

浦安新聞

Vol.2170

コミュニティペーパー

2026.1.16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

見ごたえあり!
浦安市内4校の文化部の作品を展示

1/24(土)
25(日)

第4回 浦安市内高等学校 合同作品展



市内にある4つの高等学校(千葉県立浦安高等学校、千葉県立浦

1月24日(土)・25日(日)、浦安市民プラザWave101で、浦安市内の高等学校4校による第4回浦安市内高等学校合同作品展が開催される(公益財団法人うらやす財団主催)。美術部や書道部などの文化部、同好会の作品が展示される。

安南高等学校、東京学館浦安高等学校、東海大学付属浦安高等学校)

第39回 市川浦安地区高等学校 合同書道展

1/16~18

「行書・草書」をテーマに、市川・浦安地区の書道部員および書道授業選択者による多彩な作品が並び、参加校は、浦安南・国府台・国分・行徳・市川昂・市川南・市川・国府台女子学院・和洋国府台女子・東京学館浦安・浦安の11校。宋から明・清の行草に影響を受け

た現代作家の作品も特別展示する。
▽1月16日(金)PM3~6
1月17日(土)AM9~PM6
1月18日(日)AM9~PM3
▽市川市文化会館 地下展示室
▽入場無料
▽問い合わせ ☎047-328-6001 / 県立市川南高等学校(長谷川)

の生徒たちによる合同作品展。

美術部や書道部(書同好会)、写真部(写真同好会)、華道部、文芸部、パソコン同好会、イラスト部、鉄道同行会が参加。絵画や写真、書道等をはじめ、立体作品や映像作品も展示される予定。

ポスターは毎年各校が持ち回りで担当。4回目である今回の題字およびポスター画は東京学館浦安高校の書道部、美術部、写真部、イラスト部が力を合わせて制作している。

文化部で活動する生徒たちの活動について、たくさんの人に見てもらえるような場を作ろうと開かれるこの合同作品展。「高校生にとっては活動の成果発表の場であると同時に、普段あまり目にするものがない他校の生徒の作品にふれるよい機会でもあります。また、中学生が高校の文化部の活動に興味を持つきっかけになれば」と担当者は話す。

高校生が心を込めて作った作品が勢ぞろいする合同作品展に出か



けてみては。

▽1月24日(土)・25日(日)
▽AM10~PM6 (25日はPM4まで)
▽浦安市民プラザWave101 市民ギャラリー1~3
▽入場無料
▽申し込み不要、直接会場へ
▽問い合わせ ☎047-350-3101 / 浦安市民プラザ

長崎美食ディナーコース

~海と大地の恵み~

料金 ¥9,500 (税込)
時間 17:00~21:30 要L.O.20:30

事前のご予約をおすすめいたします

長崎・五島列島の豊かな自然に育まれた肉、魚介、野菜、そして土地に根づく調味料に至るまで、五島市の協力のもと、シェフ自ら現地を訪れ、選び抜きました。素材が持つポテンシャルと五島の魅力を最大限に引き出したフルコースです。

※写真はイメージです

【ご予約】レストランフォンタナ TEL.047-355-3345 (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/>

第41回 水まわりがお得!

得とくフェア

完全予約制

期間: 1/24(土)~2/28(土)まで

特典など詳細はこちら

協賛: TOTO Takara standard, LIXIL, クリナップ

ご成約特典: 通常お値引きよりさらに
ご成約金額 税込30万円以上で

その1: TOTO LIXIL さらにお得
その2: メーカー 10年保証 が無償に!
その3: 今週の工事券 お支払いにも使える

全面改修・配管改修・外壁塗装・その他各種工事承ります

おかげさまで49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 (株)リフォーム青山

【浦安店】浦安市富士見2-1-5 (大三角線通り マルエツ前) 営業時間/9:00~18:00

【電話】0800-100-6777

●資本金8,000万円 ●千葉県知事許可(特-3)第32323号 ●当社は国土交通大臣登録団体の組合員です

第1土・日・祝日定休

妊娠前からの甲状腺機能管理

日本人の甲状腺疾患の割合は全体で約10%程度と推定されています。また20~30歳の女性にも多く見られる疾患です。甲状腺ホルモンは身体の代謝、恒常性を保つ働きがあり、妊娠の成立、胎児の発達、成長にも必要なホルモンです。妊娠中はホルモンが増加するため、甲状腺機能の管理が重要です。妊娠時にはエストロゲンの増加によってサイロキシン阻害薬の投与が必要となる場合があります。

内科・糖尿病内科

ベリークリニック

診療受付時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

8:45~12:00 ● ● ● ● ● ● ●

13:45~17:30 ● ● ● ● ● ● ●

南行徳駅前徒歩1分【完全予約制】休診: 水曜・日曜・祝日【金曜夜診療あり(18:30~20:00)】

☎047-358-6318 〒272-0143 市川市相之川4-14-10 クレイディアM&S1F

Web相談対応可 土日祝もOK 地域密着型

確定申告 および 相続税申告

まずはお気軽に お問合せください 受付中

税理士法人 Dream24 FREEDIAL

0120-316-245

お電話でのご相談も承っております!

西葛西駅北口から徒歩 30秒 江戸川区西葛西5-6-2 第28山秀ビル7F

年中無休 お気軽にご相談ください

ドリーム24 確定申告 検索

日本女子プロバスケットリーグの熱戦を間近で応援 2025-26 シーズン Wリーグ浦安大会

1/24・25

バルドラール浦安アリーナでWリーグ(バスケットボール女子日本リーグ)の試合が行われる。トップ選手の試合を浦安で観戦しよう。地元浦安や市川のチームによるオープニングゲームも行われるのでお楽しみに。

【Wリーグ ENEOSサンフラワーズ VS トヨタ紡織サンシャインラブッツ】

▽1月24日(土)・25日(日)

▽各日試合開始 PM3 (開場AM10:30)

▽バルドラール浦安アリーナ(総合体育館)

▽観戦チケット

・市民割引販売(前売りのみ) エリア指定／2700円、2F自由／1800円(小中高生1300円)

※開催日の前日までの販売

※市民割引チケットはバルドラ

ール浦安アリーナ事務室窓口で販売
・一般発売 エリア指定／3000円、2F自由／2000円[小中高生1500円]、車いす席／4000円(同伴者1人入場可)

※当日券は各券種500円増し

※チケットの一般販売はWEBサイト「チケットぴあ」から(<https://t.pia.jp/>)

▽問い合わせ

☎047-355-1110／同アリーナ



浦安市ビーナスプラザのイベント 段ボールや使用済み牛乳パックで工作

1月6日(火)にまちづくり活動プラザ内に移転したビーナスプラザで工作教室が行われる。

段ボール工作教室 「恐竜の鉛筆立て」

2/7

不用な段ボールを活用して、恐竜の鉛筆立てを作成する。



▽2月7日(土)
▽AM10～11:30

▽定員 先着10人

▽対象 市内在住の小学生、未就学児の親子

牛乳パックを使って 多目的ボックス作り教室

2/15

使用済みの牛乳パックを使って多目的ボックスを作る。多目的ボックスは眼鏡やテレビ等のリモ

浦安商工会議所女性会主催 市民公開セミナー

歌って・動いて・元気になろう!

