

お知らせ

お知らせ・イベント・講座・募集・寄附

感染予防対策のお願い

イベントなどに参加する場合は、マスクの着用などにご協力ください。一人一人の感染予防が皆様の安心・安全につながります。また、感染拡大予防のため、掲載イベントなどの内容を変更する場合があります。ご理解をお願いします。

お知らせ

余った灯油などを下水道に流すと危険です！

下水道は、皆さんのお宅から出るトイレの汚水や生活排水をきれいな水にして河川などに放流しています。放流水質は毎月検査を行い適正に管理していますが、有害物質が流れ込むと処理水質に影響が出るほか、下水道管がよが腐食することもあり、さまざまな危険につながります。

汚水、生活排水以外のもの

は絶対に下水道に流さないよう、適正な使用にご協力をお願いします。

流してはいけないもの

▼家庭用油(天ぷら油など)：排水管に付着し、詰まりの原因となり汚水があふれることがあります

▼灯油やガソリンなど：管の中で爆発を起こす危険性があります

▼下水道課普及管理係(☎23-7284)

降雪前に庭木などを剪定しましょう

道路上に樹木の枝などが出ていると、除雪できない場合があります。降雪前に剪定を行うようお願いします。

▼維持管理課管理係(☎28-7099)

海岸漂着物に触らないで

海岸で漂着ポリ容器などを発見した場合は、中身が劇物であるおそれがあるため、触らずに環境衛生課に連絡してください。体に付着したときは、

医師の診察を受けてください。

▼環境衛生課生活環境係(☎28-9120)

戦没者遺骨の身元特定のためのDNA鑑定の対象地域を拡大します

厚生労働省ではDNA鑑定により戦没者遺骨の身元を特定し、ご遺族のもとへご遺骨を返還する事業を行っています。今年度はその対象地域を拡大します。詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください。

▼対象地域の戦没者の配偶者、子、父母、孫、兄弟姉妹、甥、姪など

対象地域：硫黄島、インド、インドネシア、沖縄、樺太、旧ソ連など、タイ、中部太平洋地域、東部ニューギニア、ノモンハン、ビスマーク・ソロモン諸島、フィリピン、ミャンマー

▼申請「DNA鑑定申請書」を送送、ファックスまたはEメールで提出してください。申請書は、厚生労働省ホームページダウンロードできます

▼申請 厚生労働省社会・援護局

事業課DNA鑑定担当(〒100-0891 東京都千代田区

霞が関1-2-2、☎03-3595-2219、FAX 03-3595-2229、Eメール dnakantei@nhl.go.jp)

健康長寿アクティブ交流センターの仮予約申請

定期利用団体の活動を支援するため、仮予約の申請を受け付けます。

▼対 学習・生きがい活動のため、原則毎月1回以上同センターの使用を予定し、令和4年4月1日(金)～9月30日(金)の使用について予約する団体

▼申請 11月10日(※)～21日(日)に、仮予約申請書兼計画書を提出してください。申請書は同センターにあります。結果は12月末までに、郵送でお知らせします ※調整が必要な団体には、個別に連絡します

▼申請 同センター(☎26-3030)

「税を考える週間」作品展示

「税を考える週間」に合わせ、新発田税務署管内の中学生、高校生の税に関する作文などの優秀作品を展示します。

▼時 11月11日(※)～17日(※) 所 イオンモール新発田2階通路(住吉町5)

▼問 新発田税務署総務課(☎22-3161)

「女性の人権ホットライン」強化月間

法務局職員や人権擁護委員が、DVやセクハラなどの女性の人権に関する電話相談を受け付けます。

▼時 11月12日(金)～18日(※)の午前8時30分～午後7時 ※土・日曜日は午前10時～午後5時

相談電話番号 0570-070810(全国共通)

▼問 新潟地方法務局新発田支局(☎24-7102)

今後の「広報しばた」発行日

11月15日(月)

12月 1日(※)

12月15日(※)

