

# みんなのスポーツちば

する・観る・知る・学ぶ・支える  
「スポーツ」でつながる千葉

ホームページにて最新情報公開中! vol.85

パソコン・スマートフォン <http://chibacity.spo-sin.or.jp>

千葉市スポーツ振興財団

検索

平成25年6月1日発行

FREE

ご自由にお持ちください。

## 人気沸騰中! ボルダリング

夏期スポーツ教室

スポ振クイズ

千葉を走ろう! ジョギングMAP 第5弾

都市緑化植物園～支川都川

千葉ロッテマリーンズ

and



ジェフコナイテッド市原・千葉

夏だ!

みんなで  
スタジアムに  
出かけよう!

# 自身の力だけが頼りのスポーツ!



## 起源

もともとはロープを使用したフリークライミングの練習で行われていたものです。

### 1960年代

フリークライミングは、「大自然への挑戦」を目的としてアメリカ、イギリス、ドイツなどで行われ始めたといわれています。

### 1970年代

アメリカ・カリフォルニアのフリークライミングの聖地「ヨセミテ渓谷」を訪れた日本人が帰国後、日本に持ち込んだことにより基盤がつけられました。

### 1980年代後半

「人工壁」の登場により、インドアクライミングの歴史が始まりました。当初は、岩場に行けない場合の練習用で使用されていたが、「天候に左右されない」「ルートを手軽に変更できる」などのメリットが人気を集め、1つのジャンルとして確立されました。

### 現在

安全性の高いインドアクライミングが普及してからは、一般に浸透し始めました。

## 用具

※ジムに行けばレンタルできます。

## 特徴

もともとはロープを使用したフリークライミングの練習で行われていたものです。



ロープなどの道具を使わずに、3~4メートル程度の岩や壁を登っていきます。



必要な用具が少なく手軽に始められます。



クライミングジムでは安全面に考慮して、壁の下に厚いマットが敷き詰められています。

※但し、危険な要素も含んでいるので過信は禁物です。

いま話題のスポーツ、「ボルダリング」ってご存知ですか?最近、雑誌やテレビ番組でもよく取り上げられているので、見たことや聞いたことがある方も多いのではないのでしょうか?「ボルダリング」とは、自分自身の力だけを頼りに岩や壁で行うクライミングのスタイルのことです。近年のアウトドアブームや健康志向の影響を受け、現在、都市部でも愛好者が増え続けています。幸い、千葉市内及び周辺エリアには専用のジムがありますので、これを機に体験してみたいかご存知ですか?



チョークバック



チョーク



クライミングシューズ

## フィットネスにおすすめ

### "健康美"を目指して!

筋力だけでなくインナーマッスルも使って行う全身運動のため、楽しみながら引き締まったボディを手に入れることが期待できます。継続していけば体型の変化を実感できる日がくるはずですよ。

## 思考力

### 想像力UPにおすすめ

### 頭の体操 "脳トレ"!?

ジムには沢山の難易度別のルートが用意されており、1つ1つのルートの克服には思考力が必要となります。考えながら身体を動かさないと登れないことを実感できると自然と想像力も磨かれてくるものです。

## リラクゼーション

### リフレッシュにおすすめ

### 気分転換に最適!

「登る」という行為は、とても原始的な行動ですが、登り切った時には感動と達成感に満たされます。



ボルダリング施設は首都圏を中心に全国約250ヶ所、10年前に比べ約5倍に増加しています。

## 施設案内①

千葉市

# クライミング飛鳥

千葉市内唯一のクライミング(ボルダリング)専用施設。  
もともとは若葉区都賀にあったが、8年前に中央区南生実町に移転。10代から70代の方まで、幅広い年齢層の方々が利用しています。アットホームな雰囲気がとても心地よい場所です。



施設オーナー チヨさん

【所在地】千葉県千葉市中央区南生実町56-7

【TEL】043-268-4910

【営業時間】月・水～金曜日 15:00～23:00  
土・日・祝日 13:00～21:00  
※火曜、第2月曜が定休

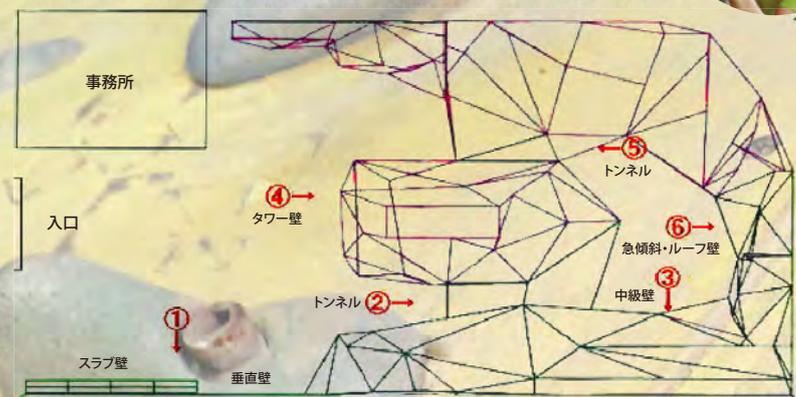
【アクセス】◎電車でお越しの場合  
JR内房線「浜野駅」より徒歩15分

◎お車でお越しの場合  
京葉道路 蘇我ICより5分  
蘇我インターの料金所を出て市原方面へ  
国道16号と合流後、最初の信号(生実交差点)を右折し、  
道なりに進む。線路の踏切手前を左折後、10m先左側です。  
※駐車場無料(施設前及び周辺の指定場所)



## 施設概要

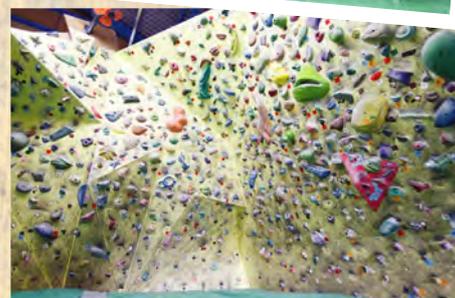
6種の充実したボルダリングエリアがあります。



①スラブ壁・垂直壁



②トンネル



③中級壁



タワー壁



⑤トンネル



⑥急傾斜、ルーフ壁



## 施設案内②

# 船橋ロッキー

【所在地】千葉県船橋市海神町2-225-1

【TEL】047-431-4946

【営業時間】平日(月～金曜日) 13:00～23:00  
土・日・祝日 10:00～23:00  
※年中無休

【アクセス】

◎電車でお越しの場合  
・JR総武線「船橋駅」より徒歩15分  
・京成本線「京成船橋駅」より徒歩14分

◎お車でお越しの場合  
国道14号船橋市役所入口通過後、  
船橋ICと千葉街道の分岐点近く  
※駐車場無料(パチンコアスワン第2駐車場1階が契約駐車場)

船橋市



ちば走ろう!  
をる

都市緑化植物園スタート!

