

主な内容

歯周病、きちんと予防できていますか？	4・5面
令和5年度墓地公園特別枠募集 ほか	7面
Let's enjoy! 三番瀬 ほか	8面

発行/浦安市
 所在/〒279-8501 千葉県浦安市 猫実一丁目1番1号
 編集/企画部広聴広報課
 ☎047-351-1111(代表)
<https://www.city.urayasu.lg.jp>

市の人口と世帯 人口=170,858人(+452) 男=82,957人(+171) 女=87,901人(+281) 世帯数=84,798世帯(+494) 令和5年4月末現在()は前月比

各記事に掲載しているIDを市ホームページの「広報ページID検索」に入力すると、該当のページが出ます。これにより、記事を探す手間を省けます



4・5面 歯周病、きちんと予防できていますか？

歯と口の健康を保つことは、
 体の健康を守るうえでとても重要です。

歯周病は、成人の2人に1人がかかっているといわれ、
 放っておくと体に悪影響を及ぼします。

「自分はまだ大丈夫」と思っていないですか。

歯周病の重度症状が現れるのは30～40代ごろ、
 初期症状は10代にも見られます。

今からでも遅くありません。
 しっかりとケアを行い、
 健康で豊かな生活を送りましょう。

問 健康増進課 ☎381・9059

あなたは
 大丈夫？ 歯周病チェック

- 歯と歯の間の歯肉がぷっくりU字形になっている
- 口臭がある
- 歯磨きのときに出血する
- 歯ぐきがときどき腫れる
- 冷たいものや熱いものを口に入れると歯がしみる
- 口の中で変な味がする
- 朝起きたとき、口の中がねばねばする
- 歯ぐきが下がり歯の根元が露出している
- 歯がぐらぐらする
- 口が渴く

情報通信

費用の記載がない事業は無料

事業に参加する際は、各施設の利用条件を確認し、ご来場ください。



映画・コンサート

街角ライブ&コミュニケーション Uスタイル

時 6月8日(木)午後7時～8時30分
(開場=6時30分)
所 市民プラザ
定員 先着160人
出演 坂巻あやね氏(ギター)、SEBセッション(フォーク)
費用 1000円(さくらメイトは800円)
※全席自由。チケットは、市民プラザ・文化会館で販売中
問 市民プラザ ☎350・3101
(生涯学習課) ID 1039520

J: COM浦安音楽ホールの催し

①親子で楽しむワンコインコンサート
時・出演 (A)7月22日(土)=ちえりーとりお(サクソフォンとピアノ)、(B)11月25日(土)=シーサイド・ブラス・クインテット(金管アンサンブル)、(C)令和6年3月9日(土)=Low Interval Limits(バスクラリネットアンサンブル) ※時間はいずれも午前11時～正午、午後2時～3時
定員 先着各200人
費用 各500円(3歳以下は無料。ただし、座席を使用する場合は有料)
※市内在住のひとり親家庭の無料招待あり(先着各5組)
ID (A)1039537、(B)1039550、(C)1039551

②しんうらやすおとマルシェ
時 10月5日(木)午後2時～3時
対象 小学生以上の方、先着300人
出演 種谷典子氏(ソプラノ)、齋藤亜都沙氏(ピアノ)
費用 2500円(音楽ホール友の会会員は2300円)
ID 1039539

③クァルテット・エクセルシオコンサート
時 10月14日(土)午後2時～4時
対象 小学生以上の方、先着300人
内容 モーツァルト: クラリネット五重奏など《クァルテット・エクセルシオ(弦楽四重奏)》

費用 4000円(音楽ホール友の会会員は3800円) ID 1039538

共通

申込 ①5月15日(月)・②③27日(土)午前9時から、直接または電話で、J: COM浦安音楽ホール ☎382・3035へ、またはJ: COM浦安音楽ホールホームページ <https://www.urayasu-concerthall.jp> から申し込み ※全席指定
問 J: COM浦安音楽ホール(生涯学習課)

羽ばたけ! 若い音楽家 ～ピュアクラシックコンサート～

時 6月17日(土)午後2時～4時(開場=1時30分)
所 文化会館
対象 小学生以上の方、先着355人
出演 与田和也氏(作曲)、前田奏恵氏(ピアノ)、山崎琴音氏(フルート)、小山大凱氏(パーカッション)ほか
費用 1200円(前売りは1000円、さくらメイトは800円、学生は500円)
※全席自由。チケットは、文化会館・市民プラザで販売中
問 文化会館 ☎353・1121
(生涯学習課) ID 1039523

スポーツ

パークゴルフ初心者向け講習会

時・内容 6月3日(土)午後1時30分～3時30分=講習会、6月10日(土)午後1時30分～=18ホールの実践(全2回)
所 日の出公民館、高洲海浜公園
対象 市内在住・在勤・在学の方、先着30人
費用 200円(資料代)
申込 5月15日(月)午前9時から、電話で、野村(浦安市パークゴルフ協会) ☎080・3400・1275へ
問 野村(市民スポーツ課) ID 1039448

ソフトテニス初心者教室

時 6月11日(日)午前10時45分～午後1時、6月25日(日)・7月17日(祝)・8月6日(日)午前11時～午後1時、8月27日(日)午前9時～午後1時(全5回)
所 中央公園
対象 市内在住・在勤・在学の中学生

浦安市チャレンジショップ

「theater cafe & bar URAYASU Re:VUE」

浦安市チャレンジショップに、「theater cafe & bar URAYASU Re:VUE」がオープンしました。料理やお酒、色鮮やかなクリームソーダなどのオリジナルドリンクが楽しめるお店です。各種イベントなども開催していきます。皆様のご来店をお待ちしています。

出店期間 令和6年2月29日まで
営業時間 午前11時～午後9時(施設の休館日、年末年始を除く)
問 theater cafe & bar URAYASU Re:VUE ☎090・2962・6910
(商工観光課) ID 1025424

