

# 浦安新聞

Vol.2167

コミュニティペーパー

2025.12.19号  
Since 1977

地域情報サイト

「ベイちばInfo」公式LINE お友だち登録募集中



楽しいイベント、街の情報がいっぱい！  
ベイのまちとひとをつなぐ  
**ベイちばInfo**  
千葉周辺エリアで暮らす方のための情報サイト  
市川 行徳 浦安 葛西  
<https://www.baychiba.info/> (運営)株式会社 明光企画

■創刊/昭和52年2月15日 ■発行/明光企画 市川市相之川3-2-13 TEL (047) 396-2211

お正月は手作りのしめ飾りで

弁天ふれあいの森公園

ふれあいの森公園

ミニフェスタPART3

12/20  
21

弁天ふれあいの森公園で行われるイベント。毎年恒例、古代米のわらを使った、しめ飾りの手作り体験会やミニモダンしめ飾りを作るクラフトワークが行われる。ほかに、ふれあいマーケット、パネル展など盛りだくさん。焼き芋の販売、キッチンカーのグルメ販売もお楽しみに。

使用するわらは弁天ふれあいの森公園で育てた古代米(赤米)を収穫、脱穀したもの。「しめ飾りづくりを通して、昔の『わら』文化を感じる機会となれば」と担当者。

しめ飾りに付ける飾りは各自で持参するか、または後で飾り付けて、オリジナル作品を完成させよう。

しめ飾りやリース、花苗ハボタ

ン、多肉植物などを販売する「ふれあいマーケット」、浦安の原風景の写真や田んぼの再現とお米作り体験の1年の展示も実施される。

■しめ飾りづくり

▽AM11～正午、PM1：30～2：30 ※受け付けは開始10分前から  
※材料のわらがなくなり次第終了  
▽各回先着50人



■焼き芋ランド 焼き芋の販売

▽AM10:30～PM2：30

【ふれあいの森公園ミニフェスタPART3】

▽12月20日(土)、21日(日)  
※雨天・荒天中止

▽小学3年生以下は保護者同伴

▽参加費 100円

▽持ち物 手ぬぐい、ハサミ、飲み物、汚れてもよい服装で

■クラフトワーク ミニモダンしめ飾りづくり

▽AM10～11、PM1～2

※20分ごとに先着各5人。受け付けは開始10分前から

▽参加費 100円

▽持ち物 手ぬぐい、飲み物、汚れてもよい服装で

■ふれあいマーケット

▽AM10～正午、PM1～3

■キッチンカーがやって来る！  
人気のSUGIWAGON(カレー、焼きそば、フランクフルト)

▽AM10:30～PM2：30



パネル展で展示するスケッチ

**美容ランド**  
カット・シャンプー・顔そり・セット  
フルコースで **2300円** (税込)  
携帯電話の  
写真提示でも  
割引有効になりました！  
シルバー (65歳以上) ..... 2100円  
中学生 ... 2100円 小学生 ... 1900円  
フェードカット ... 3500円 ※クーポンご利用いただけます ※価格はすべて税込です  
オリエンタルホテル 浦安駅前 入船4-1-14  
新浦安 入船駅前 入船4-1-14  
イオン東葉 センター 入船駅前 入船4-1-14  
ドラッグストア 明和地所 入船駅前 入船4-1-14  
月極駐車場 入船駅前 入船4-1-14  
バス・タクシー 入船駅前 入船4-1-14  
駐車場完備  
☎ 047-305-3559 入船4-1-14  
平日・土日祝 開店9:00/閉店19:00  
年末年始  
休業の  
お知らせ  
1月1日(木)～  
3日(土)まで休業  
4日(日)より  
通常営業いたします

豊洲市場 まぐろ専門 相馬水産  
創業昭和三十九年  
東京・豊洲市場  
目利きには  
どこよりも自信あり！  
5日間限定！  
**歳末大売出し！！**  
天然インドまぐろ (赤身・白身) タラバガニ おタケ イクラ  
※売切れ次第終了  
12/27(土)28(日)29(月)30(火)31(水)全日11:00～/予約不要  
本店 浦安市当代島1-5-40  
TEL 048-355-0032  
富士見店 浦安市富士見2-8-2  
TEL 047-314-5728  
※現金支払いのみ

本年もご愛顧  
ありがとう  
ございました  
想いをカタチに...  
ご希望に合わせて  
きめ細かく  
プランニングいたします。  
工事をご依頼いただいたお客様はもちろん、  
地域の皆さまのご協力あってこそ的一年でした。  
心より御礼申し上げます。  
大工事から細かな修繕まで  
お気軽にご相談ください！  
良いお年をお迎えくださいませ  
おかげさまで48年・無借金安定企業 各種リフォームローン取扱店  
【(株)リフォーム青山】  
※12/26～1/7は冬季休業とさせていただきます  
☎ 通話無料・お客様専用ダイヤル  
0800-100-6777  
【浦安店】  
浦安市富士見2-1-5  
(大三角通り マルエツ前)  
営業時間/9:00～18:00  
●資本金8,000万円 ●千葉県知事許可(般-3)第32323号  
●当社は国土交通大臣登録団体の組合員です

Panasonic  
リフォームClub  
本年も色々お世話になり、ありがとうございました。  
この一年でまた  
たくさんのお客様とのご縁に恵まれました。  
リフォームには人生を豊かにする力があります。  
新しい生活が、より快適になるように、  
スタッフ一同頑張ります。  
リファイン浦安  
浦安市入船4-10-1  
047-311-4611

