

はり・きゅう・マッサージ助成券

浦安市では、保険診療外のはり・きゅう・マッサージの施術を受ける人に対し、はり・きゅう・マッサージ等施設利用券を交付している。

申請した月から翌年3月まで毎月2枚分が交付されるので、早めに申請するのがよい。

この利用券は、市に登録された施術者(国家資格保持者)による施術を受けた場合のみ利用できる。

申請先は、65歳以上の人の場合は高齢者福祉課となり、保険診療外の施術料が800円以上のときに券を1枚出すことで、施術料金から800円を引いた金額の支払い

となる。

18歳以上で、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳所持者、または医療機関で精神障がいと認められた人の場合、65歳以上であっても申請先は障がい福祉課となり、保険診療外の施術料が1000円以上のときに券を1枚出すことで、施術料金から1000円を引いた金額の支払いとなる。

▽申請方法 インターネットから、または本人確認ができるもの(健康保険証や運転免許証など)を持って窓口へ

☎047-351-1111 / 浦安市福祉部高齢者福祉課・障がい福祉課

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。

桜が満開となり、これからが春本番です。

これからの季節、体が活動を開始するとともに肝臓の働きが活発になって、情緒不安定になりやすくなるといえます。自律神経が弱まっていると感じたら、太陽を見ながら深呼吸をし、手の親指から小指にかけて指の間の水かき部分を強めにマッサージすると良いでしょう。

食材は青い物(緑)や香りの強いものを取り入れましょう。そこでピーマンを使った1品をご紹介します。ピーマンは気血の巡りを整え、イライラや鬱鬱感を軽減させると言われており、血栓予防や精神安定作用もあります。まさに春にぴったりのお野菜ですね。

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

ピーマン



丸ごとピーマン肉詰め

■材料

ピーマン5個、玉ねぎ150g
牛豚合いびき肉150g
パン粉大さじ1、にんにく1かけ
サラダ油大さじ1
トマトホール缶1缶、水100cc
コンソメ2g、塩胡椒

■作り方

- ①ピーマンのヘタを取り、種を取り除く。にんにくはみじん切りに。
- ②玉ねぎをみじん切りにし、油を温めたフライパンで、弱火で炒め、冷ましておく。
- ③ボウルにひき肉と②、塩胡椒、パン粉を入れよく混ぜる。
- ④ピーマンに③を詰める。
- ⑤先ほど使ったフライパンでにんにくを炒めたら、④を中火で焼く。
- ⑥鍋にトマト缶、水、コンソメを入れ温まったら⑤を加え煮込む。10分ほど中火で煮たら、塩胡椒で味を整え出来上がり。

余ったトマトソースは、パスタにあえてもおいしくいただけますよ。

無料でお試しできます

補聴器

無料 カウンセリング受付中
他店で購入の補聴器の調整もOK

予約優先

営業時間 月～土 8:30～18:00
※木・土は13:00まで ※16:00～18:00は完全予約制

補聴器エキスパート
KUNI

浦安市日の出1-3 海風の街3号棟101号室

☎047-712-5885

ご予約はHP または お電話で

無料でご自宅までの送迎いたします

東京ベイ舞浜ホテル ファーストリゾート

エスニックな風味が 食欲をそそる

ステーキ&アジアンフード

ディナービュッフェ

野菜やハーブ、シーフードをふんだんに使ったヘルシー志向のアジアンフード。タイで地元シェフから指導を受けた本場仕込みのタイ料理や、現地での食べ歩き経験を生かした台湾・ベトナム料理、そのほか中国・インドネシアの人気メニューや和食などをそろえるディナービュッフェが5月からスタートする。週末限定。

ライブキッチンでは、サーロインステーキと、ベトナム料理「フォー・ガー」を用意。ステーキは和風かエ

スニックスソースを添えてどうぞ。

▽5月8日(金)～7月12日(日)の金曜・土曜・日曜

▽PM5～9:30(L.O.PM9)

▽オールデイダイニング カリフォルニア

▽大人5800円、4～12歳2900円

※ソフトドリンクバー込み

※浦安市物価高騰対策商品券利用可(お釣りは出ない)

▽予約・問い合わせ

☎047-355-1181(AM11～PM10)