木造住宅の耐震診断が
無料でできます

住宅の耐震診断を行う際、市に登録された耐震診断士を無料で派遣します。耐震診断の結果、耐震性が低い住宅には、補強設計・改修工事費用の一部を補助する制度もあります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

【耐震診断】

対象者 市内に住所を有する方

対象建物 Ⅱ次の全てに該当する住宅（店舗などの併用住宅の場合は、面積の半分以上が住宅部分であること）

▼住宅の所有者自身が居住している住宅

▼昭和56年5月31日以前に市内で建築、または工事に着手した住宅

▼延べ面積500㎡以下で、地上2階建て以下の住宅

▼木造軸組工法の住宅

募集戸数 Ⅱ6戸程度（抽選）

申 11月15日（月）～22日（月）に、申請書に必要書類を添付し、直接提出してください。申請書は建築課にあるほか、市ホームページでダウンロードできます

必要書類 Ⅱ申請書、建築年次や建物の延べ面積が確認できる書類（固定資産税の課税明細書など）、図面（ない場合は不要）

【耐震補強設計・耐震改修工事】

当市の耐震診断で、耐震性が低いと判定された住宅の補強設計・改修工事費用の一部を補助します。

【耐震シエルトの設置】

65歳以上の高齢者や身体障害者手帳の交付を受けている方を含む世帯に対しては、耐震シエルトの設置費用の一部を補助します（当市の耐震診断を受けた住宅が対象）。
申 建築課建築審査係（地域整備庁舎2階、☎26-35557）