## 予約受け付け中 木田屋自家製「のし餅」販売 受け付けは12/28(日)まで

無添加・保存料ゼロ、国産もち米100%で作ったのし餅が限定発売される。現在予約受け付け中。

天明元年から受け継がれた味をこの機会にぜひ。

### 【商品】

- ・のし餅 通常サイズ(約1.6kg) 2300円(税込2484 円)
- ・のし餅 ハーフサイズ(約800g) 1200円(税込1296 円)

▽予約期間 12月28日(日)まで  
※受け渡し希望日の2日前までに注文を

▽受け渡し日 12月28日(日)・

29日(月)・30日(火)

▽受け取り場所 スーパー木田屋北栄店(北栄3-31-3)またはK-fresh新井店(市川市新井1-25-1)

▽予約 各店または 専用サイトから<https://kidayashoten.square.site>

▽問い合わせ

☎047-352-1158／株式会社木田屋商店

🌐<https://kidayashoten.com/>



申し込みはこちら▶

## ホテルオークラ東京ベイ オークラの味を ゆっくり堪能！ 年末年始ディナーbuffet

ずらりと並ぶオークラ自慢のメニュー。目の前で取り分けてくれる人気のローストビーフに、「シーフードと野菜の「黒アヒージョ」」や「トラウトサーモンのパイ包み焼き クリビヤック風」「五目入りふかひれスープ」「カニ茶碗蒸し」など、和洋中の料理が勢ぞろい。31日の大晦日には「年越しそば」、年明けには「おせち料理」も登場する。



年末年始は家族でゆっくりホテルのディナーbuffetを楽しんで。

▽12月30日(火)～1月3日(土)

▽PM5～6：30、PM7～8：30

※2部制・完全入替制

▽レストラン フォンタナまたはカフェ レストラン テラス

▽大人9000円、小学生4500円、4～6歳3000円

▽問い合わせ

☎047-355-3345

(フォンタナ)

詳細・予約はこちら



## 元気なうちに考えてみませんか？ 浦安市住宅課主催 住まいの講習会 介護・老後で困る前に考える“住まいと暮らし”

1/24

例年、多くの参加者から好評を博している講演会。今回は介護などで困る前に早めに備える高齢期の住まいと暮らし方の選択について、専門家から話を聞く。

また、希望者には講習会終了後に個別相談会(PM3：30～)を

実施する。

### 【内容】

- ・失敗しない備えは50・60・70歳代の元気なウチがベスト！
- ・自宅で暮らすor早めの住み替えを検討？ポイント解説

【講師】吉田肇／一般社団法人高齢者住宅協会理事

▽1月24日(土)PM1：30～4

▽浦安市文化会館 大会議室

▽定員 先着50人

▽参加費 無料

▽申し込み 電話かメールで。必要事項は①氏名・ふりがな②住所③電話番号④参加人数⑤事前に聞きたいこと(ある場合)⑥個別相談会希望者は相談概要

※締め切り 1月22日(木)

※メールの件名は「住まいの講習

会申込」

※個別相談会希望者には事前に相談内容について相談員からヒアリングの場合あり

✉[jyutaku@city.urayasu.lg.jp](mailto:jyutaku@city.urayasu.lg.jp)

▽問い合わせ

☎047-712-6284／浦安市住宅課

課



メール QR コード▶

## 夜のまちを幻想的な万灯と纏が練り歩く 正福寺の「お会式」が盛大に開催

11月12日(水)、堀江フラワー通りにある説江山 正福寺で今年も「お会式(おえしき)」が行われ、提灯や万灯の幻想的な光が訪れた人たちの笑顔を照らした。

お会式は日蓮聖人の命日にあわせて行われる行事。この日も屋



からお会式法要や法話が行われた。境内には多くの出店やキッチンカーが並び、夕方にはバンド「漁港」LIVEも開かれた。

日が暮れると、万灯の灯りが美しく輝き出す。寒くなってきた中、野菜や魚のアラがたっぷりの「ふるまいあら汁」が無料で振る舞われ、訪れた人の体と心を温めた。

「正福寺さんのお会式は、元町の恒例行事として定着し、皆さんの無病息災を願うもの。今日も元気よく万灯練供養を」と、内田悦嗣浦安市長があいさつ。そして夜6時、万灯練供養の列が出発した。

勢いよく纏が振られ、地域の人たちが自宅の前や路地のあちこちで出迎えた。

途中、庚申堂付近でひと休み。そこでも手作りの「もつ煮」が振る舞われ、浦安囃子保存会が祭り囃子で盛り上げた。

後半は、茂原や流山などから参加の万灯も合流し、行列が一層華やかに。正福寺に戻った一同は「おむかえだいこ」で外部の万灯をもてなし、多くの人が見守る中、お会式は無事終了した。



# 浦安カタログ2026版は電子ブックで公開！無料



「ベイちばInfo」内で  
12/25より無料公開！



ここから  
をタップしてね！

ベイちばInfo 検索

### 特集

地元で長く愛される店  
浦安の味！

西水門から東京湾まで

境川を歩こう～走ろう～



## 自分だけの「浦安カタログ」にカスタマイズ！

- 1 アプリ「meclib2」をダウンロードする
- 2 ベイちばInfoのページから電子ブックを開き  
マークからダウンロードを選択
- 3 アプリ「meclib2」から、My本棚に追加された「浦安カタログ」を開く
- 4 ふせんを貼ったり、PDF表示したり、  
自分用にカスタマイズ！

アプリ「meclib2」の  
ダウンロードはこちら

App Store Google play

QR code

QR code



電子ブックの詳しい使い方は  
「電子ブック操作方法」を見てね

電子ブック操作方法

電子ブック操作方法

電子ブック操作方法

電子ブック操作方法

電子ブック操作方法



ベイちばInfo

ベイちば公式LINEの  
メニューからいつでも  
見れます！

カタログ

カタログ

カタログ

カタログ

発行：(株)明光企画 市川市相之川 3-2-13 ☎047-396-2211 (平日10時～17時)

