

# 医療・生活ガイドインデックス

144

142

140

138

136

134

128

126

125

習志野市を盛り上げる地元採用企業!!

どうする? 空き家対策

リフォームの基礎知識

習志野市薬剤師会

医療ガイドマップ 歯科医院

習志野市歯科医師会

医療ガイドマップ 病院・医院

習志野市医師会

習志野商工会議所

「生活ガイド」ページは、暮らしに役立つ情報を掲載しております。なお、地図のページに関しましては、該当ページに広告をご掲載いただきました施設の情報のみ表示しています。

（広告）

結婚したい! させたい!

ご縁を結ぶ お手伝い

IBJ 正規加盟店

瀧澤 勲  
瀧澤 まや

- ♥ 少人数制で安心サポート
- ♥ マンツーマンで丁寧にご支援
- ♥ 結婚後の生活サポートも充実



相談無料

ぜひお問い合わせ下さい

初桜

結婚相談所 初桜

TEL 080-7343-3872

習志野市谷津 2





# 習志野商工会議所

あなたの会社を全力で応援します!!

習志野商工会議所 会頭 芦澤 直太郎

習志野商工会議所は、地域経済の発展と社会福祉の増進に寄与する地域で唯一の総合経済団体として、昭和62年4月の設立以来、習志野市で事業を営む方々の経営基盤強化のお手伝いや街の活性化を推進しています。

現在、経営者の皆様のよきパートナーとして、経営全般についての窓口・巡回支援や豊富な経営情報の提供、従業員の方々の福利厚生の充実、さらには、地域ブランド開発をはじめとする魅力ある地域づくりなど、皆様が求める会員サービスに力を注いでいます。



## 習志野商工会議所の事業内容!

### 経営相談

金融・法律・税金・税務申告・労務・記帳相談・経理・開業相談・事業継承など、経営のさまざまな疑問にお答えします



### 会員交流

会員相互の交流・親睦を図るとともに、新たなビジネスの人脈を拓げます



### 人材確保・育成

視察やセミナーを実施し、経営者や従業員の育成・業務スキルの向上を図っています



### 情報発信・販売促進

ホームページや会報誌(商工習志野)で情報発信・情報収集、JR広告板の利用や、会報誌DM折込チラシでお店をPR

### 地域貢献

国・県・市への提言・要望活動、商店街振興と地域育成、産学官交流・新産業創出など



### 福利厚生

いざという時のための生命共済・退職金積立・従業員の健康診断・倒産防止などの制度が充実

### 貸会議室

少人数の研修室(8名)から中会議室(50名)、大会議室(110名)など、用途に合わせてご利用いただけます

### 各種検定試験

能力アップに役立つ検定試験を実施  
簿記・珠算・販売士・カラーコーディネーター・エコ・福祉住環境など

## 詳しくは

習志野商工会議所ホームページ をご覧下さい!

アドレス <https://www.narashino-cci.or.jp>



## 習志野商工会議所

〒275-0016 千葉県習志野市津田沼4-11-14 TEL 452-6700 FAX 452-6744

市外局番 047 です



# 習志野市医師会

## 習志野市医師会よりご挨拶

公益社団法人 習志野市医師会 代表理事 三束武司

平素より習志野市医師会活動にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

習志野市医師会は現在75の医療機関(6病院、69診療所)から166名の会員が参加しております。市内のすべての病院と大多数の診療所(クリニック)が参加し、地域医療に貢献すべく、日頃より市民の皆様に安全で質の高い医療を提供できるよう努めています。

それぞれの医療機関には得意分野があり、かかりつけ医として幅広く日常的な疾病や外傷に対応するクリニック、より専門的に集約して特定の臓器や疾患を中心に診療するクリニックや病院、在宅医療や健診を専門とするクリニックなど、個々の特性を活かしつつ、お互いが密に連携を取り合いながら日々奮闘しております。また近隣市の医師会などとも積極的な連携を図り、市内の診療所および病院で対応困難なケースについては、相談や紹介も行なっているところです。

習志野市は千葉市や船橋市といった政令市・中核市に挟まれた比較的小さな街です。その分、会員同士のお互い顔の見える連携が取りやすく、患者様のメリットも大きいのではないかと自負しております。また市役所や歯科医師会・薬剤師会とのパイプも太く、行政と連携して防災医療や在宅医療、認知症対策、介護連携等にも力を入れているところです。

医師会員は各病院やクリニックの日常診療の傍ら、下記のような医師会活動を分担して行なっております。さらに新型コロナ対策として、ワクチン接種(個別・集団)や、臨時検査センターならびに休日発熱外来の開設も行なってまいりました。限られた時間とマンパワーの中、これからも市民や周辺地域のみなさまのお役に立てるように、会員一同今後も一層精進して参る所存です。引き続きご支援下さいますよう何卒よろしくお願い申し上げます。

## 医師会の活動

### 検診事業

今日健康であるあなたが、明日もあさっても同じように元気でいるという保障はありません。

- 健康で過ごせる明日のために、今日の健康をチェックしましょう。

- 病は、小さな芽のうちに摘み取ってしまいましょう。



### 学校保健事業

習志野市内の公立小学校、中学校、高等学校、幼稚園、保育所の学校医、嘱託医を習志野市医師会の会員が分担して担当しています。内科系、耳鼻科、眼科の医師が配属されており、春の一斉健診、学校保健委員会への参加など、校長先生、養護の先生たちと密な連絡をとり、学校保健の向上に努力しています。また、学校の先生方の健康管理もしています。

### 介護保険

習志野市医師会は、介護保険制度を実施するに当たって様々な面で、全面的にバップアップしています。

### 母子保健健診

● 妊婦健診 …… 千葉県からの委託で、産婦人科医院において、妊婦健診を受けることができます。

● 乳幼児健診 …… 小児科医や内科医はお子さんたちの健やかな成育にお役立て出来るように、県や市の健診事業に参加しています。



### 予防接種

予防接種は大切なお子様を病気から守ってくれますので、忘れずに計画的に接種しましょう。

### 救急診療

● 休日当番医 …… 日・祝日、年末年始(午前9時より午後5時まで) / テレホンサービス **TEL** 452-9900

● 夜間 …… 習志野市急病診療所(午後8時より午後11時まで) **TEL** 451-4205 / テレホンサービス **TEL** 452-9900

● 二次救急医療 …… 入院・検査などが必要な重症な人の診察 夜間毎日、日・祝日、年末年始の昼間、(病院輪番制) 土曜日午後に市内の病院が交代で内科及び外科を担当



### 市民の健康フェア

公衆衛生の一環として習志野市と共に「健康フェア」を開催しています。

### その他の活動

病後児保育室「キッズケアルームなでしこ」を市の委託事業で行っています。

※詳しくは「キッズケアルームなでしこ」**TEL** 473-7872または市の子育てサービス課にお問合せください。

病後児保育室「ケアルームつくしんば」を市の委託事業で行っています。

※詳しくは「ケアルームつくしんば」**TEL** 471-0844または市の子育てサービス課にお問合せください。

公益社団法人 習志野市医師会

〒275-0014 千葉県習志野市鷺沼1-2-1 **TEL** 452-6766 **FAX** 452-6010

## 習志野市医師会 病院・医院リスト

(令和7年7月1日現在)

名称	電話番号	所在地
青木眼科	475-1069	大久保1-29-15
赤松眼科医院	453-3651	袖ヶ浦4-17-5
あすか山レディースクリニック	403-1115	津田沼1-11-17-5F
あそう眼科	473-3999	谷津1-14-20
あんどうクリニック	476-1111	実穂4-6-7
井坂眼科医院	474-4811	実穂5-2-12
いちかわ内科クリニック	408-0772	袖ヶ浦3-5-3-7
いばた眼科クリニック	403-5445	津田沼3-23-9-3F
井幡整形外科	473-2233	東習志野6-13-19
大久保クリニック	403-3533	本大久保4-14-10-102
大久保耳鼻咽喉科医院	478-4133	本大久保3-9-2
大久保皮膚科	474-1150	大久保2-2-1
太田医院	452-2417	津田沼4-3-2
尾高内科・胃腸クリニック	477-5525	奏の杜1-12-3-2F
かすみクリニック	453-2266	香澄2-9-9
奏の杜さとう小児科	473-0310	奏の杜1-12-3-2F
奏の杜耳鼻咽喉科	403-2226	奏の杜3-3-17
千葉いびき・無呼吸クリニック		
奏の杜整形外科	411-9511	谷津7-7-1-4F
こいすみクリニック	409-6835	谷津1-15-3-1F
さきたに内科・内視鏡クリニック	470-5155	谷津7-7-1-4F
さくらライフ津田沼クリニック	050-6875-0070	津田沼1-3-11-3F
すずき耳鼻咽喉科	455-4133	泉町3-1-5
高橋クリニック	408-0550	谷津4-8-45
千葉県済生会習志野病院	473-1281	泉町1-1-1
津田沼医院	479-2611	津田沼1-18-45
津田沼駅前クリニック	455-3290	津田沼1-2-8
津田沼こどもクリニック	402-3943	津田沼1-15-31
津田沼ザ・タワークリニック	406-3001	谷津1-15-22-1F
津田沼耳鼻科クリニック	470-3387	谷津7-7-1-4F
津田沼すぎむらクリニック	477-1306	奏の杜1-12-3-2F
津田沼中央総合病院	476-5111	谷津1-9-17
つだぬま頭痛・脳神経外科クリニック	476-2211	谷津7-7-1-1F
津田沼南クリニック	476-0078	奏の杜3-3-15
てらお眼科	472-4122	東習志野2-7-8
東京湾岸リハビリテーション病院	453-9000	谷津4-1-1
徳山内科医院	453-3515	津田沼7-16-19
豊崎循環器内科クリニック	470-3330	大久保1-23-8-1F