歌声広場

よりみち

in 浦安商工会議所

歌と健康体操&脳トレのイベントで人気の“歌声広場よりみち”が、浦安商工会議所にやってくる! 聴いて・歌って・動いて・笑って、元気になれる120分をぜひ一緒に! どなたでもご参加いただけます。お気軽にお申込みください。

2/9月

13:30～15:30
(13:00受付)

参加無料

会場 浦安商工会議所 3階大会議室
(浦安市猫実1-19-36)

定員 100名(椅子席)

お申込みはQRコード➡
またはFAXから
FAX.047-350-6698
【申込締切】1/31(土) ※定員に達し次第終了

お問合せ: 浦安商工会議所 ☎047-351-3000

浦安商工会議所主催

はじめの…

ChatGPT

ワークショップ

～触って学ぶ! 生成活用～

「ChatGPT (最新 AI 技術)」を使いこなせるようになると、情報収集、文章作成、企画書作成などの煩雑な作業から解放され、飛躍的に生産性を高めることができます。本セミナーでは「基本的な使い方」と「具体的な活用方法・ワークショップ」について分かりやすくお伝えします。

講師 ナインノーツ
コンサルティング株式会社
代表取締役
のむら たかし
野村 忠史氏

近年、ITコーディネーターとして、デジタルアナログを融合させた現実的な営業手法の開発と指導に力を入れている。

主な講座内容

- ChatGPT の最新事情
- ChatGPT(対話型生成AI)ができること(実技)
- ChatGPT の潜在能力を引き出すコツ
- 悩ましいビジネス文書での活用ポイント(実技)
- 販促活動・販路開拓での活用ポイント(実技)
- ありがちな間違った活用方法、その他

※当日は PC、スマホ等を持参してご参加ください

会場 浦安商工会議所 3階大会議室
(浦安市猫実1-19-36)

定員 20名(定員になり次第締切)

費用 【会 員】無料
【非会員】1000円(税込)

お申込みはQRコードから➡

申込み・問い合わせ 浦安商工会議所 中小企業相談所 経営支援課 TEL 047-351-3000 FAX 047-350-6698



コン入れなどに活用できる。

▽2月15日(日)

▽AM10～正午

▽定員 先着10人

▽参加費 50円

【共通】

▽浦安市ビーナスプラザ多目的室
(まちづくり活動プラザ305号室
／入船5-45-1)

※1月6日(火)に移転

▽申し込み ビーナスプラザへ電話
または直接窓口へ

▽申し込み・問い合わせ

☎047-382-8787／ビーナスプラザ

浦安カタログ2026版は電子ブックで公開!



「ベイちばinfo」内で無料公開中!

こちら
をタップしてね!



ベイちばinfo 検索

スマホアプリ
「meclib2」を
ダウンロード
すれば

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



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

【行徳・浦安・葛西・市川カタログ 販売本についてのご案内】

現在、カタログシリーズは電子ブックとして無料公開しており、書店やコンビニでの販売はしていません。しかしながら、電子ブック切り替え後も「紙のカタログを購入したい」とのご要望を多くいただき、その声にお応えするため、数量限定で明光企画で販売をいたします。

*以前ご購入を希望され、お断りしたお客さまも、申し訳ありませんがこの機会にお買い求めいただければ幸いです。

《販売について》

- ・価格/税込880円、市川のみ税込1100円
- ・明光企画(市川市相之川3-2-13)にご来社いただき、ご購入いただける方に限ります
- ・販売時間/平日10:00～17:00
- ・お支払い方法/現金のみ ・数に限りがあります
- ・転売は禁止とさせていただきます

一人暮らしは不安。
でも施設には入りたくない。

ほっと館

入居者募集

高齢者のための安心快適の住まい

詳しくはこちら▶



自由な暮らし
ご自宅にいた時と同じように、お一人おひとり毎日を思い通りに過ごしていただけます。

暮らしの安心
ちょっと誰かの助けが必要とする時、「生活コーディネーター」が暮らしのサポートをします。

美味しい食事
1階のレストランで、肩の凝らない美味しい家庭料理が楽しめます。

静かで便利な環境
季節の移り変わりが楽しめる緑道に面し、スーパーや図書館、バス停も近くにあります。

NPO法人ほっとコミュニティえどがわ TEL 03-3652-7212

〒132-0021 東京都江戸川区中央2-4-18 **見学随時受付中** (月～金10:00～17:00) メールでのお問合せはこちら▶



自分らしく暮らしたい

シニアライフに新しい選択肢「ほっと館」

江戸川区中央にある「ほっと館」は老人施設とは違う、シニア向けの住まいだ。個室はミニキッチンとトイレ付き。自炊もできるし、自分のペースで生活できる。一方、お風呂やランドリー、リビングスペースは共用。そこではスタッフやほかの入居者と顔を合わせ、会話が弾むこともある。また、1階にはレストランがあり、昼食・夕食をとることも可能。

暮らしの安心生活

「ほっと館」は老人施設とは違う、シニア向けの住まいだ。個室はミニキッチンとトイレ付き。自炊もできるし、自分のペースで生活できる。一方、お風呂やランドリー、リビングスペースは共用。そこではスタッフやほかの入居者と顔を合わせ、会話が弾むこともある。また、1階にはレストランがあり、昼食・夕食をとることも可能。

暮らしの安心生活

「ほっと館」は老人施設とは違う、シニア向けの住まいだ。個室はミニキッチンとトイレ付き。自炊もできるし、自分のペースで生活できる。一方、お風呂やランドリー、リビングスペースは共用。そこではスタッフやほかの入居者と顔を合わせ、会話が弾むこともある。また、1階にはレストランがあり、昼食・夕食をとることも可能。

