

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。



催し

スポーツ

海と夕日を望むリゾートウォーク



時 9月30日(土)午後3時50分～6時
※雨天中止
所 運動公園
対象 市内在住の方、先着100人
※小学生以下は保護者の付き添いが必要
内容 舞浜ホテル群外周を歩く
費用 200円
申込 9月1日(金)午前9時から、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
問 スポーツ推進委員連絡協議会事務局(市民スポーツ課内)
☎712・6819 ID 1037125

総合体育館スポーツコース

①栄養カウンセリング
対象 16歳以上の方、先着各6～8人
内容 食事や栄養の相談会
※日程など、詳しくは、バルドラール浦安アリーナホームページ <https://www.urayasu-zaidan.or.jp/taiikukan/> をご覧ください
ID 1037122

②筋力診断～測って知ろう足の筋力～
時 9月26日(火)午前9時30分～11時30分
対象 40歳以上の方、先着30人
※市内在住・在勤の65歳以上の方が優先
内容 下肢筋力の測定
費用 500円 ID 1040387

③弓道
時 10月7日～11月25日毎週土曜日午後4時～6時(全8回)
対象 16歳以上の初心者、先着14人
※初めて参加する市内在住・在勤・在学の方が優先
内容 弓道の基本
費用 2900円 ID 1037119

共通
申込 ①9月1日(金)・②4日(月)午前9時から、直接または電話で、バルドラール浦安アリーナ ☎355・1110 へ、③9月4日(月)午前9時から、バルドラー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 バルドラール浦安アリーナ(市民スポーツ課)

中央武道館スポーツコース

●ピラティス
時 10月4日～25日毎週水曜日午前11時15分～午後0時45分(全4回)

対象 16歳以上の方、先着40人
※市内在住・在勤・在学の方が優先。保育あり(1歳以上の未就学児、先着2人)

内容 心と体のバランスを整える
費用 2400円(保育ありは10月4日時点で1歳=4200円、2歳以上=3600円) ID 1040351

●太極拳

時 10月14日～11月11日毎週土曜日午後1時15分～2時45分(全5回)
対象 16歳以上の方、先着20人
※市内在住の方が優先
内容 太極拳の基本
費用 1700円 ID 1040358

共通

申込 9月5日(火)午前9時から、電話で、中央武道館 ☎380・2100 へ、または中央武道館ホームページ <https://www.urayasu-zaidan.or.jp/budokan/> から申し込み
問 中央武道館(市民スポーツ課)

屋内水泳プールスポーツコース～アクアスポーツライフ～

時 9月22日～10月27日毎週金曜日午前9時30分～10時30分(全6回)
対象 16歳以上の方、先着30人
※市内在住・在勤の65歳以上の方が優先
内容 運動不足解消など
費用 3600円
申込 9月4日(月)午前9時から、直接または電話で、バルドラール浦安アリーナ ☎304・0030 へ
問 バルドラール浦安アリーナ(市民スポーツ課) ID 1040390

運動公園スポーツコース～アーチェリー～

時 10月7日～11月4日毎週土曜日午前10時～正午(全5回)
対象 16歳以上の初心者、先着15人
※初めて参加する市内在住・在勤・在学の方が優先
内容 アーチェリーの基本
費用 2700円
申込 9月4日(月)午前9時から、バルドラー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 バルドラール浦安アリーナ ☎355・1110(市民スポーツ課) ID 1037126

秋季市民体育大会

●トリムバレーボール

時 10月9日(祝)午前9時20分～午後6時(受付=9時～)
所 バルドラール浦安アリーナ
種目 女子の部、混合の部(プレー中に男女各2人以上が必ずコートに入ること)※1チーム6～12人。各部の二重登録不可
費用 1チーム1500円(保険料を含む)
申込 9月9日(土)までに、浦安市トリムバレーボール協会ホームページ <http://www.u-trimvoll.com> から申し込み
問 森(浦安市トリムバレーボール協会) ☎080・2672・2775 ID 1040350

郷土博物館 Folk Museum

☎305・4300

体験講座は、事前申し込み制(開催日の1カ月前から受け付け)で、定員になりしだい締め切り。電話での申し込みは午前8時30分～午後5時
※毎週月曜日(9月18日(祝)は開館)、9月19日(火)・29日(金)は休館

●境川乗船体験

時 10月7日(土)午前10時～11時30分
※雨天中止
対象 小学校3年生以上(小学校1・2年生は保護者の付き添いがあれば参加可)、12人
内容 木造船に乗り町を眺める
ID 1039625

●郷土料理教室

時 10月9日(祝)午前11時～午後1時
対象 小学校3年生以上、12人
内容 貝むき体験、あさりめし・ふうかし作り
費用 300円 ID 1018162

●ゴルフ

時 10月18日(水)午前7時30分～午後4時30分(受付=7時～)
所 南総カントリークラブ(市原市上高根)
対象 市内在住・在勤の18歳以上の方、先着120人
競技方法 18ホールストロークプレー(ペリア・スクラッチ方式)
費用 1万7000円(飲食代を含む)
申込 9月1日(金)午前10時から、ファクスまたはEメール(住所・氏名・年齢・性別・電話番号・キャディー希望の有無)で、浦安市ゴルフ協会事務局 ☎702・5213、kinoshita@supple-editions.com へ
問 木下(浦安市ゴルフ協会) ☎090・1407・3196 ID 1040333