地元の最新情報が、あなたのスマホに届く。

行徳新聞 浦安新聞 益西新聞 いちさか新聞

LINE 友だち募集

QRコードを読み取るか上記のIDを複製していただき、友達追加をお願いします。

ID:@830fvab

NEW OPEN 情報をいち早くお届け

今週末のイベント情報

地元民しか知らないおトク情報 など

浦安・市川・葛西の地域情報メディア **ベイちば info**

キレイに健康的に

春の美容特集

—Beauty&Health—

浦安新聞編集部おすすめのお店を紹介します♪

Capriはただ髪を切る美容室ではなく、髪を綺麗にするお店です

街角の地中海 Capri

プロが教えるワンポイント
バサついて見えるのは…切れ毛のせいかも

「ツヤ髪にしたい」時、ヘッドスパやトリートメントで髪に栄養を補うことはとても大切。でも見落としがちなのが**切れ毛**。切れ毛が多くなると髪がまとまりにくくなり、見た目もパサパサ…髪が傷んで見えます。切れ毛の原因のひとつがブラシを使ったブラッシング。個人的にはブラシを一切禁止して手櫛でとくすようにすると、**切れ毛が減り髪がきれいになる**と思います。

トリートメントよりもツヤツヤ、サラサラ! 感動を与えるCapriのストレートパーマ

あなたの自身も理解できていない骨格や髪質についてしっかりと話し合い、傷みを極限まで抑えたストレートです。根元はベタンとしたくないけど毛先は丸く。薬剤の時間、塗布する順番、流し方。アイロンの熱温度。あてる所あてない所など…。あなたに合わせたカプリだけのストレートをぜひ体験してみてください。

エステルーム
天蓋付きの極上

街角の地中海 Capri (カプリ)

浦安市富士見3-10-7
営/10:00～18:00(最終受付)
月曜定休(火曜は不定休)※祝日の場合は営業。
HPでご確認ください。

☎047-380-6938

代表の美容プロもチェック! 24時間WEB予約

【個人情報保護管理者】株式会社明光企画 個人情報保護管理者 佐藤健吾 ☎047-396-2211 【問い合わせ窓口】管理運営課 info@meiko-kikaku.co.jp

ヒルトン東京ベイ

高品質でカジュアルな新しいカフェがオープン

3月18日(水)、ヒルトン東京ベイ(舞浜)に新しいカフェ「bean by the bay(ビーンバイザベイ)」がオープンした。ホテルメイドのサンドイッチやラーメン、パンやスイーツを、香り高いコーヒーとともに朝7時から夜10時まで販売している。

カフェタイム(毎日11時~)からは、サンドイッチのパンや具材のカスタマイズがOKに。自由に組み合わせて自分だけのサンドイッチが作れるという。おすすめはローストビーフ。じっくり低温調理で仕上げたローストビーフはしっとり柔らかで、ブリオッシュとの相性が抜群とか。

カフェながら、ラーメンも本格



的。細麺で「鶏白湯」と「醤油」の2種類。鶏白湯のスープはまろやかでカドがなく、朝からでも食べられる。夜、疲れた体にもやさしい味だ。

コーヒーは世界展開している「illy」の厳選されたアラビカコーヒーを提供。ホテルスイーツやパンと一緒にカフェタイムを楽しみたい。チョコマフィンの上部のクッキーみたいにサクサクしたところをコーヒーにダンクさせたり…。フランス産発酵バターを極限まで使用し、味と食感が格別なク



ロワッサンもまた、コーヒーによく合いそう。

同店は宿泊者以外でも利用可能。テイクアウトもできるので、本格的なホテルの味を気軽に楽しんでほしい。

初心者OK! この機会にやってみよう

日の出公民館・浦安市バドミントン協会 共催事業 チャレンジド・バドミントン

スポーツが苦手な人やバドミントンをやったことがない人でも大丈夫。浦安市バドミントン協会がサポートする。

- ▽5月30日、6月27日、7月25日、8月22日、9月26日、10月10日、11月7日、12月12日、令和9年1月30日、2月27日、3月13日(全て土曜日) ※登録制
- ▽AM9:30~11:30
- ▽日の出公民館 体育館
- ▽対象 知的または発達障がいのある人(家族や友達の参加も可)
- ▽定員 先着20人
- ▽持ち物 体育館用シューズ、タオル、飲み物
- ※ラケットなど備品は貸し出しあり
- ※動きやすい服装で参加を
- ▽申し込み 二次元コードから電子申請(3月27日~)、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。



