～ビジネスがつながる。うまれる。サンプラザ市原の情報紙～　NOVEMBER.2026

サンプラザ市原通信

産業創造拠点「ICHI_LAB（イチラボ）」がオープン！

つながる　うまれる
ICHI_LAB

2026年10月1日（木）、サンプラザ市原がリニューアルし、産業創造拠点「ICHI_LAB（イチラボ）」がオープンしました。
当日は、市原商工会議所青年部による展示や市原商工会議所女性会によるお茶の振る舞い、交流イベントなどが行われ、多くの来館者で賑わいました。
11階で開催された「つながるビジネスピッチ交流会」には 50名以上が参加。6名の登壇者による事業発表をきっかけに、参加者同士の交流が広がりました。
また、12階では地元飲食店の料理を囲んだ交流会が開かれ、業種を越えた新たなつながりが生まれました。


11階で開催された
つながるビジネスピッチ交流会




2階展示ブース


7階では茶会も

ICHI_LAB	
12F	カフェ＆交流フロア
11F	産業支援センター
10F	生涯学習フロア
9F	貸会議室
8F	コワーキングフロア
7F	コワーキングフロア
6F	コワーキングフロア
5F	千葉県市原県税税務署
4F	温水プール
3F	フィットネスジム
2F	エントランスフロア
1F	文化創造フロア

仕事も、交流も、相談も。ICHI_LAB の魅力を紹介

ICHI_LABは、起業家や経営者をはじめ、
フリーランス、会社員、学生、子育て世代など、幅広い方々が利用できる施設です。

【2 階】エントランス・交流フロア
ビジネスコミュニティマネージャーが常駐し、相談や人とのつながりづくりをサポート。
無料の交流スペースも利用できます。

【6 階】ビジネスフロア
コワーキングスペースやシェアオフィス、個室などを備え、仕事や起業準備に活用できます。

【7 階】子育て支援・ビジネスフロア
無料のキッズスペースや授乳室を備え、子育て世代も利用しやすい環境を整えています。

【8 階】ビジネス・コミュニティフロア
コワーキングスペースやミーティングルームを備え、仕事や打ち合わせ、交流に活用できます。

【6・7・8 階の共通利用料金】	法人・個人：月額 5,000 円（税込）	高校生：無料
	大学生・専門学生：月額 1,000 円（税込）	ドロップイン：日額 1,000 円(税込)

【11 階】市原市産業支援センター
起業・創業、経営、販路開拓などの相談に対応。セミナーやビジネス交流会も開催しています。

【12 階】カフェ・交流フロア
気軽に立ち寄れるカフェと交流スペースを備え、休憩や打ち合わせ、交流の場として利用できます。

まずは見学や情報収集から。お気軽に ICHI_LAB へお立ち寄りください。
新しい出会いや発見が、きっと待っています。

産業創造拠点 ICHI_LAB（イチラボ） 所在地:千葉県市原市五井中央西 1-1-25 サンプラザ市原　アクセス:JR五井駅直結

スマホで撮ろう！

事業者のための
宣材・SNS写真撮影術



「なんとなく撮る」から「伝わる写真」へ。
「スマホ写真がイマイチ…」
「商品やサービスの魅力をもっと伝えたい」
そんな事業者のための実践型90分セミナーです。

開催概要

- 日時：令和8年11月20日（金）
  10:30～12:00
- 会場：市原市産業支援センター
  サンプラザ市原11階

講師 小林 陽子 氏

FURARI PHOTO 代表
人物・商品・料理など幅広く撮影。
フォトコンテスト多数受賞。



高価なカメラや特別な機材は不要。
普段使っているスマートフォンで、SNS・チラシ・ショップカードなどに使える写真の撮り方を、プロのフォトグラファーが実例を交えてわかりやすく解説します。

学べるポイント

- 「綺麗な写真」と「伝わる写真」の違い
- 人物・商品・仕事風景・店舗の撮り方
- 構図や見せ方など写真撮影の基本
- SNSや販促に活かす写真の考え方
- スマホを使った実践撮影

