えします!

「地域づくり」は面白い! ～市民協働BANDで奏でるまちづくりのハーモニー～

みなさんは、「地域づくり」と聞いて、どのようなイメージを持ちますか?

市民活動団体等で日頃活動されている方は、平仮名の「まちづくり」をイメージされる方が多いと思いますが、あまり地域活動に関わられていない方には、ピンとこない言葉かもしれませんね。一般的に「地域づくり」とは、「安心して、いきいきと暮らせる住みよい地域を構築するため、住民が主体となって地域課題を解決していく活動や取り組み」のことを言います。

いま各地では、様々な分野(子育て・環境・観光・文化等)で、地域課題を解決するために住民が主体となって「地域づくり」が行われていますが、現場の声を聞いてみるとそれぞれ活動する団体や個人では、「ひと・もの・金」が足りない、高齢化のためメンバーが体力的に厳しくなってきた、活動の後継者が育たないなど、地域のための素晴らしい活動をされている方々も多くの課題を抱えています。

このような状況を解決していくためには、「市民協働」を楽しむことだと思います。ちなみに、「市民協働」とは、様々な団体や個人が公益性を意識し、同じ目標に向かって、強みをいかし、弱い点を補完しながら対等な立場で協力するイメージです。言葉で説明するとわかりにくいと思いますので、BAND

のイメージでご紹介させていただきます。市民(市民活動団体含む)をバンドのボーカルに見立てると、しっかりしたテンポでリードしてくれるドラムが「行政」。また、ソロも伴奏も巧みに操るギターは、市民の強力なパートナーになる「企業」。そして、地味な存在ですが、リズムを刻み心地よい音楽を創り出すベースは「学校」や「教育機関」。更に、基本のパートをサポートするサイドギターには商工会/商工会議所。観光協会は演奏を楽しませてくれるパーカッション。ハーモニーをつくるのに欠かせないコーラスは社会福祉協議会など、市民協働を実現するためには、様々な団体や個人の力を一つに集めて、演奏しなければなりません。忘れていけないのは、それぞれの楽器が奏でられたとしても、音楽には守らなければならないルール(テンポ・リズム・キー等)がありますので、市民協働を実現する上でも、最低のルールを守った上でそれぞれのメンバーの強みをいかし、弱い点を補完して目標に向かって協力していかなければならないことです。このように、市民協働による「地域づくり」をBANDで考えてみると、様々な関係者の音色を意識し、自らの音色もいかして、いろいろな人と役割を分担しながら、イロイロなハーモニーを創り出していける...だからこそ「地域づくり」は、面白いですね!



『健康食品・サプリメント』についてのマメ知識♪

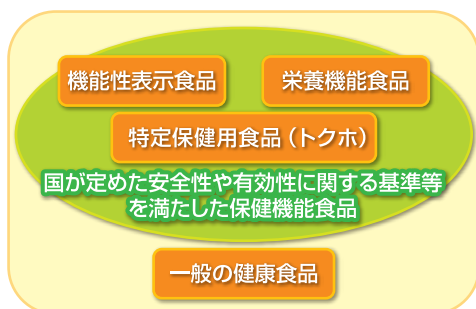
薬剤科 係長 天野 正康

皆さんは健康食品やサプリメントは摂取していますか?ある企業の調査では、1兆5000億円を超える市場規模で、国民の半数近くが何らかの健康食品やサプリメントを摂取しているというデータがあります。健康志向が高まる中、上手な使い方や注意点などについてお伝えします。

Q1. 健康食品にはどのような種類がありますか?

厚生労働省のホームページに健康食品の区分が示されており、あらゆる健康食品の中で下記のように区分されます。

また、「糖の吸収をおだやかにする」「おなかの調子を整える」などの標示がされた商品を目にしたことがあるかとおもいますが、これらは日常の食事だけでは不足しがちな栄養素を補い、病気を予防する体づくりをイメージしてもらおうと良いでしょう。



Q2. 健康食品・サプリメントはくすりの代わりになりますか?

医薬品が開発(製造、販売承認)されるまでに多くの基礎実験や臨床試験を行い、品質や有効性、安全性が確認されます。

また、医薬品医療機器等法によって規制されており、健康食品やサプリメントでは「……に効く」「……を治す」という表示はできません。したがって、健康食品やサプリメントは病気や症状の治療・予防を目的としたものではないことに注意が必要です。



Q3. くすりと一緒に使っても問題ありませんか?

健康食品・サプリメントであっても医薬品との相性が悪い場合があります。例えば、気分の落ち込みに使用されるセントジョーンズワートは一部の医薬品の効果を低下させることが知られています。また、青汁やクロレラなどビタミンKを多く含むものは、血液を固まりにくくさせるワルファリンの効果を影響します。したがって、医薬品を使用している方は、健康食品・サプリメントを服用する前に必ず医師・薬剤師に相談して下さい。

Q4. 手術で入院をする予定がありますが、サプリメントを飲んで大丈夫でしょうか?