以上の方、先着40人
内容 ソフトテニスの基本 ※ラケット・ボールの貸し出しあり
費用 2100円(中学生は1800円)
申込 5月15日(月)午前9時から、Eメール《氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号・中学生は学年》で、(一社)浦安市スポーツ協会事務局 ☎usta.kyoshitsu@gmail.comへ
問 (一社)浦安市スポーツ協会事務局 ☎723・9387
(市民スポーツ課) ID 1039401

パークスラックラインセミナー

●スラックラインセミナー(初級)
時 6月3日(土)・17日(土)午前10時～11時
対象 小学生以上の方、先着各15人
内容 スラックラインの乗り方や歩き方
費用 各1000円 ID 1037484
●スラックラインミニレッスン付き利用講習会
時 6月3日(土)・17日(土)午前11時30分～午後1時
対象 16歳以上の方、先着各10人
内容 スラックラインの張り方と乗り方
費用 各1500円 ID 1037485
共通
※雨天中止
所 運動公園
申込 5月16日(火)午前9時から、バルドラル浦安アリーナホームページ <https://www.urayasu-zaidan.or.jp/taiikukan/> から申し込み
問 バルドラル浦安アリーナ ☎355・1110
(市民スポーツ課)

総合体育館・中央武道館トレーニングルーム利用講習会(6月分)

トレーニングルームを利用するには、講習会を受講する必要があります。
対象 15歳以上(中学生を除く)の方、バルドラル浦安アリーナ=先着各6人、中央武道館=先着各5人
申込 5月18日(木)午前9時から、直接または電話で、バルドラル浦安アリーナ ☎355・1110、中央武道館 ☎

380・2100へ
※定員に満たない場合は当日の参加可。日程など、詳しくは、市ホームページをご覧ください
問 バルドラル浦安アリーナ、中央武道館(市民スポーツ課) ID 1039545

屋内水泳プールのスポーツコース ～水中健康ウォーキング～

時 6月22日～7月13日毎週木曜日午前10時～11時(全4回)
対象 16歳以上の方、先着20人
※市内在住・在勤の65歳以上の方が優先
内容 水中ウォーキングの基本
費用 2400円
申込 5月19日(金)午前9時から、直接または電話で、バルドラル浦安アリーナ ☎304・0030へ
問 バルドラル浦安アリーナ(市民スポーツ課) ID 1039547

イベント

潮だまり観察会

時 5月21日(日)午後2時～3時
所 三番瀬海岸親水施設
内容 護岸の生物観察
持ち物 長靴、帽子、軍手
※申込不要、直接会場へ。未就学児は保護者の付き添いが必要
問 三番瀬環境観察館 ☎711・1601
(環境保全課) ID 1039533

こち浦放送中!

市では、ケーブルテレビ局「ジェイコム」の地上デジタル放送(11チャンネル)で、行政情報番組「こち浦安情報局(こち浦)」を放送しています。

▶放送日時
月～金曜日午後8時～、土・日曜日正午～、午後8時～(各30分)

▶主な内容
5月19日(金)まで
○市制施行40周年記念イベント
20日(土)～26日(金)
○熱中症に気をつけよう
27日(土)～6月2日(金)
○浦安チャレンジショップ
※放送は予告なく変更になる場合があります。番組はYouTubeでも視聴できます



問 広聴広報課 ☎712・6056
ID 1013374

伝言板

掲載希望の方は、発行日の1カ月前(1カ月前が市役所の閉庁日のときは、直前の閉庁日)までに、広報うらやす「伝言板」掲載申込書《広聴広報課(市役所3階)で配付、または市ホームページからダウンロード》を、直接またはファクスで、広聴広報課 ☎353・2453へ ※ファクスでの申し込みは、要電話連絡
申込者は市内在住の方に限ります。同一団体の掲載は、6カ月以上の間隔をあけてください。 ※活動場所などについて、詳しくは、各お問い合わせ先へ

▶掲載できないもの

- ①政治・宗教に関するもの ②営利・売名行為を目的とするもの ③市の施設を利用しないもの ④同窓会など会員相互の連絡 ⑤特定の団体・個人を支援または中傷するもの ⑥市外の学校などの行事 ⑦営利を目的とする団体・個人の催し物など

催し物

●「認知症を身近に考える」会
認知症を市民に身近なものとして備えと共生を考えよう。
時 6月2日(金)午後2時～3時40分

所 市民プラザ
問 小泉 ☎090・8029・7789(A Aネット浦安)
●第36回浦安市合唱祭
14団体の合唱とベルディ・レクイ

エム(抜粋)を演奏します。
時 6月4日(日)午後1時30分～5時(開場=1時)
所 文化会館
問 武下 ☎090・4257・5289(浦安市合唱連盟)

会員募集

●剣道
市内で最も歴史のある道場です。元気な少年少女大歓迎。
時 毎週木曜日午後7時～8時、土曜日午後6時～8時 ※選抜コースあり
所 中央武道館
費用 月2000円
問 川口 ☎351・2396(浦安本部道場)

演劇ワークショップ初級者編

時 6月25日(日)午前10時～午後5時
所 市民プラザ
対象 演劇未経験または他団体に所属していない小学校4年生以上の方、先着20人
講師 山中まこ氏(劇団春夏秋冬主宰)
費用 1500円
申込 5月15日(月)午前10時から、直接または電話で、市民プラザ ☎350・3101へ、または市民プラザホームページ https://www.urayasu-zaidan.or.jp/wave101/ から申し込み
問 市民プラザ (生涯学習課) ☎1039535

リアル恐竜ショー～恐竜パーク～

時 8月11日(祝)正午～午後1時、3時～4時
所 文化会館
定員 先着各1000人
内容 遊んで学べる恐竜ショー
費用 各3500円(さくらメイトは3000円)
※2歳以下は無料。ただし、座席を使用する場合は有料。チケットは、チケットぴあで販売中。電話予約は、