# 支川都川ジョ

都市緑化植物園

500m

星久喜橋

500m

新都川橋

500

「支川都川ジョギングコース」は、千葉市中央区(星久喜町、仁戸名町、川戸町)と若葉区(大宮町)の区境周辺を走る川沿い往復約6kmのコースです。今回は、都市緑化植物園をスタートして川に掛かる各橋を折り返す4つのコースをご紹介します。  
川沿いのコースは、ほぼ一直線で起伏もなく、どなたでも非常に気持ちよく走れるコースです。天気の良い休日ともなると、ジョギング・ウォーキング・サイクリングと、多くの人で賑わっています。



◇トイレ・自販機あり

Check Point!

スタート・ゴール地点  
都市緑化植物園



スタート地点

Check Point!

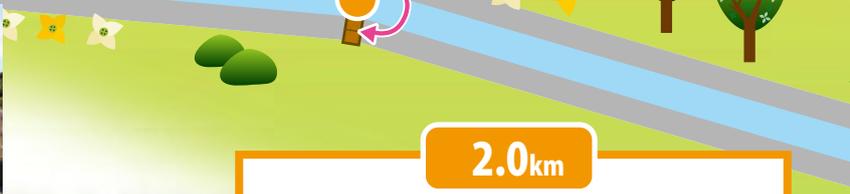
星久喜橋



星久喜橋

Check Point!

新都川橋



新都川橋

2.0km

## 「新都川橋」折返しコース

「都市緑化植物園」～「星久喜橋」間には少し緩やかな坂がありますが、その後は平坦続きとなります。



新都川橋

## 都市緑化植物園

## 星久喜橋

### 「スタート地点」から「川」に出るまでのルートガイド

駐車場脇の「みどりの相談所前」をスタートして、園内最初の十字路を左折し、園外の道路に出ます。右折後、千葉東金道路の料金所脇を道なりに進みます。クランク状の通りから湿地帯を過ぎるともうそこには「星久喜橋」が見えてきます。

※園外の道路(星久喜橋まで)は、交通量は少ないながらも車やバイクも通りますのでご注意ください。

## 都市緑化植物園データ

〒260-0808 千葉市中央区星久喜町278番地  
TEL:043-264-9559

入園料:無料 開園時間:9:00~17:00  
休園日:毎週月曜日(月曜日が祝日の時は、その翌日) 年末年始  
駐車場:無料(40台)  
バラ園、ハーブ園、温室など多くの施設が点在していて四季折々の植物を楽しむことができます。

敷地面積  
約34,100㎡

ウォーミングアップ、クールダウンを兼ねて園内を散策されてはいかがでしょうか。スタート地点の「みどりの相談所」には、月ごとの園内植物のみどころが書かれた案内もありますよ!

ホームページにも掲載あります!!  
<http://www.cga.or.jp/004023/>

- 6月 バラ・アジサイ・ナツツバキ  
ハンゲショウ、ヤマボウシ  
フェイジョア
- 7~8月 ノウゼンカズラ、キキョウ  
インドハマコウ・サルスベリ



都市緑化植物園



# ギングMAP!!



## 川沿いコースの特徴

- 平坦で走りやすい。
- 川に沿ってコースが続いているので、徐々に距離を延ばしていきます。
- ※「坊谷津大橋」より先もコースは続いていますので更なる距離延長も可能です。
- 大きな公園と比べると若干、道幅が狭い(約2.5m)。
- ※一般の歩行者の方々も多いので、コース上では道を譲り合って走ってください。
- 往路(北側)よりも復路(南側)の方が、舗装状態が良好で走りやすい。



各橋を通過する際に、車道と交差するので、車両には十分ご注意ください。

こんな日は「熱中症」に要注意!!

- ①暑い日
- ②湿度が高い日
- ③急激に温度が上昇した時

※走行中に具合が悪くなったりした場合は、風通しのいい日陰の涼しい所で休みましょう。



都市緑化植物園：バラ

## 「川戸橋」折返しコース

「川戸橋」で交差する通りは、今回紹介したコースの中で一番交通量が多い通りとなります。ここまでは、住宅や特養ホームなどがコースの南側に隣接しています。



川戸橋

4.0km

## 「坊谷津大橋」折返しコース

「川戸橋」～「坊谷津大橋」間は若干距離があります(約1km)。コース南方の高台には川戸小学校や住宅地が望めます。



坊谷津大橋

6.0km

## 「近江下橋」折返しコース

「近江下橋」周辺には住宅が隣接しています。「新都川橋」～「近江下橋」の南側のバス通りには、コンビニもあります。



近江下橋

Check Point! 近江下橋

◇近くに自販機あり

Check Point! 川戸橋

◇近くに自販機あり

3.0km

### 熱中症対策

- ①こまめな水分補給(スポーツドリンクなど)
- ②塩分・糖分補給(キャンディーなど)
- ③直射日光から頭部を守る(キャップ、サングラスなど)
- ④首の裏側を冷やす(冷却シート、冷感タオルなど)

都市緑化植物園：バラ園

都市緑化植物園：アジサイ



# 夏だっ!! みんなで試合にスタジアム

## 千葉ロッテマリーンズ

OVC MARINE FIELD

# OVCマリンズワールド

試合開始前

### キャラクター&M☆Splash!!



開催場所 ボールパークステージ(球場正面) 開催日時 HPをご確認ください。

試合終了後

### キッズベースランニング

ベースランニングに挑戦できるイベントです。

開催日

- 6月 1日(土) 巨人戦
- 6月15日(土) 中日戦
- 6月22日(土) 北海道日本ハム戦
- 6月29日(土) 福岡ソフトバンク戦
- 8月17日(土) オリックス戦
- 8月31日(土) 北海道日本ハム戦