名称	電話番号	所在地
中嶋医院	476-3651	谷津5-5-9
習志野クリニック	452-9542	袖ヶ浦4-17-3
習志野第一病院	454-1511	津田沼5-5-25
ハートクリニック村山	452-2222	鷺沼3-20-8
ひらの医院	403-7111	本大久保1-5-7
ひらのメディカルクリニック	409-7800	谷津3-1-12
ファミール産院つだぬま	489-5550	奏の杜3-4-17
ふじさき内科クリニック	479-2241	藤崎3-25-13
古川医院	475-2976	大久保2-14-20
ふるもと整形外科	455-6336	大久保4-9-11
ほしかわクリニック	470-5505	実穂2-15-23
マイ形成外科スキンクリニック	411-4417	奏の杜3-16-10-1F
まえだこどもクリニック	403-1000	大久保2-2-1-2F
蒔田医院	451-4702	秋津4-13-5
蒔田クリニック	403-2070	実穂5-1-7
まきた内科医院	473-1510	谷津5-6-14
真希レディースクリニック	403-1177	津田沼1-2-8
松信ウイメンズクリニック・こどもクリニック	(産)473-1928 (小)407-0123	本大久保3-5-27
三橋眼科医院	452-3026	津田沼5-8-25
三橋病院	472-8121	実穂2-21-1
実穂外科整形外科	472-6311	実穂5-29-1
実穂診療所	472-0431	実穂1-5-2
みんなの皮ふ科・形成外科津田沼	409-3737	谷津7-7-1-4F
村井クリニック	477-6171	花咲1-11-5
メディカルスクエア奏の杜クリニック	406-5001	奏の杜2-1-1
谷津駅前あじさい眼科	453-1114	谷津4-6-19-3F
谷津こどもファミリークリニック	411-6812	谷津4-6-19-2F
谷津総合クリニック	451-8235	谷津3-12-36 2A
谷津干潟こどもアレルギークリニック	405-2206	袖ヶ浦1-12-8
谷津保健病院	451-6000	谷津4-6-16
山川医院	472-1378	大久保4-10-17
悠翔会在宅クリニックみもみ	406-4722	実穂本郷23-8
よこやま内科クリニック	455-7111	泉町3-1-5
吉岡医院	472-8821	藤崎6-15-16
吉川耳鼻咽喉科医院	474-0215	津田沼3-3-4
よしごえクリニック内科・胃腸科	403-3866	津田沼3-23-9
わかさクリニック津田沼	406-5151	津田沼1-4-34-4F
渡瀬耳鼻咽喉科医院	473-1133	実穂5-2-12



# 習志野市 医療ガイドマップ



内科・胃腸内科・小児科  
Narashino Clinic

## 習志野クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	/	●	●	●	/
15:00~18:30	●	●	/	●	●	/	/

●予防接種(要予約)

習志野市袖ヶ浦4-17-3

**TEL 047-452-9542**

<https://www.narashino-clinic.com/>

白内障日帰り手術  
加齢黄斑変性症治療

## 赤松眼科医院

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~11:30	●	●	●	/	●	●	/
14:30~17:30	▲	●	●	/	●	/	/

▲(月)午後手術日に付 要問い合わせ

習志野市袖ヶ浦4-17-5

**TEL 047-453-3651**

## いつも違う頭痛

Health Advice

今までに経験したことのないような激しい頭痛で嘔気、嘔吐を伴う場合は、くも膜下出血の可能性があります。即刻、専門の医療機関での受診が必要です。また、高熱や麻痺を伴ったり、呂律困難となった場合も、直ちに医療機関に相談してください。一瞬のためらいが手遅れをもたらす可能性があります。



診療科目 整形外科・リハビリテーション科  
リウマチ科・小児整形外科



**北原整形外科**

KITAHARA ORTHOPEDIC & SPORTS CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~12:30	●	●	●	-	●	●	-
15:00~18:00	●	●	●	-	●	-	-
18:30~19:30	●	-	●	-	●	-	-

受付は診療1時間前まで **TEL 047-471-1212**

診察・リハビリ要予約

〒275-0012

千葉県習志野市本大久保3-9-24

予約専用ダイヤル (診療時間内対応)

**TEL 047-471-1213**

Medical note



気持ちよく  
眠りにつくために



## 1 寝る前に リラックスタイムをもとう

お風呂は、ぬるめのお湯にゆっくりと入って。寝つきの悪い人は、軽い読書やマッサージ、音楽を聴いたり、神経を鎮める香りを利用するなど、「お休みの儀式」を自分なりに工夫してみましょう。



## 2 寝る前には刺激を避ける

寝る前には、頭や体を興奮させる刺激を避けましょう。熱いお風呂も、食事もできるだけ早めにすませましょう。夕食後に仕事や趣味に没頭することも、心身ともに活動的な状態にして眠りにくくさせます。覚醒作用のあるコーヒーやお茶は寝る前の3~4時間前から、また、たばこも控えましょう。



## 病院・医院 全図



### 3 眠くなってから床につく

「眠らなければ」と意気込むと、かえって頭が冴えて寝つきを悪くしてしまいます。眠れないときはいったん布団を出でリラックスし、眠くなってからもう一度床につくようにしましょう。



### 4 寝酒は不眠の元

寝酒は睡眠薬代わりにはなりません。少量なら麻酔作用で眠りやすくなりますが、短時間で作用が切れ、目が覚めてしまうことも。慣れると量が増えて精神的・身体的問題が起ります。また、飲みすぎると翌朝に疲れが残るかもしれません。



このページは有料広告ページです

この地図の著作権にあたっては、ジオテクノロジーズ  
株式会社の地図データベースを使用しました。  
© 2025 GeoTechnologies, Inc.

医療法人社団 翠恵会  
**ふじさき 内科クリニック**  
内科・消化器内科・内視鏡内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
15:00~18:00	●	●	●	●	●	●	●

大腸内視鏡検査お気軽にご相談下さい

習志野市藤崎 3-25-13  
**047-479-2241**   
<https://www.fujisaki-naika.com>

### いばた整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●	●
午後 3:00~ 6:00	●	●	●	●	●	●	●	●

日曜の診療は午前 10:00~12:00です。

ロイヤルホームセンター隣 **日曜診療**  
**047-473-2233**

古川医院  
Furukawa Clinic

内科・胃腸内科(消化器・肝臓)

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:15 ~	▲	▲	▲	▲	▲	▲
9:00 ~ 12:00	○	○	○	○	○	○
15:00 ~ 18:00	○	—	○	—	○	—

○通常診療 ▲検査(予約) 一休診  
※午後の診療受付は 14:30 ~  
午後休診(火・木・土) 休診日(日曜・祝日)  
**TEL 047-475-2976**  
習志野市大久保 2-14-20  
<https://www.furukawyclinic.com>

ふるもと整形外科  
FURUMOTO Orthopaedic Clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 8:30~12:00	○	○	休	○	○	○	休	休
午後 14:45~18:30	○	○	○	○	○	○	休	休

大久保4-9-11 **047-455-6336**

医療法人社団 和康会  
**ほしかわクリニック**

内科・消化器内科・循環器内科・呼吸器内科・精神科  
【習志野市特定健康診査・予防接種】

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	○	○	○	/	○	○	/
14:30~17:00	○	○	○	/	○	/	/

休診日:木・日曜日、土曜午後  
**TEL.047-470-5505**  
**FAX.047-470-5507**  
習志野市実穂2-15-23 P 8台あり