文化会館 ☎353・1121、市民プラザ ☎350・3101 で受け付け
問 文化会館 (生涯学習課) ☎1039536

ファミリー・サポート・センター交流会

時 6月18日(日)午前10時30分～11時30分
所 老人福祉センター
対象 市内在住・在勤の方、先着100人
内容 参加型ファミリーコンサート《ケチャップマヨネーズ(夫婦ユニット歌手)》
申込 社会福祉協議会ホームページ http://urayasushi-shakyo.jp から申し込み
問 ファミリー・サポート・センター ☎700・6601 (こども課) ☎1039482

講座・講演

図書館利用講座～本を探そう～

時 6月2日(金)午前10時30分～11時30分
所 中央図書館
対象 市内在住・在勤・在学のスマートフォン・パソコン初心者、先着4人

内容 スマートフォンやパソコンなどを使った資料の検索・予約
申込 5月17日(水)午前10時から、電話で、中央図書館 ☎352・4646へ
問 中央図書館 ☎1039493

普通救命講習・上級救命講習

時 6月11日(日)・25日(日)午前9時～正午＝普通救命講習、6月21日(水)午前9時～午後5時＝上級救命講習
所 消防本部
対象 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方、先着各8人
内容 自動体外式除細動器(AED)の使用法や心肺蘇生法、傷病者管理法など
申込 5月15日(月)午前9時から、電話で、消防本部警防課 ☎304・0145へ
※最少催行人数3人
問 消防本部警防課 ☎1038403

マンションライフセミナー

時 7月1日(土)午後1時30分～4時30分
所 市民プラザ
対象 市内の分譲集合住宅居住者や管理組合の役員・新任理事、先着40人
内容 管理組合の基礎知識・高齢化対

郷土博物館 Folk Museum

※毎週月曜日、5月31日(水)は休館
●街路樹観察会
時 6月18日(日)午前9時～正午
※雨天中止
対象 小学校3年生以上、先着10人
内容 市内の街路樹の観察
申込 5月18日(土)午前8時30分から、電話で、郷土博物館 ☎305・4300へ、または5月18日(土)午前9時30分から、直接、郷土博物館へ ☎1015826

策の課題と役員のなり手不足《今津立行氏・野崎利雄氏(一社)千葉県マンション管理士会)》
申込 電話またはEメール《住所・氏名(ふりがな)・電話番号・管理組合での役職・参加人数・聞きたいこと(ある場合)》で、住宅課 ☎712・6284、
✉ jytutaku@city.urayasu.lg.jp へ
問 住宅課 ☎1039475

子育て・教育

子ども

中央図書館の催し

●赤ちゃんと楽しむわらべうたの会
時・対象 6月9日(金)午前10時15分～10時45分＝6カ月～1歳2カ月児とその保護者、11時～11時30分＝1歳3カ月～2歳児とその保護者、先着各15組
内容 わらべうたと絵本の読み聞かせ ☎1039502
●ブックスタート絵本講座
時 6月9日(金)午後1時15分～、2時～、2時45分～ ※時間はいずれも30分
対象 1月生まれの子どものとその保護者、先着各18組 ※初めて参加する対象月以前生まれの子どもも参加可
内容 赤ちゃん向け絵本の選び方、わらべうたの説明 ☎1039504
共通
申込 5月16日(火)午前10時から、電話で、中央図書館 ☎352・4646へ、ま

たは市立図書館ホームページ http://library.city.urayasu.chiba.jp から申し込み
問 中央図書館

青少年相談員連絡協議会の催し

●ブルーベリー収穫体験
時 6月18日(日)午前10時30分～午後4時
所 真行寺ブルーベリー園(八街市文違) ※市役所立体駐車場前ロータリーに集合し、バスで移動
対象 市内在住・在学の小中学校4～6年生、30人程度(多数は抽選)
費用 2000円 ☎1039562
●青少年夏のキャンプ
時 7月1日(土)午前8時30分～2日(日)午後3時(1泊2日) ※6月25日(日)に事前研修あり
所 県立君津亀山少年自然の家(君津市笹)
対象 市内在住の小中学校4～6年生、30人(多数は抽選)
内容 自然体験、キャンプファイアなど
費用 3000円 ☎1039558
共通
申込 5月31日(水)までに、青少年相談

員連絡協議会ホームページ https://urayasu-soudanin.jimdosite.com から申し込み
問 青少年相談員連絡協議会事務局(青少年課内) ☎712・6450

リーダーチャレンジ中学生メンバー募集

時 6月11日(日)～11月19日(日)(全11回)
所 うら・らめ～るほか
対象 市内在住の中中学生、15人(多数は抽選)
内容 異年齢交流を含むイベントの計画・運営を通じ、リーダーとして必要な技能を修得する
申込 5月25日(木)までに、ちば電子申請サービス https://apply.e-tumo.jp/city-urayasu-chiba-u/ から申し込み
※日時や内容など、詳しくは、募集チラシ《青少年課(市役所2階)・各中学校で配布、または市ホームページからダウンロード》をご覧ください
問 青少年課 ☎712・6450 ☎1039549

子育てすこやか広場

未就園児とその保護者を対象に、子どもたちや親同士の触れ合いの場として、市立幼稚園・認定こども園を開放しています。ままごとやブロックの遊び、集団遊びなどができます。また、保育カウンセラーが子育てに関する相談に応じます。
※開催日程など、詳しくは、市ホームページをご覧ください
問 保育幼稚園課 ☎712・6442 ☎1000862

こどもの広場の催し

●うらっこの自然でカードをつくろう
時・対象 5月26日(金)午前10時～11時＝市内在住の未就学児とその保護者、当日先着5組、午後2時30分～3時30分＝市内在住の小中学生、当日先着10人 ☎1039514
●ベーゴマ講座
時 6月4日(日)午後1時～2時
対象 市内在住の小中学生以下、当日先着10人程度 ※未就学児は保護者の付き添いが必要 ☎1039515
●おもしろ色水あそび
時・対象 6月7日(水)午前10時30分～11時30分＝市内在住の未就学児とその保護者、当日先着5組、午後2時～3時＝市内在住の小中学生以下、当日先着

10人 ※未就学児は保護者の付き添いが必要
内容 花や実を使った色水作り
持ち物 着替え、タオル ☎1039516
共通
問 こどもの広場 ☎350・1010 (青少年課)

