

主な内容

こんなにいろいろ日本の雑煮 2・3面
One more ECO
冬の節電・省エネにご協力くださいほか 7面
新春クロスワードパズル 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>

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

あけまして
おめでとう
ございます

今年も広報うらやすを
よろしく願いたします



卯

年頭に当たり

浦安市長 内田 悦嗣



明けましておめでとうございます。
皆さまにおかれましては、令和5年の新春を健やかに
迎えることとお慶び申し上げます。
昨年は、新型コロナウイルスの感染症対策を最優先としつつ、優先度を考
慮し、事業を実施してまいりました。
このような中で、まちづくりの基本原則を明らかにする「まちづくり基本
条例」を制定し、新たな浦安を市民の皆さまとつくる「共創」のまちづくり
をスタートいたしました。
そして、念願でありました、県立特別支援学校の誘致について、千葉県か
ら、令和9年度に明海南小学校と明海中学校の空き教室を活用し、小学部と
中学部の開校を目指す方向が示されました。
迎える本年は、高齢者がより身近な場所で気軽に相談できるよう、地域包
括支援センターのサテライトのさらなる増設に加え、子どもに関する相談体
制について、取り組んでまいります。
都市基盤については、猫実A地区土地区画整理事業において、みなと線から
やなぎ通りまでの新中通りが全線開通いたします。また、身近な防災拠点や市
民の憩いの場となるポケットパークの整備に向け、検討を行ってまいります。
新型コロナウイルス感染症などの対策としましては、医師会や救急医療機
関をはじめとした関係機関で構成する「浦安市地域医療体制に関する連絡調
整会議」において、引き続き、意見交換や課題共有を行っていくとともに、
急病診療所で、日曜日と祝日に発熱診療を実施いたします。
市民の皆さまにおかれましては、引き続き、基本的な感染防止対策にご協
力いただきますよう、お願い申し上げます。
感染症の影響により先行きが不透明な状況が続いておりますが、総合計画
に掲げる将来都市像「人が輝き躍動するまち・浦安」の実現に向け、市政運
営に全力で取り組んでまいります。
結びに、本年が皆さまにとりまして、幸多き一年になりますよう心よりお
祈り申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。

新春を迎えて

浦安市議会議員 宝 新



明けましておめでとうございます。
市民の皆さまにおかれましては、穏やかに初春
をお迎えることと心からお慶び申し上げます。
令和5年の年頭にあたり、市議会を代表いたしまして新年のご挨拶
を申し上げます。
旧年中は、市議会に対する深いご理解とご支援を賜りましたこ
と、心より御礼申し上げます。
昨年を振り返りますと、未だ終息の見通しが立たないコロナ禍が
続き、先行きが不透明な社会情勢の中、円安や物価の高騰など私たち
の生活に大きな影響が及びました。また、世界中に動揺を与え続
けているロシアによるウクライナ侵攻は、多くの日本国民・市民に
も深刻な不安を与えており、あらためて平和の大切さや重要性を考
えさせられています。
このような状況の中、引き続き誰もが住み慣れた地域で安心して
暮らしていくためには、これまで以上に地域社会での支えあい、助
け合いとともに、相互の理解が必要であると強く感じております。
私ども市議会は、昨年3月に制定しました議会基本条例を軸に、
これまで以上に市民の皆さまに寄り添った身近でわかりやすい市議
会を目指して取り組んでいるところでございます。本年は統一地方
選挙の年であり、私たち議員の任期もあと少しとなりましたが、市
民の皆さまが『浦安に住んでよかった』と愛着を持ち誇れるまちと
なるよう、議員一同全力で活動してまいります。
本年も、引き続き市議会活動への、市民の皆さまからの変わらぬ
ご理解、ご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。
結びに、新しく迎えられた本年が皆さまにとりまして希望に満ち
た実りある年となりますよう心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶
とさせていただきます。



今年はずき年です。月を見ると、うさぎが餅つきをしているイメージが浮かぶ方も多いのではないのでしょうか。正月といえば餅。そんなお餅の正月の定番料理といえば雑煮。雑煮は正月に欠かせない料理ですが、実は全国の地域によってさまざま