医療法人社団 惠心会

内科・小児科・在宅診療 志村医院

訪問看護 kei ナースステーション  
千葉県船橋市三山 8-1-2

診療所: **047-472-7166**

訪問看護: **047-472-7188**

内科・消化器内科・外科・肛門外科  
医療法人社団 桜景会  
**及川医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	/	○	○
16:00~18:00	○	○	○	/	○	/

休診日:木・日・祝  
**TEL 047-473-3625**  
<https://oikawa-iin.com>

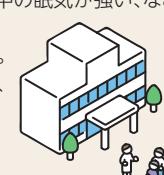
内科・消化器内科・外科  
**ならしの内科外科**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	/	●	●	/
14:45~17:30	●	●	●	/	●	/	/

休診日 木曜・土曜午後・日曜・祝日  
〒274-0072 千葉県船橋市三山2-1-11  
**TEL 047-403-8400**

### 5 どうしても眠れないときには医師に相談を

寝つけない日が続く、熟睡感がない、朝起きられない、十分眠っても日中の眠気が強い、などの症状があるときは、早めに医師に相談してください。うつ病などの心の病気や、激しいいびき、睡眠時無呼吸症候群などの可能性もあります。





# 習志野市 医療ガイドマップ



**医療法人社団鐘韻会 内科・小児科  
まきた内科医院**



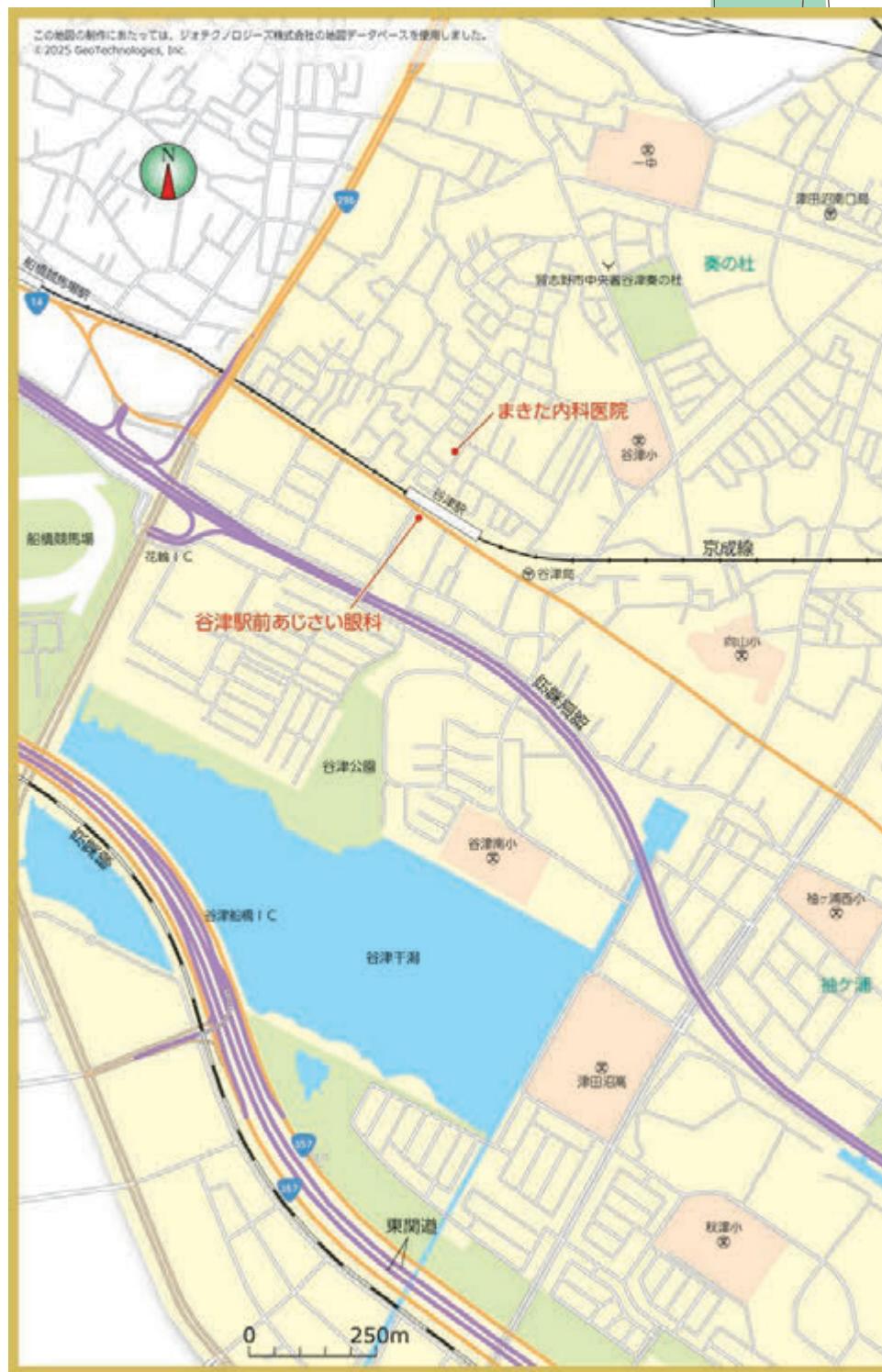




院長 藤田隆二 外観  
待合室 キッズスペース

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	/	●	●	/
15:00~18:30	●	●	●	/	●	/	/

**地域医療にコミットする**  
**047-473-1510**  
 谷津駅北口徒歩1分 谷津5-6-14  
<https://www.makitanaihaiin.com>



**谷津干潟  
こどもアレルギークリニック**



診療時間 月 火 水 木 金 土 日  
 09:00-12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ※  
 14:00-15:00 ★ ★ / ★ ★ ★ ※  
 15:00-18:00 ○ ○ / ○ ○ ▲ ▲  
 休診日：祝日・日曜不定  
 ※…不定休 ★…乳幼児健診・予防接種  
 ▲…15:00-16:00 (日曜日は不定)

**Tel.047-405-2206**  
<https://yatsuhigata-kodomo-allergy.clinic>  
 〒275-0026 習志野市谷津 7-7-1ロハル津田沼 A館 4F

**正しい薬の使い方  
水や白湯と一緒に飲む**

Medicine advice



- コップ一杯の水か白湯(ぬるま湯)で飲む。薬の成分が水で薄められ、粘膜への刺激を少なくします。
- お茶、ジュースなどほかの飲み物を水代わりにする人もいますが、薬の作用が抑えられたり、逆に効きすぎたり、副作用の危険が高まる場合があるのでやめましょう。アルコールで飲むことは必ず避けましょう。

**医療法人社団 もとい会  
谷津駅前  
あじさい眼科**



受付時間 月 火 水 木 金 土  
 9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○  
 15:00~17:00 ○ × ○ × ○ ×  
 ・休診日：日曜・祝日

谷津4-6-19 日本調剤谷津ビル3F  
**047-453-1114**

**さいとう皮膚科  
クリニック**

皮膚科・アレルギー科・形成外科  
 習志野市津田沼 3-23-9 津田沼 JSビル 2F  
**TEL 047-478-1112**

契約駐車場・順番予約システムあり  
 くわしくはホームページへ  
[さいとう皮膚科クリニック 津田沼](http://www.saitou-dermatology.com) 検索

**いばた眼科クリニック**

診療受付時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00 ~ 11:30	○	○	○		○	○	休診
14:30 ~ 17:30	○	○	○		○	○	休診

習志野市津田沼 3-23-9  
 津田沼 JS ビル 3 階  
**047-403-5445**

## 病院・医院 津田沼・谷津①

このページは有料広告ページです





社会医療法人社団 菊田会

### 習志野第一病院



整形外科・外科・消化器科・乳腺外科・リウマチ科・内科・耳鼻咽喉科・神経科・形成外科・美容外科・脳神経外科・皮膚科・気管食道科・リハビリテーション科・麻酔科(三橋 稔)・アレルギー科・循環器科・こう門科・放射線科・歯科・歯科口腔外科・小児歯科・消化器内科・胃腸科・婦人科

**TEL 047-454-1511(代)**  
 〒275-0016 習志野市津田沼5-5-25  
 (京成津田沼駅南口から徒歩3分)

関連施設:  
 痊しの家(サービス付高齢者住宅)  
<http://www.naraichi.or.jp>

JR津田沼駅南口より 徒歩3分

### Loharu TSUDANUMA A館4F

## 津田沼耳鼻科クリニック みみ・はな・のど



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	/
14:30~18:30	●	●	/	●	●	/	/