令和7年度  
起業家交流会 in 市川・船橋・浦安

1/22

3市合同開催によるイベント。  
各市の先輩起業家によるプレゼン  
テーションやパネルディスカッ  
ションを行うほか、参加者全員で  
の交流タイムを設け、起業家同士  
の情報交換や人的ネットワークの  
形成を支援する。

- ▽1月22日(木)
- ▽PM2～5
- ▽全日警ホール(市川市八幡4-2-1)
- ▽対象 起業を検討している人・起  
業して間もない人など
- ▽定員 120人程度(要事前申し込  
み)
- ▽参加費 無料

▽講師 森永逸二郎氏(千葉県よ  
ろず支援拠点サブチーフコーディ  
ネーター)、安井智子氏(あそびば  
代表)、山中絵利氏(はむさ食堂主  
宰)、長谷川和也氏(gTOMO合  
同会社代表)、根岸みさき氏(焼菓  
子コノハ店主)

▽申し込み 下記2次元コードから

▽問い合わせ  
☎047-712-8779  
／市川市商工課(経  
営支援グループ)



第3回  
ステツラ☆  
コンチェルト音楽会  
2026年1月12日(月)・祝  
開場 13:10 開演 13:30

会場 J:COM 浦安音楽ホール  
コンサートホール(6階)

入場料 1,000円(全席自由)

プロのチェリストと声楽家が届ける響きの饗宴♪  
音楽を愛する仲間が集う心温まる音楽会

お問合せ ☎090-1844-5895  
メール kotoioc@ymail.ne.jp  
(鈴木典子) メールフォーム▶

ベイちばInfo × 浦安新聞 × pal-system  
市川市・浦安市にお住まいの女性のみなさまへ

アンケートに答えて  
プレゼントをもらおう!

Toffy  
コンパクトマルチ  
電気鍋 1名様

QUOカード  
500円分  
5名様

※全員プレゼントの受け取りには  
条件がございます  
※お好きな商品いずれか2品を  
お選びいただけます

応募期間中にアンケートに回答された26歳以上の女性の方  
○千葉県にお住まいの方  
○現在、パルシステム千葉の宅配を利用していない方

※[ベイちばInfo]内応募フォームからお申込みください 応募締切:2025年12月25日(木)

※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。 ※弊社に寄せられた個人情報は賞品の発送、紙面・サー  
ビス向上および弊社からのご案内などの目的他に、生活協同組合パルシステム千葉と共同利用いたします。

本企画に関するお問い合わせ先:(株)明光企画 ベイちばInfo TEL.047-396-2211(平日10:00～17:00)

子どもとできる♪クッキングレシピ

バームクーヘンで作る!  
カップケーキ

●材料(3人分)  
・バームクーヘン(市販) 1袋  
(お好みの果物)  
・みかん(缶詰) 1缶 ・りんご 1/4個  
・ヨーグルト(加糖) 1個(90ml)  
※生クリームでも可  
・チョコスプレー 大さじ1 ・紙コップ 3個

楽しいイベントが多い季節、スーパーで手に入れやすい  
食材でケーキを作ってみませんか? バームクーヘンがな  
かったら、市販のシフォンケーキで。果物も生だけでなく、  
缶詰を使って自分で選ぶのもいいですね。かわいらしい紙コッ  
プもチョコスプレーも、100円ショップに売っています。自  
分で作りたいケーキを絵で描いてから、予算を決めて買い  
物に行くというのはいかがですか? 子どもたちで考えた  
カップケーキがひとつでも多く生まれ、楽しめますように。

【作り方】

- ①果物の準備をする。みかんの缶  
詰の水気を切る。りんごの皮を  
むいて食べやすい大きさに切る。
- ②バームクーヘンは6等分に切る。
- ③紙コップに果物、バームクーヘン、  
ヨーグルトと交互に入れて盛りつ  
ける。
- ④最後にヨーグルトをのせ、チョコ  
スプレーをかけてできあがり。

おうちごはん相談室すばらうと  
管理栄養士  
離乳食・幼児食アドバイザー  
國分 利恵さん

うらやす脳神経外科 耳鼻咽喉科クリニック



12/22<sup>2025</sup> 新規開院

12/20<sup>土</sup> 10:00 - 15:00 内覧会開催

設備等をご覧いただけます。どうぞお気軽にお越しください。

院長

小泉 友幸(脳神経外科)

医学博士(東京大学)  
日本脳神経外科学会認定  
脳神経外科専門医

経歴 東京大学医学部附属病院  
東京厚生年金病院(現JCHO東京新宿  
メディカルセンター)  
NTT東日本関東病院  
東京都立駒込病院  
関東労災病院  
東京大学医学部附属病院助教  
三楽病院診療科長

副院長

小泉 めぐみ(耳鼻咽喉科)

医学博士(東京大学)、MPH(東京大学)  
日本耳鼻咽喉科学会認定  
耳鼻咽喉科専門医

経歴 東京大学医学部附属病院  
三井記念病院  
東京都立墨東病院  
公立昭和病院  
三楽病院耳鼻咽喉科医長  
JR東京総合病院耳鼻咽喉科医長

● 脳ドック 税込 22,000 円～(自費診療)