暮らしの安心生活



東京ベイ舞浜ホテル ファーストリゾート

いちご好きにはたまらない！
ストロベリー
スイーツビュッフェ



茨城いちごグランプリ大賞を受賞したこともあるOz Berry Farm(鬼沢いちご園)生産のいちごを使用、甘酸っぱい香りと味わいを堪能できる20種類以上のいちごスイーツを取り揃えた「ストロベリースイーツビュッフェ」が開催される。5日間限定。

白あんペースのいちごクリームを目の前で極細に絞り、ふんわりとした口溶けの「いちごモンブラン」をはじめ、いちご尽くしのラインナップを楽しん



ホテルオークラ東京ベイ

和と洋の魅力が
織りなすスイーツ
和モダン アフタヌーンティー



和と洋の食材の組み合わせの妙を楽しむ、ちょっと大人なティータイム「和モダン アフタヌーンティー」。6日間限定で開催。「ほうじ茶のティラミス」や「黒ゴマブリュレ」のほか、抹茶のほろ苦さを生かした「抹茶の生チョコタルト」、和紅茶の芳醇な香りが漂う「和紅茶のマドレーヌ」など、おしゃれな「和モダン」スイーツを、スリランカの高級ブランド「ディルマ」の紅茶と共に召し上がれ。

和の食材を使ったセイボリーも

数種用意。午後のひとときを優雅に過ごしてみては。

▽1月20日(火)～22日(木)、27日(火)～29日(木)

▽PM2～4

▽レストラン フォンタナ

▽料金 6000円

▽予約・問い合わせ ☎047-355-3345 (直通)

詳細はこちら



浦安職場警察連絡協議会(浦安商工会議所内)主催
2026 年サイバーセキュリティセミナー

近年、大手のみならず中小企業等にも及びつつあるサイバー攻撃のリスク。攻撃を受けないための対策や、万が一のときの対応などを専門家から学ぶセミナーが開催される。講演は3つ。演題と講師は以下の通り。

■「サイバー犯罪被害予防について」講師／武田和也(千葉県警察本部生活安全部 サイバー犯罪対策課 巡査部長)

■「経営者が知っておくべき、サイバーセキュリティ対策のコツ」講師／川満正博(有限会社アイ・ソットスマートプロパティ 取締役)

■「事業を守るサイバーセキュリティ～インシデント発生時の最善策と保険によるリスク分散～」講師／冨樫朋美(損害保険ジャパン株式会社 千葉西支店 松戸支社 支社長代理)

▽2月25日(水)

▽PM3～5(受付PM2:30～)

▽浦安商工会議所3F会議室

▽参加費 無料

▽申し込み 2月17日(火)までに二次元コードから

▽問い合わせ ☎047-351-3000／浦安職場警察連絡協議会



PR

未来へつなぐ／
元アイスホッケー日本代表
**ぴよりさんと梁取慎也さんの
整理収納＆マネーセミナー**
——1/21(水)・23(金)——



2026年がやってきたのに、家のこともお金のことも、なんとなくモヤモヤしていませんか？ 片付けてもすぐ散らかる。物が多くてどこから手をつけていいのかわからない。貯金はしているがこのままでは将来が不安。NISAやiDeCoが気になるけれど難しそうで一步踏み出せない。

そんな悩みをお持ちの方に、整理収納とお金を一緒に整えるセミナーが開催される。

講師は、Amazonベストセラー1位『400kg捨てたら人生まるごと片づいた!』の著者ぴよりさん(整理収納アドバイザー)と、元アイスホッケー日本代表で現在は全国でマネーセミナーを開催しテレビ・ラジオにも出演多数のファイナンシャルプランナー梁取慎也さん。

参加者にはもちろん、スターバックスカード1000円分と『400kg捨てたら人生まるごと片づいた!』の本をプレゼント。セミナーに参加して、今年こそ「暮らし」と「お金」を同時にスッキリ整えませんか。

▽日時 1月21日(水)・23日(金) 10:30～12:30

▽会場 浦安市文化会館大会議室(浦安市猫実1-1-2)

▽参加費 無料

▽主催 Lazo

▽申し込み WEBから

※各回定員30人

※参加資格20歳以上。お子様連れ不可



こどもとできるクッキングレシポ



ツナと塩こんぶの炊き込みごはん

●材料(2合分)

- ・米 2合
- ・水 2合の水の量から大さじ2減らす
- ・まぐろ油入り水煮(レトルト) 2袋
- ・塩こんぶ 1袋
- ・にんじん 1/6本
- ・酒 大さじ2
- ・むき枝豆(冷凍) 30g
- ・めんつゆ 大さじ1
- ・白いりごま 大さじ2

「にんじん」は前もってせん切り、短冊切り、いちよう切りにして冷凍しておく、炊き込みごはんがより作りやすくなります。お子さんのお手伝いとして、お米をとぐ、水や調味料を入れて混ぜる、具材を入れて混ぜるなどはいかがですか？ ひじき水煮、ゆで大豆、コーン、たけのこ水煮など、具の組み合わせをお子さんと一緒に考えて「わが家の炊き込みごはん」を作ってみるのも楽しいですね。



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
園分 利恵さん

【作り方】

- ①お米をといで、少なめの水で30分吸水する。
- ②にんじんは皮をむいてせん切りに。
- ③炊飯器に①の米と水、めんつゆ、酒を入れ混ぜる。そこへ②、まぐろ油入り水煮、塩こんぶ、むき枝豆を入れて普通炊飯で炊く。
- ④炊き上がったら器に盛り付けて、最後に白いりごまをのせる。

わが家で咲きました！
花の写真募集中



紙面を彩る花の写真を募集しています！
わが家のガーデニング自慢してみませんか？

投稿はこちらから▶





カルチャー & 習い事



さあ！はじめよう！！

英会話

さあ、今がその時！幼児・小学生の「耳」が持つ黄金期！
英語が「勉強」になる前に！英語を味方に！
～一人ひとりに寄り添う英語教室～（ECCジュニア サンコー浦安教室）