休診日:水曜午後・土曜午後・日曜・祝日  
 習志野市谷津7-7-1 TEL 047-470-3387

詳しくはホームページをご覧下さい。  
[津田沼耳鼻科クリニック](http://www.tsudanuma-ear-nose-throat.com)

**あすか山  
レディースクリニック**



診療時間 月 火 水 木 金 土 日・祝  
 9:00~12:00 ○ ○ - ○ ○ ● -  
 14:00~17:00 ○ ○ - ○ ○ - -  
 休診 水曜・土曜午後・日曜・祝日 ● … 9:00~13:00

TEL 047-403-1115

最寄駅 JR津田沼駅より徒歩2分

住所 〒275-0016 習志野市津田沼1-11-17 松栄ビル式号館5F



**医療法人社団  
太田医院 内科・小児科**

診療時間のご案内

曜日	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30~12:00	○	○	○	/	○	○	/
14:00~17:00	○	○	/	/	○	/	/

※受付は診療終了時間の30分前までにお願いします。

**047-452-2417**

習志野市津田沼4-3-2  
<http://otaini.chobi.net/>

**袖ヶ浦団地ショッピングセンター内の  
いちかわクリニック 内科・整形外科**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	内科	×	内科	内科	内科	内科	整形外科(毎月1・3・5・7・9・11月) 内科(毎月2・4・6・8・10・12月)
14:00~16:30	内科	×	内科	内科	内科	内科	整形外科(毎月1・3・5・7・9・11月) 内科(毎月2・4・6・8・10・12月)

休診日:火曜・土曜・日曜・祝日  
 各種検査・予防接種も予約にて受け付けております。

**047-408-0772**

習志野市袖ヶ浦3-5-3-7 袖ヶ浦団地ショッピングセンター内



# 習志野市 医療ガイドマップ



医療法人社団 優樹会



## 深沢医院

内科 / 小児科 / 循環器内科 / 呼吸器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
15:00~18:00	●	●	●	●	●	●	●

休診日：木曜・土曜午後・日曜・祝日



- 訪問診療
- オンライン診療

JR 津田沼駅  
徒歩3分

船橋市前原西 2-8-3

047-472-3069

深沢医院 津田沼



医療法人社団 耳鼻咽喉科クリニック  
奏の杜 千葉いびき・無呼吸クリニック  
耳鼻咽喉科 / 小児耳鼻咽喉科 / アレルギー科 / いびき・睡眠時無呼吸

Kanade ENT Clinic

**津田沼駅南口**から徒歩8分

耳鼻咽喉科 小児耳鼻咽喉科 アレルギー科 いびき 睡眠時無呼吸症候群

QRコード ☎ 047-403-2226 習志野市奏の杜 3-3-17

診療時間 月 大 中 午 普 晩 土  
午前 9:00 ~ 12:30 ● ● ● ● ● ●  
午後 14:30 ~ 18:00 ● ● ● ● ● ●

ご予約はお電話又は来院時より窓口にて承ります。  
診療時間15時前より窓口にて開始いたします。

**津田沼駅北口**から徒歩3分

耳鼻咽喉科 小児耳鼻咽喉科 アレルギー科

QRコード ☎ 047-455-8733 船橋市前原西2-19-1津田沼ピート4階



## (医)亘樹会 奏の杜 さめじま眼科

時 間	月	火	水	木	金	土
午前 10:00~12:30	●	●	/	●	●	●
午後 3:00~6:00	●	●	/	●	●	●

■休診日…水曜日、日曜日、祝日

習志野市谷津7-7-1 Loharu津田沼1F

☎ 047-409-3729

<https://kanadenomori-ganka.com/>

Health Advice

### 心と体のリラクゼーション法 アロマセラピーを利用してみよう

アロマセラピーとは、植物の精油で、主にその香りをかぐことで健康に導くというもの。自分の好きな香りの精油をベースオイルで薄めてマッサージしたり、アロマポットに数滴垂らし、温めて香りを楽しみましょう。



## 病院・医院 津田沼・谷津②

このページは有料広告ページです



Health  
Advice

### 心と体のリラクゼーション法 ～リラックス呼吸法～

簡単な呼吸法で、体の緊張をほぐしてみましょう。

口を軽く開けて、ハアーとため息をついてください。苦しくならない程度に長く息を吐いたら、少し息を止めて休みます。息を吸うのは自然に任せ、吸ったら、またハアーと吐いて休む、というのを繰り返します。吐く息に集中するのがポイント。気分が落ち着くまで何回でもやってみましょう。



市外局番 047 です

### 医療法人社団 愛友会 津田沼中央総合病院

内科・循環器科・消化器科・外科・整形外科  
脳神経外科・血管外科・形成外科・小児科  
皮膚科・泌尿器科・眼科・婦人科・放射線科  
病理診断科・リハビリテーション科

人間ドック(要予約)、習志野市がん検診、健康診断  
人工透析(送迎サービス有)

	受付時間	診療時間	月	火	水	木	金	土
午前	8:15~12:00	9:00~	●	●	●	●	●	●
午後	12:30~17:00	14:00~	●	●	●	●	●	—

■休診日：土曜午後・日曜・祝日  
(但し急患の方は診療致します)

<https://www.tcgh.jp/>

習志野市谷津1-9-17



TEL 047-476-5111

### 医療法人社団 愛友会 津田沼中央総合病院附属 津田沼ザ・タワークリニック

○内科 ○循環器内科 ○呼吸器内科  
○脳神経外科 ○消化器内科  
○市民健診 ○予防接種

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:50~12:00	●	●	●	●	●	●	—
13:50~17:00	●	●	●	●	●	●	—

休診日：土曜午後・日曜・祝日

習志野市谷津1-15-22 津田沼ザ・タワー1階

047-406-3001



### 正しい薬の使い方 薬をもらうとき



- 病状、アレルギーの有無、妊娠の有無を伝える。
- ほかに飲んでいる薬があれば伝える。
- 薬の飲み合わせ(相互作用)によって、副作用が出る場合があります。漢方薬も含めて2種類以上の薬を使用するときは、自己判断せず、必ず医師や薬剤師に相談しましょう。

### 医療法人社団 清記会 津田沼ヒフ科

日曜日も診療 JR津田沼駅北口2分

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	休	●	●	休	●	●	14:00~14:00
15:00~18:30	休	●	●	休	●	●	14:00~14:00

船橋市前原西2-19-1 津田沼ビート4階

047-473-3323





# 習志野市歯科医師会

## 習志野市歯科医師会よりご挨拶

一般社団法人 習志野市歯科医師会 会長 向井 健介

### ～ 口は元気の源です～

私たち習志野市歯科医師会会員は習志野市民のお口の健康に関しまして、お役に立てるこことを目標に会務や診療を遂行しています。(会員数 100名、診療所数79、病院数 2)

会務をいたしまして習志野市行政や教育委員会等と連携し下記のような事業を行っています。

また習志野市歯科医師会独自の研修の他、日本歯科医師会や千葉県歯科医師会の協力において会員の研修や教育に参加しています。

## 歯科保健事業・歯科健診

### ● 休日急病歯科診療所

祝日・年末年始 午前9時から正午

TEL 047-451-4100(診療時間内)

### ● 在宅訪問歯科診療

通院困難であり在宅で診療可能な方

### ● 学校歯科健診

市内保育所、こども園、幼稚園、小・中・高校、あじさい療育支援センター

### ● フッ化物洗口事業

市内小中学校(全校)

小学校16 中学校7



### ● ならしの歯科健診

妊婦、20、30、40、50、60、65、70、80歳の方の問診、口腔内診査、歯周病検査、口腔機能チェック及び歯科健康指導

### ● 摂食研修

あじさい療育支援センター

### ● 1歳6か月児・3歳児歯科健康診査

### ● 高齢者によい歯のコンクール

### ● 健歯児童生徒審査、表彰

### ● むし歯予防図画ポスター審査、表彰

### ● めざせ8020!

歯と口の健康づくり標語コンクール審査、表彰

### ● 歯科健康相談、歯科健康教育

### ● 健康フェア

### ● メールマガジンの作成、配信

### ● 市民向けホームページの作成、公開

### ● 介護認定審査会への協力

### ● 企業歯科健診

### ● 市民まつり救護所協力



詳しくは習志野市歯科医師会ホームページ (<https://narashino.cda.or.jp/>) をご覧ください。

習志野市歯科医師会  
HPはこちらから



口は元気の源ですメールマガジン  
(申込み)専用ページから登録



一般社団法人 習志野市歯科医師会

〒275-0014 千葉県習志野市鷺沼1-2-1 TEL 453-5655 FAX 451-4000

## 習志野市歯科医師会 歯科医院リスト

(令和7年6月30日現在)