シーメンス製

MRI導入

診療時間 月 火 水 木 金 土 日・祝

9:00 - 12:30 ● ● ● ● ● ● -

14:00 - 17:30 ● ● - ● ● - -

休診日 水曜午後 / 土曜午後 / 日曜・祝日

頭痛

めまい



耳・鼻・のど のお悩みなら

詳しくは当院Webを  
ご覧ください

<https://urayasu-neuro-ent.com>



ACCESS

浦安駅東口  
徒歩1分



Tel.047-390-5111

浦安市北栄1-11-32  
メディカルコミュニティ浦安2F

## 県大会で3位！ 高洲中サッカー部が大健闘

「チームのために戦う」をコンセプトに、2年生14人、1年生5人の計19人で活動する市立高洲中学校サッカー部。9～10月にかけて行われた県大会新人戦市川浦安支部予選を突破し、念願の「第54回千葉県中学校新人体育大会サッカー競技」(11月8日～22日)に出場。熱戦の末、見事3位入賞を果たした。



キャプテンとして試合中も率先して声を出し、チームを引っ張った野辺春暁さんは「ハーフタイムなどに監督だけでなく、チームの仲間同士で話し合って士気を高められたこと、自分たちで考えて行動できたことが良かった。県大会出場で、これからは高洲中が警戒されるチームになると思うが、

日々努力して次は県大会優勝を目指したい」と意気込む。

指導する小川啓太教諭によると、同部では毎週末行う練習試合で課題を見つけ練習のテーマとし、限られた部活動時間の中で目的意識を持って取り組んでいるという。

今大会の好成績については「支部予選から試合を重ねるたびに成長していくのを実感していました。『自分たちで戦う術を考え、自分たちで行動に移す力』が大きく向上。相手チームの長所を捉えた上で、仲間同士で考え、声を掛け合



い、共有し合えたことで失点を抑えることができました」と振り返る。

「目標(県大会出場)に向かって努力してやっと達成できたことは大きな自信になりました。この気持ちを忘れずに今後もチーム全員で努力していきたいです」と野辺キャプテン。

## 専門家から聞くこころの健康とは 浦安市健康増進課主催 こころの健康づくり講座

1/16

浦安市文化会館で「こころの健康づくり講座」が開催される。

こころの不調は誰でもかかる可能性がある身近な病気であるとし、精神科医師から話を聞く。この機会にこころの健康について知識を深め、考えてみよう。

「こころとからだが軽くなる体操」も実施するので、動きやすい服装で参加を。

### 【内容・講師】

『こころの不調について知ろう』  
講師／宮川晃一(順天堂大学医学

部附属浦安病院 メンタルクリニック医師)

『こころとからだが軽くなる体操』

講師／笠原由香(うらやす財団・中央武道館 トレーニングルーム指導員)

▽1月16日(金)

▽PM2～3：30

▽浦安市文化会館 大会議室

▽参加費 無料

▽対象 市内在住・在勤の人

▽定員 30人

▽申し込み 電話または申し込みフォーム(ちば電子申請サービス)へ

※1月14日(水)締め切り

▽申し込み・問い合わせ

☎047-381-9059／浦安市健康増進課成人保健係

申し込みはこちら



## わが家のペット BESTショット!



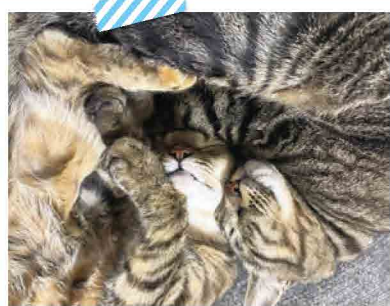
みかるちゃん(アメリカンカール)

↑3カ月の子猫ちゃん。人懐っこく家族みんなの周りをついて歩きます。猫ってこんなにかわいいの!



リツちゃん(ソマリ)

↑2カ月前にわが家にやってきた、現在4カ月の子猫の男の子。初めは家族にべったりの甘えん坊でしたが、今では高いところに登ってはみんなを見下ろす、すっかりやんちゃな“王様”に成長中。毎日元気いっぱいです



ぶんたくん、はなちゃん  
(ミックスねこ)

↑男の子と女の子の兄弟にゃんこちゃん。生まれたときからずっと一緒、寝るときも一緒!笑 甘えん坊のふたりが大好きです!!♡



あずきちゃん、ももきちちゃん  
(アキクサインコ)

いつも仲良くテケテケ床歩き、へやんぼをする2羽です!♡

どんな段ボールでも、とりあえず一度入らないと気が済まないミルキー→

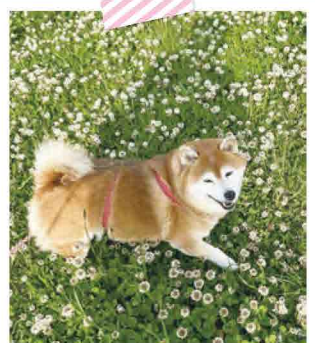


ましゅまるちゃん(チワワ)



ミルキーちゃん  
(スコティッシュフォールド)

→散歩大好き。涼しい時は芝生でボール投げは必須です



赤毛柴のアンちゃん(柴犬)



コアラちゃん  
(プリティッシュショートヘア)

↑1歳とは思えない態度と見た目



コロちゃん(ミックス)

ヘソテンが得意、名前を呼ぶと返事をするハチワレちゃん←



コアちゃん(ヨークシャテリア)

↑10カ月の甘えん坊のヨークシャテリアです!人も犬も大好きで誰とでも仲良くできます!トリミングしたてはとびきりかわいいです♡

→癒しのスマイル!のんびりかわいいわが家のムーリドメーカ!です♡



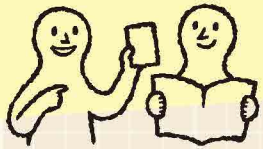
かめきちちゃん(亀)

投稿はこちら→



※情報は応募時のものです

# サロンde 読者



## テーマ

## 2026年にチャレンジしてみたいことを教えて

今年も残すところあと少し。来る2026年にどんなことをしてみたいか読者のみなさんに聞いてみました。旅行に行きたい!をはじめ、資格取得、手話、筋トレなどいろいろです。