写真が変わると、事業の伝わり方も変わります。

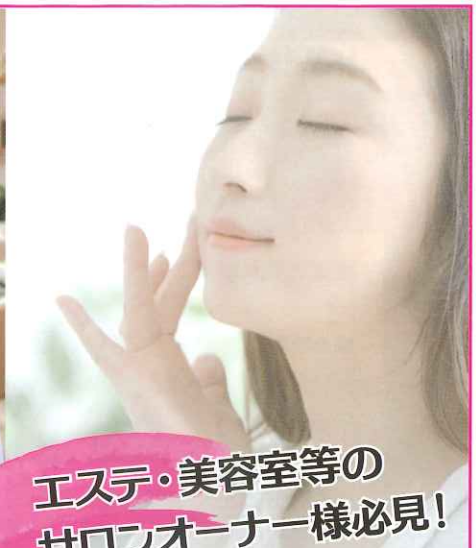
申込方法 右ページ下のQRコードからお申し込みください

エステ・美容室等の
サロンオーナー様向け

公式LINE活用セミナー
（美容業編）







エステ・美容室等のサロンオーナー様必見！

～「LINEで何をすればいい？」がわかる、自店に合ったLINE活用を見つける90分～

こんな方におすすめです

- チラシやSNSで集客しているのに、売上がなかなか伸びない
- 公式LINEを活用しきれていない
- 新規は来るが、リピートにつながらない

参加後に得られるもの

- 集客・リピート・客単価の「どこを直すべきか」がわかる
- 自店で今やるべきLINE施策が明確になる
- 明日から実行するアクションが決まる



開催概要

- 日時：令和8年11月17日（火）
  13:30～15:00
- 会場：市原市産業支援センター
  サンプラザ市原11階
  オンライン同時開催

講師 島崎 拓実 氏

未来デザインラボ株式会社 代表取締役
1997年生まれ、群馬県安中市出身。27歳で未来デザインラボ株式会社を設立。LINEマーケティングコンサル養成講座で初代MVP二冠を獲得　現在は市原市を中心に活動し、公式LINEを活用した集客・リピート施策を通じて、店舗ビジネスの売上づくりを支援している。



申込方法 右ページ下のQRコードからお申し込みください

ニュービジネス交流会 毎月第３日曜日開催



参加者募集中

- **日時：11月15日(日)**
- **時間：10:00~13:00　定員28名**
- **会場：産業創造拠点 ICHI_LAB 交流フロア**
  市原市五井中央西1-1-25 (サンプラザ市原12階)

- **内容**
  - 異業種ビジネスパーソンとの出会いで新たなつながりを生み出す機会
  - 人脈拡大、ビジネスチャンス発掘、事業PR、地域貢献に関心がある方におすすめ
  - 名刺交換＆自己紹介、事業プレゼン、ミニビジネスセミナー、お茶会交流タイムなど充実

ニュービジネス交流会は、名刺交換だけで終わらず、お互いの事業や強みを知り、協業・商談・販路開拓・新規事業につながるご縁を育む場です。近隣市町村や東京都内からの参加もあり、地域を越えた人脈づくりや市場拡大のきっかけにもなります。経営者・個人事業主・起業家・副業に取り組む方など、初参加・お一人でのご参加も大歓迎です！

副業起業交流会

- **日時：11月20日(金)**
- **時間：18:30~20:30　定員15名**
- **会場：産業創造拠点 ICHI_LAB**
  市原市五井中央西1-1-25 (サンプラザ市原11階)

- **内容**
  - 参加者自己紹介＆交流タイム
  - ミニセミナー
    「先輩起業家・副業経験者に聞く！起業体験談」
  - テーマ別フリートーク＆情報交換会



副業や起業に関心のある方が、気軽につながり、学び合える交流会です。参加者同士の自己紹介や名刺交換に加え、経営・集客に役立つミニセミナーも実施。先輩事業者や専門家との交流を通じて、実践的な学びや新たな人脈を得られることが特徴です。

参加後の姿

新たな人脈と実践的なヒントを得て、副業や起業への次の一歩を踏み出す意欲が高まる

少人数交流会　Biji Cafe 市原

- **日時：11月25日(水)**
- **時間：10:00~12:00　定員8名**
- **会場：産業創造拠点 ICHI_LAB**
  市原市五井中央西1-1-25 (サンプラザ市原11階)

- **内容**
  - 異業種の地域事業者向けの少人数制ビジネス交流会＆ミニセミナー
  - 情報交換、ビジネスマッチング、人脈拡大を目指す方向けの濃密な交流の場
  - 参加者からは「新しい取引先の発見」「自社課題解決のヒント獲得」など喜びの声が多数



『Biji Cafe 市原』は、カフェで話すような気軽な雰囲気が魅力の少人数ビジネス交流会です。初参加・お一人様も大歓迎。少人数だからこそ自然に会話が生まれ、初対面でも打ち解けやすいのが特徴です。異業種との情報交換や人脈づくり、新たなビジネスのご縁を広げたい方におすすめです。