参加対象 中学生以下の方



試合終了後

### 親子キャッチボール

Supported by 「POWER OF BASEBALL」

先着500組様(お子様)にパ・リーグ6球団の「POWER OF BASEBALL」ロゴが入った特製ゆうボールのプレゼントがあります。

※グローブは各自でご持参ください。人数が多い場合は入れ替え制で実施します。

開催日

- 6月23日(日) 北海道日本ハム戦
- 6月30日(日) 福岡ソフトバンク戦
- 8月20日(火) 埼玉西武戦
- 8月21日(水) 埼玉西武戦
- 8月22日(木) 埼玉西武戦

参加対象 中学生以下の方とご家族



試合終了後

### バックホーム! バックホーム!

外野からホームベースへ送球することができます。

開催日

- 6月21日(金) 北海道日本ハム戦
- 6月28日(金) 福岡ソフトバンク戦

参加対象 18歳以上の社会人の方

硬球を使用した  
1球限定のチャレンジです。



### 夜空を美しく彩る花火をお楽しみください!!

試合開催日/開始時間	打上時間	試合開催日/開始時間	打上時間
6/3 (月) 18:15 対 東京ヤクルト		8/1 (木) 18:15 対 北海道日本ハム	
6/12 (水) 18:15 対 横浜DeNA		8/13 (火) 18:15 対 楽天	
6/13 (木) 18:15 対 横浜DeNA	5回裏終了後	8/14 (水) 18:15 対 楽天	5回裏終了後
6/21 (金) 18:15 対 北海道日本ハム		8/15 (木) 18:15 対 楽天	
6/28 (金) 18:15 対 福岡ソフトバンク		8/16 (金) 18:15 対 オリックス	
7/9 (火) 18:15 対 オリックス		8/17 (土) 18:00 対 オリックス	
7/15 (月) 17:00 対 福岡ソフトバンク	7回表終了後	8/18 (日) 17:00 対 オリックス	7回表終了後
7/16 (火) 18:15 対 福岡ソフトバンク		8/20 (火) 18:15 対 埼玉西武	
7/17 (水) 18:15 対 福岡ソフトバンク		8/21 (水) 18:15 対 埼玉西武	
7/30 (火) 18:15 対 北海道日本ハム	5回裏終了後	8/22 (木) 18:15 対 埼玉西武	5回裏終了後
7/31 (水) 18:15 対 北海道日本ハム		8/30 (金) 18:15 対 北海道日本ハム	
		8/31 (土) 18:00 対 北海道日本ハム	
		9/1 (日) 17:00 対 北海道日本ハム	7回表終了後

※雨天、強風、落雷、風向きにより  
花火開催が中止になる場合があります。



遊びにきてね!



# 以外にも楽しさ満載!! ムに出かけよう!



©1992 DNP / JEF.FC

# ジェフユナイテッド市原・千葉

試合開始前

## マッチデーカード

毎試合違う選手の「マッチデーカード」を今シーズンも無料でプレゼント。

先着  
10,000名様  
プレゼント!

試合開始前・ハーフタイム

## 「ジェット・スフィーン」 チアパフォーマンス

チアパフォーマンスチーム「ジェット・スフィーン」が、今年も明るくはつらつとした演技でスタジアムを盛り上げてくれます。



試合開始前

## ジェフィ&ユニティ&みなちゃん

チームキャラクターの秋田犬兄弟ジェフィ(兄・背番号2)&ユニティ(弟・背番号9)とマスコットキャラクターのみなちゃんがスタジアム内の色々なところに行きますので、出会ったら仲良くしてあげてくださいね!



イベントも披露!

試合終了後

## FROM AQUA MVP 表彰

ジェフが試合に勝利もしくは引き分けた場合、試合後にMVPの表彰を行います。  
場所 ジェフベンチ前 実施時間 試合終了後 プレゼンター FROM AQUA マーメイド

試合開始前

## サポーターとコラボ

## 「Kappaビッグジャージプロジェクト」

サポーターアイテムの1つでもある「ビッグフラッグ」をユニフォームデザインの「Kappaビッグジャージ」としてお披露目する。



場所 ゴール裏スタンド  
※毎試合ではありません。

試合開始前

## お楽しみボール

選手がウォーミングアップで入場する際、ピッチからサイン入りミニボールをスタンドに投げ込みプレゼントいたします。  
※試合に出場するメンバーがサインを入れてプレゼントします。



試合開始前

## JEF KIDS

試合のマッチボーイ&ガールを務めてくれる小学生を事前に毎試合2名募集し、試合当日のフェアプレー旗入場やスクイズボールをグラウンドに置くなどのお手伝いしていただきます。試合前には2人へのインタビューも行います。



試合開始前～試合終了後

## バイエフエム スタジアムDJ

今シーズンも、bayfmが場内をサウンドジャック。当日リクエストもメールで受け付けます。お楽しみに!  
DJ: 蒲田健、酒井道代  
[リクエストのメールアドレス] jef@bayfm.co.jp



ハーフタイム

## 「FROM AQUAオリジナルタオル」プレゼント!

前半と後半のハーフタイム、皆さまの給水時間「FROM AQUAタイム」に非売品「FROM AQUAオリジナルハンドタオル」をFROM AQUAバズーカでプレゼントします!飛んできたハンドタオルをキャッチしよう!



実施場所 アウェイゴール裏以外  
※毎試合ではありません。

キャッチ見放題!

## 試合日程

ジェフユナイテッド市原・千葉を応援に来てね!