な種類があります。スタンダードなものから個性的なものまでいろいろな雑煮をご紹介します。

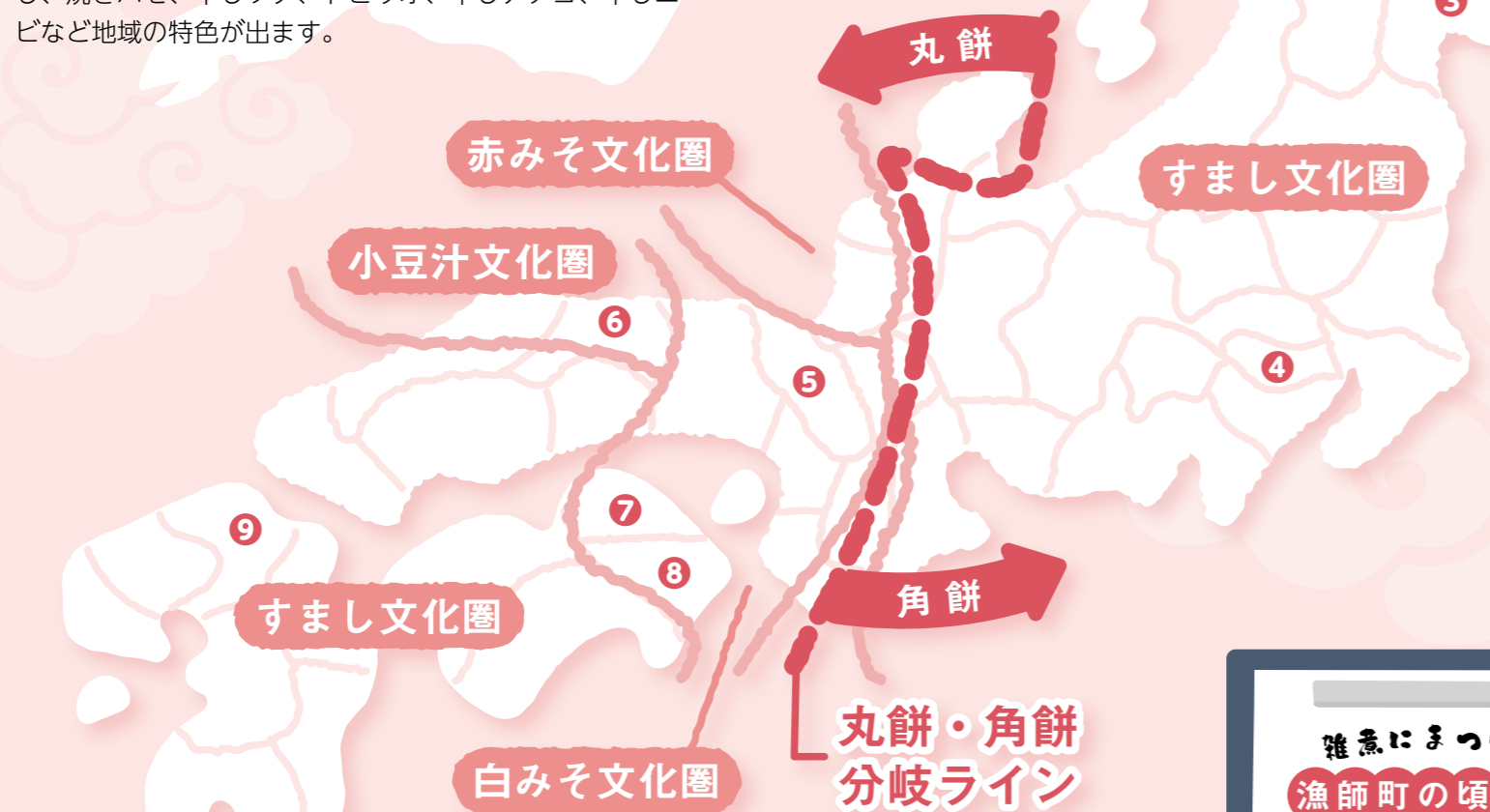
雑煮の始まりは室町時代

雑煮は、室町時代の京都で、丸餅にみそ仕立てのものを公家はおもてなし料理として、上級武家は慶事料理として、正月以外にも食べていた料理です。雑煮が身分に関係なく、幅広い層で正月にお祝い事として食べられるようになったのは江戸時代からだといわれています。参勤交代などの文化の交流の中で全国各地へ広がったといわれています。

歴史

だし 地域色に富んだ だしの種類

だしは全国的にはカツオの削り節を使う地域が多いですが、ほかには昆布、イワシの煮干し、焼きハゼ、干しフグ、トビウオ、干しアナゴ、干しエビなど地域の特徴が出ます。



餅の形は丸？角？

西日本では丸餅が多く、一方東日本では角餅が多く使われている傾向です。ももとの形は丸餅でした。しかし、江戸時代になると、人口が江戸に集中していたため、一つ一つ手で丸めて作る丸餅よりも、平たく伸ばした餅を切り分けることで、短い時間で量産することができる利便性の高い角餅が広まりました。

雑煮にまつわる話 漁師町の頃の浦安

猫実・当代島地区では、ふだん忙しい妻をねぎらうために、三が日に雑煮を作るのは夫の役割でした。



日本各地の雑煮

1 北海道

北海道はもともと雑煮の文化がなかった地域です。しかし、明治から大正にかけて、開拓のために本州各地から移住してきた人たちによって、雑煮の文化が北海道に持ち込まれました。それが今も受け継がれ、北海道には全国各地の雑煮がみられます。

出典：北海道農政事務所Webページ「うけつぎたい伝統食北海道の食ごよみ いろいろな雑煮1」



3 宮城県 仙台雑煮

焼きハゼで取っただし汁に、ずいき、おひきな（大根、にんじん、ごぼうを細切りにしてさつと湯通しして、一晩凍らせたもの）を入れ、おわんからはみ出すほどに大きな焼きハゼ、ハラコ、仙台せりなどで彩れば完成。

2 岩手県 くるみ雑煮

大根、にんじん、ごぼう、鮭、凍り豆腐などを入れたしょうゆ味のだし汁に焼いた餅を入れ、餅を食べるときはそのまま汁わんから食べたり、別の器に入れた「くるみだれ」をからめて食べたりして、2種類の味を楽しむのが特徴です。



5 京都府 白みそ雑煮

京都で正月に食べられる雑煮は、丸餅と頭芋（里芋の親芋のこと）、大根、そしてブランド京野菜の金時にんじんを入れることもある白みそ仕立ての雑煮。丸餅は円満と長寿を願い、頭芋は子孫繁栄・立身出世、大根は、丸く輪切りにすれば円満を意味し、亀甲型に切れば長寿を意味しています。金時にんじんはその鮮やかな赤色から魔除けのために入れることがあります。



4 東京都 雑煮

香ばしく焼いた餅に鶏肉や青菜などを添え、昆布とかつお節でだしを取ったすまし汁をかけるのが東京の雑煮の特徴。小松菜がほうれん草であったり、かまぼこがなるとであったりと地域で具材はさまざまです。



写真提供：中村学園大学栄養科学部

6 鳥取県 小豆雑煮

ほかの地域では「ぜんざい」や「汁粉」と呼ばれるものに近く、小豆を柔らかくなるまでゆで、砂糖を加えて味付けします。別の鍋で煮た丸餅を小豆汁に入れ完成です。中部地域の三朝町では、「とちの実」を使ったとち餅を入れます。



7 香川県 あん餅雑煮

煮干しでとっただし汁に、丸く輪切りにした大根、金時にんじん、あん餅、豆腐などを入れ、一煮立ちしたら白みそを煮汁で溶いて入れます。餅がおわんにくっかないようにおわんの底に大根を置き、その上にあん餅を入れ、さらにその上に大根、金時にんじんを彩りよく盛り、最後に青のりを振りかけて食べます。

8 徳島県 祖谷地方 うちがえ雑煮

うちがえ雑煮では、餅の代わりに岩豆腐（石豆腐）と呼ばれる大きくて硬い豆腐を入れます。この岩豆腐が重なり合って乗っている様子が、武士が刀を「打ち違え」ているさまに似ていることから、「うちがえ雑煮」「打ち合わせ雑煮」と呼ばれるようになりました。