EPAやDHA、イチョウ葉、ニンニクなど多くの成分において血液を固まりにくくさせる効果が知られています。中止が必要な場合もありますので注意が必要です。



Q5. 花粉症の季節に向けて、どのようなサプリメントがありますか?

甜茶(てんちゃ)や乳酸菌が含まれたものなどが知られています。アレルギーを抑える効果があるとされ、様々な商品が販売されています。ただし、お伝えしたようにサプリメントは医薬品の代用にはなりません。花粉症の治療として一般的な抗アレルギー剤だけでなく、アレルギー免疫療法や外科的な処置法もありますので、早めに医療機関で相談することをお勧めします。

「新」がん化学療法・免疫療法」を受ける
患者さん・ご家族を支えることを使命とします!!

がん化学療法看護認定看護師 高林 菜穂子

がんの治療は、手術・放射線療法・化学療法の3本柱とされてきましたが、近年は「免疫療法」も加わり4本柱と言われ治療の幅が拡大しています。特に免疫療法は、がん分野で大きな進歩を遂げている分野です。代表的なお薬は、ノーベル賞でも話題になった「オプジーボ®」です。がん免疫療法は、お薬が直接がん細胞を攻撃するものではなく、もともと体内に備わっている患者さん自身の「免疫」を利用して、がん細胞への攻撃力を高める治療法です。

がん看護相談外来では、がんと告知されてから、治療選択までの思いや治療中の不安な思い、苦しみなど日常生活での悩みに関する相談を行っています。

また、近年複雑化した治療に際し、高額な医療費の問題や就労問題など、身体面だけでなく、社会的・経済的な問題への支援についてもサポートしています。

今後もがん看護相談外来が、長期にわたり日常生活の中で、「がん患者さんが何でも相談でき、話し合えるオープンな場」になることを目指し、活動していきます。

何か不安や悩みを相談したいという方は、是非「がん看護相談外来」をご利用下さい。

■がん看護相談外来のお問い合わせ／☎043-486-1155

12月8日(土)に、認定看護師による「わくわく健康教室」を開催します。放射線療法看護認定看護師と一緒に、「がんを防ぐための12箇条」と題して、お話をさせていただきます。他にも家の中で簡単に行える運動や嚥下体操、スキンケアなどを行います。是非、わくわく楽しんで頂ければと思います。

皆さまのご参加をお待ちしています。

※詳細は、次ページのイベント情報でご確認ください。



前回のわくわく健康教室

『がんにならないために生活習慣を見直す講話』

『12月・1月のイベント情報』



※駐車場有料(¥100/8時間まで)

ロビーコンサートを開催します

ソプラノ歌手・バリトン歌手・ピアノによるステージをお届けします。
参加無料・申込不要。どなた様もご参加頂けます。

【アーティスト】佐倉楽友協会 松岡 美里 (ソプラノ)
神村 賢一 (バリトン)
水藤 晶 (ピアノ)

●日時／12月8日(土)14:00～15:00 ●場所／1階ロビー
●お問い合わせ／☎043-486-1151(代) 総合企画室

“わくわく健康教室”を開催します

『冬の健康法 ～寒い季節を乗り切ろう～』をテーマに、当院の認定看護師(8領域12名)がわくわく健康教室を開催します。
わくわく楽しくご自身の“健康”について一緒に考えてみませんか?
参加無料・申込不要。どなた様もご参加いただけます。
皆さまのお越しをお待ちしております。

●日時／12月8日(土)9:00～11:30(受付8:45～)

●場所／6階ホール

●内容／

- ▶ 冬のヒートショックについて(慢性心不全看護認定看護師)
- ▶ 家の中でできる運動(糖尿病看護認定看護師)
- ▶ インフルエンザについて(救急看護認定看護師)
- ▶ スキンケアについて(皮膚・排泄ケア認定看護師)
- ▶ 嚥下体操(摂食・嚥下認定看護師)
- ▶ がんを防ぐための12箇条
(がん化学療法認定看護師・放射線療法看護認定看護師)

●定員／先着80名 ●申込不要・参加無料

●お問い合わせ／☎043-486-1151(代) 総合企画室



2018年度第6回市民公開講座を開催します

肝臓癌・膵癌について、診断、治療の最新の情報をお伝えします。また、当院家族性腫瘍委員会と連携し、各癌の遺伝要因等の危険因子についてもお話しします。

●日時／1月12日(土)14:00～15:30 ●場所／6階ホール

●内容／『肝臓癌、膵癌の診断と治療』

講師：外科 部長 小池 直人
消化器内科 副部長 齊藤 将喜

各講座… ●定員／先着100名 ●申込不要・参加無料 ●お問い合わせ／☎043-486-1151(代) 総合企画室

2018年度第7回市民公開講座を開催します

自分らしく過ごせるように、様々なアプローチをもって苦痛緩和のために行う幅広い対応や、緩和医療を受けるにあたって必要なことなどについて具体的にご説明します。

●日時／1月19日(土)14:00～15:30 ●場所／6階ホール

●内容／『緩和医療について』

講師：緩和医療科 部長 村上 敏史

STaD×三門農園 収穫祭体験レポート!