毎月第1週に連載 浦安市議会議員 西川よしずみ さいかわ

市政報告 80 保育料負担軽減へ 浦安市議会は去る3月13日、新年度予算をはじめとする全議案を可決し、閉会しました。新年度予算では、「未

来を担う子どもたちが健やかに育つための支援」が重点施策として位置付けられています。こうしただけで、子育て世帯の増加により、早期から保育を必要とする家庭は増加しており、安心して子どもを預けられる環境整備は喫緊の課題です。本施策は家計支援にとどまらず、出生率の向上や就労継続にも寄与するものと期待されます。今後も子育てしやすいまちづくりの実現に向け、取り組んでまいります。

urayasu7109@mbn.nifty.com / Tel&Fax 047-723-7109 リアルタイムの情報はX(旧Twitter) @yoshi_saikawa

※4月20日(月)締め切り
▽問い合わせ 047-355-8831 / 日の出公民館



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

梅

今年も梅の花が咲きました。去年、遊びに来ていたヒヨドリが今年はお友達を連れて来てくれました。(うんてんしゅ)

クリスマスローズ

大胆に剪定しましたが、アーリーレッドとアイスブルーの両方とも咲きました。2年目です。また小さい花はアーリーレッドから種を取り、咲かせたものです。(みきさん)

ユーフォルビア

直射日光を避け寒さ対策をすること。(マコト)

スイセン

庭で年々本数が増えているような。花に対して葉っぱの量が多いので遠くから見るとそうでもないのですが、こうやって写真にとるとやっぱりきれいだな。(せんこ)

JR 京葉線 新浦安駅前 イオン新浦安ショッピングセンター

ペDESTリアンデッキフリーマーケット開催! 4月25日(土) 26日(日) 10:00~17:00 両日参加OK

出店者募集

2025年10月開催時には2日間3,500人を超える方が来場!

場所 JR京葉線新浦安駅前 イオン新浦安ショッピングセンターペDESTリアンデッキ2F

出店料 1区画(1.8m×1.8m)1500円/1日 ※区画のみの提供です。テント、ワゴンはありません。 ※最大2区画申し込み可

駐車場あり(1区画につき1台) 1000円

お問合せ 〒272-0143 市川市相之川3-2-13(株)明光企画フリーマーケット事務局 ☎047-396-2211 (月~金11:00~17:00)

会場地図

申込方法 「ベイちばInfo」申込フォームより申し込み https://www.baychiba.info

申込締切 4月15日(水)

出店ルール 地域の方々の交流を目的とする、個人向けフリーマーケットです。手作り品、中古品を中心とした出店をお願いします。 飲食物、偽ブランド品、コピー品、アダルト品、化粧品、医薬品などで事務局が不適当と判断したものは販売禁止です。 ※新品のみの大量販売は事前申請が必要になります。

認知症に優しい浦安市へ 若年性認知症をともに考えるシンポジウム

「若年性認知症をともに考えるシンポジウム」(社会福祉法人東京栄和会うらす和楽苑主催、浦安市共催)が3月22日(日)、浦安市文化会館小ホールで開催され、VR(仮想現実)を用いた認知症の人の視覚体験会もあり、市民ら約60人が参加した。

■若年で発症する認知症

若年性認知症は65歳未満で発症する認知症だが、高齢者が発症する場合ほどには知られていない。

開会に当たり、主催者を代表しうらす和楽苑の平井剛苑長が「皆さまのお住まいの地域で、若年性認知症についてともに考えるきっかけとなるよう願います」とあいさつした。また、内田悦嗣市長は「若年で発症する認知症は経済や介護の負担が長期にわたる。広く理解を深めともに生きる社会をつくりましょう」とシンポジウ



ムの意義を訴えた。

続いて、浦安市の並木美砂子福祉部長が「浦安市認知症施策推進基本計画ができるまで」と題して、また、藤田睦美千葉県若年性認知症支援コーディネーターが「若年性認知症の理解と制度」と題してそれぞれ講演した。

■全国に先駆けた市の基本計画

並木部長は、本年3月に策定された浦安市認知症施策推進基本計画の概要などについて説明した。

市では、基本計画策定に向け、市内で幅広くアンケートや聞き取り調査のほか、企業・介護事業者などとワークショップを重ねてきた。これを踏まえ、計画の基本理念として、①認知症とともに自分らしく暮らせること、②誰もが、自分らしく社会とつながり、支え合うこと、