写真提供：三好市観光協会

9 福岡県 博多雑煮

博多雑煮の特徴としては、焼きあごで取っただしにブリを入れます。餅は丸餅、そのほかの具として、博多に古くから伝わる野菜で高菜の仲間であるかつお菜、かまぼこ、里芋、にんじん、大根、しいたけなど具たくさん。具は各家庭で若干違いがありますが、かつお菜だけは付き物。

10 沖縄県

沖縄県では、正月に雑煮を食べる文化がありません。その代わりに「中身の吸い物」とも呼ばれる、豚の大腸や小腸、胃といった中身を具にしたすまし汁仕立ての郷土料理である中身汁を食べます。

情報通信

費用の記載がない事業は無料

新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、本紙に掲載した内容は、急ぎよ変更・中止する場合があります。事業に参加する際は、マスクの着用など、感染防止対策を行ってご来場ください。

子育て・教育

教育・学習

第3子以降学校給食費減免制度の申請要件の変更

市では、1月から第3子以降学校給食費減免制度の免除の要件を変更します。新たに制度の対象となる方は、申請してください。

○変更前=22歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある子を3人以上扶養している方、就学要件あり
○変更後=子を3人以上扶養している方、就学要件なし

申込 1月31日(火)午後5時までに、申請書《各小・中学校、保健体育安全課(市役所7階)で配布》を、直接または郵送で、〒279-8501浦安市役所保健体育安全課へ

問 保健体育安全課 ☎712・6780
ID 1038142

子ども

図書館の催し

●HAPPYBOOK福袋

時 1月5日(木)~7日(土)午前10時~午後5時

所 中央図書館=当日先着各20セット、各分館=当日先着各10セット

内容 小学生以下が対象の本の貸し出し
ID 1038145

●新春えほんのじかん

時 1月5日(木)・6日(金)午後3時30分~4時

所 中央図書館

対象 2歳以上の子どもとその保護者
内容 お正月にちなんだ手遊びなどを楽しむ

※申込不要、直接会場へ ID 1038074

●冬のおはなし会

時 1月21日(土)午前11時~11時30分

所 中央図書館

対象 5歳以上の方、当日先着30人
内容 昔話や創作のお話 ID 1038073

●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

※申込不要、直接会場へ ID 1038075

共通

問 中央図書館 ☎352・4646

青少年館の催し

①トップロープクライミング

時 1月12日(木)・19日(木)午後4時20分~5時、5時10分~5時50分

対象 市内在住・在学の小・中学生、先着各8人

内容 ロープを使うクライミング《菊地敏之氏(公社)日本山岳ガイド協会》

費用 300円 ID 1038132

②スポーツクライミング認定会

時 1月12日(木)・19日(木)午後6時~7時(全2回)

対象 市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)の方、先着3人

※市内在住の22歳以下の方が優先。18歳以下の方は保護者の承諾が必要

内容 ボルダリング(ロープを使わない登壁)、トップロープクライミング(ロープを使う登壁)、ビレー(ロープの確保と操作)の認定会

費用 1000円 ID 1038131

③軽音楽クラブ

時 1月21日(土)・2月4日(土)・18日(土)・3月11日(土)・18日(土)午後3時~4時30分(全5回)

対象 市内在住・在学の中学生~高校生、先着5人

内容 エレキギターの演奏・仲間づくり

費用 各回500円 ID 1038133

④eスポーツ大会

時 1月22日(日)午後2時~4時

対象 市内在住・在学の小学生、先着16人

内容 ゲームの実力を競う
ID 1038135

⑤高校生起業講座

時 1月29日~2月19日毎週日曜日午後1時~3時30分(全4回)

対象 市内在住・在学の高校生、先着9人

内容 起業に必要な準備やビジネスプラン作りを学ぶ

費用 2000円 ID 1038134

共通

申込 ①②1月5日(木)・③⑤6日(金)・④7日(土)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)

うら・らめ~の催し

●ちびっ子広場

時 1月24日(火)午前10時~正午



☎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(1月9日(祝)は開館)、1月1日(祝)・3日(火)・10日(火)・26日(木)は休館

●海苔巻きづくり

時 2月4日(土)午前11時~午後1時

対象 小学校3年生以上、12人
費用 200円 ID 1012389

●オオカケ

時 2月5日(日)午後1時~2時

対象 小学生以上、10人
内容 子どもたちが歌を歌いながら家々を巡る伝統行事の体験
ID 1012386

●海苔すき体験

時 2月12日(日)午前9時~11時

対象 小学校3年生以上、16人

対象 未就学児とその保護者
内容 多目的室で自由に遊ぶ

※申込不要、直接会場へ ID 1038126

●ピカッとDoing~みんなでパドミントンしよう~

時・対象 1月22日(日)午前9時~11時=小学校1~3年生、11時~午後1時=小学校4~6年生、先着各10人

申込 1月11日(土)午後1時から、直接または電話で、うら・らめ~ ☎316・5777へ ID 1038125

共通

問 うら・らめ~ ☎316・5777 (青少年課)

こどもの広場の催し

●祝日バスツアー

時 1月9日(祝) ※午前10時・午後1時30分に当代島公民館、各15分後に堀江公民館を出発

対象 市内在住の小学生以下の子どもとその保護者、先着各便5組

申込 こどもの広場ホームページ <https://kodomonohiroba.com> から申し込み ID 1038123

●どんぐりであそびつくそう

時 1月11日(火)午前11時~11時45分、午後2時30分~3時15分

対象 市内在住の小学生以下、当日先着各10人

内容 どんぐりでこま・やじろべえなどを作る

持ち物 着替え、タオル ID 1038119

●うらっこコマ回し大会

時・対象 1月14日(土)午前10時30分~11時30分=市内在住の小学生以下の子どもとその保護者、当日先着5組、午後2時~3時=市内在住の小学生、当日先着10人 ID 1038121

●乳幼児外あそびサークル参加者募集

時 1月18日(火)~3月2日(土)午前10時15分~11時15分(全6回)

対象 市内在住の7カ月以上の未就園児とその保護者、21組程度(多数は抽選)

内容 同年代の子育ての仲間づくり

申込 1月10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 1038130

●小学生サークル「お店屋さんをつくる」参加者募集

時 2月2日~3月23日毎週木曜日午後3時30分~4時30分(全8回)