地域	名称	電話番号	所在地	地域	名称	電話番号	所在地
谷津・谷津町・奏の杜	新津田沼歯科クリニック 奏の杜	477-7071	奏の杜1-3-1	鷺沼・鷺沼台・藤崎	清水歯科クリニック	452-1118	鷺沼2-9-39
	アーブル歯科クリニック	405-2012	奏の杜1-12-3 MFビル2F		杉山歯科医院	454-2042	鷺沼5-6-12
	津田沼Y's歯科クリニック	456-8678	奏の杜1-12-11 sonata 1F		ながの歯科	407-0864	藤崎2-13-33 101
	奏の杜デンタルクリニック	403-0018	奏の杜2-1-1 奏の杜フォルテ2F		わかまつ歯科医院	411-4655	藤崎4-1-38
	もりざわ歯科・矯正歯科	474-1180	奏の杜3-3-1 デイナモ・ボア1F		ホワイトファミリー歯科	403-8041	藤崎4-3-11
	タエ小児歯科クリニック	478-2726	奏の杜3-16-10		柳町歯科医院	472-8728	藤崎6-1-2
	林歯科医院	472-2811	谷津1-10-11		伊藤歯科医院	478-7707	藤崎6-16-11 結城第2マンション101
	福井矯正歯科	479-2234	谷津1-13-15 2F		細矢歯科診療所	479-1811	藤崎6-19-21
	アルト歯科奏の杜	406-4050	谷津1-17-24 2F		千葉県済生会習志野病院 歯科口腔外科	473-1281	泉町1-1-1
	コスマス歯科クリニック	471-2788	谷津1-17-28		向井歯科医院	403-0648	泉町3-1-5 ファーストエイド24 習志野ビル3F
	砂川歯科袖ヶ浦医院	453-6611	谷津2-3-1		シエルデンタルクリニック	407-0707	大久保1-15-11
	栗原歯科医院	452-5991	谷津2-23-13		ばんない歯科	478-6480	大久保1-18-12 1F
	岸田歯科医院	453-3789	谷津4-3-14		カノンデンタルクリニック	403-3304	大久保1-23-1 雷門ビル2F
	谷津駅前えみ歯科医院	454-1182	谷津4-4-24-101		すずき歯科医院	471-1777	大久保1-26-25
	もり歯科クリニック	455-1182	谷津4-6-19 3F-D2		キヅキ歯科医院	476-4088	大久保1-27-35
	高山ビーバー歯科	477-0220	谷津5-10-6		メープルデンタルクリニック 大久保	405-9195	大久保1-28-7 1F
	ポプラ歯科クリニック	403-5518	谷津5-27-15 三山マンション1F		湯浅歯科医院	472-1055	大久保1-29-17
	津田沼カナデル歯科	411-7118	谷津7-7-1 Loharu津田沼1F		大久保歯科クリニック	478-8800	大久保4-12-29
	マモル歯科医院	472-8141	谷津7-12-1		中川歯科医院	473-4818	花咲1-1-2
秋津 茜浜・香澄・芝園・袖ヶ浦	メルクス歯科医院	451-1182	茜浜2-2-1 ミスター・マックス新習志野2F		村井歯科医院	472-4618	花咲1-11-5
	阿部歯科クリニック	451-8788	秋津4-1-10		まさき歯科医院	476-6480	本大久保1-15-15
	わたなべ歯科医院	451-2654	香澄6-16-1		ムネユキ歯科	493-3903	本大久保3-8-24
	たけだ歯科医院	451-1180	袖ヶ浦1-19-10		橋本歯科医院	475-5258	本大久保4-14-10
	習志野歯科診療所	454-0727	袖ヶ浦2-5-4		小山歯科医院	477-2378	屋敷4-2-2
	しかのデンタルクリニック	454-8211	袖ヶ浦4-4-11		山川歯科医院	473-3603	新栄1-3-5
	吉澤歯科医院	452-1521	袖ヶ浦4-13-14		板谷歯科医院	493-1848	東習志野1-10-7
	山崎歯科クリニック	451-1357	袖ヶ浦4-20-6		中山歯科クリニック	474-0550	東習志野3-1-22 広瀬ビル2F
津田沼	SAKUデンタルクリニック	477-0608	津田沼1-2-13 OKビル4F		ほほえみ会 スマイルデンタルクリニック	455-7530	東習志野8-10-10
	大森歯科	473-5717	津田沼1-2-16 堀越ビル6F		久保歯科医院	472-0433	実糀3-2-1
	新津田沼歯科クリニック	478-8841	津田沼1-10-40 3F		すがた歯科クリニック	411-5272	実糀3-3-3
	高山歯科	476-5515	津田沼1-10-41 津田沼十番街ビル3F		こあら歯科	470-8241	実糀4-1-6 バードピア実糀1F
	津田沼すずき矯正歯科	493-4334	津田沼1-10-48 八洲屋總業ビル3F		小松歯科医院	478-8880	実糀4-5-6 大関写真館ビル2F
	津田沼プラン歯科・矯正歯科	455-3443	津田沼1-11-20 3F		安喰歯科医院	477-7059	実糀5-4-19 森商ビル2F
	つだぬまオリーブ歯科クリニック	470-0118	津田沼1-13-24 1F		コウノ歯科医院	477-8500	実糀5-8-6 リブポート習志野1F
	齊藤歯科医院	476-8817	津田沼1-16-3		実糀歯科	478-4976	実糀5-13-7
	ファイン歯科クリニック	478-8710	津田沼2-1-9				
	戸田歯科医院	472-2349	津田沼2-5-10 森田ビル1F				
	大木歯科クリニック	477-8100	津田沼3-22-4				
	つだぬま矯正歯科	452-0711	津田沼4-11-4 1F-A				
	習志野第一病院 歯科口腔外科	454-1511	津田沼5-5-25				
	鈴木歯科医院	451-1222	津田沼5-11-13 ブランドール1F				
	村山歯科医院	451-2631	津田沼5-12-12 サンロード4F				
	徳山歯科医院	451-4618	津田沼7-16-19				



# 習志野市 医療ガイドマップ



## 歯周病のかかり始めを見逃さない!

歯周病は自覚症状が少ないだけに、早期発見が大切です。自覚症状があれば早めに歯医者に行き、歯垢や歯石を除去してもらいましょう。そのときに正しいブラッシング方法の指導を受け、半年に一度か年に一度の割合で、定期的にチェックしてもらうといいでしょう。

Dental Advice



歯科 歯科口腔外科 小児歯科 矯正歯科

 **わたなべ歯科医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:00	○	○	○	/	○	○	/
15:00～18:00	○	○	○	/	○	★	/

★…14:00～17:00

習志野市香澄 6-16-1

**TEL 047-451-2654**

<https://www.watanabedent.jp>



歯科・歯科口腔外科・矯正歯科

**杉山歯科医院**

診療時間：9:00～13:00 14:00～18:00  
(予約制)  
土午後、日、祝日 休診

**TEL 047-454-2042**

習志野市鷺沼5-6-12 P有り

Dental Advice



しっかり噛む、  
禁煙する

食べ物をよく噛むことも大切です。よく噛んで食べると歯の細菌は落とされ、唾液がたくさん出て食べカスも洗い流されるという自浄作用が働く他、歯とあごの骨も丈夫になるからです。やわらかいものばかりでなく、固いものもしっかり噛んで食べましょう。また喫煙も歯周病を悪化させる要素なので注意が必要です。



 医療法人社団ミューズガーデン  
**みやま歯科医院**

**TEL.047-404-0648**

〒274-0072 船橋市三山2-43-9

●休診日 日曜・水曜・祝日

診療時間(予約制)	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:30	○	○	/	○	○		
14:30～18:00	○	○	○	○	△		

△:土曜午後は15:00～18:00の診療です  
※矯正治療のみ月3回、詳しくはホームページをご覧くださいか、お電話でお問い合わせ下さい。

[みやま歯科医院](http://www.miyama-dental.jp)



歯科・矯正歯科・小児歯科・歯科口腔外科  
**OMORI DENTAL CLINIC 大森歯科**

急救随時受付 **(047) 473-5717**

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30～12:30	●	●	●	×	●	●	×
15:00～19:00	●	●	●	×	●	▲	×

休診日：木曜・日曜・祝日  
▲14:00～16:30

**JR津田沼駅北口駅前**  
習志野市津田沼1-2-16 ほりこシビル6F



歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科  
**林歯科医院**

診療時間

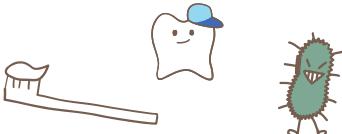
月	火	水	木	金	土	日祝	
9:00～13:00	○	○	○	/	○	○	/
15:00～18:00	○	○	○	/	○	○	/