を掲げた。「若年性認知症の方も含め、認知症について正しい知識と理解を広め、ともに生きるまちを目指したい」と結んだ。

■適切なサポートで仕事も継続

藤田コーディネーターは、認知症の本人や家族、勤務先、市町村、地域包括支援センターなどからの相談に応じている。

若年性認知症の発症年齢は平均54.4歳であることを示した上で、「働き盛りの年齢なので不安もあるだろうが、記憶力低下などはあ

るもののまだできることは多く、適切なサポートによって仕事や家事を続けることが可能」と、医療、福祉、経済面のさまざまな支援制度を活用することを促した。

講演終了後は、希望者向けにVR体験会が行われた。専用のゴーグルが10台用意され、認知症の人が段差を下りるときの怖さや、幻視などをVR映像で見られた。体験した市内の40代の女性は「認知症の父が言っていることがようやくわかった」と話していた。

VRを記者も体験してみた

認知症の人が感じる怖さや不安を、自分のこととして疑似体験できる良い機会だった。急に知らない場所に放り出されたような心境だろう。否定したり叱ったりしないことが大切だと感じた。



相談者の山本さんと相談にのるスタッフ

【中】漢方薬 更年期改善
痛いところだけでなく、全身を診てくれる。鍼灸と漢方で体調改善。山本さん(49歳)浦安市在住。

漢方始めるきっかけは？
趣味のテニスで「テニス肘」になってしまい、日常生活にも支障を来すほどに。テニス仲間から鍼灸を勧められ、妻が探してくれた誠心堂に相談に来ました。肘だけ鍼灸は初めて。肘だけ漢方はいかがでした？
血圧が高いことから頭痛や、めまいがなくありません。鍼灸のおかげもあって寝つきが良くなり、ぐっすり眠れるように。また、それまでイライラしやすかったのが穏やかに過ごせるようになり、家族とのコミュニケーションも円滑になりました。

現在の様子は？
体調が良くなる気持ちは前向きになりますね。最近ではテニスだけでなくマラソンも始めて、健康的な生活を送っています。漢方を飲み始めて8カ月になりますが、血圧の数値ももう少し改善したいので、漢方と鍼灸は続けるつもりです。

辛いところや気になるところを相談すると、そこだけではなく全身を診て、日常生活のアドバイスもいただけるので、「体のメンテナンス」に来ている感覚です。自分の生活を見直すきっかけにもなります。気になる症状があるならおすすめてです。(2月22日 新浦安店で取材)

浦安市国際交流協会 (UIFA) マレーシア中高生1泊2日ホストファミリー募集

2026年5月、マレーシアから32人の中高生が来日するにあたって、ホストファミリーを募集する。

申し込み方法と詳細はUIFAホームページを確認を。

▽受け入れ期間 5月23日(土)～24日(日)朝

▽対象 1家庭2人以上の受け入れ

(同室可)、食事や集合場所への移動の付き添い(自家用車・公共交通機関)が可能な世帯、先着17世帯

▽申し込み 二次元コードから※5月6日(休)締め切り

▽問い合わせ ☎047-381-5931 / UIFA

✉urayasu.homestay@gmail.com



4月限定 各日先着5名様
スキンケア 無料相談会
毎週火曜日・水曜日・土曜日

体質から見直し自分に合ったスキンケア
シミ・しわ・乾燥・肌荒れなどお肌のお悩みはありませんか？東洋医学の視点から体質をチェックし、内側からのスキンケアをご提案します。

HPで漢方体験談公開中 誠心堂 お客様の声 検索

誠心堂 漢方館
新浦安店 新浦安 検索
☎047-305-4193 漢方 検索

浦安カタログ2026版は電子ブックで公開!

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 ペイちば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!

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

ペイちばinfo ペイちば公式LINEのメニューからいつでも見れます!