英語を得意とする子どもの7割は小学校低学年以前に学習をスタートしています。英語が『苦手』になる前にできること、それは早く始めて『英語と友達』になること！「ああ、もう1年でも早く来てくれていたら英語が楽に理解できてただろうに」と思うことがしばしば。「英語は楽しい！」「英語がわかる、話せる！読める、書ける！」英語に自信があれば学校の授業も自ずと楽しくなります。当教室のモットーは“with joy”そして『講師は道化師であれ！』。熱いレッスンで、「覚える」ではなく「気がついたら覚えてた」となる方法を教えます。

幼児期は遊びながら徹底的なインプットとアウトプットとフォニックスの基礎、小学生はそれに加えて大量音読と大量筆写でスピーキング力、リスニング力、文法力を身に付けます。英語を学ぶのは『英語でも好きなことができるようになる』ため。お子さまは今春何歳になりますか？ ECCのカリキュラムに1年でも早く乗っかってください！ 楽しいから続く、続くから力がつく。生徒たち、卒業生たちからの声を励みに、サンコー浦安教室では、毎日たくさんの笑いとともに『英語が得意！』『英語が好き』な子を育てています。

英会話

英会話なんて高いはずがない！
習いたい時が習う時！
（メイプルスクール新浦安）

■**バイリンガルも夢じゃない！**
1990年開校。人気・実績ともに不動の英会話スクールが『今年こそ英語が話せるようになりたい！』と胸に熱く秘める浦安人を応援。
なんと通常11,000円の入会金が無料に！さらに「浦安新聞を見た」と言って大人グループレッスンに入会した方には、イアン校長（イギリス生まれカナダ育ち）との個人レッスン（1回55分）3回分をプレゼントという太っ腹企画だ。
■**一生モノの英会話を**
イアン校長は浦安在住・在日40年以上。「形だけの英語ではなく、心で学ぶ一生モノの生きた英語

を」がモットー。生徒のレベル・目的に合わせて会話するので、初めてでも大丈夫。一方で留学や海外赴任の準備、使わないと忘れそうな英会話のブラッシュアップ、TOEIC対策にも対応してくれる。迷っているとまた1年が過ぎていく…かも。このチャンスにぜひ！
■**教材費なし！ 土日も開校**
メイプルスクールはネイティブスピーカーが中心。大人グループレッスンのほか、平日通い放題の子どもグループレッスン（小・中）、個人レッスンがある。人気の理由は教材費なし。「話したい！」だけがあればOK！



ECCジュニア

英語・英会話

創立26年目 約600名指導

サンコー浦安教室
047-352-5542
講師：遠辺洋子/遠矢なつみ

公式HP Instagram

無料体験実施中!!
小5・小6で3歳、中1・中2で準2級、中2・中3で2級合格
早く始めて英語を味方に!!

対象 4歳児～中学生		
コース	対 象	レッスン時間
英語・英会話コース & まなびのさんぽコース	4・5歳児	【月】 15:15～16:15 (英・英) 16:15～16:40 (まなびのさんぽ)
英語・英会話コース スーパー ラーニングプラン	小1～小3	【水】または【木】 16:00～17:40 週1回/100分
	小4～小6	【火】または【木】 17:20～19:00 週1回/100分
英語・英会話コース 中学スーパー 英語プラン	中1～中3	新中1クラス【水】 新中2クラス【火】または【金】 19:30～21:45 週1回/135分



2024年度・2025年度 進学先(全24名)
早稲田高1名、県立船橋3名、千葉東1名、小金1名、法政二高1名、昭和秀英2名、江戸川得手実大コース1名、国府台女子1名、江戸川女子2名、昭和学校1名、東葛飾1名、市川東2名、横見川2名、都文館グローバル1名、船橋啓明1名、千葉商科大特選1名、国学院高1名、二松学舎1名

英会話を始めるなら

2026年1月～3月末

入会金0円! NEW YEAR キャンペーン

入会金

¥11,000 ▶ **¥0**

イアン校長の個人レッスン

3回分 (1回55分)
プレゼント

「浦安新聞を見た」で大人グループレッスンに入会した方



イアン校長

Maple Language School
The Communication Place since 1990!

無料体験のお申込みはコチラ

Instagram 見てね

どのようなことでもお気軽にお問い合わせください。【受付時間】 火～金：11～14 16～19 土日：10～12
浦安市今川 1-1-40 アコービル1F
047-351-2677 順天堂大学病院徒歩3分

ゴルフ

ゴルフのすべてがそろう！
レッスン・ショップ・試打・クラフト・セルフ練習も
（ジーパーズゴルフクラブ浦安）

■プロが教える本格レッスン

「ジーパーズゴルフクラブ浦安」は、ゴルファーのニーズに幅広く応えてくれるゴルフショップ。
最新シミュレーターを採用した全6打席を備え、プロが教える充実のレッスンやセルフ練習も可能！さらに500本以上の最新クラブを存分に試打できるほか、プロやクラブフィッターによるスイング診断とフィッティングサービスも人気。自分にピッタリのクラブが見つかったら、その場で購入もできる。

■業界最安値に挑戦するショップ

メーカー正規取り扱いの日本モデルに加えUSモデルの新作クラブやゴルフ用品など、とにかく豊富な品揃え。店内にはクラフト工房があり、人気のスリーブ付きシャフトやグリップ交換など、オーダーでリペア・カスタムが可能。ロフト調整などなんでも相談できる工房が近所にあるのはゴルファーには心強い。

興味を持ったら地域の学びの場へ 日の出公民館イベント

リサイクル施設見学 ～未来につなぐ“ループ”を取入れよう！

リサイクル施設の見学会が行われる。「未来につなぐ“ループ”を取入れよう！」と題し、再資源化施設、生ごみリサイクル施設（みどり産業／市原市・長生郡長柄町）を見学する。
廃棄物を資源として再生し、循環型社会の構築に取り組んでいる工場を見て、毎日の生活や環境について考えよう。

▽1月29日(木)
AM8：45～PM4(予定)
▽見学先 みどり産業／市原市・長生郡長柄町 ※市のバス利用
▽参加費 昼食代実費。予約のため事前にメニュー選択(ふさのえき食堂／市原市糸久2-232-1)
A 刺身5点定食1980円(税込)
B アジフライ定食1650円(税込)
▽対象 18歳以上
▽定員 15人(多数の場合は抽選)
▽締め切り 1月18日(日)

疲れない姿勢入門講座 (全2回)

2/6・13
無理がなく、見た目も美しく、長時間でも楽でいられる「良い姿勢」を見つけよう。
講師はダンス・クラシック研究会(公民館サークル)が担当する。

▽2月6日(金)・13日(金)
▽PM3：30～5
▽日の出公民館
▽参加費 無料
▽定員 20人(多数の場合抽選)
▽保育あり 要申し込み
▽持ち物 タオル、飲料水、動きやすい服装で参加を
▽締め切り 1月19日(月)
◇

【共通】
▽申し込み ウェブサイト「まなびねっとURAYASU」(<https://www.urayasu.manabi365.net/>)から電子申請、または官製はがきに住所・氏名を記入し日の出公民館窓口へ
▽問い合わせ
☎047-355-8831／日の出公民館

毎月先着10名限定

プロレッスンがお得になる!

