



# にゅーす しばたあやめニュース

Facebook  
Shibata Topics  
for Foreign Residents



No.244 2024年1月  
発行 新発田市 市民まちづくり支援課

新発田市に住む外国の方へのお知らせです。毎月1回発行しています。

## ベトナムの旧正月「テト」を体験しませんか？

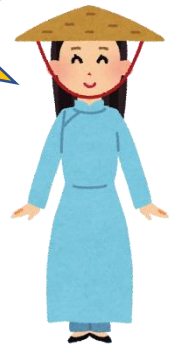
主催：新発田市地域おこし協力隊(多文化共生コーディネーター)

いつ **2/4** (日)

午前11時から午後2時まで  
(午前10時45分 受付開始)

どこで

イクネスしばた 調理室  
(受付は2階多目的室2)



■ 対象 どなたでも(小学生以下は保護者の同伴が必要です。)

■ 参加費(お金) 500円

■ 定員 16名(日本人8名、外国出身者8名)

■ 申込方法 以下のいずれかの方法で申込んでください。

■ 申し込みフォーム

電話 0254-28-9640(新発田市市民まちづくり支援課)

メール [machizukuri@city.shibata.lg.jp](mailto:machizukuri@city.shibata.lg.jp)

■ 申込受付期間 1月17日(水)~2月2日(金) ※電話は土曜日、日曜日は受付できません。

内容・持ち物など、詳しくはチラシを見てください！



← 申し込みフォーム

## 「テト」は どう過ごす？

【テトの定番料理】

・バインチュン

ベトナムの代表的なお正月料理です。もち米を使って作るちまきのようなものです。

・豚肉と卵のココナッツジュース煮

・揚げ春巻き

テトでなくても食べますが、テトには特に欠かせない料理です。

【テトの遊び】

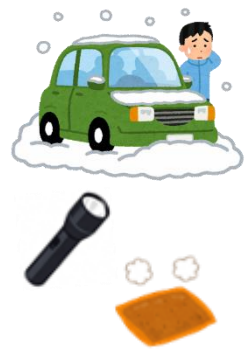
・カードゲームやボードゲームをします。



# お知らせ

## 大雪に 気をつけてください

雪が激しく降っているとき、車で外に出ると、長い時間動けなくなる ことがあります(=立往生)。  
 車の中にいるときは、車のマフラー(車の後ろの下にある、排気ガスを  
 出すための筒)が塞がれないように、雪を取り除いてください。  
 雪が凍ったり、雪の影響で木が倒れたりすると、電気が止まる ことがあります。  
 懐中電灯やカイロなど、停電に備えて準備をしておきましょう。  
 雪が降るとバスや電車など交通にも影響がでます。交通状況をよく  
 確認してください。気温も下がるので、温かい服を着て過ごしてください。



<便利な サイト>

<https://www.niigata-ia.or.jp/category/medical/>

(新潟県国際交流協会HP 医療・防災情報)

新潟県の各市町村の新しい情報を 色々な国の言葉で 読むことができます。



<https://www.data.jma.go.jp/multi/index.html> (気象庁HP)

全国の天気情報を 色々な国の言葉で 読むことができます。



<https://www3.nhk.or.jp/news/easy/> (NEWS WEB EASY)

やさしい日本語で ニュースが 書いてあります。



### 「新潟県の雪情報」が便利です

雪が降る情報などを、午前10時と午後4時に更新します。  
 除雪作業や通勤、通学など、外に出るときに活用してください。



ゆきじょうほうしすてむ  
 ◀雪情報システム

## 令和6年度 健康診査調査票(兼申込)の提出をお願いします

担当:健康推進課 成人保健係 TEL:0254-28-9212

「健康診査調査票」は、市の健診の申し込みと併せて、みなさんの健診の受診予定を教えてください、健康  
 管理の資料とするための調査票です。調査票は各世帯の世帯主へ1月上旬に送りました。職場や病院  
 などで健診を受ける予定の方も必ず提出してください。

提出期限:1月25日

詳しくは、お送りした健康診査調査票に同封している  
 リーフレットを見てください。

住所 世帯主 電話番号	A欄 (各種がん検診)				B欄 乳がん 子宮頸がん 胃がん 大腸がん 肺がん	C欄 国・自治体の 健康診査 受診予定
	肺癌 胃がん 大腸がん	乳がん	子宮頸がん	胃がん		
〒951-8501 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1
〒951-8502 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1
〒951-8503 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1
〒951-8504 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1
〒951-8505 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1
〒951-8506 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1
〒951-8507 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1
〒951-8508 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1
〒951-8509 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1
〒951-8510 新潟市中央区 〇〇〇〇	1	1	1	1	1	1