対象 市内在住の小学生で、1月26日(火)の説明会に参加できる方、5組(1

費用 100円 ID 1038102

●冬季企画展「浦安の海苔養殖」

時 1月4日(水)~3月5日(日)

内容 のり養殖の歴史・民俗・自然などについての展示
※申込不要、直接会場へ ID 1006224

●新春獅子舞

時 1月8日(日)午後2時~3時30分

内容 獅子舞の実演(浦安囃子保存会)
※申込不要、直接会場へ ID 1012383

●正月あそびを楽しもう

時 1月9日(祝)午後1時30分~3時30分

対象 中学生以下
内容 昔ながらの正月遊び体験
※申込不要、直接会場へ ID 1012384

●初午祭

時 2月5日(日)午後2時~3時

定員 当日先着20人
内容 里神楽「きつねの餅つき」の上演(浦安囃子保存会) ID 1012387

組3人まで) ※多数は抽選
内容 木材でオリジナル屋台作り
申込 1月17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 1038120

共通

問 こどもの広場 ☎350・1010 (青少年課)

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 2月9日(木)午前10時~11時30分

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・センターの説明など

申込 1月4日(水)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

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 1月6日(金)まで

○新春特別番組

7日(土)~13日(金)

○浦安高校創立50周年

14日(土)~20日(金)

○献血にご協力ください

※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、直前の開庁日)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)で配布、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

会員募集

●太極拳

健康気功太極拳を健康のため一緒にしませんか。初心者歓迎。

時 毎週日曜日午前9時~11時

所 バルドラール浦安アリーナ

費用 月1500円

問 鈴木 ☎352・7861 (浦安太極拳友好会)



催し

スポーツ

総合体育館スポーツコース



●栄養カウンセリング

時 1月5日(木)~31日(火)
対象 16歳以上の方、先着各6~8人
内容 食事や栄養の個別相談
申込 1月5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へ
※日程など、詳しくは、バルドラル浦安アリーナホームページ https://www.urayasu-zaidan.or.jp/taikukan/ をご覧ください

●歩くためのいきいき体操教室

時 1月13日~3月24日の第2・4金曜日午後1時25分~2時25分
対象 16歳以上の方、当日先着各20人 ※65歳以上の方が優先
内容 ストレッチ、体操など
費用 ①市内在住・在勤・在学の方=各回230円、②市外在住の方=各回340円(高校生・65歳以上の方・障がいのある方は①110円、②170円)

共通

問 バルドラル浦安アリーナ ☎355・1110 (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 2月1日~22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2月1日時点で1歳=4200円、2歳以上=3600円)
申込 1月5日(木)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
※保育を希望する方は、1月29日(日)午後5時までに、中央武道館ホームページから申し込み

問 中央武道館 (市民スポーツ課) ☎1038114

イベント

消防出初式

時 1月8日(日)午前9時30分~10時55分
所 バルドラル浦安アリーナ
内容 式典、少年消防団訓練披露など
※申込不要、直接会場へ
問 消防本部総務課 ☎304・0142 ☎1038208

五市合同技術・家庭科作品展

時 1月13日(金)~18日(水)午前9時~午後4時《16日(月)を除く。入館は3時30分まで。18日(水)は午後0時30分(入館は正午)まで》
所 県立現代産業科学館(市川市鬼高)
※申込不要、直接会場へ
問 指導課 ☎712・6775 ☎1038148

外国人のための書道教室

時 1月23日~2月6日毎週月曜日午前9時30分~11時30分(全3回)
所 国際センター(マレ内)
対象 市内在住・在勤・在学の外国人、先着5人
内容 書道を通じた日本文化の体験
費用 1000円
申込 1月4日(水)午前9時から、直接、国際センターへ、または国際センターホームページ https://urayasu-ic.jp から申し込み
問 国際センター ☎306・5181 (地域振興課) ☎1038167

よしもと笑いライブin浦安2023

時 2月26日(日)午後7時~8時40分
所 文化会館

定員 先着1000人
出演 中川家、ジャルジャルほか
費用 4500円(前売りは4000円、さくらメイトは3600円)
※チケットは、1月9日(祝) (さくらメイトは1月8日(日)) 午前10時から、文化会館・市民プラザで発売。電話予約は、1月9日(祝) (さくらメイトは1月8日(日)) 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) ☎1033909

映画・コンサート

J:COM浦安音楽ホールの催し

●Concert for KIDS ~0才からのワラシク~

時 2月12日(日)午前11時~正午
定員 先着300人
内容 モーツァルト:トルコ行進曲など《大森智子氏(ソプラノ)、上田じん氏(トランペット)ほか》
費用 2000円(小学生以下は1000円)
※チケットは、J:COM浦安音楽ホールで販売中 ☎1038144

●弦楽アンサンブル「うらやすシンフォニエッタ」発表コンサート

時 3月4日(土)午後2時~4時(開場

=1時30分)
対象 小学生以上の方、先着300人
内容 チャイコフスキー:弦楽セレナードなど

費用 1000円(音楽ホール友の会会員は500円) ※全席指定
申込 1月5日(木)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 ☎1038143

共通
問 J:COM浦安音楽ホール ☎382・3035 (生涯学習課)

講座・講演

普通救命講習

時 1月15日(日)午前9時~正午
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 1月10日(火)午前9時から、電話で、消防本部警防課 ☎304・0144へ
※最少催行人数3人
問 消防本部警防課 ☎1038151



暮らし

水道料金・下水道使用料のクレジットカード払いが始まります

水道料金・下水道使用料をクレジットカードで支払う場合は「使用水量のお知らせ」や「水道料金等納入通知書」で、お客様番号・ネット手続用確認番号を確認し、申し込んでください。

申込 1月6日(金)から、県ホームページ https://www.pref.chiba.lg.jp/suidou/gyoumu/ryoukin/creditcard.html から申し込み

※詳しくは、県ホームページをご覧ください

問 県水お客様センター ☎0570・001・245 (下水道課) ☎1037304

県営住宅入居募集

申込 1月15日(日)(消印有効)までに、申込書《住宅課(市役所6階)、総合案内(市役所1階)、各駅前行政サービスセンター、土・日曜日、祝日は中央管理室(市役所1階)で配布》を、郵送で、〒260-0016千葉市中央区栄町1-16千葉県住宅供給公社へ
※詳しくは、千葉県住宅供給公社ホームページ https://www.chiba-kousya.or.jp をご覧ください
問 千葉県住宅供給公社募集課 ☎043・222・9200 (住宅課) ☎1035363