●卓球(個人戦)

時 10月22日(日)午前9時～午後5時
所 バルドラール浦安アリーナ
対象 市内在住・在勤・在学の方
種目 一般の部=男女別、ランク別《1～3部(初心者を含む)》、中学生の部=男女別、学年別
費用 700円(中学生は200円)
申込 9月19日(火)までに、申し込みフォーム <https://forms.office.com/r/X5SHC1Haku> から申し込み
問 八木(浦安市卓球連盟) ☎350・7898 ID 1040378(市民スポーツ課)

映画・コンサート

名作映画鑑賞会

時・内容 9月9日(土)=わが谷は緑なりき(監督:ジョン・フォード、1941年、米国映画、118分)、10日(日)=市民ケーン(監督:オーソン・ウェルズ、1941年、米国映画、119分)※時間はいずれも午後2時～
所 中央図書館
定員 当日先着各100人
問 中央図書館 ☎352・4646 ID 1040296

ぽっと楽コンサート

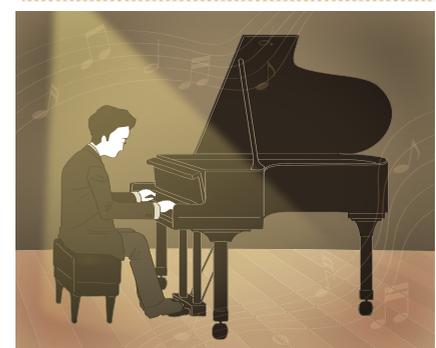
時 9月13日(水)午後3時～3時30分
所 文化会館
定員 当日先着56人
内容 J.イルマル:バーデン・ジャズ組曲《建孝三氏(ギター)》
問 文化会館 ☎353・1121(生涯学習課) ID 1040362

声優朗読劇フォアレゼン「対決」

時 10月15日(日)午後3時～4時40分(開場=2時)
所 文化会館
対象 小学生以上の方、先着1100人
内容 朗読劇、トークショー《岸尾だいすけ氏・笠間淳氏・広瀬裕也氏・中澤まさと氏(声優)、中野振一郎氏(チェンバロ)》
費用 4500円(さくらメイトは3900円、

高校生以下は2000円)
※チケットは、9月2日(土)午前10時から、文化会館・市民プラザで発売。電話予約は、9月2日(土)午後2時から、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) ID 1040361

街角ライブ&コミュニケーション Uスタイル



時 10月19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120人
出演 桐榮哲也氏(ピアニスト)
費用 1000円(さくらメイトは800円)
※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 1040400

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「こちら浦安情報局(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
9月1日(金)
○商工会議所って
どんなところ?
2日(土)～8日(金)
○若者のための
夏休みボランティア
9日(土)～15日(金)
○減災のすすめ
※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

歌声カルテットの昭和歌謡コンサート

時 12月9日(土)午後2時~4時(開場=1時30分)
所 市民プラザ
定員 先着230人
出演 歌声カルテット
費用 3000円(前売りは2500円、さくらメイト・障害者手帳をお持ちの方は2300円)
※全席自由。チケットは、9月5日(火)午前10時から、市民プラザ・文化会館で発売。電話予約は、9月5日(火)午後2時から、市民プラザ ☎350・3101、文化会館 ☎353・1121で受け付け
問 市民プラザ (生涯学習課) ☎1040363

イベント

児童生徒科学作品展

時 9月9日(土)・10日(日)午前9時~午後4時30分、11日(月)午前9時~正午
所 文化会館
問 指導課 ☎712・6775 ☎1030267

ミドル・シニア世代のための釣り入門講座

時 10月3日(火)午前9時~午後4時
所 横浜沖(神奈川県横浜市)
対象 市内在住・在勤の30歳以上の方、100人(多数は抽選)
内容 釣りを楽しむ
費用 4000円
申込 9月8日(金)(必着)までに、直接または往復ハガキ(往信用=講座

名・住所・氏名・年齢・電話番号、返信用=自分のあて名)で、〒279-0021 富岡3-1-7富岡公民館へ、または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
問 富岡公民館 ☎354・2631 ☎1040328

市制施行40周年記念 第7回浦安市写真展



時 9月9日(土)~16日(土)午前10時~午後5時、17日(日)午前10時~11時
所 市民プラザ
内容 市民による写真作品の展示
問 市民プラザ ☎350・3101 (生涯学習課) ☎1023687