景観アドバイザー
無料相談

時 11月24日（水）午後2時～4時

所 地域整備庁舎

内 屋外広告物、建築物などの形態意匠、色彩に関する相談

※実際に設計やデザインを行うものではありません

申 11月17日（水）午後5時まで

申 建築課景観行政係（☎26-35557）

秋の火災予防運動

11月9日（火）から15日（月）まで、全国で一斉に秋の火災予防運動を実施します。火災が発生しやすい時期を迎えますので、防火のため、次のことを心がけましょう。

▼寝たばこは絶対しない

▼ストーブは燃えやすいものから離す

▼ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

▼住宅用火災警報器・消火器を設置する

▼寝具やカーテンなどは防災品を使用する

▼高齢者や体の不自由な方を守るため、隣近所の協力体制をつくる

他 住宅用火災警報器は、電子

時 11月26日（金）～29日（月）

大庄屋秋お膳を味わう会

時 11月20日（土）・21日（日）の午前11時30分～午後1時

所 有機の里交流センター（米倉）

内 米倉産の新米と山の芋や堀川ごぼうなどの秋野菜を使っ

たお膳料理を味わいます

¥ 1500円

定 各日20人（先着順）

申 11月11日（水）～18日（水）

申 有機の里交流センター（☎28-5017、午前9時～午後4時、月曜日は休館日）

部品の寿命や電池切れなどの理由で火災を感じしなくなることがあります。10年を目安に交換しましょう

所 新発田地域広域消防本部予防課（☎228096）

時・内

▼経営相談（認定事業再生士による事業承継などの相談）

：11月17日（水）、12月17日（金）、1月18日（火）、2月18日（金）、3月18日（金）

▼税務相談（税理士による贈与・相続税などの相談）

：11月19日（金）、1月27日（水）

▼法務相談（弁護士による相続、事故などの相談）

：12月23日（水）、2月17日（水）

▼年金相談（社会保険労務士による年金などの相談）

：12月15日（水）

▼働き方改革相談会（社会保険労務士などによる労働時間削減や人材確保などの相談）

：1月20日（水）

※時間はいずれも午後1時～3時のうち、1人30分程度

所 新発田信用金庫本店（中央町3）

申 開催日の2日前までに予約してください

ビンゴdeクリスマスパーティー ～恋人はサンタクロース～

所 みらい創造課ライフデザイン係（☎28-9531）

クリスマスのオーナメント作りやビンゴ大会を通じて親睦を深める婚活イベントを開催します。

対 おおむね25歳～40歳の独身男女

時 12月12日（日）の午後1時30分～4時30分（女性受付は午後0時30分～、男性受付は午後1時15分～）



▲申込み用

所 健康長寿アクティブ交流センターあおり館

¥ 2000円 定 男女各20人（抽選）

申 11月24日（水）までに㈱トアイリンクスグループ事務局（☎025-290-7606）に、電話または同事務局ホームページで申し込んでください

塀や通路の頑固な汚れを
スカッときれい にしたい方へ

高温水 ハイブリッド
高圧力の洗浄機で
頑固な黒ずみ汚れを
驚くほどきれいに落とす！

温水のみ使用で低コスト実現
10㎡ 9,000円～ 安心！
おかげさまで創業100年
地元環境美化サービス開始

どけん屋さんの
屋敷周り洗浄サービス
株式会社小池組
きれいにしよで
☎0254-41-3145

毎月第3木曜日
新発田市共催
行政書士による無料相談会
予約不要で利用できます。一人で悩まず
お気軽にご相談ください。
日時／11月18日（木）午後1時～4時
会場／生涯学習センター 研修室1及び2
相談内容／相続、遺言書作成、離婚、
悪徳商法・土地建物などの生活トラブル
会社設立、建設業許可、各種営業許可
持ち物／相談に必要と思われる資料等
連絡先／新発田市御幸町4-14-126
庭山行政書士事務所 TEL 2419106
相談員／庭山誠、加藤俊郎、亀田正子
齋藤聡、酒井泰子、猿子公司、渡辺利道
兼田隆、増谷康昌、片桐照、荻野優志、他
後援／新潟県行政書士会

新発田のお葬式を100年～
＝明治・大正・昭和・平成・令和＝

安心な
ご葬儀

経産大臣認可・全日本葬祭業協同組合連合会認定
感染防止葬儀施行店

不安解消 無料事前相談
ご自宅へ行かず、直接安置室にご安置できます

家族葬 総額 特別価格 プラン

福祉プラン	シンプルプラン	割引・特典いろいろ
税込 137,500円▼ 税込 108,900円 ＋火葬料・霊柩車（寝台車）料金 総額 税込 約17万円～	税込 385,000円▼ 税込 302,500円 ＋火葬料・霊柩車（寝台車）料金 総額 税込 約38万円～	安心ご葬儀 （やすらぎの会） 会員募集中 （入会金1万のみ） （掛金・積立不要）

マルフチ
愛すれば ～まち・ひと・こころ～
葬儀法要・生花花環・仏壇仏具・霊柩車

《24時間 ご葬儀受付》
☎(0254) 22-2882 (共通)
新発田市大手町2丁目7-10(西高校前)

ご訪問での相談も
承っています

講座・募集

人権講座

時 11月19日(金)午後7時～8時30分

所 住吉コミュニティセンター

内 新潟青陵大学大学院臨床心理学研究科教授の碓井真史さんによる講演「『偏見・差別・個性・協調の心理学』～みんなの幸せのために～」

定 50人(先着順)

申 住吉コミュニティセンター(☎26-7060)に電話で申

イクネスしばたの催し

間 新発田駅前複合施設企画総務係(☎28-9950)

【11月のイクネスシネマ】

時 11月21日(日)午前10時～(吹替版)、午後2時～(字幕版)

上映作品Ⅱ「レナードの朝」

内 30年間半昏睡状態の患者を目覚めさせるため立ち上がる、新任医師の姿を描いた感動作

定 各回30人(先着順)

※各回上映の1時間前から整理券を配ります

【イクネスボードゲーム】

対 ①小学生と保護者、②中学生以上

時 11月7日(日)①午前10時～正午、②午後1時～4時30分

内 世界のボードゲームを楽しみます

定 ①5組、②20人(各回先着順、当日直接お越しください。途中退出・参加もできます)