健康診査  
 調査票の  
 見本

# くらしの情報

夜間・休日、新発田地区 救急診療所・休日救急 歯科診療所をご利用ください。

場所: 新発田市 本町1-16-14

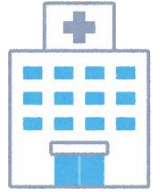
電話: 0254-23-8350

受診の目安: 急に熱が出た、おなか痛い、体調が悪いなど

※小児は対応できない場合があります。必ず、行く前に電話で相談してください。

持ち物: 健康保険証、各種医療受給者証、おくすり手帳

診療科・診療日・受付時間



診療科	診療日	受付時間
内科・小児科	平日夜間	①午後7時30分～午後9時30分
	土曜日夜間	②午後6時30分～午後9時
	日曜日・祝日	③午前9時～午前11時30分 午後1時30分～午後4時30分 午後6時30分～午後9時
外科	日曜日	④午前9時～午前11時30分
歯科	日曜日・祝日	午後1時30分～午後4時30分

## 新潟県内多言語生活相談窓口



困っていることはありますか？

外国出身の方が、困っていることを相談できる窓口があります。外国語で対応します。

日本語が話せなくても大丈夫です。

名前	電話番号	住所	相談のしかた
新発田市役所 市民まちづくり 支援課	0254-28-9640	新発田市中心部 3-3-3 新発田市役所 6階	電話・窓口に行く・メール <a href="mailto:machizukuri@city.shibata.lg.jp">machizukuri@city.shibata.lg.jp</a>
FRCN 外国人相談 センター	025-241-1881	新潟市中央区 万代島5-1 万代島ビル2階	電話・窓口に行く・ZOOM・メール <a href="mailto:nia10@niigata-ia.or.jp">nia10@niigata-ia.or.jp</a> URL: <a href="https://www.niigata-ia.or.jp/">https://www.niigata-ia.or.jp/</a>
よりそい ホットライン	0120-279-338 (案内が流れたら、2 を押してください。)		電話 URL: <a href="https://www.since2011.net/yorisoi/">https://www.since2011.net/yorisoi/</a>
新潟ヘルプの会	025-228-2212 080-6596-0168		電話

日本の文化を知ろう!



**節分** 2月3日

節分は皆の幸せと健康を願い、悪いものを追い出す日です。「節分」には「季節を分ける」という意味があり、春の始まる日とされている「立春」(2月4日 ころ)の前の日を、節分と呼ぶようになりました。節分の日には、特別な慣習があります。

**豆をまく**

悪いもの(鬼)を追い払い、良いもの(福)を呼び込むために、「鬼は外」「福は内」と言いながら、豆をまきます。



**豆を歳の数食べる**

自分の歳の数だけ豆を食べると、体が丈夫になって病気になるにいとされています。



**恵方巻を食べる**

夜に、その年の縁起の良い方角を向いて、願い事を思いながら一言も話さずに恵方巻を食べると、願いが叶うといわれています。



2024年の方角は「東北東」です。

**外国人のための日本語教室のお知らせ ~ いっしょに日本語を勉強しませんか**

「新発田 日本語教室」では、外国から来た人に日本語を教えています。いつからでも参加できます。

●おとな クラス(どのクラスでも参加できます)

クラス	時間	会場	電話番号	参加費(お金)	その他
水曜 クラス	10:00~11:30	新発田市民文化会館	0254-26-1576	4~7月/2,000円	テキストは自分で買ってください。
木曜 昼 クラス	10:00~11:30	生涯学習センター	0254-26-7191	9~12月/2,000円	
木曜 夜 クラス	19:00~20:30	健康長寿アクティブ交流センター	0254-22-1254	1~3月/2,000円	

●こども クラス

クラス	曜日・時間	会場	電話番号	参加費(お金)
Jスクール	土曜日 13:30~15:00	健康長寿アクティブ交流センター	0254-22-1254	1か月/1,000円

※参加したい人は、電話してください。わからないことは、聞いてください。

いつでもクラスを見に行くことができます。

0254-22-6441 たかはし 0254-28-9640 新発田市 市民まちづくり 支援課



**2023年度 開催日**

クラス	水曜クラス(午前)	木曜クラス(午前)	木曜クラス(夜)	土曜 Jスクール
1月	10, 17, 24, 31	11, 18, 25	11, 18, 25	13, 20, 27
2月	7, 14, 21, 28	8, 15	8, 15	3, 10, 17, 24
3月	6, 13	7, 14	7, 14	2, 9, 16

「しばたあやめニュース」を郵送してほしい人は、新発田市 市民まちづくり 支援課に連絡してください。

前の号が見たい人は、市ホームページを見てください。

問い合わせ先: 新発田市 市民まちづくり 支援課

住所: 〒957-8686 新発田市 中央町 3-3-3

電話: 0254-28-9640 FAX: 0254-28-9670

E-mail: [machizukuri@city.shibata.lg.jp](mailto:machizukuri@city.shibata.lg.jp)