イングリッシュカフェ

時 9月24日(日)午後1時30分~3時30分
所 国際センター(マール内)
対象 15歳以上(中学生を除く)の方、20人(多数は抽選)
内容 少人数のグループに分かれ、英語が母国語の方と交流
費用 500円
申込 9月18日(祝・月)午後5時までに、U I F A (浦安市国際交流協会) ホームページ https://www.uifa-urayasu.jp/translation から申し込み
問 U I F A事務局 ☎381・5931 (地域振興課) ☎1032447

jp/translation から申し込み
問 U I F A事務局 ☎381・5931 (地域振興課) ☎1032447

ゆ〜ゆ〜カーニバル

時 10月15日(日)午前10時~午後3時30分
所 浦安鉄鋼会館周辺
内容 タレントショー《はなわ氏(お笑いタレント)、布施辰徳氏(ものまねタレント)》、鉄を使った工作、鉄鋼団地の工場見学(小学校3年生以下は保護者の付き添いが必要)、縁日、ミニSSL、キッチンカーの出店、鉄鋼団地商店街など
※鉄鋼団地の工場見学の申し込みは、電話で、浦安鉄鋼団地協同組合事務局 ☎350・5311へ
問 浦安鉄鋼団地協同組合事務局 (商工観光課) ☎1015370

「うらやすシンフォニエッタ」2023 参加メンバー募集

時 11月18日~令和6年2月17日の土曜日午後6時15分~9時15分=練習(全9回)、3月2日(土)午後2時~4時=本番
所 J:COM浦安音楽ホール
対象 15歳以上(中学生を除く)で、練習に6回以上参加できるアマチュア弦楽器奏者、先着15人程度
講師 クアルテット・エクセルシオ(弦楽四重奏)
費用 1万円(高校生は7000円)
申込 9月2日(土)午前9時から、申込書(J:COM浦安音楽ホールで配布、またはJ:COM浦安音楽ホールホームページ https://www.urayasu-concerthall.jp からダウンロード)を、直接またはファクス、

Eメールで、J:COM浦安音楽ホール ☎382・3036、✉info@urayasu-concerthall.jpへ
問 J:COM浦安音楽ホール ☎382・3035 (生涯学習課) ☎1040365

講座・講演

U I F A外国語講座(後期)の募集

U I F A(浦安市国際交流協会)で開催している外国語講座の受講生を募集します。
講座の内容や申込方法など、詳しくは、U I F Aホームページ https://www.uifa-urayasu.jp をご覧ください。
募集期間 9月1日(金)午前9時~8日(金)午後5時
問 U I F A事務局 ☎381・5931 (地域振興課) ☎1029996

聞こえのサポーター(筆談)講座

時 10月2日~30日毎週月曜日午後2時~4時(10月9日(祝・月)を除く。全4回)
所 東野パティオ
対象 市内在住・在勤・在学の18歳以上(高校生を除く)の方、先着15人
内容 筆談の技術を学ぶ
申込 9月1日(金)午前9時から、電話またはファクス、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、☎355・5277、✉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) ☎1040422

9月の相談

※記述のないものは、祝日は休み・予約不要・電話相談不可

Table with 3 columns: Category (e.g., 総合相談, 高齢者の総合相談), Time, and Contact Info. Includes various services like legal, administrative, and tax consultations.

Table with 3 columns: Category (e.g., 消費生活, 女性のための相談), Time, and Contact Info. Includes services like consumer life, women's support, and child development.



子育て・教育

子ども

図書館の催し



①赤ちゃんといっしょにえほんのじかん

時 9月15日(金)午前11時～11時20分
所 中央図書館
対象 6カ月～2歳児とその保護者
内容 わらべうたや絵本の読み聞かせ
ID 1040301

②おはなし会

時 9月16日(土)午後2時30分～3時
所 中央図書館
対象 5歳～小学生
内容 昔話や創作のお話 **ID** 1040300

③親子で楽しむ絵本講座

時 10月7日(土)・14日(土)午前10時～11時30分(全2回)
所 中央図書館
対象 平成31年4月2日～令和3年10月1日生まれの子どもとその保護者、先着15組 ※保育あり(1歳以上の未就学児、先着5人)

内容 読み聞かせ、保護者向け講義など
ID 1040349

④えほんのじかん

時・所 毎週火～土曜日＝中央図書館、毎週木曜日＝各分館 ※時間はいつでも午後3時30分～4時
対象 2歳以上の子どもとその保護者
内容 親子で絵本を楽しむ
ID 1040299

共通

申込 ③9月5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
 ※①②④は申込不要、直接会場へ
問 中央図書館

ファミリー・サポート・センター説明会

時 9月9日(土)・21日(木)・10月7日(土)・19日(木)午前10時～正午
所 総合福祉センター
対象 市内在住・在勤の小学生以下の子どもの保護者、妊婦、または子育ての援助を行いたい方
内容 子育ての援助をしてほしい方、援助をしたい方の会員相互による子育て援助活動の説明会
申込 電話で、ファミリー・サポート・センター ☎700・6601へ
問 ファミリー・サポート・センター(こども課) **ID** 1029069

eスポーツ大会

時 9月24日(日)午後2時～4時
所 青少年館
対象 市内在住・在学の小・中学生、

先着16人

内容 ゲームの実力を競う

申込 9月3日(日)午前9時から、直接または電話で、青少年館 ☎700・6203へ
問 青少年館

(青少年課) **ID** 1040396

うら・らめ～の催し

①子連れヨガ

時 9月12日(火)午前10時～正午
対象 3歳以下の子どもとその保護者、先着12組
内容 親子でヨガを楽しむ
費用 1000円 **ID** 1040367

②ハワイアンリトミック

時 9月21日(木)午前10時30分～11時30分
対象 3歳以下の子どもとその保護者、先着10組
内容 ハワイの音楽でリズム遊び
費用 500円 **ID** 1040366