FIFA Worldcup北中米大会を現地観戦したい。海外で開催される大会を初めて体感したい。(ごり)

パパになるので体力つけるために毎日30分の筋トレを習慣づける。(のぞみ)

新たな出会いのためにいろんな場所に足を運びたい。仕事も落ち着いてきて交友関係を広めたいと思っているため。(りっくん)

長期旅行に行きたい。働き過ぎたから。(のんさん)

将来やりたいことを見つけたために、やったことないことをたくさんやってみる。(ばー)

親の家の片付け。初めての確定申告。(みー)

ペットと一緒に旅行。一緒に行ったことがないから。(ちゃこ)

一人暮らしになったので家事ができるようになること。(みつつん)

2人目の子どもが生まれるので、その前にITパスポートの試験に合格したい!(てらちゃん)

子どもががんばってるので自分も英語(英会話)や資格取得、あと体を動かすのが好きなので遊び程度でいいのでテニスができるようにチャレンジしたい。(タルト)

編みぐるみ。うちのネコを編みぐるみで再現してみたい。(めめ)

健康のために、駅のエスカレーターを使わず、階段にする。(キティちゃん)

芸大のイベントをたくさん見たい。新しいアートを知りたいから。(てつ)

呼吸法を学びリラックスする方法を身につけたい。(めろんさん)

料理をたくさん学んで、いろいろなものを作れるになりたいです。(たこやき)

早寝。早くても2:00を回ってしまう生活のため。(りさ)

映画が好きでしばしば試写会などに参加をします。普段観ないジャンルの作品を観て新たな関心を探すことも楽しみの一つです。2026年は月に2本は映画を楽しみたいです。(kuu)

早寝早起きをしたいです。なんだかんだギリギリまで寝てしまうのでしっかり睡眠時間確保してスッキリ起きたいです。(ゆめめめ)

高校生の娘とダイエットのためにジョギングをはじめて、楽しいので、来年は手始めに10kmマラソンのイベントなどに出場してみたいです。(すもも)

手話。話したい人がある。(ミオソラサオリ)

健康診断で引かかる年齢になってきたので、軽い運動から始めようと思っています。(ゆゆ)

なんとなく勉強している英語と北京語を現地で使うためにどんどん海外旅行に行きたい。(みせつ)

東北の路線乗り継ぎをしたい。40年近く東京、千葉に住んでいるものの、親戚関係が西日本に偏っており、行く!という気持ちがないと一生東北地域に行かないと気づいた。(熊太郎)

新浦安のグルメをたくさんまわりたい。(みーたん)

こども向け英語教室のオープン。自分自身が子育て卒業が近づいているから地域のお子さんに教育面で貢献したいです。(ひぐま)

高齢者施設で体操の仕事をしているので、昭和の東京音頭等を上手に歌いながら体操できるように歌唱力を上げたいです。(さま)

## あーちで遊ぼう! クロスワードパズル

### ↓タテのカギ

- ②旬は寒い時期から初夏。比較的まとまって取れるが、小骨が多いので利用されない場合が多い。
- ③穴を埋めて平らにすること。
- ④実際に起こるとは思われぬような不思議な出来事。
- ⑤スイッチが入っていること。
- ⑦編み物・刺繍(ししゅう)など、手先を使つてする技芸。
- ⑧日曜から土曜までの七日間を単位として区切った期間。
- ⑩球形をした鳴り物。
- ⑫結晶のあらい、ざらざらした砂糖。
- ⑬すりつぶした魚の身を棒に付けて、焼いたりむしたりした食べ物。
- ⑮百の十倍。
- ⑯年末には大掛かりなことをする家庭が多い。ごみやちりを取ったり、ぞうきんでふいたりして、きれいにする。
- ⑰毛や糸などをたばねて作った、物をこすつて洗うためのもの。
- ⑱会議にかけて討議する題目。
- ⑲旬は冬。スーパーでは必ずあると言ってもよい細長い野菜。
- ⑳ひふの色が部分的にむらさきや黒に変わっているところ。

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 2  | 3  |    | 4  | 5  |    |
|    | 6  |    |    | 7  |    |    |
| 8  |    | 9  |    |    |    | 10 |
| 11 | 12 |    |    |    | 13 |    |
| 14 |    |    | 15 |    | 16 |    |
|    | 17 | 18 |    |    | 19 | 20 |
| 21 |    |    |    | 22 |    |    |
| 23 |    |    |    |    | 24 |    |

提供元: クロスワード.jp



答えは1週間後に  
Webサイト「ベイしばinfo」に掲載するよ!  
二次元コードを読みこんで  
チェックしてね♪



### →ヨコのカギ

- ①肌が荒れること。皮膚がかさかさになること。
- ④大気の種類。
- ⑥繊維・針金などを長くより合わせた物。ロープ。
- ⑦目で物を見ている方向。
- ⑨品物の売れ具合。
- ⑪ふろから上がった後、体が冷えて寒く感じる。
- ⑬地球の表面の一部または全部を一定の割合で縮尺し、平面上に表した図。
- ⑭写真や絵などで、何も写っていない方の面。表の反対の面。
- ⑮動物がある環境の中で生きること。
- ⑰天然ガスの主成分。
- ⑲上半身の一番外側に着る物。
- ⑳次の漢字を何と読むか。「鱒」
- ㉑冬の星座。「おうし座」の角の先にある星座で、5つの星が五角形、一番明るくかがやいているのがカペラ。
- ㉒旬は寒くなってからで、特に冬。川魚。鱗は薄く大きく、生食する以外は取る必要がない。よく煮込むと、これもまた味の内である。

