グ モノレール千葉駅のオアシス 1

カフェシエスタ

モノレール千葉駅の2階にある喫茶&バー。
17:00～のバータイムには、グラス片手に千葉駅前の夜景が楽しめます。

住 千葉市中央区新千葉1-1-1 モノレール千葉駅2F 休 年中無休
営 7:30～23:00(平日)
10:00～21:00(土･日･祝日)
☎043-221-6261 モノレール千葉駅/徒歩0分

グ フレッシュケーキ食べ放題(ドリンクバー付 60分) 2

不二家レストラン 千葉作草部店

「ケース内全てのケーキが60分食べ放題!」1,380円!お食事をご注文の方は980円!ドリンクバーも付いてます。「空の散歩道」持参でコーヒーゼリーソフトクリームパフェプレゼント

住 千葉市稲毛区作草部1-17-15 休 年中無休
営 10:00～24:00 P 有
☎043-287-7245 作草部駅/徒歩1分

カ 見学自由!無料体験あり! 3

パラエストラ千葉

キッズ格闘技に興味ありませんか?ブラジリアン柔術やキックボクシングなど、丁寧に指導します。また、技術の習得はもちろん、礼儀作法の指導も徹底しております。

住 千葉市中央区長洲1-29-4
☎043-224-5841 県庁前駅/徒歩5分

住 世界で5本の指に入るボルボ日本一のショールーム 4

ボルボ･カーズ 千葉中央

最新モデルと豊富な認定中古車を屋内外に展示。天気に関係なくゆっくりとお車をご覧いただる新デザインコンセプトの大型店舗です。タリーズコーヒー併設。

住 千葉市中央区中央港1-16-3 営 10:00～19:00
休 毎週火曜日 HP http://www.volvo-tohoauto.co.jp/
☎043-238-2005 千葉みなと駅/徒歩3分

美 1ヶ月で－3～5kg☆お腹まわりすっきり! 5

あろあーじゅ

耳ツボダイエットは満腹中枢を刺激し、過剰な食欲をを抑えていくダイエット。無料カウンセリング実施しています。メタボでお悩みの方、お気軽にお電話にてご相談ください。

住 千葉市中央区新千葉2-1-8 トーヨーテクノビル5F(心和会整骨院内)
営 10:00～14:00 / 16:00～20:00(土曜は19:00まで) 休 日曜日･祝日
0120-45-4064 要予約 千葉駅/徒歩3分

住 あなたの身近なリフォームアドバイザー 6

株式会社エス･テークリエイト

大きな工事だけでなく、「どこに頼めばいいのかわからない…」「どうすればいいのかわからない…」そんな修繕なども行っています。お気軽にお電話ください。

住 千葉市中央区椿森1-8-6 賀山ビル
0120-730-740 千葉公園駅/徒歩5分

カ 個人のニーズに合わせた指導法で目的達成! 7

Dr.関塾 作草部駅前校

教育理念は『人から人への教育』。密度の濃い授業を行い、同時に塾生の心理面もサポート。あいさつなどの「しつけ」も徹底して行います。随時体験授業受付中!