お知らせ

情報

図書館利用券の更新制度

図書館では、個人情報の適正管理を目的に、令和5年4月から、図書館利用券の有効期限を3年とします。更新の対象となる方は、申請をお願いします。

対象 令和2年3月31日以前に利用登録した方
申請方法 利用券、本人確認書類、市内在勤・在学の方は社員証・学生証を持って、中央図書館・各分館へ
※詳しくは、市立図書館ホームページ http://library.city.urayasu.chiba.jp をご覧ください

問 中央図書館 ☎352・4646 ☎1038122

自転車保険などに加入しましょう

市では、「浦安市自転車安全利用に関する条例」の一部を改正しました。県で、自転車損害賠償保険などへの加入が義務化されたことを受け、自転

車利用者など自らが保険に加入し、自転車事故により生じた損害を賠償するための必要な措置をあらかじめとる責務について決めました。事故に遭遇してしまったときに備え、自転車保険に加入しましょう。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 市民安全課 ☎712・6590 ☎1038163

千葉県特定最低賃金の改正

千葉県特定最低賃金が、以下のとおり改正されました。
○鉄鋼業=1054円
○電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業=1013円

詳しくは、お問い合わせください。
問 千葉労働局労働基準部賃金室 ☎043・221・2328 (商工観光課) ☎1011553

令和5年度市営自転車駐車場定期利用の申請

1月10日(火)~31日(火)に、4月からの市営自転車駐車場定期利用の一次募集を行います。現在利用中の方も、4月以降の利用を希望する場合は申請が必要です。詳

しくは、(公財)うらやす財団ホームページ http://cyclone.azurewebsites.net/urayasu/ (新浦安第13自転車駐車場を希望する方は新浦安駅前プラザマレホームページ http://www.shin-urayasu-ilmare.com/floor01_B1.html) をご覧

ください。
問 (公財)うらやす財団 ☎355・8321 新浦安駅前プラザマレ ☎380・2588 (市民安全課) ☎1038129

浦安市議会議員一般選挙

立候補予定者説明会

任期満了に伴う浦安市議会議員一般選挙は、4月23日(日)に行う予定です。この選挙に立候補を予定している方への説明会を次のとおり開催します。

- 時 2月4日(土)午後1時30分~4時
所 市役所(4階会議室)
対象 立候補を予定している方や関係者 ※候補者1人につき3人以上
内容 選挙の立候補の手続きや方法など
申込 申込用紙(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、Eメール(件名=「立候補予定者説明会申込」)で、選挙管理委員会 ☎381・8855、✉senkyo@city.urayasu.lg.jpへ

新たに選挙事務所を設置する場合は、手続きが必要です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 選挙管理委員会 ☎712・6672 ☎1038189



健康・福祉

保健ガイド

がん講演会 「もしもがんと言われたら」

時 2月17日(金)午前10時～正午
所 市役所(4階会議室)、オンライン(Zoom)
対象 市内在住・在勤・在学の方、先着80人程度
内容 がんに関する講演会(NPO法人日本がんサバイバーシップネットワーク代表理事など)
申込 Eメール(件名「2月17日がん講演会申し込み」・氏名・所属・電話番号・講師への質問)で、健康増進課 kenzo@city.urayasu.lg.jp へ
問 健康増進課 ☎381・9059 **ID** 1034734

介護予防アカデミア

●**脳トレ教室**
時 1月10日(火)午後1時30分～3時
所 東野パティオ
定員 先着20人

廃食油と古着古布の回収日

時 1月11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

内容 歌やクイズ、ゲームなどで脳を活性化
申込 1月4日(水)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** 1037202
 ●**ウォーキング**
時 1月12日(木)午前9時30分～午後0時30分 ※新浦安駅前広場に集合。雨天中止
内容 中山法華経寺(市川市中山)の散策
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** 1038104
 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)

福祉

地域包括支援センターサテライト

地域包括支援センター(ともづな)では、身近なところで高齢者に関する相談をしやすいよう、出張相談窓口を開設します。
時・所 1月10日(火)・24日(火)午前10時～正午=堀江五丁目自治会集会所(堀江5-22-5)、1月12日(木)・26日(木)午後2時～4時=舞浜三丁目自治会集会所(舞浜3-20-10)、1月17日(火)午前10時～正午=高洲公民館(エスレ高洲内)
問 中央地域包括支援センター(ともづな中央) ☎381・9037 **ID** 1037558

ベシニア浦安「支え合い研修」

時 1月25日(水)午後1時30分～3時15分
所 東野パティオ
定員 先着5人
内容 講座「よい眠りで健康づくり」

《鈴木小百合氏(順天堂大学医療看護学部基礎看護学准教授)》
申込 1月4日(水)午前8時30分から、電話で、ベシニア浦安事務局(高齢者福祉課内) ☎381・9071 へ
 ※老人クラブ会員は、所属する会から別途申し込み
問 ベシニア浦安事務局 **ID** 1038101

認知症介護者交流会

時・所 ①1月13日(金)午後2時～4時=デイサービスはじめ(高洲1-2-1)、②1月18日(水)午後1時30分～3時=市役所(4階会議室)、③1月28日(土)午後2時～3時30分=デイルーム和楽(当代島2-14-2)
対象 認知症の方を介護している方、②③先着各10人
内容 同じ悩みを持つ方同士で話を聞きあう
申込 1月4日(水)午前9時から、電話で、②高齢者包括支援課 ☎381・9028 へ、③デイルーム和楽 ☎380・0111 へ ※①は申込不要、直接会場へ
問 高齢者包括支援課 **ID** 1038045

認知症の方の本人ミーティング

時 1月30日(月)午前10時～正午
所 市役所(10階会議室)
対象 市内在住の認知症の方、先着10人
内容 認知症について自由に語り合う
申込 1月4日(水)午前9時から、電話またはEメール(住所・氏名・電話番号)で、高齢者包括支援課 ☎381・9028、koureihoukatu@city.urayasu.lg.jp へ
問 高齢者包括支援課 **ID** 1038116