## おいしく食べて 四季の養生

「食」は健康の源。季節の食べ物をしっかりとって元気でいたいもの。薬膳のプロフェッショナルが「旬の食物」を紹介します。

比較的暖かい冬ですが、12月も後半に入り、朝晩の冷え込みが強くなってきました。忙しい年末、健康に留意して、明るい新年を迎えたいものです。

根野菜がおいしい時期です。年間を通じて食べられる鮭ですが、秋から今にかけては、卵や白子に栄養を取られるため、脂は控えめですがあっさりとし、身が引き締まっているのが特徴です。塩焼きよりアレンジに向くので、体を温める働きがある生姜と組み合わせた1品をご紹介します。

### 鮭のジンジャーソースかけ

#### ■材料(2人分)

鮭切り身(甘口) 2切  
玉ねぎ 1／2個  
エリンギ大きめ 1本

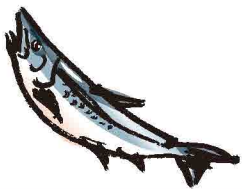
桑原祐美 (くわばらひろみ)

国際中医薬膳管理師。中国黒龍江中医薬大学日本校で漢方・薬膳を学ぶ。薬膳料理教室「花凜」主宰。大手介護グループの薬膳監修。



### 今月の食物

## 鮭



オクラ 2本  
生姜すりおろし 約15g  
醤油 大さじ 2  
白ワイン 大さじ 1 (酒でもよい)  
オリーブオイル 大さじ 2  
塩胡椒 適量

#### ■作り方

- 鮭は甘口を用意し、軽く塩胡椒をする。
- 玉ねぎ、エリンギはスライス、オクラは軽く下茹でをしたら、ヘタを落とし斜め半分に切る。
- フライパンでオリーブオイルを熱し、鮭を両面焼いたら皿に盛る。
- 同じフライパンで野菜類を炒める。いったん取り出して、調味料を煮詰めたら、炒めた野菜を戻し入れ、手早く炒める。鮭の上に彩りよく乗せる。

鮭は血をつくり出すので貧血予防効果があり、胃腸虚弱体質の方には特におすすめです。蓮根やかぼちゃを入れると、歯ごたえや彩りも楽しめます。

### べいちばinfoで大人気連載中！

浦安在住の作家がつづる  
**浦安あるある**  
連載マンガ

# 日々浦安



初めての一人暮らしに選んだ地、浦安。

この町とも今や約10年の付き合い。冬の寒さ厳しい日本海側出身の私の目線で、この町の暮らしをお届け。

現在、千葉出身の母とのんびり二人暮らし中。

**作者**

**前田 海 (まへだ うみ)**  
浦安人歴約10年、あだ名はうみんちゅ。食べ物や風景のイラストを描くのが好き。



500m ってすぐ近くじゃん!と思ったら…。これは逆も然りで、葛西の人たちもこの感情抱いているのかな。

ゴムボートを買う、イカダを作る、水泳教室に通ってクロールのエキスパートになる……。いろんな妄想が一瞬、頭をよぎったことがある。

この生活にも慣れた今、もちろんそんなこと実践するつもりはない。今のところ。

べいちばinfoで  
続きが  
読めるよ



## “節目”“歴史”をかたちに 記念誌制作のお手伝い

- ＊サークル創部10年、優勝記念に写真構成の元気の冊子を
- ＊保育園創立20年、園児たちの健やかな成長を作品とともに
- ＊創業30年、会社の歴史を振り返り、今後の発展のために

ご希望・ご予算に応じて、ご提案いたします。

【問い合わせ】株式会社明光企画 制作チーム ☎047-396-2211



### 講演会・講習会・体験会

#### ●文化講座「数異抄に学ぶ」

- ◇12月25日(木)
- ◇AM10～11：30
- ◇Wave101 サロン5
- ◇入場料 無料
- ◇申し込み 不要
- ☎047-353-6703数異抄となぜ生きる／細貝
- 中央武道館スポーツコース「真向法体操」  
骨盤や姿勢の歪みを整える、4種の動作だけの体操
- ◇1月11日・18日・25日、2月1日(日)※全4回
- ◇PM1：15～2：45

- ◇中央武道館第1武道場
- ◇参加費 1800円
- ◇対象 16歳以上
- ◇定員 先着20人
- ◇申し込み コース名、住所、氏名、年齢、電話番号を連絡
- ☎047-380-2100同館
- ☎047-355-7986山田
- ✉yosimasa-yamada@jcom.home.ne.jp
- 講演会「地球温暖化を逆転させる100の方法 ドローダウンを知ろう！」
- ◇1月31日(土)
- ◇PM1：30～3：30
- ◇Wave101 市民サロン5
- ◇参加費 無料
- ◇定員 先着24人
- ◇講師 鈴木核
- ◇申し込み 1月25日(日)までにメールで、名前・住所(町名まで)を連絡

☎090-2140-4776温暖化防止うらやす／川島  
✉kenji2632@yahoo.co.jp

### イベント

#### ●社交ダンス キューピッド 展示と発表会

- ◇1月17日(土)～28日(水)
- ※レッスン参観(無料)は17日・24日(土)PM5～7、申し込み不要
- ◇高洲公民館
- ☎090-6566-5014伊原

### サークル仲間募集

- 木曜ヨガの会
- ◇第1・3木曜
- ◇PM1：15～2：45
- ◇富岡公民館3F大和室
- ◇入会金 1000円
- ◇月会費 1500円

- ※初心者・子連れ歓迎
- ※年齢不問
- ※体験見学無料
- ☎090-2238-2593野口

当コーナーの情報はWebサイト「べいちばinfo」にも掲載します(電話番号以外)。希望しない場合は申し込み時に明記ください

#### 掲載申し込み方法

- Webから  
「べいちばinfo」内検索バーから「Info」で検索
- FAX、はがきで  
掲載者の住所・氏名・TEL、掲載内容(名称・日時・場所・連絡先の電話番号・氏名は必須)を明記し送付する。URLアドレスは基本掲載不可。