共通

申込 ①9月4日(月)・②5日(火)午後1時から、直接または電話で、うら・らめ～ ☎316・5777へ
問 うら・らめ～
 (青少年課)

こどもの広場の催し

●広い駐車場でダイナミックにらくがきしよう

時 9月22日(金)午前10時～11時、午後3時～4時

対象 市内在住の小学生以下、当日先着各20人 ※未就学児は保護者の付き添いが必要

内容 チョークを使って絵を描く
ID 1040395

●うらっこ夕涼み映画会

時 9月30日(土)午後5時45分～6時30分
 ※雨天は10月7日(土)に延期
対象 市内在住の小学生以下の子どもとその保護者、50人(多数は抽選)
内容 懐中電灯を使ったシアター遊び、映画鑑賞
申込 9月19日(火)午後5時までに、こどもの広場ホームページ <https://kodomonohiroba.com> から申し込み
ID 1040393

共通

問 こどもの広場 ☎350・1010
 (青少年課)

総合体育館スポーツコース～産後エクササイズ～

時 9月27日(水)・10月11日(水)・25日(水)・11月8日(水)午前11時20分～午後0

時20分(全4回)

対象 2～9カ月児とその母親、先着15組 ※市内在住・在勤・在学の方が優先。保育あり(1歳以上の未就学児、先着6人)

内容 乳幼児と一緒に産後ケアの運動

費用 3600円(保育ありは4800円)

申込 9月4日(月)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) **ID** 1040386

ふたごちゃん・みつごちゃん親子、多胎児妊婦さん集まれ

時 10月12日(木)午後1時30分～3時
所 子育て支援センター
対象 市内在住の未就学児の双子・三つ子とその保護者および多胎児妊婦、先着5組
内容 保護者同士の情報交換、ファミリー・サポート・センターの登録や補助金についての説明など
 ※登録もできます(別途費用が必要)
申込 9月1日(金)午前9時から、電話で、子育て支援センター ☎351・1176へ
問 子育て支援センター(こども課) **ID** 1036080

中央武道館スポーツコース～ちびっこ武道体験～

●なぎなた
時 10月7日～21日毎週土曜日午前11時30分～午後0時15分(全3回)
対象 小学校1・2年生、先着15人
 ※市内在住・在学の方が優先
内容 なぎなたの基本 **ID** 1040357

●少林拳法
時 10月15日～29日毎週日曜日午後1時15分～2時(全3回)
対象 小学校1・2年生、先着40人
 ※市内在住・在学の方が優先
内容 少林拳法の基本 **ID** 1040356

共通
費用 900円
申込 9月6日(水)午前9時から、電話で、中央武道館 ☎380・2100へ、または中央武道館ホームページ <https://www.urayasu-zaidan.or.jp/budokan/> から申し込み
問 中央武道館
 (市民スポーツ課)

広報うらやす ご意見募集

広報うらやすをご覧になった感想などを、携帯電話やパソコンなど、インターネットを利用してお伺いします。ご協力いただける方は、バーコードリーダーで、右記の二次元コードを読み取るか、<https://monitor.city.urayasu.chiba.jp/form/public/public/koho>へアクセスし、専用フォームから回答してください。

今回のアンケートの回答期限は、9月14日(木)です。

問 広聴広報課



二次元コード

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

会員募集

●ダンス

最新のカントリーミュージックに合わせて楽しく踊れます。

時 毎月第2・4水曜日午後7時15分～8時45分

所 美浜公民館ほか

費用 月3500円

問 平田 ☎080・1035・0690(カントリーダンスステッピインウラヤス)

催し物

●「わくわくコンサート」「おんがくミュージアム」

午前は0歳～、午後は小学生にオ

スズメの参加型コンサート。

時 9月18日(祝)午前11時～正午、午後3時～4時

所 J:COM浦安音楽ホール

費用 各1100円(1歳以下は無料)

問 沼田 ☎353・6350(エヌ・ムジーク)

●Rainbow Dew Concert

今年で12回目、懐かしい曲を皆さまとともに楽しみましょう。

時 9月30日(土)午後1時30分～5時

所 市民プラザ

問 内田 ☎090・8495・8547(Rainbow Dew)

子どもの成長応援臨時給付金

物価高騰の影響を受ける子育て世帯に対して、給付金を支給します(所得制限はありません)。

対象

次のいずれかに該当する子どもを養育している方
 ▶令和5年4月30日時点で浦安市に住民登録がある、平成20年4月2日～令和5年4月1日生まれの子ども
 ▶出生後初めての住民登録地が浦安市で、令和5年4月2日～令和6年4月1日生まれの子ども