他 ボードゲームの持参も歓迎します

「ビブリオバトル」参加者募集

5分間で本の魅力をアピールし合うイベントです。終了後には交流会もあります。

時 12月12日(日)午後1時30分～3時

所 イクネスしばた

定 6人(抽選)

他 観覧もできます(先着30人)

申 11月30日(火)までに、直接、電話または市ホームページの電子申請で申し込んでください

申 中央図書館(☎22-2418、木曜日は休館日)

植物染め体験

対 高校生以上の方

時 11月27日(土)午前8時30分～午後3時30分

所 植物染め「浜五」工房(新潟市西蒲区越前浜)

集合場所Ⅱ生涯学習センター

※会場までバスで移動します

内 植物の形をそのままの姿で転写する草木染めでシルクスカートを染めます

講 植物染め「浜五」の星名康弘さん

定 10人(先着順)

持 筆記用具

服装Ⅱ汚れてもよい服装

申 11月8日(月)～18日(木)の午前9時～午後5時

申 新発田地区公民館(生涯学習センター、☎22-8516)

しばたパフォーミングキット ズ定期公演

時 12月11日(土)

▼昼公演：午後2時～4時

▼夜公演：午後6時～8時

所 市民文化会館

¥ 各回1400円(プログラム付き、4階席は1000円)

チケット販売Ⅱ11月11日(火)以降に、とらい夢事務局(カルチャーセンター内)、喫茶「紫音」(市民文化会館内)で販売

「イクネスしばた」カフェ運営事業者を募集します

申・問 新発田駅前複合施設企画総務係(〒957-0055 諏訪町1-2-12、☎28-9950)

イクネスしばたの1階で、飲料や軽食などを販売するカフェの運営事業者を募集します。事業者は、公募型の企画提案(プロポーザル方式)で選定します。詳しくは、公募資料をご覧ください。お問い合わせください。

【公募の概要】

▼応募者の要件

カフェを運営できる個人または法人(系列・提供事業者などによる共同運営やフランチャイズ加盟店も可)

▼募集スケジュール

11月19日(金)…質問書の提出期限

12月20日(月)…応募申込書・企画提案書の提出期限

12月24日(金)…選定審査(書類審査)

12月28日(火)…選定結果の通知

令和4年4月1日(金)以降…営業開始

申 12月20日(月)までに、直接または郵送(必着)で申し込んでください。公募資料は、イクネスしばたにあるほか、市ホームページでダウンロードできます

※郵送の場合は、「特定記録郵便」または「簡易書留」で提出してください

イクネスしばたキッチンスタジオ 12月の料理教室

持 エプロン、三角巾、筆記用具、手拭き

※試食は行わず、全て持ち帰りとなります

申 11月21日(火)までに、次のいずれかの方法で住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望する教室をお知らせください。2人で申し込む場合は、2人目の氏名(ふりがな)、年齢もお知らせください

▼はがき(必着)…〒957-0055 諏訪町1-2-12 新発田駅前複合施設企画総務係宛て

▼1階総合案内で直接

▼イクネスしばたまたは市ホームページの電子申請

※申込みが多数の場合は抽選となります

抽選結果は当選者にのみ、郵送でお知らせします

間 新発田駅前複合施設企画総務係(☎28-9950)

【おせち料理を手作りで】

時 12月18日(土)午前10時～午後0時30分

メニュー=豚肉のはちみつ焼き、錦卵、鮭の千草焼 など

講 新潟調理師専門学校学院長の吉田育子さん

¥ 1800円(容器代含む) 定 12人

【クリスマスケーキ教室】

時 12月21日(火)午前10時～正午

メニュー=ドーム型のクリスマスケーキ

講 新潟調理師専門学校の高橋恭子さん

¥ 1500円(容器代含む) 定 12人

【おやこキッチン クリスマスのお菓子をつくろう】

対 ①2～3歳と保護者、②4～6歳と保護者

時 ①12月19日(日)、②12月25日(土)の時間はいずれも午前10時～正午、午後1時30分～3時30分

メニュー=①トナカイのココアバナナプリン、②2色のカップケーキ 講 市栄養士

¥ 各回500円(容器代含む) 定 各回6組

初心者大歓迎！

インターネット・メール 資格取得 就職・転職

個別教室説明会

11月 9日(火) 11日(木) 12日(金) 13日(土) 14日(日) 16日(火) 18日(木) 19日(金) 20日(土)

