

ナイトタイムイベントで 非日常体験を楽しもう！



インドナイトちば



インドの料理や、音楽、ダンス、映画などさまざまなインド文化を楽しめるイベントを複数開催！詳しくは、市ホームページをご覧ください。

期 間 ①10月26日(土)、②11月23日(祝)、③10月11日(金)～17日(木)、④10月26日(土)～11月20日(水)

会 場 ①検見川神社、②市美術館さや堂ホール、③千葉劇場、④市内対象店舗

内 容 ①ディワリ祭、②インドフェス、③インド映画祭、④デジタルスタンプラリー

問 インドナイトちば実行委員会 ☎080-6340-2930



とっておきの楽しい時間を味わえる市内のイベントを紹介します。

詳しくは、[千葉市 ナイトタイム2024](#) [検索]

問 経済企画課 ☎245-5359 FAX245-5558



呑み食いおまかせちばの夜



幕張新都心エリアにあるホテルの宿泊者を対象とした、ホテルから市中心市街地の飲食店までタクシーの往復、飲食店の予約と飲食代がセットとなっているツアーパッケージです。予約方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

期 間 10月15日(火)～12月31日(火)16:00～22:00

場 所 出発＝幕張新都心エリアの宿泊ホテル
到着＝市中心市街地

問 株感動舎 ☎223-0125



Color Your Night! ～踊るダイニングinちば～



1店舗に1組のパフォーマーが来店し、食事をしながらダンスを中心としたパフォーマンスを楽しめるイベントです。2部制となっており、店舗間を移動し複数のパフォーマンスを観覧できます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



日 時 11月1日(金)

1部=18:00～20:00、2部=21:00～23:00

場 所 中央区中央、栄町エリアの10店舗

問 一般社団法人ART Universeメセナちば ☎080-3367-4045



CHRISTMAS NIGHT MARKET IN CHIBA PARK



クリスマスの時期に合わせて、園内にイルミネーションを設置します。期間中の週末はクリスマスマーケットやフードフェスが開催され、12月7日(土)・22日(日)にはジャズコンサートを楽しめます。



期 間 12月7日(土)～22日(日)

場 所 千葉公園

問 STARLIGHT MARKET実行委員会 ☎080-6470-6769



千葉市のつくたべ

市内ではさまざまな農産物がつくられています。産地ならではの、新鮮で旬の農産物をおいしくつくたべませんか？

コメ 旬…8月中旬～10月



実りの秋といわれるこの季節、新米の収穫期を迎えます。

温暖な千葉県は昔からコメ作りに適した地域で、関東で一番早くコメの収穫が行われる早場米の産地です。

市内産の新米は市内の小売店や直売所の店頭に並びますので、ぜひ、地元の新米を食べてみてください。

旬の農産物でおいしく減塩！



旬で採れたての農産物を使うと、素材の味をしっかり楽しむため、少しの塩分でもおいしさを感じることができます。

市内ではさまざまな農産物が生産されているため、いつでも新鮮な農産物をたくさん楽しむことができる、うれしいポイントですね。今回は、ぜひ千葉市産のコメを使って、おいしく減塩料理を作りましょう！

問 農政課（農産物に関すること）☎245-5758 FAX245-5884

健康推進課（減塩に関すること）☎245-5794 FAX245-5659



ちばしおレシピ サツマイモの炊き込みご飯のおにぎり

〈材 料〉 4人前(8個分)
白米…2合 サツマイモ…150g
鶏もも肉(皮付き)…150g
ニンジン…40g エノキ…40g
水…400ml

Ⓐ みりん…大さじ2
みそ…大さじ1と2分の1
しょうがチューブ…小さじ1

レシピ監修=味の素株式会社、キッコーマン株式会社、国分グループ本社株式会社、エスビー食品株式会社

【栄養価】1人前(2個分) 食塩相当量0.9g
エネルギー416kcal、たんぱく質11.6g、脂質6.1g、炭水化物(糖質71.1g／食物繊維2.4g)

①白米は洗ってザルに上げておく。

②サツマイモはよく洗い、皮を付けたまま1cm角に切る。

鶏もも肉は1cm角に切り、皮をむいたニンジンと、石づきを取り除いたエノキを粗みじん切りにする。

③炊飯器に①、水、Ⓐを入れて軽く混ぜる。②を乗せて炊飯する。

④炊き上がったら全体をさっくりと混ぜ、食べやすい形に握る。

つくたべ減塩ポイント！

鶏もも肉やエノキのうま味、ニンジンとサツマイモの甘みで塩分控えめでも味わいしっかり。みそと相性の良いショウガを加えることで、みその香りとショウガの風味が引き立ちます。

ちばしお、減らしお、ヘルシーライフ♪

市では、民間企業と協定を締結し、減塩の普及啓発に取り組んでいます。

活動内容や共同開発レシピなど詳しくは、[ちばしお](#) [検索]

コツやポイントをつかんで、おいしく賢く減塩しましょう！