**TEL. 047-472-2811**

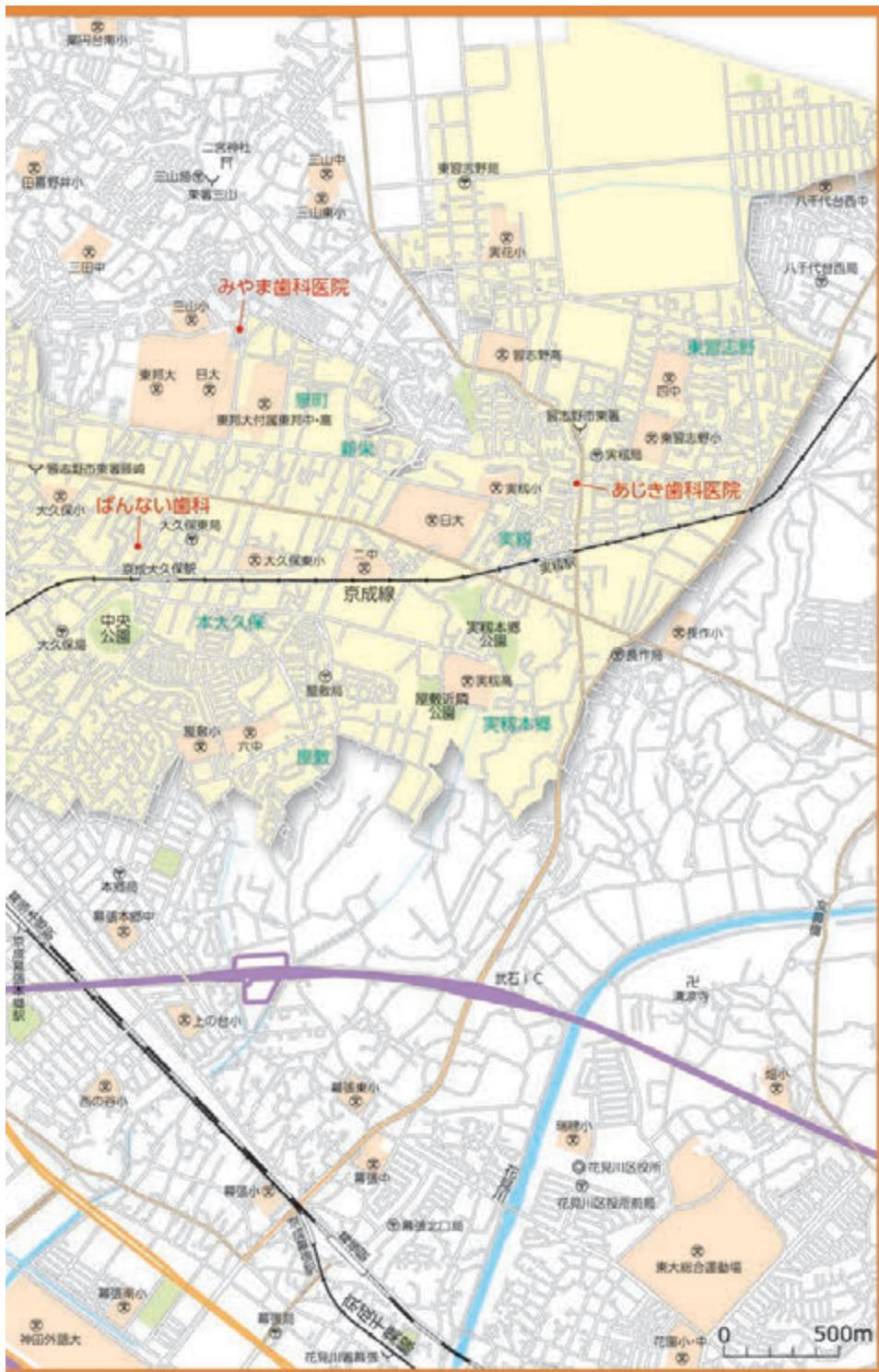
谷津1-10-11  
津田沼中央総合病院となり



# 歯科医院 全図

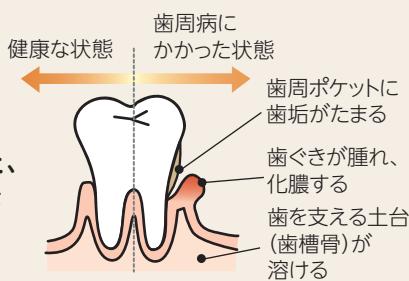


このページは有料広告ページです



## 歯周病とは？

歯周病は日頃の予防と、早期発見・早期治療が肝心です。



## 歯をなくす大きな原因は歯周病

- ▶歯に食べ物のカスが残っていると菌が繁殖して歯垢(プラーク)や歯石となり、歯周病菌の温床となる。
- ▶歯周病菌が原因で歯肉が腫れると、歯と歯ぐきの間に隙間(歯周ポケット)ができる、そこにさらにプラークが入り込んで歯肉が化膿する。
- ▶悪化すると歯を支える骨(歯槽骨)が溶けて歯がグラつくようになり、最後には歯が抜けてしまう。

Dental Advice

医療・生活ガイド

## 白い歯 きれいな歯になりませんか？ 津田沼Y's歯科クリニック



TSUDANUMA Y'S DENTAL CLINIC KANADENOMONRI

津田沼駅徒歩7分 24時間  
047-456-8678 Web予約

歯科・小児歯科・歯科口腔外科・矯正歯科  
訪問歯科診療、歯周病予防診療受付  
インプラント治療(自由診療7万円～34万円)  
セラミック治療(自由診療3万円～14万円)  
診療時間／9:30～18:30 水曜のみ9:30～15:30  
休診日／日曜・祝日  
習志野市奏の杜1-12-11sonata 1F

## 福井矯正歯科

移転しました。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	★
午後 2:00～ 7:30	●	●	●	●	●	●	△

△…13:30～19:30 ★…9:00～14:00

休診日 水曜・日曜(月1回診療)・祝日

習志野市谷津 1-13-15

みずびル 2F

TEL.(047)479-2234

JR津田沼駅  
南口から  
徒歩8分

歯科・小児歯科・歯科口腔外科



あじき歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～13:00	●	●	●	—	●	●	—
15:00～18:00	●	●	●	—	●	●	▲—

▲16:30まで 休診日:木曜日・日曜日・祝日  
※祝日のある週の木曜日は午前のみ診療します。

習志野市実町5-4-19 森商ビル2F

047-477-7059

<https://www.ajiki-shika.com/>



HP はこちら

## ばんない歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～13:00	○	○	/	○	○	○	/
14:30～19:00	○	○	/	○	○	○	~17:00

TEL.047-478-6480

大久保1-18-12-1F





# 習志野市薬剤師会

## 習志野市薬剤師会よりご挨拶

一般社団法人 習志野市薬剤師会 会長 武田 未佳

習志野市薬剤師会は、地域医療を担う一員として市民の皆さまの健康増進、公衆衛生、介護、福祉などに協力貢献することを目的に活動しています。(会員薬局45施設、会員数65名)

## 薬剤師会の活動

- 今後向かえる超高齢化社会の中で薬局が地域に溶け込み高齢者、障害者などの生活機能全般の改善などに関わっていくため「在宅支援チーム」をつくり各職種と連携をはかり地域住民のための活動をしていく
- 夜間急病診療所運営業務に参加
- 災害時の医薬品の供給、薬剤師の派遣
- 介護保険制度への協力、介護審査会に参加
- 学校薬剤師として児童、生徒の学習環境、給食設備の衛生環境に携わる
- 「薬の正しい使い方」の普及、講演、薬物乱用防止運動
- 習志野市の子育て応援ステーションとして協力
- 市民まつり、健康フェアなど地域のイベントに積極的に参加し、行政、医師会、歯科医師会などと協力して活動

## 身近な「かかりつけ薬局を持ちましょう」

薬局では皆さんのが飲んでいるお薬を管理しています。複数医療機関受診の薬の重複投与、市販薬、サプリ等の飲み合わせなど「かかりつけ薬局」があれば気軽に相談でき安心です。



## 「お薬手帳」をもちましょう

もし大規模災害がおきたとき、お薬手帳を持っていればいざという時に対応できます。また、受診時医師への情報提供にも役立ちます。



街の薬局は地域の皆さまの身体、  
心の健康に役立つよう日々研鑽を積んでいます。  
街の中のよろず相談所としてご利用下さい。

## 習志野市薬剤師会 薬局・薬店リスト

(令和7年8月1日現在)