- ※内容は当コーナーのフォームに従い編集する
- ★有料の場合は係から連絡あり(1行税込1100円※別途原稿作成・校正料2200円)
- ★1原稿につき1回の掲載。原稿の締め切りは、発行日の14日前(紙面の都合上、掲載日が延びる場合もあり)
- 掲載日の指定は不可。事前連絡なしに掲載できなくなる場合もあり。掲載日や掲載可否についての問い合わせにはお答えできませんので、ご了承の上お申し込みください。
- ◇送付・問い合わせ先  
〒272-0143市川市相之川3-2-13 浦安新聞インフォメーション係
- ☎047-396-2211
- ☎047-397-0325

- ★年末年始 締め切り変更  
インフォメーションの締め切りが変わります  
年末年始号：終了  
1/9号：終了  
1/16号：12月25日締切  
1/23号：1月9日締切(通常通り)

**個人情報の取り扱いについて**  
■お送りいただいた個人情報は、当コーナー運営および記事作成に使用します。■紙面を通じて一般読者に提供します。■必要に応じて委託を行います。その際は、当社の責任で適切な委託先を選定して委託します。■個人情報の提供は任意ですが、必要な情報をご提供いただけない場合は、適切な対応ができない場合があります。■ご記入いただいた個人情報は、開示、訂正、追加、削除、利用停止、消去、および提供停止のご請求ができます。それらの手続きおよび当社への個人情報についてのお問い合わせは、2面欄外をご覧ください。

# ジモトの情報を日々更新中！毎週金曜日LINE配信♪

こんな情報が届きます！【配信例】

NEWOPEN・グルメ・今週のイベント情報など

まずは

LINE

ベイのまちとひとをつなぐ  
**べいちばInfo**

千葉周辺エリアで暮らす方のための情報サイト

市川 行徳 浦安 葛西



### 街の情報募集中！

- あのお店の〇〇がおいしい！
- こんな活動をしている人がいる
- 地域のイベント情報など…

あなたの知ってる「街ネタ」求む！

※いただいた情報の採用・掲載の可否、時期などについては弊社にご一任願います。



情報提供は  
こちらから

### べいちばinfo

月間最大20万PV(閲覧数)の地域情報サイト。新聞に掲載した情報プラス地域密着の情報をお届けしています。



べいちば  
https://www.baychiba.info/  
公式Instagram



求人案内

浦安新聞の発行日は  
毎週金曜日です。

## 求人案内

▽料金金11行（千三字詰め）  
千五百円（税込）。料金は前金  
でお願いいたします。振込可

アイアイ総会準備（株）  
バイク無料貸出日給  
建設・工事現場警備員 1000～  
03-6661  
3282

道路使用・占有申請可 1万円

**(株)アオバヤ Adpos 明光センター** TEL. **047-396-2219**  
 受付/平日10:00～17:30  
 市川市相之川3-2-13-3F  
 ※留守にすることがあります。留守番電話にお名前・住所・(希望エリア)・ご連絡先を入れてください。折り返しご連絡させていただきます。  
 \*当社は「日本ホスティング協同組合」の組合員です。

[illegible]

アイデア次第で  
使いかたいろいろ!

# レンタルスペース

販売OK!

飲食OK!

Bスタジオ

可動式大型ミラー付きの広々としたスタジオ

壁一面鏡張りのスタジオは  
明るく開放感満点

趣味の講座や会議に!

Cスタジオ

個別相談予約

スキル・資格を活かして  
「好き」を仕事に!

HPからも  
お申込み  
いただけます

月に一度開催!  
「はじめのいっぽ相談会」

レンタルスペースエミングを利用して自分  
のお教室やセミナーを開催して先生デビュー  
したい方、自宅や行政施設ではなく拠点を  
持ちたい方は気軽に相談してみよう。

セミナールーム

3つのセミナールームは連結利用可能

大きな公園(南行徳公園)  
の目の前です!

## レンタル スペース エミング

千葉県市川市相之川3-2-13 明光企画ビル内

電話でのお問合せは

tel.047-396-2211

株式会社 明光企画 平日11:00~17:00

<https://m-ing.info/>

## 境川河口部エリアの公園整備に関するWEB アンケート調査実施中

1/15まで

浦安市は高洲海浜公園(隣接する公園建設予定地含む)と浦安市総合公園を一体的に捉えた境川河口部エリアについて、魅力アップやにぎわいの創出を目指している。境川河口部エリアをより魅力ある公園にしていくため、広く市民から意見を聞こうと、アンケート

調査を実施中。  
▽期間 1月15日(木)まで  
▽回答方法 回答フォーム(<https://arcg.is/1ui0057>)から  
▽問い合わせ ☎047-712-6728 / 浦安市みどり公園課



## 新会長に北島学氏が就任 役員一新で新体制発足 浦安市介護事業者協議会

11月28日(金)、オリエンタルホテル東京ベイで、浦安市介護事業者協議会の第19回総会が開催された。昨年度の事業報告と決算報告、今年度の事業計画と予算審議が行われ、議案は全会一致で承認された。また、新役員が決まり、新体制でのスタートを切った。



会の初めに、鈴木信男会長が、「介護支援専門員を要になる職種にできるかが今後の重要課題。市と良いパートナーシップを築き、市民の暮らしを多方面から支えていく覚悟と努力を持って歩んでいきたい」とあいさつ。また、来賓として参加した内田悦嗣浦安市長

**6日間限定**  
2026年1/20(水)～22(金)、  
27(水)～29(金)

**和モダン  
アフタヌーンティー**

**料金 ¥6,000 (税込)**  
**時間 14:00～16:00**

※事前のご予約をお願いします [詳細はこちら](#)