屋内水泳プールのスポーツコース～サタデースイミング～

時 6月10日～7月15日毎週土曜日午前10時～11時、午後2時～3時(全6回)
対象 小・中学生、各40人 ※多数は抽選(初めて参加する市内在住・在学の方が優先)
内容 水慣れからクロール25mを目標
費用 1800円
申込 5月22日(月)午後5時までに、専用フォーム https://forms.office.com/r/u9yKnxsW2 から申し込み
問 バルドラール浦安アリーナ ☎304・0030 (市民スポーツ課) ☎1039546

親子で遊ぼう ソフトボールの集い

時 6月11日(日)午前9時30分～11時30分(受付＝9時～)
所 今川球技場
対象 小学生とその保護者、先着50組
内容 基本動作の体験など
申込 Eメール(子どもと保護者の氏名・性別・電話番号・Eメールアドレス・子どもの年齢)で、加覧(浦安市ソフトボール協会) ✉ r.garan0311@gmail.com へ
問 加覧 ☎090・5583・7394 (市民スポーツ課) ☎1039400

一時預かり事業所の利用者募集

理由を問わず、子どもを預かる保育室の利用者を募集します。
時 月～金曜日午前9時～午後5時(祝日、年末年始などを除く)
所 明海事業所子育てテラスふらっと(明海5-7-8)、東野事業所保育室ゆるり(東野1-7-1)、猫実事業所保育室アリエ(猫実1-7-7)
※利用登録が必要。施設により対象年齢や保育時間などが異なります。詳しくは、一時預かり事業ホームページ https://select-type.com/p/hoiku/ をご覧になるか、お問い合わせください
問 保育室ゆるり ☎720・4600 (保育幼稚園課) ☎1008565

ピーナスプラザ ☎382・8787

開館＝火～日曜日午前9時～午後5時
※祝日は休館

申し込み方法など、詳しくは、市ホームページをご覧ください。

●布ぞうり教室
時 6月1日(木)午前10時～正午
定員 3人
費用 200円 ☎1031720
●Aサンドブラスト、Bガラスのかけらでアート、Cアクセサリー作り
時 6月3日(土)午後1時～3時
定員 5人
費用 各300～500円
☎A1028537、B1028585、C1028561
●おもちゃの病院
時 6月3日(土)午後1時～4時
定員 10人
※部品代がかかる場合あり ☎1028508
●ジーンズでバッグ作り
時 6月18日(日)午前10時～午後3時
定員 3人
費用 200円 ☎1028510

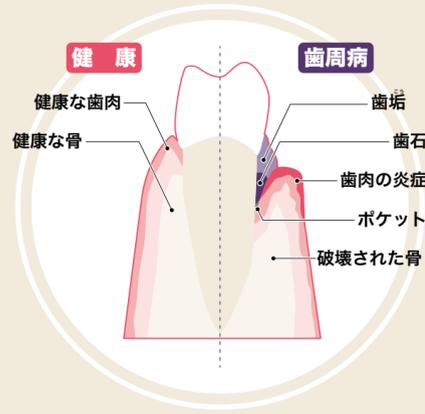
●牛乳パックで多目的ボックス作り
時 6月18日(日)午前10時～正午
定員 10人
費用 50円 ☎1031787
●石けん工房
時 6月18日(日)午前9時～午後3時 ☎1031786
●再生自転車の抽選販売
時 5月26日(金)まで(抽選は5月27日(土)) ☎1027645
●フリーマーケットの出店者募集
時 6月18日(日)午前10時～正午
対象 市内在住の個人・団体
店舗数 18店舗(多数は抽選)
申込 5月22日(月)(消印有効)までに、往復ハガキ《往信用＝住所・氏名(ふりがな)・団体は団体名と代表者氏名・電話番号、返信用＝自分のあて名》で、〒279-0032千鳥15番地2ピーナスプラザへ ※1人・1団体1通のみ ☎1036841

歯周病、きちんと予防できていますか？

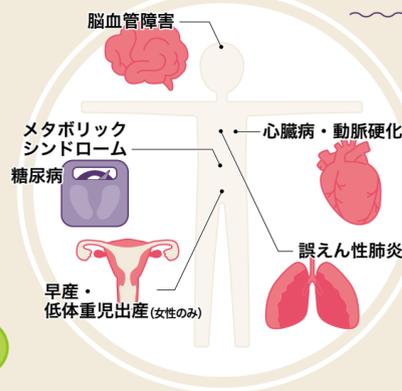
歯周病は、成人の2人に1人がかかっているといわれ、自覚症状がないまま進行していく恐ろしい病気です。日頃からしっかりとケアをして、歯と口の健康を守りましょう。

歯周病ってどんな病気？

歯周病は、細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患で、歯の周りの歯ぐき（歯肉）や、歯を支える骨などが溶けてしまう病気です。歯と歯肉の境目の清掃が行き届いていないと多くの細菌が停滞し、炎症を起こして赤くなったり、腫れたりします。気づかないうちに進行すると痛みが出たり、歯が大きく動揺し手遅れとなり歯を抜かなければならない病気です。

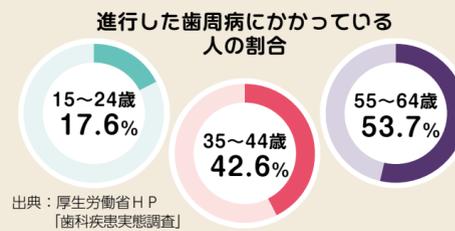


歯周病と全身の関係

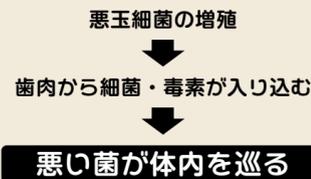


歯周病によって発生する毒性物質が歯肉の血管から全身に広がり、糖尿病や心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こす原因となります。また、歯周病菌の誤えんにより、気管支から肺にたどりつくものもあり、誤えん性肺炎の原因にもなっています。歯周病の予防・治療を行うことで、全身のさまざまな病気のリスクを下げることが可能です。日々の歯磨き・口腔ケアを見直し全身の健康につなげましょう。