住 千葉市中央区弁天4-10-3 Ysビル3F
✉ sakusabe@kanjuku.chiba.jp
☎043-216-5319 作草部駅/徒歩1分

カ 幼児リトミック始めませんか? 8

スマイルトーン

6ヶ月児～OK。年齢に合った独自のレッスン内容。自由に選べる予約制。広がるママ友の輪。リトミック科修了後はピアノ科へ。月謝3,000円～(月3回レッスン)。

住 四街道市鷹の台4-11-3 不思議な音色音楽教室内
P 有
☎043-237-0080 千城台駅/10分

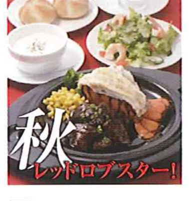
カ 初心者･主婦･中高年のためのパソコン教室 9

パソコン市民IT講座 若松校

時間割は自由に設定。振替･追加受講もOK。カラーでわかりやすいテキストを使用し、丁寧に教えます。夜の部もあります。お気軽にお問い合わせください。

住 千葉市若葉区若松町2375
営 10:00～20:00(日曜･祝日を除く)
P 有
パソコン市民IT講座
☎043-231-5225 小倉台駅/徒歩5分

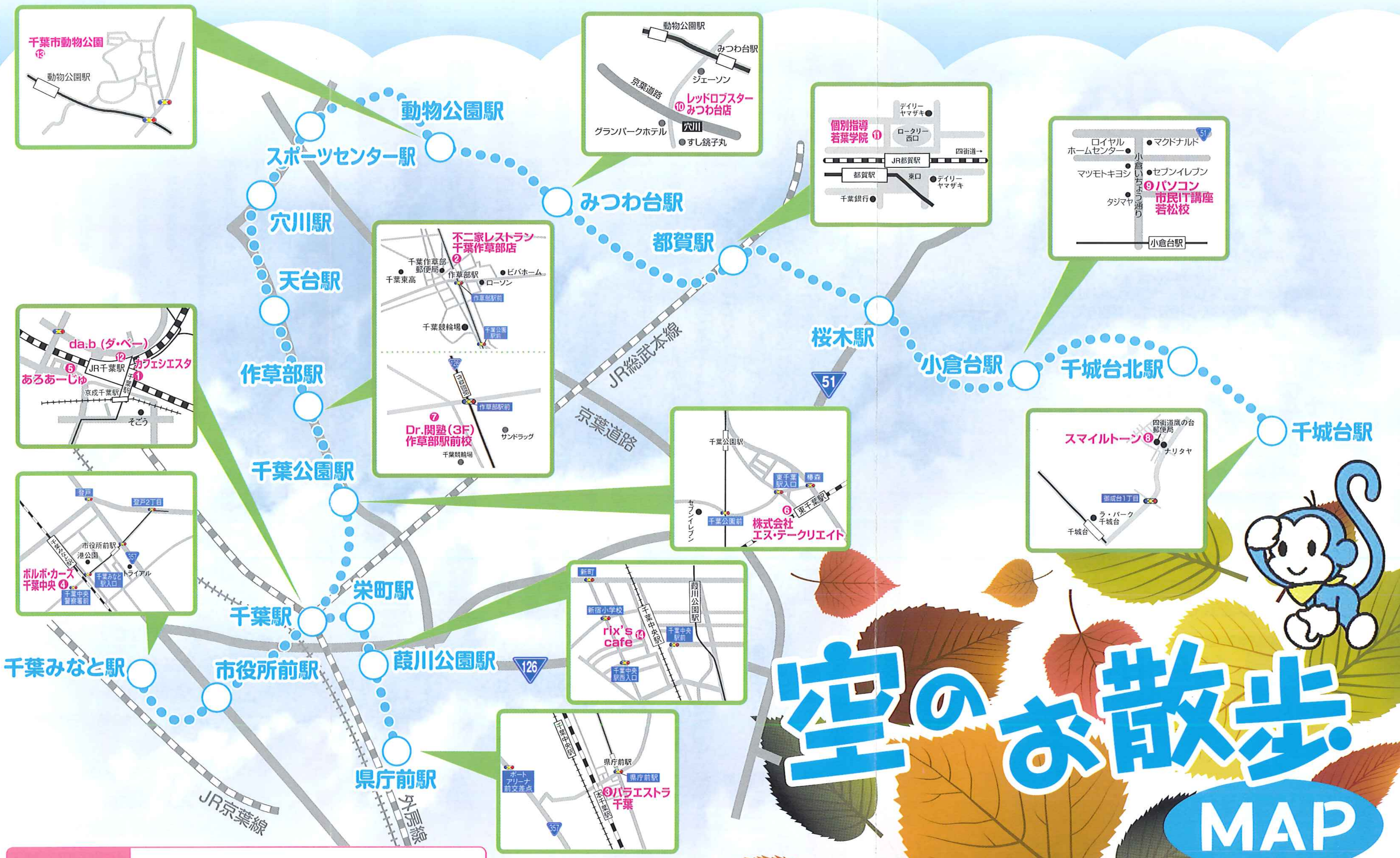
グ 今日は家族みんなでレッドロブスターを食べよう♪ 10



レッドロブスター みつわ台店

人気メニュー･ロブスター&ステーキを楽しめるレッドロブスターセット(3,800円/人)を是非一度お召し上がりください♪世界を旅するロブスター特集実施中。

住 千葉市若葉区殿台町430-4
休 年中無休
HP http://www.redlobster.jp
営 11:00～23:00(L.O) ※ランチタイム11:00～15:00
☎043-256-6511 みつわ台駅/徒歩15分