三門増雄さん

11月11日(日)、佐倉市の青菅会館で「収穫祭」が行われました。これは、平成6年から青菅でアイガモ農法に取り組んでいる「三門農園」と地域情報誌「STaD」とのコラボレーション企画として開催されたもので、農作業の体験を通して、米作りや食べ物の大切さ、自然環境について関心を高めて貰おうと、田植え、アイガモ放鳥、稲刈りに続いて、この日が最終回となります。

まず、三門増雄さんが米を炊く窯を組み立てていきます。昔ながらの窯の組み立てに参加者は興味津々。窯の中に落ち葉や小枝などを

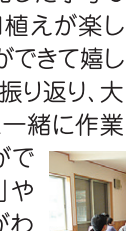
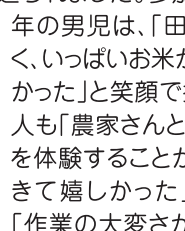
詰めて点火、更にもみ殻を入れて、アイガモ米2升を炊いていきます。釜から湯気が立ち昇り始めると、三門さんは耳を澄まして、炊きあがりのタイミングを伺います。徐々に水分を含んだ音が消えていき、約30分で炊きあがり! 蓋をあけると、おこげも出来た美味しそうな炊きあがりに歓声があがりました。

その後、子ども達を中心となっておにぎりを作り、大きさや形も様々なおにぎりが出来上がりました。昼食は、アイガモ米のおにぎり、地元野菜や鴨肉が入った鍋。子どもも大人も美味しそうに頬張



り、何個もおにぎりを食べ、スープもおかわりする姿が多く見られました。

昼食後には、春からの体験を写真で振り返り、参加者の皆さんも感慨深い様子。三門さんから、「アイガモ農法の田んぼは、人のものだけではなく、カエルやバッタ、ミジンコなど、色々な生き物たちの棲み処であり共有物。無農薬米を食べることで、自然環境に貢献しているという意識を持って頂きたい」とメッセージが送られました。参加した小学5



■アイガモ農法米のお求め先

【三門農園】☎090-1111-0248 <http://mikadonouen.com>

【農産物直売所 樫の木】千葉県佐倉市青菅940-1 営業時間9:00～17:00

冬の佐原も楽しみがいっぱいです。下総国一宮「香取神宮」への初詣や、日本三大厄除大師「観福寺」の年末年始行事、佐原の歴史的町並みを活かした「お正月飾り」や「獅子舞」などの新春の催し、地域の偉人・伊能忠敬翁の特別展も開催されます。また、今年も「佐原の大祭」が「ふるさと祭り東京2019」に出演します。年末年始もぜひ、江戸優り佐原にご注目ください。



イベント

ふるさと祭り東京2019に「佐原の大祭」が出場!!

東京ドームを会場に、日本全国から「伝統の祭り」と「うわさの美味」が勢揃いする日本最大級のふるさとの祭典「ふるさと祭り東京」。今年も「佐原の大祭」が出場し、広場やステージで「佐原囃子と手踊り」を披露します。

※開催時間・入場料・プログラムは毎日異なります。公式HPでご確認ください。

開催期間:

1月11日(金)~1月20日(日)

佐原囃子と手踊りの出演予定

(下座: 新和座連 / 踊り: 翔踊会)

●ふるさとステージ:

1月11日(金) 14:40~15:00

●お祭り広場:

1月11日(金) 16:00~16:30、19:00~19:20

●佐原PRブース: 1月15日(火)~20日(日)

「ふるさと祭り東京」公式HP <http://www.tokyo-dome.co.jp/furusato/>



佐原・町並み・お正月(佐原まちぐるみ博物館企画展)

佐原には江戸明治期の店構えや昔の道具類を大切に伝えて来た家が数多く残っています。佐原おかみさん会が運営する「佐原まちぐるみ博物館」は各家の自慢のお宝を展示する、佐原の歴史にふれる事のできる新しい形の博物館です。季節の企画展の一つとして、年末年始に「佐原・町並み・お正月」を開催します。期間中はオリジナルの正月飾りで佐原の歴史的町並みを飾り付けて、新春の来訪者をもてなします。1月6日(日)には「寿獅子舞」と「佐原囃子演奏」が披露されます。※獅子舞は雨天中止、演奏会場は佐原町並み交流館