認知症サポーター養成講座

時 1月19日(水)午前10時～11時30分

所 美浜公民館
定員 先着15人程度
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 1月4日(水)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、新浦安駅前地域包括支援センター(ともづな新浦安) ☎306・5171、☎306・5173 へ
問 ともづな新浦安(高齢者包括支援課) **ID** 1023500

ゲンキッズ体操

時 1月29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 1月5日(水)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** 1038113

チャレンジド・サッカー広場

時 1月21日(土)午前9時30分～11時(開場=9時)
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20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2022 ☎090・9341・864(障がい事業課) **ID** 1038067

特定健康診査の受診期限は1月31日(火)です

特定健康診査はメタボリックシンドロームの早期発見や生活習慣の改善を目的としています。市で実施した特定健康診査の結果、血圧や糖尿病の検査では約2人に1人は異常が見られました。自分は健康と以为ていても、病気の中には、無自覚のうちに進行するものもあります。年に一度は健診で自分の体の状態を確認し、健康に過ごせるように対策をしていきましょう。

区分	特定健康診査	後期高齢者健康診査
受診期間	1月31日(火)まで	
対象者	市の国民健康保険に加入している40～74歳の方	千葉県後期高齢者医療制度に加入している方
検査項目	問診、身体測定(身長・体重・腹囲・BMI)、血圧測定、尿検査、血液検査 ※医師が必要と認めた場合、貧血検査・心電図検査・眼底検査	問診、身体測定(身長・体重・BMI)、血圧測定、尿検査、血液検査
受診方法	健康診査実施医療機関に直接予約 ※対象者には受診券を送付済み。受診券を紛失した場合は再発行できますので、お問い合わせください	
問	国保年金課 ☎712・6829 ID 1001107	健康増進課 ☎381・9059 ID 1001104

1月の各種健(検)診と教室	1歳6ヵ月児健診	時 11日(水)・12日(木)午後0時50分～2時30分 ※時間指定 対象 令和3年6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、体調等確認票 ID 1008367
	3歳児健診	時 16日(月)・17日(火)午後0時50分～2時30分 ※時間指定 対象 令和元年7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、体調等確認票 ID 1008502
	始めよう!離乳食クラス	時 2月3日(金)午前10時～、11時20分～、午後1時50分～ 対象 生後4～5ヵ月の子どもとその保護者、先着各15組 申込 15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 30日(月)午後1時40分～、2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10組 申込 1日(水)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 31日(火)午後1時40分～ 対象 1歳ごろの子どもとその保護者、先着10組 申込 15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 31日(火)午前10時10分～午後2時50分 対象 未就学児とその保護者、先着36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 15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 30日(月)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 むし歯予防のポイント、仕上げみがき 申込 10日(火)までに、Eメール《件名「ビーバー申し込み(希望月)」・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 31日(火)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 20日(金)午前9時20分～11時20分 ※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3年度に骨量測定を受診した方、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。10日(火)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 ※予約制 ID 1001121
歯と息に自信 爽やか健口レッスン	時 24日(火)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 1013549	

※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

One more ECO

冬の節電・省エネにご協力ください

寒さが厳しくなる1月～3月は、暖房機器の使用が増え、1年で最も電力を消費する時期です。家電の効率的な使用や古くなった製品の買い換え

などの節電対策は、電気料金を抑えることにもつながり、家計にも優しい取り組みです。各家庭でできることを実践しましょう。

冬の節電・省エネのポイント

●エアコン

頻繁な電源のオン・オフは、消費電力の増加につながる場合があります。設定温度は20℃を目安に設定し、必要ときだけつけるように心がけましょう。また、フィルターの掃除は月に1・2回程度行いましょう。

※風量を「自動」、風向きを「下方向」に設定し、扇風機やサーキュレーターを併用するとより効果的

●電気こたつ

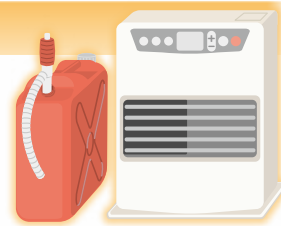
腰から下が温まるので、上半身は衣服で保温し、設定温度を一段階下げましょう。こたつ布団に上掛けと敷布団を併せて使うと効果的です。

●ガス・石油ファンヒーター

設定温度は20℃を目安に設定し、外出や就寝の15分前を目安として、早めの電源オフを心がけましょう。

●電気カーペット

限られた範囲を暖めるので、人がいる部分のみ使用しましょう。部屋の広さにあった大きさのものを使用したり、電気カーペットの下に断熱マットなどを敷くと熱が逃げにくく、効果的です。



問 環境保全課 ☎352・6481

ID 1031317

HPVワクチンを自費で接種された方の費用を助成します

HPVワクチンを自費で接種した方の費用全額または一部を償還払いにより助成します。

対象

以下のすべてに該当する方

①令和4年4月1日時点で浦安市に住民登録があること

②16歳となる日の属する年度の末日までにヒトパピローマウイルス感染症に係る定期接種を3回受けていないこと

③17歳となる日の属する年度の初日から令和3年度の末日までに日本国内の医療機関で組換え沈降2価HPVワクチンまたは組換え沈降4価HPVワクチンの任意接種を受け、実費を負担したこと

④償還払いを受けようとする接種がキャッチアップ接種ではないこと

※9価ワクチンは償還払いの対象外

申請方法

以下の申請書類を、直接または郵送で、〒279-0004猫実1-2-5母子保健課（健康センター1階）へ

●申請に必要なもの

申請書（市ホームページからダウンロード）、実費での支払い額・接種回数を証明できる書類の原本、母子健康手帳や予防接種済証など接種記録が確認できるもの、振込先口座がわかるもの（通帳など）、被接種者の本人確認書類（健康保険証など）

※申請者と被接種者が異なる場合は双方の本人確認書類が必要です

申請期間

令和7年3月31日(月)まで

助成額

接種日の属する年度において、市が定めた金額を上限とし、実費に相当する額

※申請のあった月の翌月末に指定の口座へ振り込みます。接種費用に含まれないもの（交通費など）は助成対象外です。詳しくは、市ホームページをご覧ください

問 母子保健課 ☎381・9034

ID 1038009

浦安市

任期付職員募集

新型コロナウイルス感染症の状況により、試験日・会場などを変更する場合があります。変更する場合は、市ホームページなどでお知らせします。

採用予定日

4月1日(土)