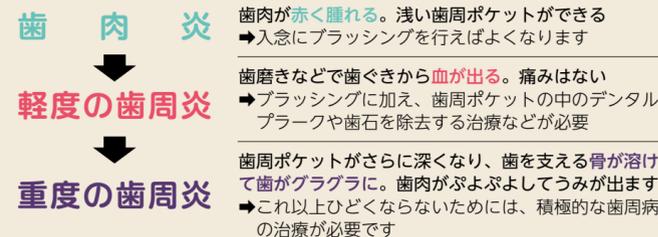
10代から始まる歯周病の進行



出典：厚生労働省HP「歯科疾患実態調査」



知らない間に進行する歯周病



最後には歯を失い健康破綻にも…

白い歯と爽やかな息のひけつ

歯周病予防のひけつは歯周ポケットのケア



歯医者さんで半年に1回以上の歯石除去

これ知ってた？
歯ブラシ後のうがいは1回？

むし歯は、むし歯菌が糖を食べて酸を作り、この酸が歯の成分を溶かして起こります。これを脱灰といいます。初期のむし歯では、脱灰した歯の成分が歯に戻る再石灰化が起こります。歯磨き粉に含まれるフッ素とこの歯の成分が混ざり歯に戻るとむし歯に強い歯になります。歯磨きのあとに何回もうがいをしてしまうと、歯磨き粉に含まれるフッ素が薄くなってしまいます。歯磨き後の仕上げのうがいはごく少量の水で1回だけにして、しばらく飲食しないことによって再石灰化効果が高まるといわれています。

セルフケアおすすめアイテム

糸ようじ・デンタルフロス

歯周病菌は、ブラッシングでは届きにくい歯と歯ぐきの間にたまりやすくなっています。糸ようじ・デンタルフロスを使って歯と歯ぐきの間の汚れを取りましょう。

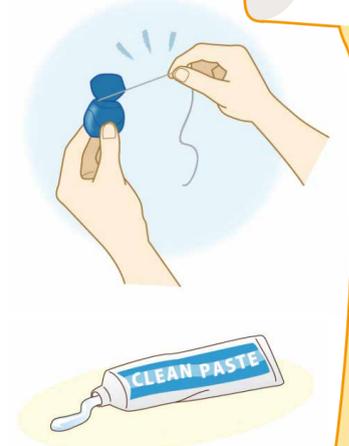
フッ素濃度の高い歯磨き粉

フッ素濃度の高い歯磨き粉を選びむし歯に強い歯を作りましょう。年齢によってフッ素濃度や歯磨き粉の使用量の目安に違いがあるのでよく確認しましょう。

年齢	フッ素濃度	歯磨き粉使用量の目安
6歳以上	1500ppm程度	歯ブラシ全体（2cm程度）
3～5歳	1000ppm以下	歯ブラシの先端から5mm程度
2歳以下		米粒程度のごく少量

舌ブラシ

舌にも汚れが付着してきます。この汚れは舌苔と呼ばれ口臭や味覚異常の原因になるといわれています。舌は傷つきやすいので、力を入れずに舌ブラシ（歯ブラシ）を持ち、奥から手前に軽い力で10回程度行いましょう。



浦安で歯周病ケアにチャレンジ

市では、歯周病予防のためのセルフケアや専門ケアのお手伝いを行っています。歯周病から大切な歯を守るため、ぜひ活用してください。

浦安市成人歯科健診（歯周病検診）

市では、対象の方に歯周病検診の案内をしています。健診の内容には歯のクリーニングもありますので、受診券が届いた方は受診しましょう。

- 時 令和6年3月31日まで
- 対象 市内在住の20・30・40・50・60・70歳の方
- 内容 むし歯と歯周病の検診や歯のクリーニングなど

※対象の医療機関や予約方法について、詳しくは、通知をご覧ください

歯と息に自信！爽やかな口レッスン

- 時 5月30日(火)午前9時30分～
- 所 健康センター
- 対象 市内在住の中学生以上の方
- 内容 ▶歯周病菌採取 ▶歯周病菌顕微鏡観察 ▶歯科衛生士個別アドバイス

申込 直接または電話で、健康増進課 ☎381・9059へ

※ブラーク染め出し剤とデンタルミラーを呈呈

無料で口腔がん検診が受けられます

口腔がんは、胃がんなどとは異なり、直接目で見ることができるとはかかわらず、初期にはほとんど無症状なため、気づいたときにはすでに進行がんになっていることが多いです。口の中に長期的に腫れやできものがある、唇や舌がしびれるなどといった症状がある場合は、口腔がんの可能性もあります。早めに検診を受けましょう。

対象 市内在住の40歳以上の方、先着900人

※申込方法や受診可能な医療機関については、浦安市歯科医師会 ☎380・3666へお問い合わせいただくか、浦安市歯科医師会ホームページ <https://urayasu-dental.or.jp> をご覧ください

お口の健康はからだの健康「口福ひろば」

- 時 毎月第4水曜日午後2時15分～3時45分 ※12月は第3水曜日
- 所 東野パティオ

対象 市内在住のおおむね60歳以上の方、先着20人

- 内容 ▶表情筋を鍛える体操、唾液腺マッサージ ▶浦安はつつ体操

※事前申込制。詳しくは、市ホームページをご覧ください

歯と口の健康週間イベント

- 時 6月8日(休)午後2時～4時、9日(金)午前10時～正午
- 所 市民ホール（市役所1階）

- 内容 ▶むし歯と歯周病菌顕微鏡観察 ▶オーラルフレイル(口の老化)チェック

父と子のコラム がむことの大切さ

- 👦おなかすいたな～ 今日のご飯は何だろう？
- 👧今日はみんなが大好きなカレーだよ
- 👦わーい！カレー大好き！たくさん食べる！
- 👧カレー以外に大好きな食べ物はあるかい？
- 👦うーん… ラーメンも大好きだよ！カレーもラーメンもおいしくてすぐに食べ終わっちゃうんだ！
- 👧そうなんだね。でも、今日からは少しゆっくり食べてほしいな
- 👦え？なんで？
- 👧食べ物をよくかむとだ液がたくさん出るんだ。だ液には、歯の病気を防いだり、食べ物の消化を助けたり、体にいいことがたくさんあるんだ
- 👦そうなんだ！だ液の力ってすごいんだね。でもどのくらいかんだらいいの？
- 👧一口で30回はかむようにしてね。そうすれば口の病気も防げるし、だ液の力でもっと元気に過ごせるよ
- 👦うん！わかった！ぼくもこれからはごはんをもっとよくかんで食べるね！



