

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

# 気軽に体を動かそう

寒い日が続き、ついつい屋内で過ごすことが多くなる時期。冬は食べ物もおいしいので、年末年始に食べ過ぎてしまったという方もいるのではないのでしょうか。いつもはなかなか運動する時間を取れなくても、ちょっと体を動かしてみませんか？ 動くとも体も温まり、気分も前向きになります。



## 消防力向上を目指して



元日に発生した能登半島地震でお亡くなりになった方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された皆さまにお見舞い申し上げます。

浦安市においても、千葉県からの要請により1月12日から石川県珠洲市に職員を派遣し、復旧を支援しており、必要に応じ今後も被災地を支援してまいります。



浦安市の常備の消防体制は、現在、消防本部の下1署・3出張所(堀江・今川・日の出)となっており、各施設に必要な車両、部隊が配置されています。

令和5年の消防の出場回数を見ると、火災出場は58件で前年比9件増、救助出場は159件で前年比48件増、救急出場は1万814件で前年比587件増となっています。

市民の安全、安心を守るためには、迅速な出場体制が求められていますが、現状の体制のままでは、現場への到着が遅れるといった事態の発生が危惧されています。

また、アーバンリゾートゾーンを抱える本市では、市内在住者だけでなく来訪者をも考慮した体制の構築が必要です。

こうしたことから、新たに見明川以南の地区に消防出張所を整備してまいります。これにより、消防施設の配置がおおむね半径1.5km以

内に1カ所となります。新たに舞浜地区に消防出張所を配置することで、消防力の不均衡が是正され、舞浜地域への平均現場到着所要時間が消防車で2.6分、救急車では2.7分短縮されることとなります。

また、日中の転院搬送の割合が高くなっていることから、新たに救急隊1隊の運用を開始することとし、4月からは日中7隊、夜間6隊の体制となります。

加えて、多様化・複雑化する災害、事故に対応していくため、車両や機器の更新も順次進めていくとともに、今川出張所の建て替えに向けた検討も進めてまいります。

市民の皆さんの生命、財産を守ることが、行政運営の基本であり、そのために現状をきちんと分析し、効果的な取り組みを進めてまいります。

浦安市長 内田 悦嗣

# まずは手軽に ウォーキング

冬のすっきりした空気を感じながら歩いてみませんか。早起きできた日は駅まで歩いてみる、1つ手前の駅で降りてみるなど、特別な用意がなくてもいつでもできます。ふだんと違う道を通るのも、新しい発見があって楽しいかも。市内の緑道や広い歩道もウォーキングコースになります。



▲日の出三番瀬沿い緑道



▲しおかぜ緑道

## 近くの公園で

市内の公園には、健康遊具を設置しています。ストレッチや筋力トレーニングができるものから足ツボ踏みまで、ちょっとした運動が遊び感覚でできます。遊具の種類と設置場所は、市ホームページをご覧ください。

問 みどり公園課 ☎712・6513

ID 1020049



▲ストレッチができる「のびのびサークル」(美浜公園)



▲足踏み台(浦安公園)



▲背伸ばしベンチ(浦安公園)

## ちょっと本格的に トレーニングルーム

もう少し本格的に体を動かしてみたい方は、トレーニングルームへ。

バルドラール浦安アリーナと中央武道館のトレーニングルームには、専用のフィットネスマシンがあります。まずは利用講習会でマシンの取り扱い説明などを受けられるので、初めて利用する方でも安心。

トレーニングルーム利用講習会の日程は、市ホームページをご覧ください。

問 バルドラール浦安アリーナ  
☎355・1110  
中央武道館 ☎380・2100

(市民スポーツ課) ID 1041466