試合開催日/キックオフ	対戦相手	試合開催日/キックオフ	対戦相手	試合開催日/キックオフ	対戦相手
6/1 (土) 19:00	モンテディオ山形	7/7 (日) 19:00	ガンバ大阪	8/4 (日) 19:00	水戸ホーリーホック
6/15 (土) 19:00	横浜FC	7/27 (土) 19:00	徳島ヴォルティス	8/21 (水) 19:00	ザスパクサツ群馬
6/29 (土) 19:00	東京ヴェルディ	—	—	8/25 (日) 19:00	FC岐阜

FUKUDA DENSHI ARENA

# フクダ電子アリーナ



# 千葉市スポーツ振興財団主催のスポーツ教室



## 千葉ポートアリーナ

Chiba Port Arena

### 健康体操教室



対象 18歳以上

日常的な運動のきっかけとして始めやすい健康体操の動作を習得し、運動不足解消と健康・体づくりを目指します。

場 所 千葉ポートアリーナ サブアリーナ  
 日 時 9月5日・12日・19日・26日  
 10月3日・10日・17日  
 11月7日・14日・21日  
 木曜日 13:45～15:15  
 定 員 50人 回 数 10回  
 参加料 4,000円(別途コインロッカー代)  
 申込期間 8月15日(木)～24日(土) 必着。



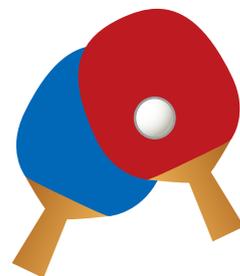
### ラージボール卓球教室



対象 18歳以上

参加者がレベルに応じた技術指導を受け、ラージボールの特徴である長いラリーを楽しむことで、健康・体づくりと生涯スポーツの振興を目指します。

場 所 千葉ポートアリーナ サブアリーナ  
 日 時 9月10日・17日・24日  
 10月 1日・ 8日・15日・29日  
 11月 5日・12日・19日  
 火曜日 10:00～12:00  
 定 員 50人 回 数 10回  
 参加料 6,000円(別途コインロッカー代)  
 申込期間 8月15日(木)～24日(土) 必着。



## エアロビクス教室他



	教室名	日時	対象	定員	参加料
①	ミドルインパクトエアロビクス教室 初・中級者クラス	7月6日～9月14日の土曜日 10:00～11:00(8/17を除く)	16歳以上	25人	3,000円
②	キッズヒップホップダンス教室 小学生クラス	7月7日～9月22日の日曜日 10:00～11:00(8/18・9/1を除く)	小学生	25人	1,500円
③	ヨガ教室 初級者クラス	7月10日～9月18日の水曜日 19:00～20:00(8/14を除く)	16歳以上	25人	3,000円
④	格闘技系エクササイズ教室 初・中級者クラス	7月11日～9月19日の木曜日 13:30～14:30(8/15を除く)	16歳以上	25人	3,000円
⑤	ローインパクトエアロビクス教室 初級者クラス	7月12日～9月20日の金曜日 13:30～14:30(8/16を除く)	16歳以上	25人	3,000円

※①～⑤はすべて全10回の開催となります。

## 参加者募集 スポーツ教室のお申込みについて

各教室の申込期間内必着で、千葉ポートアリーナへ  
**往復ハガキ**または**Eメール**でお申込みください。

※申込期間外でのお申し込みは、受付できません!

### 申込みできる教室の件数及び注意事項

開催期ごとに申込みは種目に関わらず「**1人1教室のみ**」となります。1回の申込みで2人以上の申込みは、「**無効**」となりますのでご注意ください。  
 ※定員を超えた場合は、抽選になります。



往復はがきでの申込み	(返信オモテ)	(返信ウラ)	(返信オモテ)	(返信ウラ)
	50 往信 260 0025 千葉市中央区 問屋町一丁目二〇 千葉ポートアリーナ 宛	白紙 何も書かないで 下さい。	50 返信 000 0000 申込者の名前 申込者の住所 行	1.教室名 2.住所 3.氏名(ふりがな) 4.性別 5.年齢(学年) 6.電話番号

Eメールでの申込み

Eメールアドレス [port@chibacity.spo-sin.or.jp](mailto:port@chibacity.spo-sin.or.jp)

Eメール申込み時の注意事項

- メールの件名に「○○教室参加希望」と記入してください。
- 申込者のメールアドレスを記入してください。
- [port@chibacity.spo-sin.or.jp](mailto:port@chibacity.spo-sin.or.jp)からのメールを受信できるように設定してください。

お問合せ 〒260-0025 千葉市中央区問屋町1-20  
 千葉ポートアリーナ TEL **043-241-0006**



### 女性限定 (託児サービス付き) ※託児サービスの対象は、1歳以上の就学前児となります。

## シェイプアップ教室

**対象** 18歳以上の女性

筋肉に刺激を与え引き締めるためのエクササイズと有酸素運動を組み合わせることで、効率よく健康的に痩身する方法の習得とリフレッシュを目的とします。

**場 所** 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)  
※託児サービスは、幼児体育室となります。

**日 時** 9月18日・25日  
10月 2日・ 9日・16日・23日・30日  
11月 6日・13日・20日 水曜日 10:00~11:30

**定 員** 25人 ※託児サービスは、10人までとなります。

**回 数** 10回

**参加料** 5,500円(別途コインロッカー代) ※託児サービスは、7,000円となります。

**申込期間** 9月1日(日)~10日(火) 必着。

## ヨガ&ピラティス教室 2・3

※時間により別れています。

**対象** 18歳以上

体験を重ねることにより健康づくりを目指します。

**場 所** 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)

**日 時** 9月6・13・20・27日  
10月4・11・18・25日  
11月8・15・22・29日  
12月6・13・20・27日  
1月10・17・24・31日  
金曜日 (2)は、9:30~11:00 (3)は、11:15~12:45