支給金額

子ども1人につき1万円

※申請方法など、詳しくは、市ホームページをご覧ください

問

こども課 ☎712・6424

ID 1040347

健康・福祉

福祉

シニアのための健康づくりパネル展

時 9月11日(月)～28日(休)午前8時30分～午後5時(土曜日、祝日を除く。11日(月)は正午～)
所 市民ホール(市役所1階)
内容 健康づくりについてのパネル展示や筋力測定など
 ※申込不要、直接会場へ。体験の内容など、詳しくは、市ホームページをご覧ください
問 高齢者包括支援課 ☎712・6389 ID 1040290

ゆうゆう元気塾

時 9月29日(金)午後1時30分～3時
所 Uセンター
対象 市内在住の60歳以上の方、先着50人
内容 バランスのよい食事や認知症についての講話など
申込 9月1日(金)午前9時から、電話で、高齢者包括支援課☎712・6389へ
問 高齢者包括支援課 ID 1040406

手話言語の国際デー

毎年9月23日は「手話言語の国際デー」です。今年のテーマは「世界中のろう者が、どこでも手話言語でコミュニケーションできる社会へ!」です。市では、「浦安市手話言語等の理解及び普及の促進に関する条例」の「手話が言語である」という趣旨のもと、手話言語などの普及や聴覚に障がいのある方への理解を促進するため、さまざまな施策を推進しています。今回、市では、浦安市役所の電光掲示板の照明を青く点灯させます。
問 障がい福祉課 ☎712・6393 ID 1040394

バイシニア浦安「支え合い研修」

時 9月22日(金)午後1時30分～3時30分
所 東野パティオ
定員 先着5人
内容 講座「これから流行する感染症に備える」《川上和美氏(順天堂大学医療看護学部感染看護学准教授)、原

光寛氏(順天堂大学医療看護学部感染看護学助教)》
申込 電話で、バイシニア浦安事務局(高齢者福祉課内) ☎381・9071へ ※バイシニア浦安会員は、所属する会から別途申し込み
問 バイシニア浦安事務局 ID 1040402

認知症サポーター養成講座

時 9月20日(水)午前10時～11時30分
所 中央公民館
定員 先着15人
内容 認知症についての正しい理解、認知症の方への接し方など
申込 9月1日(金)午前9時から、電話またはファクス(講座名・住所・氏名・電話番号)で、浦安駅前地域包括支援センター(ともづな浦安駅前) ☎351・8950、☎351・8955へ
問 ともづな浦安駅前(高齢者包括支援課) ID 1023500

車いす・白杖体験講座

時 9月28日(水)午前10時～正午
所 総合福祉センター
対象 市内在住・在勤・在学の方、先着8人
内容 車いすや白杖の使用方法など
申込 電話またはファクス、Eメール(講座名・氏名・電話番号)で、浦安市ボランティアセンター☎380・8864、☎355・5277、✉vc@urayasushi-shakyo.jpへ
問 浦安市ボランティアセンター(社会福祉課) ID 1035972

オカリナ演奏ボランティア体験講座

時 9月27日(水)午前10時～11時30分
所 東野パティオ
対象 市内在住・在勤・在学の小学生以上の方、先着10人
内容 サロンなどでオカリナ演奏を行うためのボランティア体験講座
申込 電話またはファクス、Eメール(講座名・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、☎355・5277、✉vc@urayasushi-shakyo.jpへ
問 浦安市ボランティアセンター(社会福祉課) ID 1037260

ゲンキッズ体操

時 9月24日(日)午後1時15分～2時15分
所 中央武道館

対象 知的障がい・発達障がいのある小学生、先着10人 ※保護者の付き添いが必要。市内在学の方が優先
内容 楽しく体を動かす
費用 300円
申込 9月5日(火)午前9時から、中央武道館ホームページ <https://www.urayasu-zaidan.or.jp/budokan/> から申し込み
問 中央武道館 ☎380・2100 (市民スポーツ課) ID 1037128

初心者向けスマートフォン講習会

時・所 10月3日(火)午前10時～=日の出公民館、6日(金)午前10時～=当代島公民館、10日(火)午前10時～=高洲公民館、13日(金)午前10時～=まちづくり活動プラザ、17日(火)午後2時～=富岡公民館、20日(金)午後2時～=高洲公民館 ※時間はいずれも2時間
対象 スマートフォンをお持ちの方、先着各20人
内容 情報検索、地図の使い方、二次元コードの読み取り方など
申込 9月1日(金)午前9時から、電話で、パソコンプラザ☎305・6200へ、またはパソコンプラザホームページ <https://pasocom.net/deji2023> から申し込み
問 パソコンプラザ(高齢者包括支援課) ID 1040377

シニアいきいきサロン「ハゼ釣り体験」

時 9月13日(水)午後0時30分～3時 ※午後0時30分に高洲公民館(エスレ高洲内)に集合。雨天は9月15日(金)に延期
対象 市内在住でおおむね60歳以上の方、先着20人
内容 境川でハゼ釣り体験
費用 1000円(釣りざお代・エサ代)
申込 電話またはファクス、Eメール(住所・氏名・年齢・電話番号)で、宇貞(シニアいきいきサロン) ☎090・5199・9371、☎350・3417、✉kiyoshige2014@outlook.jpへ ※受け付けは午前9時～午後6時
問 宇貞(高齢者福祉課) ID 1026983