受付…10:00～18:00 (入会特典多数用意しております)

パソコン教室 新発田校

新発田市新栄町1-9-15 ベルポート1F

☎ 0254-20-4060

「元に戻す」だけでなく「より良く」を目指します。

✓ 洋服のお直し

・寸法直し/・修理

・リメイク/・その他

お気軽にご相談ください。

洋服リフォーム専門店 You.Me. (ユーミー)

平日 9:30～18:00 日曜・祝日 9:30～17:00 定休日：火曜日

TEL & FAX 0254-23-5201

お直し ユーミー

wearreform-youme.com

お気軽にご相談ください

賃貸 不動産売買 管理 相続

新潟県知事免許(1)第5423号 (公社)新潟県宅地建物取引業協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

株式会社 あおぞら不動産

〒957-0017 新発田市新富町1丁目4番9号

Tel.0254-20-7175

追加費用0円 畳縁・運送費 家具移動

令和4年1月23日まで

新潟県畳業組合連合会主催 畳替えキャンペーン

〈畳の新調・表替・裏返し〉

をすると、抽選で200名様に県産すきやき用牛肉等が当たる！

一級技能士のいる店

お気軽にどうぞ

有限会社 齊藤畳店 22-5090 工場

22-2460 本店

新発田市大栄町7-2-3

表替えなら朝引き取り当日夕方納入 スピード対応

下越地域若者サポーター
テーション就職支援

対 15～49歳で未就業の方
申 同サポーターステーション
(☎28-8735、午前10時～
午後5時、土・日曜日、第2金
曜日は休館日)
【やさしいお仕事説明会】
面接などではなく、気軽に参
加できる説明会です。当日直接
お越しください。
時 11月26日(金)午後1時～3時
30分
所 カルチャーセンター
内 新発田市近郊の企業による
仕事内容の説明会、求人票の
揭示、相談コーナー
【適職を探そう！一般職業適
性検査GATB】
時 ①12月2日(木)、②12月6日
(月)。時間はいずれも午後2時～
4時
所 ①聖籠町立図書館(聖籠町
諏訪山) ②ハローワーク新発田
(日渡)
内 職業選択でお悩みの方を対
象に職業適性検査を行います
定 ①8人、②10人(いずれも
先着順)
申 11月8日(月)～

「開こう世界への扉 in イ
クネスしばた」

時 12月4日(土)午後1時30分～
3時(午後1時開場)
所 イクネスしばた
内 長岡市国際交流センター
「地球広場」センター長の羽賀
友信さんによる講演「海外の
国々における事情や海外旅行
の楽しさ」、「外国人と仲良く
暮らすための話」
定 50人(抽選)
申 11月21日(日)までに、郵送
(必着)で郵便番号、住所、氏
名、年齢、電話番号をお知らせ
いただくか、市ホームページの
電子申請またはイクネスしば
た1階総合案内で直接申し込
んでください
※抽選結果は当選者にのみ、
郵送でお知らせします
申 新発田駅前複合施設企
画総務係(〒957-0055
諏訪町1-2-12、☎28-995
0)