**定 員** 各25人 **回 数** 20回

**参加料** 12,000円(別途コインロッカー代)

**申込期間** 8月1日(木)~15日(木) 必着。

## 小学生対象夏休みバレエ教室 1・2

**対象** 小学校1~3年生

音楽に合わせて楽しく踊ることで正しいリズム感を身につけながら、バレエの基礎や礼儀作法を学びます。

**場 所** 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)

**日 時** (1) 7月22日・23日・24日・25日・26日  
9:45~10:45  
(2) 7月29日・30日・31日  
8月 1日・ 2日  
9:45~10:45

**定 員** 各15人 **回 数** 各5回

**参加料** 各3,000円

**申込期間** 7月1日(月)~10日(水) 必着。

## 幼児対象夏休みバレエ体験教室 1・2

**対象** 3歳以上の就学前児

音楽に合わせて楽しく踊ることで正しいリズム感を身につけながら、バレエの基礎や礼儀作法を学びます。

**場 所** 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)

**日 時** (1) 7月22日・23日・24日・25日・26日  
11:15~12:15  
(2) 7月29日・30日・31日  
8月 1日・ 2日  
11:15~12:15

**定 員** 各15人 **回 数** 各5回

**参加料** 各3,000円

**申込期間** 7月1日(月)~10日(水) 必着。

## 千葉ポートアリーナへのアクセス

■所在地/〒260-0025 千葉市中央区間屋町1-20

■電話/043-241-0006 ■ファックス/043-241-0164

■駐車可能台数/1,100台 ■駐車料金/1時間400円

※割引券のご利用で、1時間200円、それ以降30分100円

■6~8月の休館日/6月10日(月)、7月8日(月)、8月12日(月)

	千葉みなとループバス 運賃 大人100円/小児50円
<b>JR「千葉駅」から</b>	千葉モノレールで、「千葉駅」から、千葉みなと方面行きで、「市役所前駅」下車、徒歩8分。「千葉駅」から徒歩16分。
<b>JR京葉線「千葉みなと駅」から</b>	千葉モノレールで、「千葉みなと駅」から、千葉駅方面行きで、「市役所前駅」下車、徒歩8分。「千葉みなと駅」から徒歩15分。
<b>京成電鉄「千葉中央駅」から</b>	「千葉中央駅」西口から徒歩12分。



# 千葉市スポーツ振興財団主催のスポーツ教室



## 稲毛ヨットハーバー

Inage Yacht Harbor

### ヨット入門コース



対象 16歳以上

ヨットの初歩的な操作を体験します。

場 所 稲毛ヨットハーバー

日 時 ①7月7日 ②8月4日 ③9月1日 日曜日 9:30~16:00

定 員 各回10人

参加料 6,000円

申込期間 ①6月17日(月)~②7月17日(水)~③8月16日(金)~  
いずれも10:00~電話受付(先着順)



### 海にでようヨット体験会



対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

ヨットを始めるきっかけづくりとして、ディンギーヨットに体験乗船します。

場 所 稲毛ヨットハーバー

日 時 ①6月29日(土) ②7月15日(月・海の日) ③8月17日(土)

【午前の部】9:30~12:00

【午後の部】13:00~15:30

定 員 各回午前の部6人、午後の部6人

参加料 1人につき1,000円

申込期間 ①6月17日(月)~  
②7月 3日(水)~  
③8月 2日(金)~  
いずれも10:00~電話受付(先着順)



### 親子ヨット教室



対象 小学生以上の親子(保護者1人に対し子供2人まで)

親子でヨットの初歩的な操作を学びます。ディンギーヨットとクルーザーヨットに乗船します。

場 所 稲毛ヨットハーバー

日 時 8月25日(日)  
9:30~15:30

定 員 15組

参加料 1人につき1,000円

申込期間 8月2日(金)  
10:00~  
電話受付(先着順)



### 稲毛ヨットハーバーへのアクセス

- 所在地/〒261-0012 千葉市美浜区磯辺2-8-1 ■電話/043-279-1160
- 休館日/毎週火曜日(祝日は除く・火曜日が祝日の場合は翌日が振替休館日)
- 駐車料金/普通車 500円・マイクロバス1,000円・大型車 2,000円(1日)

<b>JR総武線</b> <b>「稲毛駅」</b> <b>西口から</b>	千葉海浜交通バスで、「稲毛駅」から、高浜線・「海浜公園入口」行き(こじま公園経由)(一部時間帯では「磯辺高校」行き)で、「高浜南団地」下車、徒歩10分。(「磯辺高校」行きの場合は、「磯辺高校」下車、徒歩3分。)高洲東線・「海浜病院」行きで、「磯辺高校」下車、徒歩3分。
<b>JR京葉線</b> <b>「稲毛海岸駅」</b> <b>南口から</b>	千葉海浜交通バスで、「稲毛海岸駅」から、高浜線・「海浜公園入口」行き(一部時間帯では「磯辺高校」行き)、「高浜南団地」下車、徒歩10分。(「磯辺高校」行きの場合は、「磯辺高校」下車、徒歩3分。)高洲東線・「海浜病院」行き(磯辺高校経由)で、「磯辺高校」下車、徒歩3分。



## 教室のお申込みについて

申込み  
お問合せ 稲毛ヨットハーバー TEL043-279-1160  
〒261-0012 千葉市美浜区磯辺2-8-1

## ジュニアヨット教室

対象 小学4年～中学生

ヨットの初歩的な操作を楽しく  
学び、インストラクターと一緒に  
海上を帆走します。

場 所 稲毛ヨットハーバー  
日 時 7月28日(日)  
9:30～15:30  
定 員 20人  
参加料 1,000円  
申込期間 7月3日(水)10:00～  
電話受付(先着順)



## 帆船模型工作教室

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

帆船模型の制作を通じて、海や帆船の知識が得られます。

内 容 丸木船とラテンセールの制作  
場 所 稲毛ヨットハーバー  
日 時 8月11日(日)  
10:00～16:00  
定 員 20人  
参加料 1,000円  
申込期間 7月17日(水)  
10:00～  
電話受付  
(先着順)



## 海洋教室(まき網漁業見学会・クルーザー体験会)

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

場 所 稲毛ヨットハーバー  
日 時 9月8日(日)  
10:00～12:00  
定 員 50人  
参加料 1人1,000円  
申込期間 8月16日(金)  
10:00～  
電話受付(先着順)