チャレンジド・サッカー広場

時 9月16日(土)午前9時30分～11時(開場=9時15分)
所 ブリオベッカフィールド明海
対象 市内在住・在学の未就学児また

は小・中学生で知的障がい・発達障がいがある方とその保護者、先着25組
内容 サッカーボールを使ったレクリエーションなど
申込 (-社)浦安市サッカー協会ホームページ <https://urayasu-fa.chiba.jp> から申し込み
問 インクルーシブフットボールプロジェクト2023 ☎090・9341・8644 (障がい事業課) ID 1040344

シルバー人材センター入会説明会

シルバー人材センターは、入会を希望する方に、下記のとおり説明会を行います。市内在住の60歳以上の健康で働く意欲のある方は、どなたでも会員になれます。

時	所
令和5年9月13日(水)	堀江公民館
19日(火)	美浜公民館
10月11日(水)	当代島公民館
16日(月)	日の出公民館
11月8日(水)	高洲公民館
20日(月)	中央公民館
12月13日(水)	富岡公民館
18日(月)	堀江公民館
令和6年1月10日(水)	美浜公民館
15日(月)	当代島公民館
2月14日(水)	日の出公民館
19日(月)	高洲公民館
3月13日(水)	中央公民館
18日(月)	富岡公民館

※時間はいずれも午後2時～。申込不要、直接会場へ
問 シルバー人材センター ☎355・4001 (高齢者福祉課) ID 1031678

廃食油と古着古布の回収日

時 9月13日(水)午前9時～午後2時
所 市民ホール(市役所1階)
 ※古着と古布は洗濯し、乾いているものを透明の袋に入れてお持ちください
問 ごみゼロ課 ☎712・6485 ID 1031672

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、福祉団体などへ提供する活動のことです。ご提供いただいた食品は、地域の支援機関やこども食堂などの福祉団体を通じて、生活に困窮している方に配布されます。ご家庭に余っている食品がありましたら、ぜひお持ちください。

受付期間 …9月19日(火)～10月31日(火)午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

受付場所 ▶社会福祉協議会 …月～金曜日午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

問 ▶市役所・各駅前行政サービスセンターでの受け付け …ごみゼロ課 ☎712・6485 ID 1030399

▶社会福祉協議会での受け付け…社会福祉協議会☎355・5271 (社会福祉課) ID 1039350

対象食品

- お米(令和4年度産以降のもの)
- パスタ
- 乾物(のり、豆など)
- 保存食品(缶詰、瓶詰など)
- フリーズドライ食品
- インスタント食品、レトルト食品
- ギフトパック(お歳暮、お中元、贈答品の余剰など)
- 調味料各種、食用油など
- 飲料(ジュース、コーヒー、紅茶など)

※受付時において賞味期限まで2カ月以上の食品のみ受け付けます

保健ガイド

お口の健康はからだの健康
「口福ひろば」

時 9月27日(水)午後2時15分～3時45分(受付=1時45分～)

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 講話、むせを予防する口腔体操、唾液腺マッサージ、浦安はつつ体操など ※初めて参加する方に舌ブラシを進呈

申込 電話で、高齢者包括支援課 ☎712・6389へ

問 高齢者包括支援課 ID 1039798

ロコモ度チェック

時 9月29日(金)午前9時30分～11時30分

所 健康センター

対象 市内在住の20歳以上の方、先着15人

内容 立ち上がりテスト、2ステップテストなど

申込 9月1日(金)午前9時から、電話で、健康増進課 ☎381・9059へ

問 健康増進課 ID 1040134

浦安介護予防アカデミア

●脳トレ教室

時 9月12日(火)午後1時30分～3時

所 東野パティオ

定員 先着20人

内容 歌やクイズ、ゲーム、ワークショップなどで脳を活性化

申込 9月1日(金)午前9時から、電話で、高齢者包括支援課 ☎712・6389へ

問 高齢者包括支援課 ID 1039925

●ウォーキング

時 9月14日(木)午前9時20分～午後0

時30分 ※新浦安駅南口階段下に集合。雨天中止

内容 大町梨街道(市川市)を歩く

持ち物 飲み物、交通費

※申込不要、直接集合場所へ

問 今野(浦安介護予防アカデミア)

☎382・0389 ID 1040171

共通

対象 市内在住のおおむね65歳以上の方(高齢者包括支援課)

富岡ぽっかぽかサロン

時 9月15日(金)午後1時30分～2時30分

所 富岡公民館

対象 市内在住の方、先着20人

内容 リハビリ専門職による講話や体操など

申込 電話で、富岡ぽっかぽか ☎380・1294へ

問 富岡ぽっかぽか(社会福祉課) ID 1039663



お知らせ

情報

700MHz利用携帯電話基地局からの電波によるテレビ受信障害

携帯電話の基地局増設に伴い、9月21日(休)から1カ月程度、猫実・富士見・堀江の地域でテレビの受信障害が起こる可能性があります。対象世帯には案内チラシを投かんじますので、影響が見られた場合は、お問い合わせください。