入会キャンペーン!!

「浦安新聞を見た!」で **入会金+初月会費**

20,900円 (入会金5,500円/全日会員15,400円) ▶ **0円**

体験レッスン 50分

シミュレーター練習 25分

0円 お一人様1回限り

入会プラン

【全日会員】.....**15,400円**
【平日会員】..... **8,800円**
【フリー練習会員】 **9,900円**

最新シミュレーター 全6打席

ショップ レッスン 試打 クラフト

すべて揃ったゴルフスタジオ

ジーパーズゴルフクラブ浦安 平日 9:00～22:00 土日祝 8:00～21:30

浦安市北栄 4-21-2 TEL.047-711-2544 駐車場完備(無料サービスあり)

令和7年度がん講演会
がんと向き合うあなたへ
～心をつなぐ、共に生きる～

2/7

今年度は、がんの経験者である、NPO法人「がんノート」の岸田徹氏や小堤麻規子氏、また順天堂大学医学部附属浦安病院がん相談支援センター がん専門相談員の奥西桃子氏を講師に迎え、自身の体験談や、がんの相談窓口などについて話を聞く。

- 【内容】
- ◆講演1
がんと向き合うあなたへ
がん経験者として、自身の体験などについて話す
 - ◆講演2
がんの相談窓口を知ろう！
がんに関する治療や療養生活などに関する相談ができる窓口について
 - ◆講演3
浦安市のがん対策事業の紹介
市で実施しているがん患者支援事業について紹介

▽2月7日(土)AM10～正午
▽浦安市文化会館3F 大会議室
▽対象・定員 市内在住・在勤・在学の人、80人
▽参加費 無料

▽持ち物 筆記用具(必要な人)
▽申し込み ちば電子サービス(二次元コードから)または電話で健康増進課まで(「2月7日がん講演会申し込み」と伝える)
▽その他 講演会終了後、質疑応答を除いて浦安市公式YouTubeでオンデマンド配信[配信は3月2日(月)～31日(火)を予定]
▽申し込み・問い合わせ
☎047-381-9059
／浦安市健康増進課



NEW OPEN 情報掲載店募集中
お店のオープン
明光企画が応援します！

明光企画が運営する地域情報サイト「ベイちばInfo」にて**NEW OPEN情報を無料紹介！**

行徳・浦安・高西・いちかわ新聞で紹介する場合もございます。※掲載可否等は弊社にご一任願います

お問い合わせ 047-396-2211 受付/平日 10:00～17:00
株式会社明光企画 市川市相之川3-2-13

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。

2026年が始まりました。本格的な寒さを迎えています。
1月17日(土)からは冬の土用に入ります。腎臓と脾臓の冷えに注意が必要。この時期の冷えは体の肉自体が冷えるので、顔や皮膚のシワを作りやすくなります。食生活でも体を温める食材を中心に摂りましょう。
体を温めるといったら「生姜」。前回に引き続き生姜を使ったレシピ。毎年必ずわが家で作る、ぜひご紹介したい一品です。

生姜シロップ
■材料
生姜 300g
水 200cc
砂糖 200g(上白糖でもきび砂糖でもOK)

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

生姜



- 作り方
- ①生姜をきれいに洗い、汚れたところを包丁でこそげ落としたり、薄くスライスする。
 - ②ボウルに①と分量の砂糖を混ぜ2時間ほど置く。
 - ③②と分量の水を鍋に入れ、弱火で灰汁をとりながら煮る。
 - ④約30分ほど煮たら、火を止め冷めるまで待ち、保存瓶などに入れ冷蔵庫で保管する。

砂糖を蜂蜜に替えると、喉の乾燥止めや咳止め、便通改善にも良く効きます。
カップに湯を注ぎ、好みの量の生姜シロップを混ぜたらホット生姜ティーに。炭酸水で割ればジンジャエール、ホットケーキにシナモンパウダーと一緒にかけてもおいしい。用途はいろいろ。多めに作って冷蔵庫に保管しておく手軽に使えて便利です。
年末年始に疲れた胃腸と冷えて胃腸虚弱にならないよう、しっかり温めて元気に過ごしましょう。

わが家のペット BESTショット!

ずーっとママにべったりの甘えん坊です。外ではママのポディガード!➡

あずきちゃん、ゴエモンちゃん
(シュナウザーミックス、サイベリアン)

↑あずき(左)とゴエモン(右)。今日は一時休戦中です。

そらちゃん(マルチーズ)

まろちゃん
(スムースコートチワワ)

↑食いしん坊のちよっとぽっちゃりのスムチーです。一歳になりました!

ネヴェちゃん(マルチーズ)

↑わが家の甘え上手な末っ子。大好物のパンをもらえない時のこの顔はいつも言葉にはできない寂しさをたたえた表情です。

あざちゃん(ウェルシュコーギー)

↑食いしん坊でいたずら好きな女の子、でもママとパパが大好き。ママの言葉はなんでもわかります。

ふたりで幸福。わが家の美男美女アイドル!➡

福ちゃん・幸(ゆき)ちゃん
(ミヌエット)

れきちゃん(ヨークシャーテリア)

↑お散歩大好きわんぱくボーイ。お散歩は1日3回、1回につき1時間以上です。お散歩に誘うのがとても上手なわんこです。

栗(しずく)ちゃん(保護犬)

↑公園はおいしいものでいっぱい!花びら、草、バッタ…何でも食べちゃいます。

愛ちゃん(ウェルシュコーギー)

マルちゃん(トイプードル)

まんぶくちゃん(保護猫)

↑抱っこしたり、膝の上に乗るのが大好きな甘えん坊です。保護猫だったので、食べるものに困らないようにという願いを込めてまんぶくという名前にしました。

カメラを向けるといつもなぜか眠そうな顔しちゃうけど、がんばって目を開けてます(笑)