和と洋の食材の組み合わせの妙を楽しめるアフタヌーンティー。スイーツには和紅茶の芳醇な香りと、抹茶のはろ苦さを活かし、セイボリーにも和の食材を取り入れました。和と洋それぞれの魅力が織りなす、スイーツをお楽しみください。

※写真はイメージです

【ご予約】レストランフォンタナ TEL.047-353-3345 (直通)

**ホテルオークラ東京ベイ** 浦安市舞浜1番地8号  
<https://www.okuratokyobay.net/>

は、市民の高齢化の進行と介護ニーズの増大に触れ、「人口動態を把握しながら介護を社会インフラとして捉え、会と連携して効果的な施策を進めたい」と語った。

今年度は、人材確保と離職防止を重点に、市と連携した取り組みを継続する方針。福祉や介護の理解を深め、中長期的な介護人材の育成のための活動を実施していくという。すでに11月に「介護のしごと相談会in浦安」を開催。小中学校対象の介護教育講座に講師を派遣する予定もある。



新役員も決定し、新会長に医療法人社団祐希会ひまわりクリニックの北島学氏が就任した。北島新会長は「介護人材の確保、離職の防止、浦安市認知症とともに生きる基本条例の推進、各種関係団体との連携に加え、災害時の福祉的支援も検討を進める」と抱負を述べた。

**12/28日**

**感謝を込めて、今年最後の  
大売出し**

2025年も愛顧いただき、ありがとうございます！

**今年1年のご愛顧に感謝を込めた…  
極上セット10,000円 限定300セット**

- 松阪牛すきやき・しゃぶしゃぶ用… 1P/500g入
- 和牛すきやき・しゃぶしゃぶ用… 1P/500g入
- 和牛やきにく用… 1P/300g入
- 松阪牛切落とし… 1P/400g入
- 和牛ステーキ… 2枚

**神戸牛すきやき・しゃぶしゃぶ用 1P/400g入 3,000円**

**松阪牛すきやき・しゃぶしゃぶ用 1P/400g入 3,000円**

**松阪牛・神戸牛すきやき・しゃぶしゃぶ用 1P/500g入 3,800円**

**神戸牛・松阪牛ハンバーグ(限定60セット) 900円**

**生冷凍スワイガニポーション 1P/500g入 4,500円**

**北海道産オオズワイ姿 1尾 1,000円**

**パナメイ海老有頭 1P/2Kg入 3,000円**

※商品は全て無くなり次第終了となります

**総合食肉卸 株式会社 マルヨシ商事**  
千葉県浦安市千鳥12-12 <http://wagyu-maruyoshi.co.jp>  
**TEL.047-353-4129** **次回の大売出し 1/31(土) 7:00～13:00**  
その他商品取り揃えております。店頭商品は全て税込。

**「僕が勉強を  
しなくたってわけ」第48回  
(すべての勉強を続けて  
いききたい人のために)**

「まだら完壁主義者27」  
おかえり帰国占師⑤

●祖父たちが広島の土地を見に行った日は、暑い夏の午後だった。吉生は出で力尽き、祖父たちも夏の暑さでかなり疲れが出ていた。3人は茶屋に入り、冷たいお茶を団子を頼んだ。吉生、先生のお団子はとても美味しい、お茶も冷たくてうまいですね。少し精気が戻ってきた。祖父「おーよかったよ。吉生さん、あなたの占いは今までどこで当たっている。精気を養って、またしっかり占ってくださいよ」

●こうして疲れを癒やした3人は強い日差しの中、茶屋を出て再び線路沿いに南に下っていた。不動産屋、一次の物件はもう少し海側に下ります。大学も近く閑静な場所です。これより南に下ります。橋を一本渡ります。で、なんとここあたりで決まなう。

●お知らせ  
当院受付職員の澤村慎君が、元旦の「さんタク」という番組に出演します。24年連続出演です。1月1日14時50分から16時50分、フジテレビにて放映されます。お見逃しなう。

●在宅なら在宅診療、訪問看護、在宅リハビリ、休日の当院へ、ご相談、お申し込みは何となく、お申し込みください。  
☎0120-566751  
<https://www.jin.com/>

**「ドクター松林の絶対味覚」**

●「ドクター松林の絶対味覚」4「カリカリベコンと大根のマリアージュ」②：大根をちようどベコンのサイズくらいに薄切にする。そしてその大根を2枚のベコンで挟んで、少しオリブオイルをかけてレモンを絞ってできあがり。凝縮されたベコンのうま味が、大根にしみ込んでサクッと歯ごたえよくて美味しい。マリアージュとはフランス語で結婚という意味です。いいところをさらに伸ばし、悪いところを打ち消し、う、イコール結婚です。

●在宅なら在宅診療、訪問看護、在宅リハビリ、休日の当院へ、ご相談、お申し込みは何となく、お申し込みください。  
☎0120-566751  
<https://www.jin.com/>

**わが家で  
咲きました！**

○ おうちで撮った  
自慢の花フォトを紹介します。

※情報は応募時の  
ものです  
**投稿はこちら➡**

**サンスベリア**

↑鉢植えで育てて夏に花が咲きました。ふんわり甘い香りがします。普通は滅多に咲かないそうです。(のん)

白い丸い刷毛の様な花が咲き、肉厚の葉で育てやすく、増えます。名前はオモトですがヒガンバナ科らしいです。(マシュマロ)➡

**サボテン**

←一夜だけ咲きます。水を少なめにすること。(レオパパ)

**サザンカ**

↑今年はびっくりするくらい、たくさん咲いております。つぼみもまだまだいっぱい。(エムアイ)

**ハケオモト**