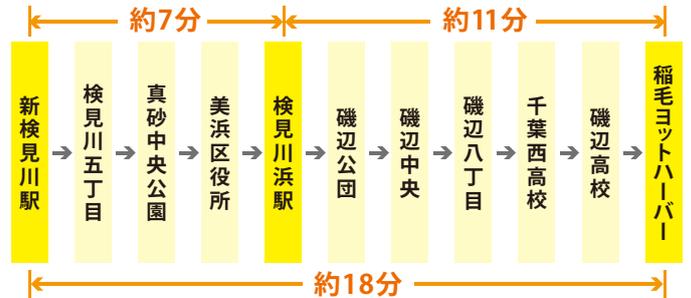


「まき網漁業見学会」か「クルーザー体験会」のどちらかを選択。  
家族での申込みの場合は、参加者全員分の氏名、年齢が必要。

## 千葉海浜交通バス 「稲毛ヨットハーバー」行が 開通しました!!



平成25年5月7日より、磯辺線  
(新検見川駅～検見川浜駅  
～磯辺高校)の一部が「稲毛  
ヨットハーバー(新)」まで延  
伸されました。皆様どうぞご  
利用ください。



	総武線「新検見川駅」発 「稲毛ヨットハーバー」行		「稲毛ヨットハーバー」発 総武線「新検見川駅」行	
	平日	土曜・休日	平日	土曜・休日
7	44 56			
8	08 21	19 39	12 18 45	
9	07 43	43	02 39	21
10	01 41	30	19 42	08 56
11	04 53	18	31 59	49
12	21 52	11	30 52	54
13	36	16	14 36	43
14	20 42	05	20 43	41
15	05 56	03	07 34	33
16	35 56	19	03 34	45
17	16 55	07	13 54	33
18	16 45	08 33 55	32 50	43
19	03 28	38	23 39	05 27
20	01 35	31	31 59	09
21	20		26 57	04
22			33	27

※車両混雑等により多少の遅延がありますがご了承ください。  
千葉海浜バス TEL 043-245-0938



# 参加チーム募集!!

# 2013

# ミニバスケットボール

# 3on3大会

2013

7/7日

8:30

16:00

**会場** 千葉ポートアリーナ メインアリーナ

**対象** 市内在学の男子チーム、女子チーム  
【小学3年・4年生の部】 【小学5年・6年生の部】

**チーム構成** 選手4~6名、監督(コーチ)1名

**申込方法** 申込書(スポーツ振興財団ホームページより打ち出すか、スポーツ振興財団に電話請求が必要)に必要な事項を記入し、6月1日(土)~20日(木)までに郵送してください。※期間内必着  
申込状況により抽選となる場合があります。

**申込・問合せ** 〒260-0025 千葉市中央区問屋町1-20  
千葉市スポーツ振興財団 スポーツ振興班  
TEL 043-238-2380 FAX 043-203-8936





お申込みは千葉市スポーツ振興財団へ

**募集期間** 7/1(月)～7/10(水)

区	会場	教室名	開催期間	曜日	時間	回数	対象	定員	参加費
中央区	千葉ポートアリーナ (問屋町)	バドミントン	8/20～8/23	火～金	9:00～10:30	4回	小学生	30人	700円
		バレーボール	8/27～8/30	火～金	11:00～12:30	4回	小学生	30人	500円
	千葉市武道館 (末広2)	柔道	7/30～8/2	火～金	10:00～12:00	4回	小学生	30人	400円
	千葉市中央コミュニティセンター (千葉港)	合気道&護身術	8/6～8/9	火～金	10:00～11:30	4回	小学生	30人	500円
若葉区	中田スポーツセンター (中田町)	ソフトテニス	7/30～8/2	火～金	10:00～12:00	4回	小学生	30人	500円
緑区	古市場公園スポーツ施設 (古市場町)	ショートテニス	7/30～8/2	火～金	9:00～10:30	4回	小学生	30人	700円
美浜区	アクアリンクちば (新港)	アイススケート①	7/23～7/26	火～金	9:30～10:30	4回	小学1～3年生	50人	800円
		アイススケート②	7/23～7/26	火～金	10:45～11:45	4回	小学4～6年生	50人	800円

往復ハガキまたはEメールでお申し込みください。

- 申込方法**
  - ・1人につき、往復はがきまたはEメール1通でお申し込みください。
  - ・定員を超えた場合は、抽選となります。
- 参加資格**

**市内在住・在勤・在学で健康な方**

  - ※既往症、特に現在通院・治療中の方は、医師と相談のうえお申し込みください。
- 注意**
  - ・都合により日程・内容の変更、全回開催できない場合もあります。
  - ・参加費は全回数分の料金です。返金はできませんのであらかじめご了承ください。
  - ・アイススケートは、貸靴代(300円/回)が別途かかります。



往復はがきでの申込み	(往信オモテ)	(返信ウラ)
	50 往信 260 0025 千葉市スポーツ振興財団 宛 千葉市中央区 問屋町1-20	白紙 何も書かないで 下さい。
Eメールでの申込み	(返信オモテ)	(往信ウラ)
	50 返信 000 0000 申込者の名前 行	申込者の住所 1.会場名 2.教室名 3.住所 4.氏名(ふりがな) 5.年齢(学年) 6.電話番号

**締め切り 7/10(水)必着**

**申込先 お問合せ** 〒260-0025 千葉市中央区問屋町1-20  
千葉市スポーツ振興財団  
TEL 043-238-2380  
FAX 043-203-8936

件名に「夏期スポーツ教室参加申込」、本文に下記事項をご記入のうえ、**sanka@chibacity.spo-sin.or.jp**へ送信してください。

①会場名 ②教室名 ③住所 ④氏名(ふりがな)  
⑤年齢(学年) ⑥電話番号及びEメールアドレス

※sanka@chibacity.spo-sin.or.jpからのメールを受信できるように設定してください。

**重要!!**

- お申込みは、種目・会場に関わらず「1人1教室」に限ります。
- 定員に満たなかった教室は、2次募集を行います。詳しくは、千葉市スポーツ振興財団ホームページまたはお電話でご確認ください。

<http://chibacity.spo-sin.or.jp/>

# スポーツで笑顔の輪を広げよう！ サークルレポート



## 千葉市少年テニス連盟



### 硬式テニス

当連盟は、平成3年に美浜区高浜に創立され、4団体「高浜ジュニア、真砂ジュニア、稲毛ジュニア、有吉ジュニア」のテニスクラブで構成されています。「地域の学校教育活動以外に於いて、テニスを通じ青少年の心身の健全な育成」を目的とし、友達を大切に作る心、団体活動における礼儀作法などを指導しています。