投稿はこちら➡

※情報は応募時のものです

Information インフォメーション

講演会・講習会・体験会

●発達特性を持つ子ども専門の学習塾 無料個別相談
学習の遅れや特定単元の苦手、無気力は自力解決が難しい。発達支援・教科指導のプロが個別授業を実施。発達検査などの結果を踏まえた指導を行う。5人限定クラス。無料体験、見学、相談は電話かメールで
◇仲栄学習会（北栄3-33-10、北部小近く）
◇対象 小4～中3
☎047-352-6158
✉shin-ei@shin-ei-kai.com
●回想法による「浦安想い出語りの会」
◇1月21日(水)
◇PM1：45～3：15
◇美浜公民館 第3会議室
◇参加費 無料
◇テーマ 捨てられないもの
◇持ち物 飲み物、マスク推奨
◇要申し込み
☎080-3250-2312小西
●親子で味噌作り
◇1月24日(土)
◇AM10～正午
◇日の出公民館 調理室

◇参加費 3800円
◇定員 先着20人
☎090-4489-2409BIKU
●抹茶シャカシャカ
◇2月1日(日)
◇PM2：30～3：30
◇富岡公民館3F 和室
◇参加費 500円
◇対象 5歳以上
◇定員 約10人
◇持ち物 靴下
◇要申し込み 1月29日(木)までにメールで
☎080-9373-3306吉川
✉hatsu513yoshi@gmail.com
●HSP/HSC対話ボランティア体験講座
◇2月3日(火)
◇AM10～正午
◇東野パティオ 会議室1・2
◇参加費 無料
◇対象 市内在住・在勤・在学者
◇定員 先着6人
◇講師 HSP/HSCリンクパートナー「Heart Smile Present」
◇申し込み 講座名・氏名・TEL・年代を連絡
☎047-380-8864浦安市ボランティアセンター
☎047-355-5277
✉vc@urayasushi-shakyo.jp
●新浦安あおぞら教室・相談室
不登校や人間関係のカウ

ンセリングと学習支援など
◇月曜・水曜・金曜
◇AM10～PM6：30
◇まちづくり活動プラザ
◇講師 公認心理師(スクールカウンセラー歴10年)
◇要予約
☎070-5518-3948杉本
✉sinurayasu.aozora@gmail.com
●NYネイティブ英会話体験会
少人数、ニューヨーク出身の講師と英会話
◇1月20日か27日(火)
◇AM11～初心者、AM11：45～中上級 ※30分
◇市川市行徳公民館
◇参加費 1回500円
※初心者・中高年歓迎
◇要申し込み メールで
☎090-5498-0715澤田
✉mamisan731@yahoo.ne.jp
●季節の歌ハモって楽しくよく知っている曲をCFGのコードや輪唱で楽しむ
◇1月27日、2月3日・17日・24日(火)
◇PM2：15～3：15
◇市川市南行徳市民センター3F
◇参加費 1回800円
◇要申し込み(歌集準備のため)
☎080-5482-8429さくら貝女声コーラス/櫻井

●冬の味噌手作り体験教室
◇2月14日(土)PM1：30～4(受付PM1～)
◇和洋女子大学国府台キャンパス(市川市)
◇参加費 5500円※味噌キット2kg分+味噌樽代を含む(味噌キット4kgの場合11000円、味噌樽持参の場合は500円割引)
◇要申し込み HPから
☎047-371-1547鈴木

ステージ

●浦安吹奏楽団 第30回定期演奏会
◇1月25日(日)
◇PM1：30～3：30
◇浦安市文化会館大ホール
◇入場料 無料
◇申し込み不要
☎090-5305-7828星野

サークル仲間募集

●塩浜テニスクラブ
◇毎日曜 PM1～4
◇市川市営、県営施設
◇年会費(ケガ保険)2000円、(ボール代別途200円)

◇対象 中級以上、65歳以下
◇要申し込み メールで
☎080-7061-5987玉井
✉defi358.w@gmail.com

※主催者の都合により内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

当コーナーの情報はWebサイト「ベイちば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
「ベイちば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

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。

電話・FAX・メールで申込OK!!
浦安案内1行(13文字)1,100円(税込)
水曜日AMお申し込み翌週金曜掲載
※税日がある場合繰り上がります
■お申し込み・お問い合わせは—
株式会社明光企画 市川市相之川3-2-13
☎047-396-2211
info@meiko-kikaku.co.jp

浦安新聞の発行日は毎週金曜日です。

浦安案内
▽料金1行(十三字詰め)千円(税込)。料金は前金でお願いします。振込可。
出張着付け
野村
090
8176
9855

記者はしりえが行く！
お近くグルメ

ランチで、テイクアウトで、楽しめる近くのお店をグルメ担当記者はしりえがレポート。ジャンルもいろいろ、気になるお店にはぜひ行ってみてください。※情報は取材時のものです

At Dining

住／市川市相之川14-11-13
リバーランド南行徳A 101号室
休／月曜（詳細はInstagram参照）
Instagram：at_daining
☎047-318-2990



9月にオープンした洋食店「At Dining」は、肉と野菜をヘルシーに楽しめるお店。ランチは990円からととてもリーズナブルなんです。
「ローストビーフ丼」はお店イチオシの逸品。手仕込みのローストビーフを野菜と共にいただけます。ブロッコリー、サニーレタスと、トマトの酸味が美味しいラタトゥイユ、ゆで卵、そしてローストビーフが6枚もたっぷり！牛もも肉を使用し、低温でじっくり焼き上げ美しいピンク色に。しっとりやわらかな食感です。ごはんを巻いて食べるのもオススメ！カリカリのフライドオニオンの甘みとソースとが肉にピッタリです。この後を引く旨さよ…！一皿で野菜たっぷりで栄養バランスも彩りもよく大満足です♪

夜は牛すじのデミグラスソース煮込みやさかristeekも人気。仲間と楽しめるコースもあります。



1,200円(税込)

ローストビーフ丼



マンマミーヤ

住／市川市富浜2-3-10
休／月曜・火曜・水曜
Instagram：restaurant_manmamiya
☎047-356-3821



妙典で愛され30年近く、ご夫婦が営むカジュアルなビストロ料理「マンマミーヤ」。東西線高架近くにひっそりたたずむ住宅の1階で、ホテル並みの味のハイクオリティな洋食が楽しめます。オープン当初から継ぎ足して仕込むデミグラスソースを使った料理は中でも人気で、今日はハヤシライスに。