健康・福祉

保健ガイド

受動喫煙防止啓発パネル展

5月31日～6月6日は禁煙週間です。市では、受動喫煙防止を目的に、パネル展を開催します。

時 5月24日(水)～6月6日(火)

所 中央図書館

内容 受動喫煙についての啓発・知識普及、禁煙支援についてなど

問 健康増進課 ☎381・9059

☎1028146

ウエルカム！ベイビークラス

時 6月13日(火)・21日(水)午前10時～正午(全2回) ※1回のみ参加可

所 健康センター

対象 市内在住で、初めて出産を迎える妊娠6～9カ月の方とそのパートナー、先着24組 ※13日(火)は妊婦のみ

内容 市の制度、妊娠・出産、沐浴、産後の生活についてなど

申込 5月22日(月)午前9時から、電話で、母子保健課 ☎381・9058へ

問 母子保健課 ☎1031679

福祉

認知症家族交流会

時 ①6月3日(土)午前10時～正午＝デイサービスはじめ(高洲1-2-1)、②6月15日(水)午前10時～11時30分＝市役所(4階会議室)、③6月28日(水)午後2時～3時30分＝ダイルム和楽(当代島2-14-2)

対象 認知症の方の家族または介護をしている方、②③先着各5人

内容 同じ悩みを持つ方向士で話を聞き合う

申込 5月15日(月)午前9時から、電話で、②高齢者包括支援課 ☎381・9028、③ダイルム和楽 ☎380・0111へ

※①は申込不要、直接会場へ。個別相談については、お問い合わせください

問 高齢者包括支援課 ☎1037871

手話奉仕員養成講座(前期課程)

時 7月6日～令和6年1月25日毎週木曜日午後2時～4時(11月23日(水)

・12月28日(木)、令和6年1月4日(木)を除く。全27回)

所 東野パティオ

対象 市内在住で手話を初めて学ぶ18歳以上の方、先着20人

内容 耳の不自由な方のコミュニケーションを手話でサポートする手話通訳者の養成講座

費用 4320円(テキスト代)、日本聴力障害新聞3900円(別途振込手数料が必要)

申込 5月15日(月)午前9時から、電話またはEメール(住所・氏名・年齢・電話番号)で、浦安市ボランティアセンター ☎380・8864、☎vc@urayasushi-shakyo.jpへ

問 浦安市ボランティアセンター(障がい福祉課) ☎1039276

シニアいきいきサロン「パークゴルフ体験」

時 5月31日(水)午前9時～正午(集合＝8時30分) ※雨天は6月7日(水)に延期

所 高洲海浜公園

対象 市内在住でおおむね60歳以上の方、先着32人

費用 1回490円(65歳以上の方は240

円)

申込 5月15日(月)午前9時から、電話またはファクス、Eメール(住所・氏名・電話番号)で、引田(シニアいきいきサロン) ☎090・3097・6656、☎351・3836、☎hi.ki.ta.16@icloud.comへ

※受け付けは午前9時～午後6時

問 引田

(高齢者福祉課) ☎1032115

チャレンジド・陸上教室

時 6月17日(土)午前9時～11時

※雨天中止

所 ブリオベッカ浦安競技場

対象 市内在住・在学の知的障がい・発達障がいがあり、言葉での指導でかけっこが楽しめる小学生以上の方、先着15人 ※保護者の付き添いが必要

費用 100円(保険料)

申込 5月15日(月)午前9時から、電話またはEメール(参加者と保護者の氏名・子どもの学校名・学年・電話番号)で、(一社)浦安市スポーツ協会事務局 ☎723・9387、☎office@urayasu-spokyo.orgへ

問 (一社)浦安市スポーツ協会事務局(市民スポーツ課) ☎1039447



募集

会計年度任用職員

- 期末手当あり
- 交通費は別途支給
- 雇用保険・社会保険加入

千鳥学校給食センター栄養士(育児休業代替職員)

勤務日時 7月1日～令和6年3月31日の月～金曜日午前8時～午後4時

勤務場所 千鳥学校給食センター

対象 栄養士の免許をお持ちの方、1人

勤務内容 アレルギー対応食の管理業務、事務作業など

時間給 1129円

申込 5月24日(水)午後5時までに、電話で、人事課 ☎712・6135へ

※面接は5月25日(木)

問 人事課 ☎1039568

指導課職員

●言語聴覚士

勤務日時 令和6年3月31日までの月～金曜日午前9時～午後5時

勤務場所 教育センター(富岡小学校内)

対象 言語聴覚士の免許をお持ちの方、1人

勤務内容 特別な教育的支援を必要とする幼児、児童・生徒などの支援

時間給 2400円 ☎1035740

●心身障がい児支援員

勤務日時 令和6年3月31日までの月～金曜日午前8時15分～午後4時(学校休業日、長期休業中を除く)

勤務場所 市立小・中学校

定員 2人

勤務内容 特別支援学級などに在籍する児童・生徒の学校生活の支援

時間給 1049円 ☎1034322

共通

申込 5月31日(水)(必着)までに、履歴書《教育センター(富岡小学校内)で配布、または市ホームページからダウンロード。本人が自筆で作成。年齢は記入日現在で記入。志望の動機欄に希望する職種を明記》、免許証の写し、返信用封筒(94円切手を貼り自分のあて名を記入)を、直接または郵送で、