問 700MHzテレビ受信障害対策コールセンター ☎0120・700・012(午前9時～午後10時) (環境保全課) ID 1040397

9月10日～16日は 自殺予防週間です

自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、誰もが経験するさまざまな悩みや不安があります。自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」です。また、新型コロナウイルス感染症の影響で、生活が戻りつつある現在でも、ふだんどおりの生活ができないことや見えないウイルスへの対応に、不安やストレスを感じている方も多いのではないのでしょうか。人は話すことで癒やされます。一人で悩まず、少しでも勇気を出してご連絡ください。秘密は守られます。

●さまざまな相談先・相談方法があります

相談窓口の一覧は、市ホームページ(ID 1032389)でご覧になれるほか、市内公共施設で配布しています。

●誰でも、いつでも、できること…

あなたもほっこりさんに

ほっこりさんは、「人と人のつながりの大切さを実感する人」のことです。「人に迷惑をかけずに自分で何とかしなくちゃ」と追い込まれているとき、さりげない誰かのやさしさに救

われた経験はありませんか。そんなときにあなたの心は「ほっこり、したのではないのでしょうか。特別な資格は必要ありません。ほっこりさんは、心がけのひとつで誰でもなることができます。悩んでいる人がいたら声をかけ、温かく寄り添いながら悩みに耳を傾け、時に必要な支援を勧め、やさしく見守りましょう。



問 健康増進課 ☎381・9059

ID 1027290

9月の各種健(検)診と教室

1歳6ヵ月児健診

時 6日(水)・8日(金)午後0時50分～2時30分 ※時間指定 対象 令和4年2月生まれの子ども

内容 内科・歯科健診、フッ素塗布(希望者のみ) 持ち物 母子健康手帳、問診票

ID 1008367

3歳児健診

時 11日(月)・13日(水)午後0時50分～2時30分 ※時間指定 対象 令和2年3月生まれの子ども

内容 内科・歯科健診、尿検査 持ち物 母子健康手帳、問診票、尿検査キット

ID 1008502

始めよう! 離乳食クラス

時 10月6日(金)午前10時～、午後1時30分～ 対象 生後4～5ヵ月の子どもとその保護者、先着各25人

申込 10日(日)午前9時から、市ホームページ専用フォームから申し込み

ID 1030645

離乳食ステップアップクラス

時 26日(火)午後1時40分～ 対象 生後7～8ヵ月ごろの子どもとその保護者、先着各25人

申込 10日(日)午前9時から、市ホームページ専用フォームから申し込み

ID 1008509

離乳食完了期クラス

時 27日(水)午後1時40分～ 対象 1歳ごろの子どもとその保護者、先着15組

申込 10日(日)午前9時から、市ホームページ専用フォームから申し込み

ID 1036796

育児相談

時 27日(水)午前10時～ 対象 未就学児とその保護者、先着40人

内容 子どもの発育・発達、栄養、歯に関する相談、身長・体重測定

申込 10日(日)午前9時から、市ホームページ専用フォームから申し込み

ID 1008455

むし歯予防ビーバー教室

時 26日(火)午前10時～11時30分(30～45分程度) 対象 生後8ヵ月～1歳6ヵ月児、20人(多数は抽選)

内容 ①歯みがき準備コース、②しっかり歯みがきコース 申込 10日(日)までに、Eメール《件名「ビーバー申し込み(9月)》・希望コース・住所・子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号》で、母子保健課 ☎boshih@city.urayasu.lg.jpへ

ID 1008481

助産師相談

時 27日(水)午前10時～、10時35分～、11時10分～(各30分) 対象 市内在住の妊産婦 持ち物 母子健康手帳 ※予約制

ID 1022347

骨の健康チェック

時 25日(月)午前9時20分～11時 ※予約した時間内においでください 対象 20歳以上の方、先着60人(令和4年度に骨密度測定を受診した方、骨粗しょう症治療・経過観察中の方、自覚症状のある方を除く)

内容 骨密度測定(簡易測定のため、診断は不可)、結果説明 持ち物 健康手帳 ※予約制。4日(月)午前9時から、電話で受け付け

ID 1001122

健康チェック

時 毎週月～金曜日午前9時～午後4時(祝日、年末年始を除く) 対象 市内在住の20歳以上の方

内容 健康相談、栄養相談、血圧・体組成測定(希望者のみ) 持ち物 健康手帳、健診データ ※日時は予約時に調整

ID 1001121

歯と息に自信 爽やか健口レッスン

時 12日(火)・27日(水)午前9時30分～ 対象 市内在住の中学生以上の方

内容 歯科衛生士の個別アドバイス、口の中の細菌の個別顕微鏡観察、くせ・行動チェックシート ※予約制

ID 1001120

※会場は健康センター、予約・問い合わせは内容により、母子保健課または健康増進課へ

募集

会計年度任用職員

- 任用期間終了後、再度任用の可能性あり。後日面接あり
- 交通費は別途支給
- 災害補償あり
- 加入保険は記載のある職種のみ

市立小・中学校
学習支援室活用推進教員

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（夏季休業中の一部勤務あり）
勤務場所 市立小・中学校
対象 小学校または中学校教諭の免許状をお持ちの方、1人
勤務内容 学習支援室の運営、学習指導
時間給 1475円 ※期末手当あり
申込 履歴書《学務課（市役所7階）で配布、または市ホームページからダウンロード》、免許状の写し（免許状取得見込み証明書も可）を、直接または郵送で、〒279-8501浦安市役所学務課へ
 ※雇用保険・社会保険加入
問 学務課 ☎712・6746