サラダとにんにくが利いたポテのポタージュスープを飲みながら待つと、ハヤシライスが登場！生クリームがサツとかけられたデミグラスベースのソースは赤ワインの香りが豊かで、ほどよい酸味と濃厚な味わい。口に広がっていく旨味が最高！玉ねぎのシャクシャクした歯ごたえもいい。じっくりと煮込まれた牛バラ肉の塊はホロホロほどけるような食感。え、こんなに!?と驚くほど大きなお肉がたくさん入っていて感激！

過替わりのパスタランチはサラダとスープ、デザートとコーヒーもついて1,100円！
限定2食の洋定食など色々お得に楽しめます♪



1,300円(税込)

ハヤシライス



広告のお問い合わせ・お申し込みはフリーダイヤルにて

正=正社員 ア=アルバイト バ=パート 派=派遣 契=契約社員 委=業務委託 職=職員 他=その他

伸栄学習会 放課後等デイサービス
本部：浦安市北栄3-33-10 【採用担当：重田・小泉・今】
TEL. **047-352-6158** (受付/月～土 10時～19時)
✉ shin-ei@shin-ei-kai.com (メールは24時間受付)

新浦安腎クリニック
浦安市高洲2-4-10
TEL. **047-316-6639** 担当／梅田

株式会社浦安サイリ 浦安市猫実5-4-2
EST101
TEL.047-321-6588

求人広告なら

発行
総数

234,060

1紙

17,600

円〜(税別)

31×56mm

※掲載料に別途制作・写真がかかります

行徳新聞

清空新聞

葛西新聞

いちかわ新聞

お問い合わせは…

市川市布之内3-1-13

株式会社 明光企画

☎ 047-396-2211

(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「日本ボスティング協同組合」の組合員です。

新浦安セントラル耳鼻咽喉科・アレルギー科
浦安市明海4-1-1 ニューコースト新浦安3F TEL 047-711-3987

**ちらしを
お配りします！**

★1,000枚から承ります
お申込み・お問合せ
㈱明光企画
☎047-396-2211 料金等、
明光企画 詳細は
WEBで→



シネマイクスピーアリ ☎047-305-3855 (1月16日~22日)

アイデア次第で
使いたいろいろ!

「カルチャー講座を開講したい」「企業セミナーの会場を探している」
「仲間でダンスの練習をしたい」「子どもと一緒にママ会を開催」
などなど用途に合わせて利用してみよう!

新聞社が運営する
レンタルスペースだから
できるメリット!

**地域に根ざした新聞で
集客を応援!**

レンタルスペースエミシングを
運営する明光企画が発行する
行徳新聞・浦安新聞でお得に
講座やイベントの告知掲載も!

個別相談要予約
スキル・資格を活かす
「好き」を仕事に!

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。

HPからも
お申込み
いただけます

販売OK!
飲食OK!

Bスタジオ

Cスタジオ

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

趣味の講座や会議に

1

3つのセミナー

211

211

0~17:00

大きな公園(南行徳公園)
の目の前です!

			明光企圖	
--	--	--	------	--

			南行德公國	

セナン

南行徳駅

南行徳駅徒歩5分

取材
特集

新浦安中央ビル
気になる健康のこと

医療 Q & A

かわばた眼科

3F

9:00～11:30／15:00～17:00
木・日・祝休診
https://www.kawabataganka.com

入船整形外科リハビリテーションクリニック

4F

9:00～12:30 14:30～18:00 ※土のみ 9:00～13:00
木・土（午後）・日・祝休診
https://irifune-seikei.com
[オンライン予約あり]

森下クリニック

3F

平日 9:00～12:00／15:30～18:00
※木 午前のみ、土 12:00 まで 日・祝・第2・4・5 土休診

新浦安こどもクリニック

2F

月・火・水・木・土・日・祝 12:00～18:45 金のみ休診
来院順受付 乳児健診は完全予約制 予防接種予約不要

マリクリニック

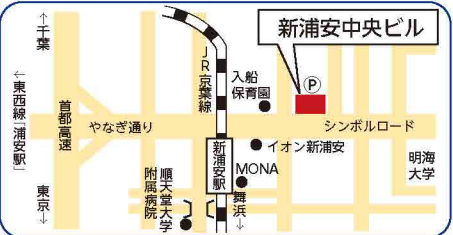
2F

月～水、金 10:00～13:00／15:00～19:00
土 9:30～13:00
木・日・祝休診
https://www.marine-clinic.com

なな耳鼻咽喉科

2F

8:30～12:00 14:00～18:00（土は 8:00～14:30）
予約は前日夜 8:00 から
木・土（午後）・日・祝休診



緑内障の
レーザー治療について①

緑内障の治療は、眼圧（眼の中の圧力）を下げることで、これには眼内の水分（房水）の量が関係しています。房水の循環が悪くなり眼内の水分量が多くなると眼圧が上昇します。

S L T レーザー治療は、房水の出口（線維柱帯）の通りを良くすることで眼圧を下げる治療です。線維柱帯は、メッシュ状の立体構造をしています。この隙間

が詰まると房水の流れが悪くなり眼圧が高くなります。S L T で線維柱帯にある色素細胞を選択的に蒸発させると、免疫反応が刺激されマクロファージという細胞が活性化されることで、房水流出路の障害物が取り除かれ、眼圧が下降します。S L T は比較的初期の緑内障が適応となります。無効症例もあり、炎症による一過性の眼圧上昇等のリスクもあるので、実施の際には十分説明を受けることが大切です。

3F

かわばた眼科

レーザー・各種外来手術・眼鏡・コンタクトレンズ処方

受付電話 047-700-6090

川端秀仁院長

ウィンタースポーツと
膝前十字靭帯損傷

冬はスキーやスノーボード中の「前十字靭帯（ACL）損傷」が増えてきます。滑走中の急な方向転換や着地の失敗で膝を捻ると、膝を支える靭帯が耐えきれず損傷してしまいます。