セミナー、交流会への参加お申し込みは サンプラザ市原ホームページから

EVENT NEWS

サンプラザフェスタ2026

Goi寄席 第4回 三遊亭楽京 独演会



11月14日(土)

11:00開演／10:30開場予定

会場：サンプラザ市原
1階 iスペース

料金：前売 1,000円
当日 1,500円
(座席指定なし)

※未就学児の入場不可

三遊亭楽京 (さんゆうていらっきょう)

生年月日：1970年3月3日
出身：埼玉県深谷市（深谷市親善大使）
芸歴：
平成九年三月　三遊亭楽太郎に入門（後六代目三遊亭円楽）し、「前座名三遊亭楽志郎」
平成十三年九月　三遊亭花楽京に改名し、二ツ目に昇進
平成二十年三月　三遊亭楽京に改名し、真打に昇進

iスペ オータムコンサート



11月15日(日)

14:00開演／13:30開場予定

会場：サンプラザ市原
1階 iスペース

料金：入場無料

【出演】
—STEED—
昭和の名曲をロックアレンジした『懐メロック』を中心に、楽しいロックステージをお送りします!!
—メタボリカル・パレード—
ただいま!
ジャンル不問の色物ユニット『メタボリカル・パレード』が復活です!!

お問合せ：サンプラザ市原2階総合案内　電話：0436-24-1151【主催】公益財団法人 市原市地域振興財団

3階健康増進教室スケジュール

※スケジュールは変更になることがあります

2026年11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休業日	3	4 10:10~11:00 エアロビクス (初心者クラス) 矢野	5 10:10~11:00 デトックスフローヨガ AYA	6 10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI 19:00~19:50 ZUMBA GOLD (ズンバゴールド) 小山	7 10:10~11:00 エアロビクス (脂肪燃焼クラス) 加藤
8	9 休業日	10	11 10:10~11:00 エアロビクス (初心者クラス) 矢野 13:30~14:20 ZUMBA (ズンバ) 藤崎	12 10:10~11:00 デトックスフローヨガ AYA	13 10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI 19:00~19:50 ZUMBA GOLD (ズンバゴールド) 小山	14 10:10~11:00 エアロビクス (脂肪燃焼クラス) 加藤
15	16 休業日	17	18 10:10~11:00 エアロビクス (初心者クラス) 矢野	19 10:10~11:00 デトックスフローヨガ AYA	20 10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI 19:00~19:50 ZUMBA GOLD (ズンバゴールド) 小山	21 休館日
22	23	24 休業日	25 10:10~11:00 エアロビクス (初心者クラス) 矢野 13:30~14:20 ZUMBA (ズンバ) 藤崎	26 10:10~11:00 デトックスフローヨガ AYA	27 10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI 19:00~19:50 ZUMBA GOLD (ズンバゴールド) 小山	28 10:10~11:00 エアロビクス (脂肪燃焼クラス) 加藤
29	30 休業日					

2026年12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 10:10~11:00 エアロビクス (初心者クラス) 矢野	3 10:10~11:00 デトックスフローヨガ AYA	4 10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI 19:00~19:50 ZUMBA GOLD (ズンバゴールド) 小山	5 10:10~11:00 エアロビクス (脂肪燃焼クラス) 加藤
6	7 休業日	8	9 10:10~11:00 エアロビクス (初心者クラス) 矢野 13:30~14:20 ZUMBA (ズンバ) 藤崎	10 10:10~11:00 デトックスフローヨガ AYA	11 10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI 19:00~19:50 ZUMBA GOLD (ズンバゴールド) 小山	12 休館日
13	14 休業日	15	16 10:10~11:00 エアロビクス (初心者クラス) 矢野 13:30~14:20 ZUMBA (ズンバ) 藤崎	17 10:10~11:00 デトックスフローヨガ AYA	18 10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI 19:00~19:50 ZUMBA GOLD (ズンバゴールド) 小山	19 10:10~11:00 エアロビクス (脂肪燃焼クラス) 加藤
20	21 休業日	22	23 レッスン休業	24 レッスン休業	25 レッスン休業	26 レッスン休業
27	28 休業日	29 休館日	30 休館日	31 休館日		

休業日カレンダー

※休業日は変更になる場合がございます

2026年11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

2026年12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

→3階フィットネスジム及び4階温水プールの休業日です
→サンプラザ市原の休館日です
→4階温水プール定期清掃のため休業日です