ID 1040379

交通公園職員

勤務日時 10月1日～令和6年3月31

日毎週水・土曜日午前9時45分～午後4時45分
勤務場所 交通公園
対象 市内在住で、子どもたちの世話や植物の管理が好きな方、1人
勤務内容 案内誘導、屋外の軽作業など
時間給 1033円
申込 9月15日(金)午後5時(必着)までに、履歴書を、直接または郵送で、〒279-0011美浜2-15-1交通公園へ
問 交通公園 ☎351・4083

ID 1040383

職員

(一社)浦安市スポーツ協会事務局職員

勤務日時 10月2日からの月～金曜日

のうち週3日または週5日午前9時～午後5時
勤務場所 スポーツ協会事務所（集合事務所3階）
対象 市内在住の18歳以上（高校生を除く）で、ワード・エクセルの操作ができる方、1人
勤務内容 事務局運営業務
時間給 1005円
申込 9月15日(金)午後5時(必着)までに、履歴書（市ホームページからダウンロード）を、直接または郵送で、〒279-0004猫実1-12-38(一社)浦安市スポーツ協会事務局へ
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 1014632

災害時は適切な判断を

問 危機管理課 ☎712・6897

大規模な災害が発生すると、公共交通機関が運行を休止し、帰宅が困難になることが危惧されます。しかし、多くの人が一斉に徒歩で帰宅をすると、火災や建物からの落下物などがあった場合に集団で負傷するおそれがあるほか、救助・救急活動の妨げになります。

むやみに移動を開始しない

- ▶自分の身の安全を確保し、職場や集客施設などの安全な場所にとどまろう
- ▶災害用伝言サービスで、家族の安否などを確かめよう
- ▶交通情報や被害情報などを入手しよう

日頃から準備しておきたいこと

- ▶徒歩での帰宅に役立つものを用意しておこう（スニーカー、懐中電灯、手袋、飲料水や食料、モバイルバッテリー、マスク、除菌シートなど）
- ▶家族などと安否確認の方法や集合場所、帰宅路の状況を確認しておこう

千葉県など九都県市では、徒歩で帰宅する人たちのために、コンビニエンスストアやガソリンスタンドなどと徒歩帰宅支援協定を締結しています。店舗で水道水やトイレの利用、交通情報の提供など、可能な範囲で徒歩帰宅を支援してもらえます

ID 1033345

こんなときはここへ避難！

災害などの種類によって、避難場所の名称が異なります。災害時に適切な避難行動をとれるよう、事前に確認しましょう。

●地震や大きな火災などから身を守るときは…

指定緊急避難場所

地震や大規模火災などから身を守るために、一時的に避難する場所です。敷地面積の大きい公園を指定しています。

公園の入口などに指定緊急避難場所標示板を設置しています

●災害によって自宅で生活できなくなったときは…

指定避難所

家屋の倒壊や焼失などで自宅を失った方を一時的に受け入れて保護する施設で、市立の全小・中学校と一部の高校などを指定しています。被災者の方は指定避難所を生活拠点にし、生活再建を目指します。

学校の入口などに指定避難所標示板・誘導板を設置しています

●台風などが心配で自主的に避難したいときは…

待避所

風水害時（台風や集中豪雨）に、住民が自己の判断で待避する場所です。自主避難を目的として開設する待避所（1次開設）と、市が発令する避難情報に基づいて開設する待避所（2次開設）に分かれています。

災害の規模や状況に応じて開設する施設を判断します

お住まいの地域で避難先が決められているわけではありません。市、消防、警察などの指示に従って、そのとき最も安全な場所に避難してください。

ID 1040010

浦安市の重要なお知らせ配信サービスをご利用ください

市では、火災や防犯、防災などの情報をあらかじめ登録したスマートフォン・携帯電話などへ、LINEやEメールでお知らせするサービスを行っています。

下記の中から自分で得たい情報を選択できます。

- ▶防災情報：防災に関する情報
- ▶防犯情報：不審者情報、振り込め詐欺情報など
- ▶健康情報：感染症、流行病の発生など
- ▶火災情報：市内の火災の発生・鎮火
- ▶環境・衛生情報：光化学スモッグの発令情報など
- ▶その他：市内大規模イベントの中止など

配信情報

市民に重大な影響を及ぼす事態が発生した際は、「緊急情報」として登録者全員に情報を配信します

登録方法

- ▶LINEで情報を受け取る方…LINEアプリ内検索ウィンドウで「@urayasu_city」と検索して浦安市のアカウントを「友だち追加」し、届いた案内メッセージのURLにアクセスして登録手続きを行ってください
- ▶Eメールで情報を受け取る方…Eメールで、login@urayasu.mailio.jpへ、または右記の二次元コードから空メールを送信し、受信したメールのURLへアクセスして登録手続きを行ってください



※詳しい登録方法は、市ホームページをご覧ください

問 広聴広報課 ☎712・6056

ID 1002080