予防には筋力強化と柔軟性が不可欠です。特に太もも裏のハムストリングスを鍛えると、膝の前方への振り出しを制御し、靭帯への負担を軽減できます。また、

運動前の入念なストレッチで筋肉の反応性を高めることも、不意の転倒を防ぐ大切な予防策です。治療は、自身の腱を移植し靭帯を作り直す「手術療法」や、膝周囲の筋力を強化し安定化を図る「保存療法」など、年齢や活動量に応じ最適な方法を選択します。どちらの治療でも、適切なリハビリで膝の安定性やスムーズな動きを取り戻すことが重要です。膝の痛みや不安定感があれば、放置せずお早めにご相談ください。

4F

入船整形外科リハビリテーションクリニック

整形外科・リハビリテーション科

受付電話 047-381-1224

稲田大悟院長

胃腸かぜについて

最近胃がムカムカして、食事がとれず、下痢もしています。

まず症状の現れ方が急性か、慢性かで判断が異なります。暮れから正月にかけては暴飲暴食になりやすく、胃腸に負担をかけがちで、それによる症状のこともあります。しかし、冬場で急性にこのような症状を示す疾患で、頻度の高いものとして、ウイルス性の胃腸炎（胃腸かぜ）も考えられます。症状は胃のムカツ

キから吐き気、その後の下痢に至ります。同時に発熱や筋肉・関節の痛みを伴うこともあります。胃腸かぜは、治療薬によりかなり症状を軽減させることができます。一方、慢性の場合は胃潰瘍などの胃腸疾患や肝機能障害なども視野に入れて検査を考えていく必要があることもあります。このように診断によって検査の必要性や治療方法も異なりますので、医師に相談してきちんと診断を受けることが重要です。

3F

森下クリニック

内科・消化器・人間ドック

受付電話 047-305-7000

森下 一院長

亜型インフルエンザについて

令和7年度2025年～2026年シーズンのA型H3N2亜型(A香港型)の変異株のサブクレードKとよばれているインフルエンザが流行っています。「今年のインフルエンザは何か違う」といった声を耳にしますし、外来でも何かいつもと違う感じがします。

2025年の夏頃から南半球のオーストラリアで出現が確認され、その後イギリスをはじめとするヨーロッパ諸国、そして日本を含む北半球へ広がってきました。

最大の特徴は感染拡大スピードの速さです。潜伏期間は1～3日程度で症状は従来と同じ、その他異なる症状パターンもあり、消化器症状（吐き気・下痢・腹痛）等を伴うケースが増えています。特に小児に顕著に現れやすいとされ、症状が先行して発熱が遅れて出るパターンも報告されています。関節痛の発現率は従来よりも低い傾向。ワクチンの有効率は希望が持て、重篤な症状への進行を防ぐ効果は依然として期待できます。

2F

新浦安こどもクリニック

小児科・アレルギー科

受付電話 047-304-0888

内藤茂樹先生

最近たるみが気になります。（48歳女性）

リフトアップしてはいかがでしょうか。

①ジェネオX 低周波による温熱作用、炭酸ガスによるお肌の調整、超音波による美容液の浸透の3段階でお肌を引き締め、若返らせます。（トライアル1回¥27,500）

②Vシェイプ法 ヒアルロン酸の注入によりお顔の陰影を減らしリフトアップしたような印象をつくります。

③マイクロボツクス法 ボツクスを細

かく注射し表情じわを治療するとともにフェイスラインをリフトアップさせます。

④スレッドリフト 糸によるリフトです。トゲのある溶ける糸でホホやフェイスラインを引き上げリフトアップします。メスは使いません。

※フォトフェイシャル、医療レーザー脱毛、プチ整形、脂肪融解注射、シミ・シワ・ホクロ治療、にんにく注射、高濃度ビタミンC点滴、アートメイクなどご相談受付中

2F

マリクリニック

皮膚科・美容外科・アレルギー科

受付電話 047-382-3838

三橋 清院長

花粉症は加齢すると突然発症するケースが多いと聞きました。できれば発症しないようにしたいのですが。

アレルギーの発症は小児期から若い世代が圧倒的に多いです。ひと昔前までは10歳からといっていました。最近では低年齢化し、0歳でも発症します。

スギ花粉発症の予防は、大量のスギ花粉を吸入しないことでしょうか。スギに対する感受性をもっているかを血液検査

で調べて、陽性の方はシーズン中の外出時にマスクをし、花粉の多い地域に行かないことをお勧めします。

★インターネット受付

ネット予約システムは左記QRコードから

2F

なな耳鼻咽喉科

耳鼻咽喉科・アレルギー科

電話予約 050-5840-7074 受付電話 047-304-7777

浜野ナナ子院長

医療法人社団 新越会

新浦安駅前コシノ内科

内科 循環器科 呼吸器科 アレルギー科 糖尿病内科

診療時間 月 火 水 木 金 土

9:30～12:30 ○ ○ / ○ ○ ○ 13:00

15:20～18:20 ○ ○ ○ ○ ○ /

帯状疱疹ワクチンと
コロナワクチン
を行っています（予約制）

★お電話でお問い合わせください
☎047-711-1061

★院長略歴★
○米国クレイトン大学医学部
アレルギーセンター研究員
○米国ハーバード大学医学公衆衛
生大学院呼吸生態学部門研究員
○東京大学医学部付属病院助手
○東京大学保健センター非常勤講師

浦安市入船1-4-1 イオン新浦安ショッピングセンター 8階 https://www.koshinonaika.com

いざというとき地域を支えるために

浦安市災害ボランティアセンター
運営支援者養成講座

2/14

同センターの基本的な役割を理解するための内容。今まで災害に関わったことのない人も参加可。

▽2月14日(土) PM1：30～4

▽浦安市総合福祉センター2F 多目的室 ▽参加費 無料 ▽対象 市内在住・在勤・在学の高校生以上

▽持ち物 スマートフォン

▽申し込み 電話またはメールで(講座名・氏名・電話番号を明記)

▽申し込み・問い合わせ ☎047-355-5520／災害ボランティアセンター

✉info@urayasusvc.jp

身近な海「三番瀬」を間近で感じる

三番瀬海岸親水施設一般開放

1/18

三番瀬の貴重な自然環境を観察できる施設。三番瀬海岸親水施設の階段護岸部分が一般開放される。この機会に、三番瀬の海を間近で感じてみよう。

自然解説員による解説もあり。

▽1月18日(日)

※雨天中止

▽PM1：30～2：30

▽三番瀬海岸親水施設

(日の出7-9-1)

▽参加費 無料

▽申し込み不要

▽問い合わせ ☎047-711-1601／三番瀬環境観察館