千葉市動物公園 ⑬
動物公園駅
動物公園駅
スポーツセンター駅
穴川駅
天台駅
作草部駅
千葉公園駅
栄町駅
千葉駅
千葉みなと駅
市役所前駅
葭川公園駅
県庁前駅
みつわ台駅
都賀駅
桜木駅
小倉台駅
千城台北駅
千城台駅
JR総武本線
京葉道路
JR京葉線
外房線
51
126
みつわ台駅
ジェーソン
京葉道路
⑩ レッドロブスター みつわ台店
グランパークホテル
穴川
すし銚子丸
不二家レストラン 千葉作草部店 ②
千葉作草部郵便局
千葉東高
作草部駅
ビバホーム
ローソン
作草部駅前
千葉競輪場
千葉公園駅前
⑦ Dr.関塾(3F) 作草部駅前校
サンドラッグ
千葉競輪場
da.b (ダ･ベー) ⑫
⑤ あろあーじゅ
JR千葉駅
カフェシエスタ ①
千葉駅
京成千葉駅
そごう
登戸
登戸2丁目
市役所前駅
港公園
357
トライアル
ボルボ･カーズ 千葉中央 ④
千葉みなと駅入口
千葉中央警察署前
千葉みなと駅
個別指導 若葉学院 ⑪
デイリーヤマザキ
ロータリー 西口
四街道→
JR都賀駅
都賀駅
東口
デイリーヤマザキ
千葉銀行
ロイヤルホームセンター
マクドナルド
51
小倉いちょう通り
マツモトキヨシ
セブンイレブン
⑨ パソコン市民IT講座 若松校
タジマヤ
小倉台駅
千葉公園駅
東千葉駅入口
椿森
セブンイレブン
千葉公園前
⑥ 株式会社エス･テークリエイト
東千葉駅
四街道鷹の台郵便局
スマイルトーン ⑧
ナリタヤ
御成台1丁目
ラ･パーク千城台
千城台
新町
新宿小学校
rix's cafe ⑭
千葉中央駅
千葉中央駅前
千葉中央駅西入口
葭川公園駅
ポートアリーナ前交差点
県庁前駅
県庁前駅
③ パラエストラ千葉
本千葉駅
357

空のお散歩 MAP

記号の見かた

グ グルメ　レ レジャー　カ カルチャー
住 住まい　美 美容

住 生徒2名に講師1人分かる充実の個別指導 11

個別指導 若葉学院

受講料2,600円/90分
入会金･施設維持費不要。
15:00～16:30
16:30～18:00
18:00～19:30
19:35～21:05
から自由に選択。

住 千葉市若葉区西都賀3-1-8 ハックベリー都賀3F
営 13:00～20:00(日曜日･月末土曜日除く)
0120-058-179 都賀駅/徒歩1分

グ 仏産ビオワインにこだわったワインビストロ 12

da.b (ダ･ベー)

ワインは厳選した仏産ビオワインのみで、常時60種類のボトルを用意こだわりのビストロ料理とのマリアージュをお楽しみください。

住 千葉市中央区弁天1-1-2 be-place 1F
営 18:00～24:00(L.O 23:30)
休 月曜日、第2･4日曜日
☎043-216-2430 千葉駅/徒歩1分

レ 飼育担当者によるイベントは、月2回開催 13

千葉市動物公園

カピバラの双子の赤ちゃんが8月に産まれました。2頭仲良く池でスイスイ泳ぎ、牧草もモリモリ食べて元気いっぱい走り回っています。ぜひ観にきてください。

住 千葉市若葉区源町280
営 9:30～16:30(最終入園は16:00まで)
休 月曜日(月曜日が祝･休日の場合は翌日) 年末年始(12月29日～1月1日)
P 有 HP http://www.city.chiba.jp/zoo/
☎043-252-1111 動物公園駅/徒歩0分

モノレール社員の食べ歩き 男スイーツ

クマカロン Vol.17

千葉中央駅至近にありながら、静かで落ち着ける人気のカフェで、この「クマカロン」(180円)を発見。見るからに女性ウケしそうな愛らしい表情は、気遣いのいらないプチプレゼントにぴったり!もちろん、味も手抜きなし!生地にサンドされてるチョコのソースとラズベリーを思わせる酸味のあるソースのバランスが絶妙♪大人の味がするマカロンです。

rix's cafe 14

住 千葉市中央区新宿2-2-5 一藤ビル1F 休 不定休
営 ランチ 11:00～14:30 / カフェ 14:30～17:00
ディナー / 17:00～24:00
P 無
☎043-441-3691 葭川公園駅徒歩7分･京成千葉中央駅徒歩1分