任期

4月1日～令和7年3月31日

受験資格

●保育士：昭和41年4月2日以降に生まれた方で、保育士登録をしている方、または令和5年3月31日までに登録見込みの方

●幼稚園教諭：昭和41年4月2日以降に生まれた方で、幼稚園教諭の免許を有する方、または令和5年3月31日までに免許取得見込みの方

採用予定人数

●保育士：9人程度 ●幼稚園教諭：若干名

第一次選考

作文審査

第二次選考

個別面接試験（2月13日(月)予定）

受験案内

【配布期限】 1月31日(火)まで(土・日曜日、祝日を除く)

【配布場所】 人事課（市役所5階）、各駅前行政サービスセンター

※市ホームページからもダウンロード可

【請求】 受験案内の郵送を希望する方は、1月25日(水)（必着）までに、封筒に「任期付職員採用選考受験案内請求」と朱書きし、返信用封筒（140円切手を貼り、あて先を記載した角形2号）を同封し、〒279-8501浦安市役所人事課へ

申込

1月31日(火)（必着）までに、申込書と必要書類を、特定記録郵便で人事課へ

障がいのある方へ

「障害者の雇用の促進等に関する法律」に基づき、障がいのある方の雇用促進に努めています。受験にあたって配慮を要する方は、申し込み時にお申し出ください。

問 人事課 ☎712・6132

ID 1038164

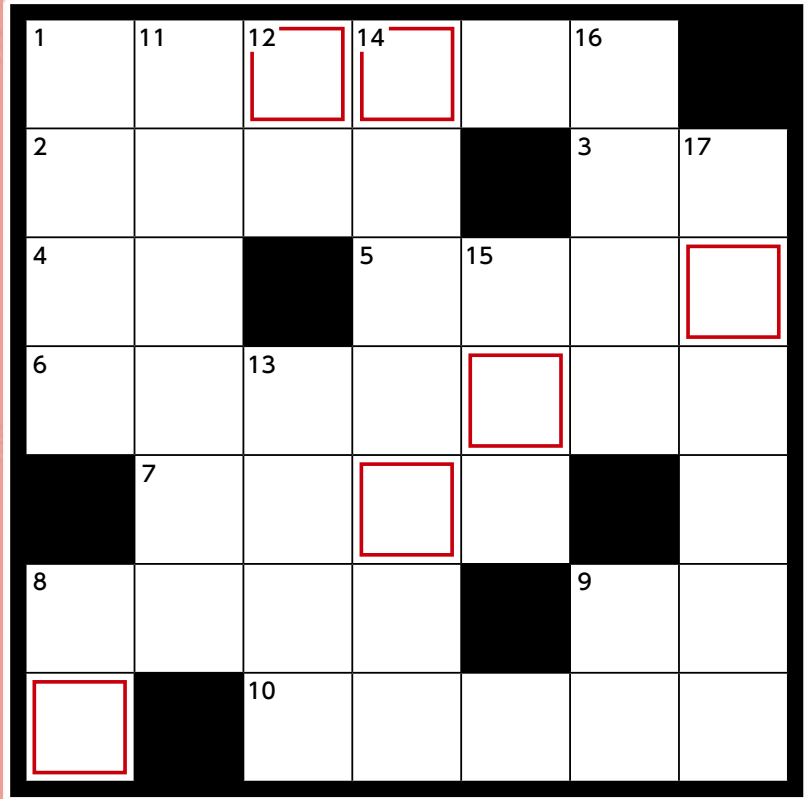
寄せられた善意

令和4年8月1日～10月31日に、次の方々から寄付がありました。ありがとうございました。 [問] 総務課 ☎712・6114

S Y Cスーパー・エール・コンサート実行委員会様、明治安田生命保険相互会社船橋支社様、浦安ライオンズクラブ様、(株)ノジマ様、市川市農業協同組合様、日本サンサイクル(株)様、(株)ウラデン様、朝日新聞浦安西部様、朝日新聞浦安様、読売新聞浦安様、読売新聞新浦安様、読売新聞新浦安舞浜様、産経・毎日新聞浦安様 (順不同)

ID 1038077

新春 クロスワードパズル



赤枠内の文字を並び替えて単語を作ってください

答え

Answer boxes for the crossword puzzle.

ヨコのカギ

- ①健康センター内にある、障がいのある方などが安心して歯科治療を受けられる診療所の名前。「○○○○○○しつ」
- ②研究や調査のために、必要なものを見本としてとってくる。指紋○○○○
- ③節電のために、使わない電源は○○にしましょう
- ④容貌の美しい婦人のこと
- ⑤和歌を詠み、作ること。または和歌を詠む人のこと
- ⑥ソメイヨシノの開花予想日が同じ地点を結んだ線のこと
- ⑦家紋をつけた礼装用の和服のこと。お正月にはこれを着て初詣に出かけるのもすてきですね
- ⑧浦安市の行政情報番組、通称「○○○○」は毎日午後8時からJ: COMチャンネル千葉(地デジ11チャンネル)で放送中です!
- ⑨千年、または非常に長い年月のこと。国歌「君が代」の歌詞にも登場する
- ⑩数が少なく、外見や生態が珍しいけものこと。ジャイアントパンダもその一つといわれている

タテのカギ

- ①前のときから長い時間が経過した様子。「○○○○に学生時代の友達に会う」
- ⑧重かったり砕けたり抜けるもの。桃太郎はここにきび団子をつけている
- ⑨病氣やけがが治ること
- ⑩餅を薄くのばして中にあんこを包んだお菓子のこと。豆や塩などの種類があり、最近はフルーツ入りのものも人気
- ⑫どちらかといえばほかよりまさっている様子。「ないより○○」
- ⑬剣道で向かい合って打ち込みの練習をすること。またはむやみに打ち叩くこと
- ⑭昨年7月、花を咲かせるまでに数十年かかり、別名センチュリープランツとも呼ばれる「アオノ○○○○○○○○」が弁天ふれあいの森公園で咲きました
- ⑮気短なこと。これを起こすと損をすることもいわれる
- ⑯人々が寄り集まること。または会合のこと。歌舞伎など演劇用語としても使われている
- ⑰安眠できない夜が慢性的に続く状態のこと