ジュニア(年中から中学生)たちは年齢、学校、地域を超えた友達をたくさん作り、楽しくレッスンに励んでいます。興味のある方は、お気軽にご連絡ください。

#### 活動日及び活動場所

毎週日曜日・月4回(5回日曜日がある月は5週目は休み)  
千葉市テニスコート(高浜コート、海浜コートなど、有吉ジュニアは有吉コート)  
【海浜地区】9時~11時【有吉地区】9時~11時及び11時~13時

連絡先【海浜地区】上原(自宅TEL&FAX) 043-296-1558 (19時~21時)

【有吉地区】関 (Eメール) yo\_seki@gold.zero.jp

## 宮野木少年剣友会



### 剣道

剣友会の発足後38年、過去に数百人の卒業生を送り今日に至っております。

「剣道を通じて礼儀を身に付ける。まず、ハイと言える子供。挨拶のできる子供に」をモットーに会を運営しています。

会のメンバーは、小学生・中学生が中心で、大人は10人くらいです(全体数は約40人)。現在、幼稚園児から大人までメンバー募集中です。まずは、HP等で活動日を確認のうえ、見学にお越しください。お待ちしております。



#### 活動日及び活動場所

土曜日 午後5時~、日曜日 午前8時~  
宮野木小学校(千葉市稲毛区)

連絡先 TEL 043-258-1703(渡辺 猛)

Eメール yncnx197@gmail.com

ホームページ http://www.geocities.jp/miya\_syou\_kenyuukai/

#### 剣道とは・・・

- ・運動面  
(瞬発力・持久力)
  - ・精神面  
(集中力・決断力・判断力)
- 両面の養成に役立ちます。

## はじめてキャンプ

はじめてでも安心の1泊2日  
ネイチャークラフトや流しそうめん、ハイキング、キャンプファイヤーなど楽しいプログラムは夏休みの思い出の一コマに。

### 1泊2日(テント泊)

- 【開催日程】  
①7/27(土)~28(日)  
②8/ 1(木)~ 2(金)  
③8/ 3(土)~ 4(日)

【開催場所】長生郡長南町 笠森キャンプ場  
【対象】小学1~6年生【最少催行人員】24名  
【集合解散】JR千葉駅前・JR茂原駅前・笠森キャンプ場  
【費用】16,000円/税込(ヤックス自然学校会員) 18,000円/税込(一般)  
※費用に含まれるもの(往復交通費、食費(夕1、朝1、昼1)、宿泊費、プログラム費、指導運賃費、通信印刷費)

## サマーキャンプ

### 海ぞくキャンプ

ようこそ海ぞくの世界へ!  
磯探検(磯遊び)、トレジャーハンティング  
夜の森の冒険、海ぞくランチ作り。  
仲間と一緒に岬を遊びつくそう!

### 3泊4日(施設泊)

- 【開催日程】  
①8/1(木)~4(日)  
②8/5(月)~8(木)

【開催場所】南房総市 大房岬少年自然の家  
【対象】小学1~6年生【最少催行人員】24名  
【集合解散】JR千葉駅前・大房岬少年自然の家  
【費用】36,000円/税込(ヤックス自然学校会員) 38,000円/税込(一般)  
※費用に含まれるもの(往復交通費、食費(朝3、昼3、夕3)、宿泊費、プログラム費、指導運賃費、通信印刷費)

小学生のみんな集まれ!

## 農ガキ

夏野菜の収穫&カブトムシ

夏野菜の収穫で採って食べる貴重な体験&みんなが大好き!カブトムシ採集

### 1泊2日(テント泊)

- 【開催日程】  
①7/27(土)~28(日)  
②8/ 3(土)~ 4(日)  
③8/10(土)~11(日)

【開催場所】佐倉市 フォレストイン岩名  
【対象】小学1~6年生  
【最少催行人員】24名  
【集合解散】JR千葉駅前・京成佐倉駅前  
【費用】16,000円/税込(ヤックス自然学校会員) 18,000円/税込(一般)  
※費用に含まれるもの(往復交通費、食費(朝1、昼1、夕1)、宿泊費、プログラム費、指導運賃費、通信印刷費)

ヤックス自然学校 ☎043-202-7070(平日10:00~19:00 月曜定休日)

Eメール yacs-camp@chiba-ns.net HP http://yacs-ns.jp 公式ブログ http://blog.canpan.info/yacs\_camp

詳細パンフレットをお送りいたします。

他にも幼児(年中)~中学生対象、1泊2日~6泊7日のキャンプがいっぱい!!



千葉ポートアリーナトレーニング室からのお知らせです!

## トレーニング室パスポート販売中!



トレーニング室 利用料金	
一般	2時間まで450円 (超過1時間につき225円)
高校生	2時間まで220円 (超過1時間につき110円)
回数券(11回使用分)	
一般	4,500円
高校生	2,200円

1日、何度でも&何時間でも使い放題!  
月、5回以上利用される方には断然お得です!

一般の方がご利用の場合: 週3回で年間70,200円、週2回で年間46,800円のとこ

年間パスポートなら ▶一般 19,800円 高校生 9,800円  
6か月パスポートなら ▶一般 10,800円 高校生 5,400円



## パスポート販売場所

千葉ポートアリーナ1階事務室 TEL.043-241-0006  
千葉市中央区間屋町1-20 千葉ポートアリーナ1階【休館日:毎月第2月曜日(原則)、年末年始】

クイズに答えてプレゼントを当てよう!