名称	電話番号	所在地	名称	電話番号	所在地
AIN薬局習志野店	470-1291	泉町3-1-5	チェリー薬局東習志野店	476-6101	東習志野6-17-4
アガベ習志野薬局	476-9045	大久保3-2-12	つぐみ薬局	470-8320	谷津1-14-2
あけぼの薬局香澄店	408-3650	香澄2-10-25	津田沼ザ・タワー薬局	456-8717	谷津1-15-22
あけぼの薬局奏の杜店	477-5600	奏の杜2-4-26	習志野薬局	472-1273	大久保1-28-2
あけぼの薬局津田沼店	470-1812	奏の杜3-3-13	日本調剤谷津薬局	408-3901	谷津4-6-19
あけぼの薬局習志野店	455-0271	袖ヶ浦4-17-2	ハート調剤薬局習志野店	455-8385	藤崎3-25-13
あけぼの薬局ロハル津田沼店	477-1118	谷津7-7-1 A棟4F402D	ハニー薬局	473-4659	鷺沼台1-8-13
あけぼの薬局ロハル津田沼 2号店	409-2289	谷津7-7-1 B棟1F	パンダ薬局	477-1840	津田沼1-15-2
あゆみ薬局東習志野店	411-4368	東習志野2-7-9	東習志野薬局	475-0205	東習志野5-11-3
イオン薬局津田沼店	455-6032	津田沼1-23-1	ひまわり薬局	403-4193	津田沼3-23-12
いずみ薬局	471-5871	大久保2-14-19 フィオーレ大久保	プラザ薬局習志野	472-3136	大久保3-2-10
オオクボ薬局	475-0006	大久保1-26-18	フラー薬局	471-0015	大久保3-2-11
大武薬局	452-7985	袖ヶ浦5-7-6	マキノ薬局みもみ店	470-5680	実生2-19-34
かずさ薬局	474-4193	実生5-1-7	みずき薬局大久保店	402-3622	本大久保3-9-16 東光ビル102
北谷津薬局	479-1193	谷津5-5-15	三代川薬局	454-1033	袖ヶ浦1-18-11
共創未来津田沼薬局	407-0516	船橋市前原東 1-13-5	めぐみ薬局津田沼店	409-2547	津田沼5-5-26
共創未来習志野薬局	471-2031	大久保3-2-9	桃太郎薬局新やつ店	408-1189	谷津4-6-26
コクミン薬局習志野店	455-1593	津田沼5-14-4 水上ビル101	ヤックストラッグ津田沼薬局	452-6568	袖ヶ浦3-5-3
コクミン薬局習志野南店	408-0593	津田沼5-5-24	谷津薬局	471-0800	谷津1-14-2
コスモス調剤薬局	493-4061	津田沼3-5-4	れんげ薬局	411-9308	袖ヶ浦1-12-8
サンドラッグ津田沼南口薬局	470-3263	奏の杜2-1-1	ローズ薬局	453-4193	谷津4-8-45
スワン薬局津田沼店	456-8441	津田沼6-14-23	和光薬局大久保店	470-2015	大久保1-23-16
大洋薬局津田沼店	453-0761	津田沼5-1-9 レガード津田沼1F			

# リフォームの基礎知識

## リフォームの進め方とポイント

### step 1 具体的な計画をたてる

- ▶ 時期、期間は?
- ▶ 予算は?

リフォームの目的から具体的な計画を立てましょう。この時点での情報収集も大切なポイントです。

### step 2 事業者を決める～契約する

- ▶ 施工業者の事業内容がリフォーム目的と合致しているか?
- ▶ 実績や業務内容を吟味、信頼できる事業者か?
- ▶ 候補を数社選んで同じ条件で見積書を提出してもらい、検討したか?

契約前に疑問点・不安点は徹底的に確認しましょう。見積書・提案書や契約書だけでなく、打ち合わせの際の資料やメモといった書類にはしっかりと目を通し、保管しておきましょう。

### step 3 着工

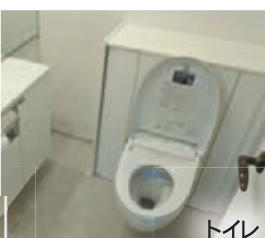
- ▶ 工事に向けての準備や近隣への周知は大丈夫か?
- ▶ 工程表に基づいて進んでいるか?
- ▶ 変更・追加などが発生していないか?

定期的に施工業者から報告・連絡を受けるようにしましょう。また、不安がある場合は施工業者の担当者を通じて確認するようにしましょう。

### step 4 着工後

- ▶ 事業者立ち会いの下、確認をし説明を受けたか?
- ▶ 今後のメンテナンスや保証先を確認したか?

## おうちのこと お気軽に ご相談ください



- トータルリフォーム
- 賃貸原状回復工事
- 屋根・外壁工事
- 小さな修繕工事～リノベーション工事まで

船橋市、習志野市のリフォームのことなら



株式会社 TRUST ONE (トラストワン)

ちょっと気になるなあ…って事でもお気軽にご相談下さい。  
もちろんお見積りも無料です。

ホームページは  
こちら↓

習志野市津田沼 7-18-7  
**TEL 047-408-1603**  
URL: <http://trust-o.com>



## とする生活空間 リフォーム全般お任せ下さい 地元の皆さん必見です！

習志野市市民ハンドブック  
特別割引き 30万円以上で **5% OFF**

初回訪問時に「習志野市市民ハンドブックを見た」と一言 → 施工料を割引いたします  
※他割引サービスとの併用はできません。

HPはこちら



＼土日も営業中 !! /

小さな工事でもお気軽にお声かけてください！お見積り無料でいたします。



# 創建プランニング(株)

■千葉県知事許可(般-7)第49873号 一級建築士事務所 第1-2502-7988号

船橋市西船 4-31-20 **TEL.047-495-5454**

【営業時間】9:00～18:00 【定休日】火曜日・水曜日(第4水曜日を除く)

このページは有料広告ページです

株式会社サイネックスによる編集記事ページです



## 株式会社 祈ホーム 見積無料補助金対応!!

○総合リフォーム工事  
○店舗リフォーム工事  
○原状回復工事  
○助成金補助金各種保険工事



習志野市藤崎 4-21-27-101  
お問い合わせ: 090-9300-4210 E-mail: kanazawa.inorihome@gmail.com



### お気軽に お問い合わせください

MADO SHOP  
習志野マラソン道路店  
株式会社 総和  
〒275-0001 千葉県習志野市東習志野6-1-13  
TEL 047-478-4591 FAX 047-478-4590  
【営業時間】08:30~17:00  
【定休日】土曜日・日曜日・祝日・年末年始・夏期休業

新築注文住宅・増築・リフォーム・工事全般  
千葉県知事許可(般-2)第9573号

 株式会社 神谷工務店  
KAMIYA KOUMUTEN CO.,LTD.  
〒275-0001 習志野市東習志野4-8-20 TEL 047(472)1427



新築分譲住宅・不動産売買・仲介・賃貸・管理  
(一社)千葉県宅地建物取引業協会 (公社)全国宅地建物取引業保証協会  
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟  
千葉県知事(10)第8824号

 カミヤホーム  
〒275-0002 習志野市実駒4-23-5 TEL 047(471)1529  
E-mail: info@kamiyahome.co.jp <https://www.kamiyahome.co.jp>

## 住まいのリフォーム・塗装・解体

リフォーム・木材販売加工 習志野市指定工事店

# (株)丸山建設部

住まいのことなら、何でもご相談ください。

地域密着創業 85 年 一級建築士事務所 千葉県知事許可(般-6)第42055号

リフォーム	塗装	屋根	解体
外構	キッチン	浴室	トイレ
洗面所	建具(サッシ)	ガラス	見積無料

習志野市新栄2-4-23 TEL 047-472-1106

屋根に関わる工事はおまかせください

 丸治瓦店

屋根の葺き替え	屋根リフォーム
雨漏り修理	全日本瓦工事業連盟 1級かわらぶき技能士 ドローンでの屋根撮影
	

047-475-8525  
習志野市新栄1-8-2  
<https://maruzi-kawara.com>

“住まいづくりの  
安心パートナー”



新築・増改築・リフォーム・設計・施工  
 藤建株式会社  
本社 習志野市谷津5-40-37  
TEL 047-475-1331 FAX 047-478-9461  
<https://www.touken-home.com>  
茜浜資料センター 習志野市茜浜1-13-7