応募方法

1月13日(金)(消印有効)までに、ハガキまたはファクス(住所・氏名・年齢・電話番号・クロスワードの答え・広報うらやすに対するご意見など)で、〒279-8501浦安市役所広聴広報課、☎353・2453へ、または右記の二次元コードを読み取るか、専用フォーム <https://monitor.city.urayasu.chiba.jp/form/pub/public/koho> から申し込み。正解された方の中から、抽選で50人の方に入浴剤をプレゼントします。クロスワードの答えは、広報うらやす1月15日号に掲載します。当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。



1月の相談

※記述のないものは、1月1日(祝・日)~3日(火)、祝日は休み・予約不要・電話相談不可

総合相談 (生活の不安など) ID 1013518	毎週月~金曜日 午前9時~午後5時	総合相談窓口(市役所3階) 社会福祉課☎712・6856 ※電話相談可
法律 ID 1000685	毎週水・金曜日 午前10時~午後3時	当面、電話相談 広聴広報課☎712・6500 ※予約制。希望日曜日正午まで
行政 ID 1000694	5日(木)午前10時~正午	市民相談室(市役所10階) 広聴広報課☎712・6500
登記 ID 1000690	19日(木)午後1時~4時	市民相談室(市役所10階) 広聴広報課☎712・6500
くらしの手続き (相続・遺言書など) ID 1015597	5日(木)午後1時~4時	市民相談室(市役所10階) 広聴広報課☎712・6500
交通事故 ID 1000687	23日(月) 午前10時~午後3時	市民相談室(市役所10階) 広聴広報課☎712・6500 ※予約制。希望日2日前(土・日曜日、祝日を除く)まで
税務 ID 1025823	10日(火) 午前9時~午後0時15分 午後1時~4時15分	市民相談室(市役所10階) 市民税課☎712・6214、☎712・6212 ※予約制。先着16人。※受付は4日(火)午前8時30分~6日(金)正午(土・日曜日、祝日を除く)。年度につき1回まで
職業紹介・求職相談 ID 1000717	毎週月~金曜日、7日(土)・21日(土) 午前9時~午後5時15分 ※4日(火)・18日(火)は休み	浦安市ふるさとハローワーク(市民プラザ内) ☎381・8609
若者向け就職 ID 1023947	13日(金)・25日(水) 午前10時~午後5時	いちかわ・うらやす若者サポートステーション 新浦安駅前サテライト(市民プラザ内) ☎395・3053 ※予約制。受付は午前10時~
労働・社会保険 ID 1000713	12日(木)・26日(木) 午後5時30分~8時	浦安市ふるさとハローワーク(市民プラザ内) 商工観光課☎712・6295 ※予約制
就労 ID 1000718	毎週月・火・木曜日 午前10時~午後5時	浦安市ふるさとハローワーク(市民プラザ内) ☎381・8609 ※予約制。受付は午前9時~
障がい者就職 ID 1000714	毎週月~金曜日 午前9時~午後5時	障がい者就労支援センター ☎304・6200、☎304・6202 ※予約制。受付は午前9時~
成年後見制度・相続 ID 1000696	10日(火)・18日(水) 午後1時30分~3時30分	社会福祉協議会☎355・5315 ※予約制。受付は午前8時30分~。希望日 前日午後5時まで

消費生活 ID 1000727	毎週月~金曜日 午前10時~午後4時	消費生活センター(市役所10階) 相談専用☎390・0030 ※電話相談可
女性のための相談 ID 1000710	原則として、毎週月・火・木曜日 午前10時~午後4時 (午後2時30分~8時の場合あり)	多様性社会推進課(文化会館2階) ☎712・6803 ※予約制
女性のための法律相談 ID 1025909	13日(金)・24日(火) 午前10時~午後3時30分	多様性社会推進課(文化会館2階) ☎712・6803 ※予約制
人権相談 ID 1000709	10日(火) 午後1時~3時	多様性社会推進課(文化会館2階) ☎712・6803 ※予約制
ひとり親・婦人家庭・児童 ID 1000697	毎週月~土曜日 午前9時~午後5時	子ども家庭支援センター(健康センター地下1階) ひとり親・婦人相談専用☎351・7698 家庭児童相談専用☎350・7867 子ども虐待ホットライン☎351・8041
子育て支援案内 ID 1000701	毎週月~金曜日 午前9時~午後4時	子育て支援室(集合事務所3階) 相談専用☎306・3715 市ホームページにメール相談専用フォームあり
子どもの発達 ID 1000700	毎週月~金曜日 午前9時~午後5時	子ども発達センター 子ども発達相談専用☎355・5242 ※予約制。受付は午前9時~
保育園子ども ID 1000702	毎週月~金曜日 午前9時~午後4時30分	各保育園 電話相談のみ可 当代島☎352・1866、猫実☎353・2152、入船☎353・6992、富岡☎351・5335、東野☎350・4321、日の出☎380・0880、高洲☎305・1313
学校生活 ID 1000708	毎週月~金曜日 午前9時~午後5時	指導課(市役所7階) ☎712・6775
教育相談 ID 1000703	毎週月~金曜日 午前10時~午後5時	いちょう学級猫実(猫実2-1-1) ☎351・1151、 いちょう学級入船(まちづくり活動プラザ内) ☎711・2336 ※予約制。電話相談可
就学相談 ID 1000706	毎週月~金曜日 午前9時~午後5時	教育研究センター まなびサポート(富岡小学校内) ☎381・7961 ※予約制。受付は午前9時~
いじめ110番 ID 1000704	毎週月~金曜日 午前9時~午後5時	相談専用☎0120・211・380 市ホームページにメール相談専用フォームあり
青少年 ID 1000705	毎週月~金曜日 午前10時~正午、午後1時~4時	青少年センター(市役所7階) 相談専用☎351・1152 市ホームページにメール相談専用フォームあり
外国人 ID 1000711	①毎週月~金曜日 午前10時~正午、午後1時~4時 ②毎週月~金曜日 午前9時~午後9時、毎週土・日曜日 午前9時~午後5時	①Foreign Residents' Assistance Desk 地域振興課(市役所3階) ☎712・6910 ※英語・中国語ほか ②Foreign Residents Advisory Corner 国際センター☎306・5181 ※英語ほか