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手続き」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

自由と融和 人・まち・心 We Serve



令和8年度 <第33期>

333-C地区 1R2Z

浦安中央ライオンズクラブ活動報告

当クラブでは、青少年の健全育成や障がい者支援などを目的に、今年度で15回目を迎えた「浦安市民ポッチャ大会」をはじめ、献血活動支援など市内のさまざまな奉仕団体のサポートを行っています。

事務局 浦安市猫実1-19-36 TEL 047-353-2203

2026年3月26日(木)

第30回 チャリティゴルフ大会 in 佐倉カントリー倶楽部

ゴルフという身近なスポーツを通じて、多くの皆様に奉仕・支援の輪に加わっていただき、かつ当クラブの活動を知っていただく機会となることを目的に、この大会を開催しました。当日は小雨のなか、40組160名の方々にゴルフをお楽しみいただきました。改めまして、参加者の皆様、および本大会へご協力いただきました企業・事業所等の皆様のご厚意にお礼申し上げます。



【優勝】堀之内 辰郎さん
【準優勝】小川 周一さん
【第3位】山崎 工己さん



協賛企業・事業所・団体一覧 (順不同、敬称略)

- | | | | |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・(株)ナベデザインオフィス ・合同会社ウーノ建物 ・(株)サユー建設 ・サンコウ住器 ・株式会社 長福 ・RestaurantBar CalCal ・拉麺酒場すずす ・ダイニングバルJUNGLE 2nd ・THE GOLF BASE 浦安 ・醍醐会計事務所 ・(有)グリーン環境 ・(株)茂八建設 ・(株)鹿野建設 ・(株)東西建工 ・(株)浦安架設 ・(株)角藤 ・京葉ガーデン(株) ・三陽ストアー | <ul style="list-style-type: none"> ・かさや商事(有) ・(株)鈴木設備工業 ・岡島建設(有) ・東栄堂 ・屋形船サマヨ ・若駒会 ・浦安市ゴルフ協会 ・(有)政丸水産 ・(株)宇田川土建 ・(株)アール・ケイ ・(株)ケイユー ・(株)ダイゴ ・オオシバ薬局 ・くすのき薬局 ・尾頭建設(株) ・ヒコタアセット ・(有)エレガンス ・(株)岡本商事 | <ul style="list-style-type: none"> ・(有)しまむら ・(株)もとゆき ・合同会社アミーレ ・(株)ファーストジョイ ・田中重幸税理士事務所 ・(有)ソレイユ ・井上土地管理(有) ・マルキ食堂 ・(有)リーディング・エス ・宗教法人 千光寺 ・(株)ブライトンコーポレーション ・ベアビル(株) ・(有)山城屋商店 ・とんかつ双葉 ・(株)ダイフクプラスモア ・NPO法人タオ ・竹内ビューティー(株) ・回鮮寿司 吉恒 | <ul style="list-style-type: none"> ・佐倉カントリー倶楽部 ・(株)アップス ・(株)和協 ・(株)ウチダファミリーコーポレーション ・(株)ランブリッジ ・岡本美装 ・きららエステート(株) ・(有)深津左官店 ・(株)鳥勝 ・(株)野田屋水道部 ・(株)装栄 ・ふかさく整骨院新浦安 |
|---|--|--|--|

ご協賛
誠にありがとうございました。
お預かりしましたチャリティーは
障がい者福祉、高齢者福祉などの
事業に大切に活用させて
いただきます。

— その他の事業 —

2025年 11月1日(土)

第15回 浦安市民ポッチャ大会 開催

順天堂大学 浦安・日の出キャンパス

2011年から毎年開催。今回は24組48人が参加し、健常者・障がい者の枠を超えて一緒にポッチャを楽しみました。



2025年 12月12日(金)

子ども食堂活動支援

サンタに扮し、市内の子ども食堂にショートケーキ200コをお届けしました。未来を担う子どもたちの笑顔のために今後も活動をしていきます。
※浦安ライオンズクラブと協同事業



2025年 10月23日(木)

献血活動支援

新浦安駅前

日本赤十字社と連携して、新浦安駅前前で年3回行っています。次回の献血活動は浦安市民まつり(4月)を予定しています。





講演会・講習会・体験会

●「思春期の子どものサイン」を理解するセミナー
不登校・無気力など思春期の子育てで悩む保護者へ。児童精神科医が医療の視点で具体的な関わり方を解説。無料で誰でも参加可。予約は17日までに「セミナー参加」とメールか電話で
◇4月29日(祝)
◇AM10~11:30
◇行徳文化ホールI&I
☎047-352-6158 伸栄学習会グループ
✉shin-ei@shin-ei-kai.com

●5月1日 妙典で新規開所「生活訓練・就労移行支援」
大学・専門進学または就職につなげる福祉施設。高校卒業後の進路に迷っている人・引きこもりがちな人歓迎。生活・進学・就職を総合的にサポートし、その人に合った進路を実現。相談・見学は電話かメールで
◇伸栄学習会妙典キャリアセンター(市川市富浜2-1-2、妙典駅徒歩6分)
☎047-352-6158
✉shin-ei@shin-ei-kai.com