# スポ振クイズ

**問題** 自分自身の力だけを頼りに岩や壁で行うクライミングのスタイルとは?

**ボルダ**○○○

## 今号のプレゼント



※画像はイメージです。

### ①千葉ロッテマリーンズ観戦チケット(2枚1組)

※7/30~8/1の北海道日本ハム戦  
内野自由席券(3連戦のいずれか1試合有効) **5名様**

### ②ジェフユナイテッド市原・千葉観戦チケット(2枚1組)

※7/27徳島ヴォルティス戦 ホーム自由席券  
提供:「(株)千葉ロッテマリーンズ」様、「ジェフユナイテッド(株)」様より **5名様**

官製はがきにクイズの答え(○に入る文字)・希望のチケット名(「ロッテ」、「ジェフ」のどちらか)・住所・氏名・年齢・電話番号・本誌への感想・今後取り上げほしい内容をご記入のうえ、平成25年6月26日(水)必着で、下記までお送りください。

**郵送先** 〒260-0025 千葉市中央区問屋町1-20  
千葉市スポーツ振興財団「スポ振クイズ係」宛

vol. 85

CHIBA CITY スポーツ情報誌  
「みんなのスポーツちば」

平成25年6月1日発行



みんなのスポーツちばは、年間4回各回10,000部発行し、下記施設にて無料配布しています。

- スポーツ施設 ●市役所・各区役所関係 ●各コミュニティセンター
- 図書館 ●公民館 ●県関係
- 大学等

千葉大学、敬愛大学、千葉経済大学、淑徳大学、神田外語大学、放送大学、東大グラウンド

- ドラッグストア
- ヤックス

- その他の施設

南部児童文化センター、南部青少年センター、千葉市少年自然の家、千葉市民会館、農政センター、ふるさと農園、市立青葉病院、市立海浜病院、生涯学習センター、千葉市ハーモニープラザ、千葉市文化センター、千葉市若葉文化ホール、京葉銀行文化プラザ、千葉市美浜文化ホール、加曾利貝塚博物館、千葉市動物公園、郷土博物館、長沼原勤労市民プラザ、蘇我勤労市民プラザ、幕張勤労市民プラザ、三陽メディアフラワーミュージアム、都市緑化植物園、市民ギャラリーいなげ、千葉ポートタワー、千葉市観光協会、千葉市観光情報センター(JR千葉駅構内)、千葉市ユースホテル、市科学館(きぼーる)、東京ドイツ村

スポーツサークルの輪を広げよう!

## サークル大募集

サークル情報の詳細はホームページでご確認ください。

■お問い合わせ Tel. 043-238-0006 Fax. 043-203-8936

■ホームページへのアクセス <http://chibacity.spo-sin.or.jp>

詳しくはHPをご覧ください。

千葉市スポーツ振興財団

## 「夏の割引料金」はじめます!!

7/1月~8/31土

パー36(9ホール)  
3,055ヤード  
乗用カートあり  
(要予約)

●お一人様でも予約可能  
組み合わせをお願いする場合がございます。

●当日予約も可能  
受付 Tel.043-237-0020

## 千葉市民ゴルフ場

〒265-0076 千葉市若葉区下田町1005 TEL 043-237-0020

夏季特別料金	平日 夏期料金(15%OFF)	休日 夏期料金(10%OFF)
一般 (9ホール)	3,400円	5,400円
千葉市民で 満65歳以上	2,720円	4,320円
高校生以下 (9ホール)	1,700円	2,700円

※ご精算前に必ずフロントにて身分証明書をご提示ください。

※利用料金のほかにゴルフ場利用税350円・緑化協力金50円がかかります。  
※レンタル手引きカート200円(1日)。※追加は通常料金になります。

インターネット予約 (24時間受付) [www.chibashimin-golf.jp](http://www.chibashimin-golf.jp)

予約専用電話 (10:00~15:00)

043-237-0010

千葉市民ゴルフ場では、ゴルフ教室やゴルフ大会など、より多くの方にゴルフを楽しんでもらえるように、いろいろな企画を実施します。

詳しくはホームページをご覧ください

[www.chibashimin-golf.jp](http://www.chibashimin-golf.jp)

地デジ 11 ch

# JCN千葉チャンネルで好評放送中!

## 本誌とのコラボ番組

# みんなのスポーツちば

**放送日時**

月) 19:15~  
火) 8:30~  
水) 6:45~/19:15~  
木) 8:30~  
金) 19:15~  
土) 8:30~  
日) 6:45~/19:45~  
(毎月1日から新しい内容に更新)

ニュースポーツを中心にスポーツの楽しさを紹介します。  
千葉市プチ体操のコーナーでは  
おうちで出来る簡単な体操を紹介しています。  
皆さんも番組を見て体を動かしませんか?





お問合せ **JCN千葉** ☎ 0120-113-816 〒260-0025 千葉市中央区問屋町1-35 千葉ポートサイドタワー8階  
<http://jcntv.jp/chiba/>

## 稲毛ヨットハーバー内レストラン

# 本格シーフードイタリアン

ランチにおすすめ!!

### パスタランチ

(前菜・サラダバイキング)  
デザート・コーヒー付

¥1,680~

稲毛ヨットハーバーのクラブハウス3階では、海鮮類とパスタ中心のイタリアンレストランが営業中です。  
開放的なパノラマビューを眺めながらネイティブなイタリア料理で「食事を楽しむ」という贅沢な時間をお届けします。



**ランチセット内容**

- ・イタリア家庭料理の前菜・サラダバイキング
- ・デザート
- ・コーヒー

**前菜・サラダがバイキング形式で楽しめます。(昼夜共)**

**Menu ¥1,680** (税込) ~

下記より1品お選びください。

- ・あさりと旬の野菜のスパゲッティ
- ・魚介のリゾット
- ・ポルチーニと茸のクリームソースパスタ など

イタリア料理 **ヴェスプチ** ☎043-279-0770

〒千葉市美浜区磯辺2-8-1 稲毛ヨットハーバー管理棟(クラブハウス)3階 ☎火曜日  
☎11:30~21:00 (L.O.) 但し、14:30~17:30はティータイム(ケーキ、飲み物)

## 前撮写真プラン

結婚写真  
成人式  
七五三

### スタジオ記念写真

### ロケーション写真

- ★護国神社 ★千葉城
- ★幕張海浜公園 見浜園
- ★三陽メディアフラワーミュージアム (花の美術館)

## アンジェブライダル写真スタジオ

営業時間 / 10:00 ~ 19:00 定休日 / 火曜日  
☎043-305-5450

千葉市中央区松波 1-10-12