〒279-0021富岡1-1-1教育センターへ ※後日面接あり

問 教育センター ☎381・7961(指導課)

非常勤職員

バルドラル浦安アリーナ窓口スタッフ

勤務日時 6月1日～令和6年3月31日午後5時～9時30分(土・日曜日、祝日を含む週3日程度)

勤務場所 バルドラル浦安アリーナ

対象 市内または市近隣に在住の18歳以上(高校生不可)の方、2人程度

勤務内容 受付・窓口業務や施設の補助業務など

時間給 1025円 ※交通費は別途支給。土・日曜日、祝日は別途手当あり

申込 5月31日(水)午後9時までに、電話で、バルドラル浦安アリーナ ☎355・1110へ

問 バルドラル浦安アリーナ(市民スポーツ課) ☎1039548

市民委員

健康うらやす21推進検討委員会委員

任期 7月1日～令和7年6月30日

対象 市内在住の18歳以上(7月1日現在)で体・心の健康づくりや食育に関心がある方、4人程度

内容 年1～3回程度(主に平日の昼間)の会議への出席

報酬 会議1回出席につき9000円(源泉徴収あり)

申込 6月9日(金)(必着)までに、応募動機と健康づくりに関する意見など(様式不問・800字以内)・住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を記入したものを、直接または郵送、Eメール(Eメールは件名を「健康うらやす21推進検討委員会委員応募」)で、〒279-8501浦安市役所健康増進課(健康センター1階)、☎kenzo@city.urayasu.lg.jpへ

※応募動機により選考

問 健康増進課 ☎381・9059 ☎1039540

子ども・子育て会議委員

任期 7月1日～令和7年6月30日

対象 市内在住の18歳以上(7月1日現在)で、次のいずれかの要件を満たす方、3人程度

①市内の保育園・幼稚園・認定こども園に通園する子どもの保護者

②市内の児童育成クラブに通う子どもの保護者

③3歳以下の子どもを在宅で子育てしている保護者

④子ども・子育て施策に関心を持ち、積極的にご意見をいただける方

※多数は応募動機などにより選考。未就学児の保育あり。市のほかの審議会などの委員をしている方を除く

内容 年4回程度の会議に出席し、意

見を述べる

報酬 会議1回出席につき9000円(源泉徴収あり)

申込 6月5日(月)(必着)までに、応募動機(様式不問・800字以内)・住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢・職業・電話番号・Eメールアドレス・保育の有無・対象区分(①～④)を記入したものを、直接または郵送、Eメールで、〒279-8501浦安市役所こども課(市役所2階)、☎kodomo@city.urayasu.lg.jpへ

問 こども課 ☎712・6419 ☎1018267



お知らせ

情報

フードドライブにご協力ください

フードドライブとは、家庭で余っている食品を持ち寄り、関係機関やフードバンクを通じて福祉団体や子ども食堂へ提供する活動のことです。

ご家庭に眠っている食品がありましたら、ぜひお持ちください。

時 6月30日(金)まで(土・日曜日を除く)

所 社会福祉協議会(総合福祉センター内)、ごみゼロ課(市役所6階)、各駅前行政サービスセンター

対象 乾麺・防災食、缶詰・瓶詰、レトルト食品、インスタント食品など

※賞味期限が明記されていて、6月30日

から2カ月以上の食品のみ受け付け

問 ごみゼロ課 ☎712・6485 ☎1030399

特設人権相談所の開設

6月1日は人権擁護委員の日です。この日、全国一斉に特設人権相談所を開設します。セクハラやパワハラ、暴力、虐待、いじめ、インターネットによるひぼう中傷、差別、隣近所とのめごとなどの人権問題について、法務大臣から委嘱された人権擁護委員が相談に応じます。

時 6月1日(木)午前10時～正午、午後1時～3時

所 多様性社会推進課(文化会館2階)

定員 先着各2組

申込 電話またはEメール(住所・氏名・電話番号)で、多様性社会推進課 ☎712・6803、☎tayousei@city.urayasu.lg.jpへ

問 多様性社会推進課 ☎1016672

5月の納税

軽自動車税 全期
納期限 5月31日(水)

納税は、口座振替が便利です。市県民税(普通徴収分)、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税の口座振替の手続きには、次の3つの方法があります。

- ①通帳と届け出印を持って、直接、金融機関窓口へ
- ②本人確認ができるものご自身のキャッシュカードを持って、担当

課窓口へ
③担当課に連絡(口座振替依頼用ハガキを送付します)

また、スマートフォン決済アプリを利用して納付することもできます。※納期限を過ぎると延滞金が生じる場合があります

問 収税課 ☎712・6229 ☎1014341

令和5年度

墓地公園特別枠募集

墓地公園では、以下に該当する方を対象に特別枠（生前枠・改葬枠）の募集を行います。
 【問】環境衛生課 ☎712・6526



特別枠の種類	
生前枠	将来ご自分が亡くなった場合に備えて、墓地公園で生前申し込みを希望する方
改葬枠	すでにお寺などに埋蔵した焼骨がある方で、墓地公園への改葬（焼骨を移すこと）を希望する方
墓地の種類	
通常墓所(3.0㎡区画)	決められた区画内に墓碑を設置し、その下に焼骨を埋蔵する、緑鮮やかな家族墓
小型墓所(1.5㎡区画)	
樹林墓地	樹林を墓標として、その下に焼骨を埋蔵する共同埋蔵方式のお墓

募集の区分	
通常墓所・小型墓所	
▶生前枠…各30人 ▶改葬枠…各30人	
樹林墓地	
▶生前枠(1体用・2体用)…200人程度 ▶改葬枠…50人程度	
※多数は抽選。樹林墓地の生前枠については、当選倍率が同程度になるよう各区分の申込者数に応じて、当選人数を割り振ります	

費用	
通常墓所	
▶使用料…45万円(30年分) ▶管理料…年5610円(消費税込)	
小型墓所	
▶使用料…22万5000円(30年分) ▶管理料…年2800円(消費税込)	
樹林墓地	
▶使用料…12万円(1人または1焼骨につき)	
申込	
期間	