期間: 12月28日(金)~1月13日(日)

※開館時間・定休日は各店舗により異なります。

佐原おかみさん会・まちぐるみ博物館HP

<http://m-kaze.com/gurumi/>



香取神宮 初詣

下総国一宮「香取神宮」。明治以前に伊勢・鹿島と並んで「神宮」の称号を与えられていた、わが国屈指の名社。荘厳な雰囲気漂う境内は、パワースポットとしても注目を集めています。お正月の三が日には毎年50万人が訪れます。

所在地: 香取市香取1697-1 <http://www.katori-jingu.or.jp/>



観福寺 年末年始行事

川崎大師、西新井大師とともに、日本三大厄除大師に数えられる北総の名刹。大晦日は、先着108人が除夜の鐘を撞くことができます。鐘を撞くために千円を納めると、厄除けにご利益のある縁起の品がいただけます。

所在地: 香取市牧野1752 <http://kanpukuji.or.jp/>



伊能忠敬記念館 第2回企画展「伊能忠敬の協力者たち」

伊能忠敬の日本地図作製は忠敬一人の力によるものではありませんでした。測量事業を幕府の上層部へ橋渡ししてくれた上司、同僚と弟子からなる忠敬測量隊員から、全国の藩・町・村の役人、学問の同志まで、その協力者は広く深く分布していました。本展示では、忠敬に協力した人々の事績を紹介するとともに、協力の実態を示す各地から提出された絵図などを展示し、無名の人々についても紹介します。

期間: 12月4日(火)~1月20日(日)

開館時間: 9:00~16:30

所在地: 香取市佐原11722-1

休館日: 月曜日・年末年始

(12月29日~1月1日)



千葉県香取市 伊能忠敬記念館所蔵



【制作協力】プラットフォーム佐原 (<http://www.facebook.com/platformsawara>)

読者プレゼント 2018 12・2019 1月号



菓子舗「紬」どら焼き3種

「Stad Selection」で紹介した印西市の菓子舗「紬」さんより、看板商品のどら焼き3種をプレゼント! 尚、2019年2月末日までに、お店にて直接商品を受け取ることができる方に限ります。ふわふわの生地とたっぷり餡のどら焼きをご賞味下さい。

5名様



「国立歴史民俗博物館」入館券

日本の歴史・文化をテーマにした総合展示や、生活文化を支えてきた植物を植栽する「くらしの植物苑」など、歴博ならではの展示をお楽しみ下さい。利用有効期限は2019年3月31日(日)まで。尚、第1展示室はリニューアル工事の為、2019年3月18日(月)まで閉室です。

5組10名様



「三門農園」アイガモ農法米2kg

「STaD」とのコラボレーション企画として、田植えから放鳥、稲刈り、収穫祭までの体験イベントを開催してきた佐倉市青菅の「三門農園」さんより、アイガモ農法米2kgをプレゼント! 手間暇かけて作られた人と環境にやさしいお米をご賞味下さい。

3名様

応募方法

ハガキ、または「STaD」のHPから、メールでご応募下さい。

①お名前②年齢③住所④電話番号

⑤ご希望のプレゼント(第1希望、第2希望)

⑥以下のアンケートにお答え下さい。

Q1.今号が一番興味をひいた記事を教えてください。

Q2.「STaD」はどちらで入手されましたか?

Q3.あなたの知りたい気になる健康情報をお知らせ下さい。

Q4.「STaD」に関するご意見、ご感想をお願いします。

【応募先】

〒285-0012 佐倉市田町74-1 (クリエイティブルーム)

(株)コミュニティデザイン内STaD編集部

または、「STaD」のHPからもご応募頂けます!

<http://www.stad-tv.com/>

締め切り 2018年12月24日(月)まで必着

※当選者は「STaD」のHPで発表させていただきます。

編集後記

●今年もあっという間に一年が終わりようとしています。2018年も「STaD」をご愛読頂きまして誠にありがとうございました。2019年は元号も新しくなりますが、本誌は変わらず、私達の住むまちの情報に特化して、読者およびイベントを通じて、北総地域の魅力を伝えて参りますので、2019年も変わらぬご愛顧をどうぞ宜しくお願い致します。(STaD編集部)

STaD スタッフ

●STaDプロデューサー/中村正明 ●取材・編集/加瀬聡子
●アートディレクション/細野ゆり ●写真/田尾敏郎
●企画・編集・印刷・発行/(株)コミュニティデザイン

(株)コミュニティデザインは、STaDの発行を始め、コミュニケーションデザイン事業(Web・印刷・イベント・TV・ラジオ等)によるまちづくり代理店を目指しています。 ☎043-486-1107

STaDとは...

オランダ語で「まち」の意味。私達のまちから、地域の魅力をお伝えし、まちをもっと好きに、まちを元気にするまちづくりメディアを目指します。