●子育て相談サロン「たんぽぽ喫茶」
◇4月10日(金)・11日(土)・24日(金)・25日(土)
◇PM1~3
◇まちづくり活動プラザ
◇参加費 500円(初回カウンセリング3000円)
☎080-3296-4523新浦安マリンこころの相談室/杉本
✉shinurayasu.aozora@gmail.com

●富岡ぽっかぽかサロン「歩く脳トレ! スクエアステップ」
マットを使いステップを踏むエクササイズ
◇4月17日(金)
◇PM1:30~2:30
◇富岡公民館3F第1・2会議室
◇参加費 無料
◇対象 市内在住者
◇定員 先着25人
◇持ち物 飲み物
◇申し込み 直接か電話で
☎047-380-1294富岡ぽっかぽか(AM10~PM5)

●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
◇4月7日・14日・21日・28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

ため
☎080-5482-8429さくら貝女声コーラス/櫻井

ステージ

●若い芽うらやす 春のコンサート
◇4月29日(祝)PM1:30~(開場PM1)
◇J:COM浦安音楽ホールコンサートホール
◇入場料 無料(全席自由)
◇出演 浦安市在住の音楽家を志す学生(ピアノ、ヴァイオリン、声楽、クラリネット、ユーフォニアム、ファゴット)
☎047-353-6350沼田
✉wakai.me.urayasu@gmail.com

フリーマーケット

●総合レクリエーション公園自由広場フリーマーケット 出店者募集
◇4月11日(土)※雨天順延12日(日)
◇AM10~PM3
◇総合レクリエーション公園自由広場(江戸川区西葛西8-6)
◇出店申し込み メールで
☎080-7413-7575 M'sピープル
✉ms.people.3333@gmail.com

●フリーマーケット出店者募集(フラワーガーデン・リニューアルOPEN記念イベント内)
◇4月11日(土)※雨天時12日(日)
◇AM10~PM3
◇総合レクリエーション公園フラワーガーデン(江戸川区南葛西4-9)
◇出店料 600円(おやつフリマ)、通常料800円・1000円※全区分手持ちのみ(詳細はHPで確認を)
◇定員 約40店
☎070-5043-1056リサイクル団体ASOBO会
✉info@recycle-asobo.org

サークル仲間募集

●バランスボールヨガ パラボリズム
ストレッチ、簡単な有酸素運動
◇木曜(月2回)
◇AM9:40~10:30
◇市川市南行徳市民センター
◇月会費 2000円
※子連れOK

※ボール貸し出しあり
◇体験 4月16日・30日(500円、要予約)
☎070-6967-5415芳賀
✉oyakodekirakira555@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。

浦安新聞と一緒に 1枚4.4円(税込) ※A4以下/1万部未満の料金となります

★1,000枚から承ります

お申込み・お問合せ
株式会社 明光企画
☎047-396-2211 料金は、詳細は明光企画 WEBで

南行徳駅から徒歩5分

レンタルスペース エミング

講座 & イベント INFORMATION

料金は税込で表示しています。講座への申し込み・問い合わせは直接、各講座の講師へお願いします。開催内容・日程等が変更になる場合があります。

毛糸でふわふわの小物を作ませんか 初めてのパンチニードル 4/16(木)

初心者大歓迎!
■第3木曜 10:15~11:45
■受講料 2,500円 (材料費込)

体験レッスン 4/16(木) 10:15~11:45
参加費500円(材料費込)

パンチニードルは専用ニードルで毛糸を刺していく新しい手芸のかたちです。ミニラグ・コースター・アクセサリなどの雑貨を作れます。お部屋のアクセント、友達へのプレゼントなどアイデア次第です。道具はレンタルできますので「手ぶら」でご参加ください。

講師 JPN日本パンチニードル協会認定講師 なかがわ (申込み・問合せ)
Email: nnakagawa1206@gmail.com
instagram

リサイクルきものセール 4/8(水)

■10:30~16:00
〈きもの、帯、羽織〉
1点...500円 3点...1,000円
〈新品きもの、帯〉 10,000円より
アンティークきものランド
(問合せ)TEL 090-2650-3404

錬心館空手 4/4(日)・18(土)