6月1日(木)～30日(金)午後5時まで

申込書を、直接、環境衛生課（市役所6階）へ。申し込みには**84円切手（募集区分1つにつき1枚）が必要となります**。資格要件など、詳しくは、募集案内または市ホームページをご覧ください。
 ※申込書と募集案内は、市ホームページからダウンロード、または6月1日(木)から環境衛生課・墓地公園管理事務所配布

ID 1039477

浦安市職員の募集

採用予定日 令和6年4月1日 募集職種など 下表のとおり

募集職種	受験資格(学歴は問いません)	採用予定人数
行政事務上級(A)	平成7年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方	10人程度
建築	昭和63年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方で、建築の専門課程を修了している方、もしくは令和6年3月31日までに建築の専門課程を修了する見込みの方	若干名
土木	昭和63年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方で、土木の専門課程を修了している方、もしくは令和6年3月31日までに土木の専門課程を修了する見込みの方	

採用予定日 令和5年10月1日 募集職種など 下表のとおり

募集職種	受験資格(学歴は問いません)	採用予定人数
行政事務上級(B)	平成7年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方	3人程度
作業療法士	昭和58年4月2日以降に生まれた方で、作業療法士の免許を有する方	若干名

第一次試験日

6月18日(日)

申込

5月15日(月)～6月1日(木)に、ちば電子申請サービス <https://apply.e-tumo.jp/city-urayasu-chiba-u/> (右記二次元コード) から申し込み
 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください



障がいのある方へ

「障害者の雇用の促進等に関する法律」に基づいて障がいのある方の雇用促進に努めています。また、受験にあたって拡大文字による問題冊子の提供などの特別措置がありますので、希望する方は、申し込み時にお申し出ください。

【問】人事課 ☎712・6132

ID 1039555

浦安市市制施行40周年記念 Let's enjoy! 三番瀬

6月
4日(日)

三番瀬海岸親水施設

干潟観察会

時 午前11時～午後1時 ※午前9時から、日の出北公園で受け付け

対象 小学生以上の方、当日先着100人
※小学生は保護者の付き添いが必要
※同日開催の「うらやす三番瀬感謝祭」の参加者に限ります。詳しくは、浦安三番瀬を大切にしようホームページ<https://ura3banze.ciao.jp>をご覧ください

内容 干潟の生物を探す **持ち物** むれてもいい靴（サンダルは不可）

干潟の水族館

時 午前11時～午後3時 **内容** 干潟の生物との触れ合い

※申込不要、直接会場へ

三番瀬海岸親水施設一般開放

時 午後2時～3時 ※申込不要、直接会場へ。生物観察・カニ釣り体験の参加希望者は、長靴を持参してください

三番瀬環境観察館

※申込不要、直接会場へ

展示

時 午前10時～午後4時

内容 三番瀬や堀江中学校科学部の活動紹介など

出店

時 午前10時～午後4時

内容 キッチンカー、野菜・お菓子・パンなどの販売、クイズなど

貝がらアート講座

時 午前11時～午後3時 **内容** 貝がらを使った作品作り

郷土博物館出張講座

時 午前11時～午後4時 **内容** 貝の見分け方などを学ぶ

問 環境保全課 ☎352・6482

ID 1039236

課税・非課税証明書

コンビニ交付のサービス休止

コンビニ交付による課税・非課税証明書の発行は、データ更新に伴い、以下のとおり休止します。なお、市民税課（市役所2階）や各駅前行政サービスセンターでは発行できます。

期間 6月7日(水)～8日(木)

問 市民税課 ☎712・6212

ID 1039479

明海・高洲公園エリア整備に関するアンケート

市は、高洲海浜公園に隣接する市有地について「明海・高洲公園エリア」として公園の整備を計画しています。公園整備にあたって、利用する方のニーズを把握することを目的として、アンケートを実施します。

期間 5月28日(日)まで

回答方法 ちば電子申請サービス <https://apply.e-tumo.jp/city-urayasu-chiba-u/>（右記二次元コード）から回答



問 みどり公園課 ☎712・6728

ID 1039587

6月
15日(木)

うらやすまるごと こども広場

チャレンジ紙コップタワー

ID 1036112

時 午後1時15分～3時 **定員** 当日先着5組（入れ替え制）

大きな折り紙でチーバくんを折ろう

ID 1036113

時 午前10時15分～正午、午後2時30分～4時

※材料がなくなりしだい終了

電車で遊ぼう

ID 1036319

時 午前10時15分～正午、午後1時15分～3時

定員 当日先着各10組

チーバくんとハイチーズ!

ID 1039566

時 午後1時30分～2時

共通

所 高洲児童センター

対象 18歳未満の方 ※未就学児は保護者の付き添いが必要

問 高洲児童センター ☎304・0315

映画上映会「若おかみは小学生！」

ID 1039590

時 午前11時～午後0時35分（開場＝10時30分）

所 文化会館 **定員** 当日先着355人

問 文化会館 ☎353・1121

風鈴の絵付けをしよう

ID 1032328

時 午前10時～11時30分、午後1時～午後3時

所 郷土博物館

対象 小学生以上の方、先着各12人 **費用** 1000円

申込 5月16日(火)午前8時30分から、電話で、郷土博物館☎305・4300へ、または5月16日(火)午前9時30分から、直接、郷土博物館へ

問 郷土博物館

えほんのじかんスペシャル

ID 1039501

時 午前10時30分～11時

※各分館は開催時間が異なります。詳しくは、お問い合わせください

所 ①中央図書館、②各分館

対象 2歳～小学生の子どもとその保護者、当日先着①50組、②各30組

問 中央図書館 ☎352・4646



古紙配合率
70%の再生紙を
使用しています。



見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。



浦安市

発行/浦安市
〒279-8501
千葉県浦安市猫実一丁目1番1号

☎047・351・1111 (代表)
編集/企画部広聴広報課
<https://www.city.urayasu.lg.jp>