# 株式会社 谷川建装

塗装工事 足場架設  
リフォーム全般  
防水工事

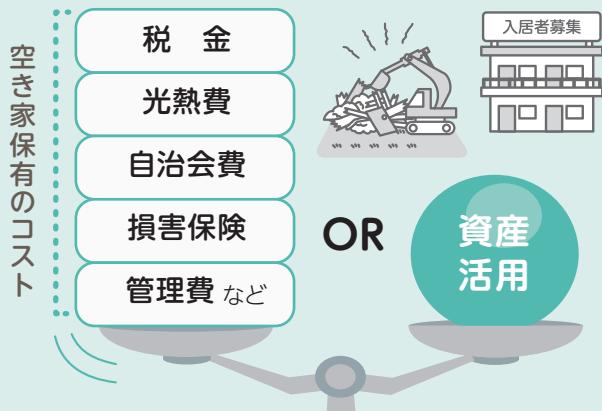


習志野市新栄 1-2-7  
0120-281-282  
<https://www.tanigawa-kensou.com>  
千葉県知事許可(般-4)第44536号

# どうする？空き家対策

## 空き家を活用しましょう

維持・管理にかかる費用と、処置をして資産として活用することのどちらが得か比べてみるのも大切です。



▶ 空き家は保有しているだけで費用がかかります。

## リノベーションで空き家を資産に

リノベーションとは、建築物の改築・増築や、建物の用途変更など、資産価値を高めるための大規模な改造のことです。

所有者が住む 売却する

賃貸にする 解体する

平成26年の空き家実態調査では、空き家となるきっかけは「相続時」が最多となっています。

しかし、相続登記がなされず前所有者の名義になっていることが多いので、現在の登記内容をしっかりと確かめて、後々のトラブルを未然に防ぎましょう。

このページは有料広告ページです

株式会社サイネックスによる編集記事ページです

賃貸マンション・アパート募集管理・土地建物・マンション売買・任意売却  
お部屋探しは

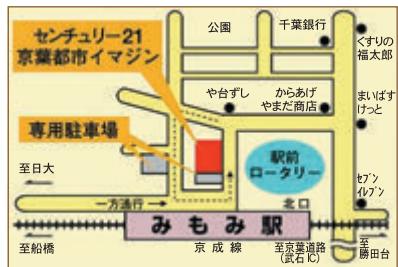
# ディスカウントハウジング(株)

〒275-0016 習志野市津田沼5-12-12  
京成津田沼サンロードビル2階  
**TEL.047-456-8820**  
**FAX.047-456-8821**  
info@discount-housing.co.jp  
千葉県知事免許 (2) 第16850号  
千葉県あんしん賃貸支援団体 第12号  
千葉県あんしん賃貸住宅協力店 第203号



ご自宅の売却等のご相談  
アパート・ご自宅の建築相談  
賃貸物件の募集と管理の相談  
生活困窮者居住の相談  
各種不動産に係るご相談 等  
※生活困窮・任意売却は早めのご相談を！※  
お気軽にご相談ください！

習志野エリアのお部屋探し  
不動産の売却相談は  
CENTURY21 京葉都市イマジンへ



株式会社 京葉都市イマジン

千葉県知事(9)第10308号

習志野市実印 1-2-18  
TEL:047-471-0333  
FAX:047-471-0345  
info@c21imagine.jp



賃貸 お住みかえ 税金 売却 購入 相続  
習志野市の不動産に関する  
ご相談は**三井のリハウス**に  
お任せください。



〈皆様の最寄りの不動産ご相談窓口〉  
**三井のリハウス津田沼センター**

フリーコール  
**0120-993-026**

三井不動産リアルティ株式会社

国土交通大臣(15)第777号 (一社)不動産流通経営協会会員 (一社)不動産協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

現在の価格を知ることができます  
QRコードからアクセス  
※QRコードは株デンソーウェーブの  
登録商標です。



悪徳商法や製品事故にあったら…

## いざというときの消費者相談窓口

悪質商法などの被害にあった、ある製品を使ってけがをしてしまったなど、消費者トラブルで困ったときは、最寄りの消費生活センターまでご相談ください。消費生活センターは、全国約800か所に設置され、すべての市区町村に消費生活相談窓口が設置されています。



### 日本全国のお近くの消費生活相談窓口をご案内

188 消費者ホットライン  
(全国統一番号)

窓口 消費生活センター

土日祝日は、都道府県等の消費生活センター等が開所していない場合、国民生活センターに電話がつながります。

※国民生活センターの相談受付時間は、土曜・日曜・祝日ともに10:00～16:00です。

※国民生活センターでは、相談の内容を正確に把握するため、通話を録音しています。



### お昼の消費生活相談

03-3446-0999

窓口 国民生活センター

国民生活センターでは、各地の消費生活センターの相談窓口が昼休み中の時間を中心に、消費者の方からの消費生活相談を受け付けています。

#### 相談受付時間

平日 11:00～13:00  
(年末年始を除く)



出典元:国民生活センター

# 習志野市を盛り上げる 地元採用企業!!



大募集

スタッフ



## 高橋電設運送株式会社

大切な荷物をお預かりした以上、  
私たちが責任を持ってお届けいたします。

本社 習志野市東習志野 5-16-11  
本社営業所 千葉市花見川区長作町 1302-3  
千葉北営業所 千葉市花見川区宇那谷町 71

TEL 043-258-2809  
FAX 043-306-2875

高橋電設運送

検索



地域社会へ貢献する仲間を募集中



補償

調査

測量



習志野市とともに 53 年

株式会社 横打



最新の採用情報はこちらをご覧ください

〈令和6年11月新社屋竣工〉  
千葉県習志野市茜浜1-2-13  
TEL 047-452-1311  
FAX 047-452-1313  
<https://www.yokouchi.jp>



このページは有料広告ページです

株式会社サイネックスによる編集記事ページです



# 株式会社 興和

～業務内容～

発電設備工事（電気工事除く）、危険物設備工事  
現場管理業務、各種タンク・鉄骨架台設計製作  
重量機器解体撤去・搬入据付

～求人～

経験者優遇、未経験者歓迎！  
誇れる仕事ができるよう成長しながら一緒に働きませんか？

本社：習志野市東習志野8-30-20  
TEL：047-429-8351 FAX：047-429-8352  
<https://tec-kowa.com> HP はこちら → 





「働きたい」が見つかる、「任せたい」が叶う

地域密着の派遣会社として、企業と求職者の  
双方に最適なマッチングをご提供します。  
関東・東海エリアにも拠点があり、  
お客様の幅広いニーズに対応いたします。

**myselfNext**  
株式会社マイセルフネクスト サンロードビル1階  
人材派遣 [派 12-301608] / 有料職業紹介 [12-ユ-301036] / 業務請負

お仕事をお探しの方 / 人材をお探しの企業様

まずはお気軽にご相談ください!!

**047-407-4461**

派遣 / 請負 / 紹介

お問い合わせの際は「習志野市市民ハンドブックを見た」とお伝えいただけとスムーズです。



ホームページ お仕事検索

# 水まわりのトラブル おまかせください！

安心の低価格 地元業者！

お電話にて状況を  
お知らせ下さい。  
迅速に対応  
いたします。



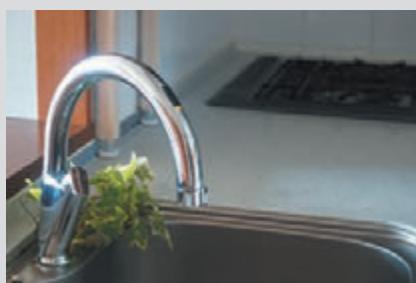
- 上下水道工事全般
- 漏水調査
- トイレつまり
- 水漏れ修理

- 悪臭調査
- 高圧洗浄
- リフォーム工事
- 各種清掃

- 排水のつまり
- 給湯器修理・交換
- ハウスクリーニング



排水のつまり



蛇口の水漏れ



トイレのつまり・水漏れ

年中無休

365日  
随時受付

24時間  
受付

深夜料金は  
頂きません

基本料金  
無料

出張費・  
見積もり無料



火災保険対応工事

千葉県企業局指定工事店

フロントライフ

指定給水装置工事事業者 第 2357 号

水のトラブルにて家財・建物の一部が損害を受けた場合に  
「火災保険」の対象になる場合が御座います。まずはご相談下さい。

お気軽にご相談下さい

0120-34-2610

習志野市大久保2-7-17

最短距離で、  
最先端へ。

工学部

宇宙・半導体工学科

2025年4月、始動

〒275-0016 千葉県習志野市津田沼2-17-1  
047-478-0222  
<https://www.it-chiba.ac.jp/>

新千葉工業大学

# ガス・上下水道を支える

習志野市企業局



わたしが支える  
あしたのくらし  
習志野市企業局



詳しくは「習志野市企業局」ホームページへ  
TEL. 047-475-3321

習志野市企業局

検索

ナラシド♪