■毎週土曜日 体験見学/無料
16:30~18:30 月謝 5,000円
■対象 5歳~大人
★女性・初心者・親子で参加OK
講師 少林寺流空手道錬心館東京東支店 支店長 黒木博幸
(問合せ)Eメール studiogait2017@gmail.com
TEL080-4353-2098

レンタルスペースエミング

明光企画 ☎0120-221167 平日11:00~17:00

市川市相之川3-2-13 明光企画ビル内

アクセス / 東京メトロ東西線「南行徳」駅より徒歩5分 / 市川市コミュニティバス「南行徳公園」バス停前
※駐車場はありません。近隣のコインパーキングをご利用ください。

水墨画教室アトリエ花ことり 4/11(日)

■毎月第2土曜 15:00~17:00
■参加費 3,000円 ■材料費 500円
ペア、親子参加の場合お二人で5,000円
※汚れても良い服装でご参加ください ※道具はこちらでご用意します

講師 齊藤舞(国際墨画会師範)
(申込み・問合せ)TEL080-7536-1192
https://www.hanakotori.com

ヤングケアラーの集い 4/11(日)

■要予約
■毎月第2土曜日13:00~16:00
(参加無料)
子供はホッと一息、楽しんで。大人は家族の活路を見出して。ご相談に乗り、関係の行政や社会福祉法人と考えます。
サンスマイル代表 大井好美
(問合せ)TEL090-2711-0189

エミングを利用してお教室・セミナー開催 初めてのいっぽ相談会

4/10 11:00~12:00 14:00~15:00
個別相談 要予約
HPからもお申込みいただけます

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!

「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・資格を活かして「好き」を仕事に!
月に一度開催! 「はじめのいっぽ相談会」
4/10 11:00~12:00/14:00~15:00
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た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

大きな公園(南行徳公園)の目の前です!

明光企画
南行徳公園
ちばOK セブンイレブン
ロータリー
南行徳駅
南行徳徒歩5分

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/

Pick up! カルチャー & 習い事

キッズダンス 「うちの子、かっこいい!」が自信に変わる。4月開講!プロが教えるキッズダンスで、心も体も大きく成長! (ベストスタイルフィットネス新浦安)

ベストスタイルフィットネス新浦安のキッズダンスは、単なる習い事以上の価値を提供します。
自分の体を思い通りに動かす「運動能力」 2歳~低学年の大切な時期に、リズム感だけでなく指先までコントロールする力や基礎体力を養います。
仲間と高め合う「協調性」と「社会性」 集団のルールを学び、仲間と同じ目標に向かって努力する過程で、一生モノの精神力が身につきます。
人前で自分を表現できる「圧倒的な自信」 発表会などで披露する喜びは、自己表現力を引き出し、何事にも物怖じしない強い心を育てます。

リトルクラス(2歳~7歳)
 Nono先生 コンテスト5連覇の圧倒的実力。モチベーションを上げるスペシャリスト。まずは遊びながら動く楽しさを。集団行動が初めてのお子さまも、「遊びながら、かっこいいダンスを一緒に踊りましょう!」
ジュニア・レギュラークラス(小1~中学生)
 Kazuki先生 EXILEやGENERATIONSのPV出演など、本物のステージを知る、教えるプロ。楽しいの先にある『成長』をバックアップ。愛のある指導で、お子さまの可能性を最大限に引き出します。「ダンスが大好きな先生が、皆をダンス好きにします!」

テニス クレールでテニスを思いっきり楽しもう。スクール充実!! 4歳~。無料託児でママも安心! (クレールインドアテニス)

充実の施設がうれしい!
 リニューアルした全天候型コートは冷暖房完備。オールシーズン「爽やかにボールを追うワタシ」になれるほか、天井高10mもあるのでどんなロブを打っても安心。駐車場完備、無料託児室など至れり尽くせり。
初めてでも大丈夫! 無料体験
 テニスをまったくやったことがない人歓迎の体験レッスンは1回2時間。ベテラン講師のサポートが90分+自由にコートが使えるフリーコートが30分の計2時間。これを3回まで無料で受けられる。

その間に自分にあったクラスを選べるのがうれしい。
休んでも振り替えOK
 レッスンを休んでも、同月期内なら回数無制限で振り替えられる。休んだ分が無駄にならないシステムも人気のひとつ。レギュラークラスを休まず4回出席すると、皆勤賞として「ワンレッスン券」のプレゼントも。4歳からシニアまで、幅広い年代に合わせたクラスが用意されているので、まずは無料体験に参加して、テニスの楽しさを体験してみよう!
 ☎047-397-2010

4月限定! 何回受けてもOK! 「うちの子に合うかしら?」そんな不安を解消する特別な1ヶ月!
1レッスン1,100円 (税込) 各回50分
 通常料金 リトルクラス 8,360円/月(税込) ジュニア・レギュラークラス 10,560円/月~(税込)
 Kazuki リトル担当 Nono リトル担当
ベストスタイルフィットネス新浦安
 浦安市日の出5-7-3
TEL 047-323-6751 詳しくはこちら
 休館日/火曜日 ※ジムエリアは24時間利用可
 ※平面駐車場24時間利用可能。常に4時間無料の優待サービス

新規入会 無料託児室あり! 振替受講制限なし!
4・5・6・7月キャンペーン! 初心者歓迎!
無料体験レッスン 3回までOK ※ジュニア・キッズは1回
 初年度年会費 **0円** (税込)が
 3,850円(税込)が
 初月受講料 **50%OFF!**
 2カ月目受講料 **50%OFF!**
 ※一般会員に限り。ジュニア・キッズは2カ月目のみ50%OFF
クレールインドアテニススクール 市川市南行徳3-14-2
 ☎047-397-2010
 スクール料金 一般 12,210円(税込) / ジュニア 8,250円(税込) / キッズ 6,600円(税込)
 クレールインドア 検索
 高さ最大10m 冷暖房完備 ジュニアレッスン充実! 皆勤賞でワンレッスン券プレゼント

わが家のペット BESTショット!
 ※情報は応募時のものです
投稿はこちら
桃太郎(トイプードル)
ショコラちゃん(ミニチュアダックス)
 ←いつもお布団の中で包まれるのが大好き。
モンちゃん(トキニーズ)
 ←瞳がブルーのイケメン男子。いっぱいお話してくれます。

金利率上げ & 特典付き定期預金
 お取扱期間 令和8年4月1日(水)~令和8年9月30日(水)
 ご契約いただける方 個人・法人(任意団体を含まず)
 ご預金の種類 「スーパー定期」「スーパー定期300」「大口定期」の1年もの・3年もの・5年もの
 適用期間 適用期間は、初回満期日までとさせていただきます。自動継続後の適用金利は、「スーパー定期」「スーパー定期300」「大口定期」の1年もの・3年もの・5年もの店頭表示金利となります。
 販売総額 500億円
 お取扱期間中に販売総額に達した時点で取扱いを中止させていただく場合がございます。

先着5,000名様に サランラップバラエティギフト プレゼント
抽選で20組40名様に 千原ロッテマリンズ公式試合ペアチケット プレゼント
抽選で各50名様に プレゼント
 ※抽選権は個人の方のみとなります。

金利率上げ いろいろ定期
 お預入れ金額 **1,000万円未満** **1,000万円以上**
 ※お預入れ金額は50万円以上となります。
5年 年0.730% (税引後個人:年0.681%, 法人:年0.618%) 年0.800% (税引後個人:年0.637%, 法人:年0.677%)
3年 年0.630% (税引後個人:年0.502%, 法人:年0.533%) 年0.700% (税引後個人:年0.557%, 法人:年0.592%)
1年 年0.430% (税引後個人:年0.342%, 法人:年0.364%) 年0.500% (税引後個人:年0.398%, 法人:年0.423%)
 ※「プレミアムいろいろ定期」は、お預け入れいただく金額が新たな資金であることが条件となります。
 ※詳しくは窓口、もしくは、渉外担当者へお気軽にお問い合わせください。 ※店頭にて説明書をご用意しております。

プレミアムいろいろ定期
1,000万円以上
1.200% (税引後個人:年0.956%, 法人:年1.016%)
0.800% (税引後個人:年0.637%, 法人:年0.677%)
0.600% (税引後個人:年0.478%, 法人:年0.508%)

東京ベイ信用金庫 この街が輝く原動力となる
 東京ベイ信用金庫は 令和10年7月2日に 創立100周年を迎えます
 お問い合わせは お近くの店舗 または営業担当へ
 当金庫は【千葉ロッテマリンズ】【プリオベッカ浦安・市川】【クボタスピアーズ船橋・東京ベイ】【バドラー浦安】【市川ブルーサンダース】【千葉スカイセイラーズ】を応援しています。 令和8年4月1日現在