▲申込み用

新潟東港地域水道用水供
給企業団 職員採用試験

採用職種・受験資格
▼事務(大学卒業程度)：平成
5年4月2日～平成12年4月
1日に生まれた者
▼水道技術(大学卒業程度)：
昭和57年4月2日～平成12年
4月1日に生まれた者で、高
校・大学などにおいて技術(電
気・機械・土木)の専門課程を
修了した者。または企業や官
公庁などでの技術職(電気・機
械・土木)の職務経験が直近5
年中3年以上ある者
採用人数②それぞれ2人程度
採用日②令和4年4月1日
一次試験②12月5日(日)
試験会場②第五マルカビル(新
潟市中央区東大通)
申 11月22日(月)までに、申込用
紙を郵送(当日消印有効)で提
出してください。試験案内は
同企業団にあるほか、同企業
団ホームページでダウンロード
できます。詳しくは、同企業団
ホームページをご覧ください
申 同企業団事務局(〒95
0-3301 新潟市北区笹山
1-1-4、☎025-386-9
111)

寄附

市への寄附を紹介します(敬
称略、順不同)。
【しばたTomorrow基金】
同基金は、新型コロナウイルス
の影響で苦境にある市民の
皆様を支援するため創設され
たものです。9月30日現在で
1217万5035円が寄せ
られました。寄附金の受付は、
募金箱や口座振込みなどでも
引き続き行っています。
▼明治安田生命保険(株)新潟支
社：現金72万5000円



健康・福祉

健康・福祉・スポーツ

感染症に注意しましょう

これからの時期は、新型コロナ
ウイルスに加えて、インフル
エンザやウイルス性胃腸炎な
どの感染症も流行しやすくな
ります。

いずれの感染症を予防する
ためには「手洗い」が重要で
す。引き続き感染症予防を徹
底するとともに、バランスのと
れた食事と早寝早起きで生活
リズムを整えて、免疫力・基礎
体力の維持に努めましょう。
固 健康推進課健やか育児支援
係(☎28-9211)

ウォーキング
チームチャレンジ第3弾

対 18歳以上の市内在住・在勤
の方
チャレンジ期間②12月22日(※)ま
での期間で、連続する30日間
内 2～5人のチームで、20万
歩または17万歩のコースを選
んで登録し、目標歩数を達成し
たチームの中から抽選で10チー
ムに「クオカード10000円分」
(人数分)を差し上げます

他 歩数計の貸し出しあり

申 11月22日(月)までに、直接、
電話または市ホームページの電
子申請で申し込んでください
申 健康推進課めざせ1000
彩推進係(ヨリネスしばた2
階、☎28-9214)



▲申込み用



市民公開講座「知って得
する脳卒中の前と後」

時 11月23日(祝)午後2時～3時
30分
所 生涯学習センター
内 脳卒中の予防と発症後の生
活とリハビリについて
※WEB配信もあります
講 新発田リハビリテーション
病院医師の西川太郎さん
定 150人(先着順)
他 詳しくは、同病院ホームペ

ージをご覧ください

申 土・日曜日を除く11月8日
(月)～22日(日)の午前8時45分～
午後5時30分に、電話で申し
込んでください
申 健康推進課めざせ1000
彩推進係(ヨリネスしばた2
階、☎28-9214)

まちなか保健室「めざせス
ツキリ教室 後編(12月)」

対 市内在住で医師から運動制
限を受けていない方
時 12月1日(※)・8日(※)・15日
(※)(全3回)。時間はいずれも
午前10時30分～11時30分(午
前10時15分受付開始)
所 健康長寿アクティブ交流セ
ンターあおり館
内 正しいウォーキングやタオ
ルを使った体操のやり方を学
び、実践します
定 10人(先着順)
持 歩きやすい靴、タオル
申 11月8日(日)午前9時以降に
電話で申し込んでください
申 健康推進課地域保健第
1係(☎28-9213)

くらしと心の相談会

対 市民
時 12月9日(※)午前10時～午後
1時(1組30分程度)
所 新発田市ボランティアセン
ター(本町4)

内 弁護士やハローワーク職員、
福祉職員、保健師などが、仕事
や借金・生活苦、家庭内の問題
などの相談に応じます
定 8組(予約制)
申 11月10日(※)～12月1日(※)
申 健康推進課地域保健第
1係(☎28-9213)

日本年金機構からの
お知らせ

固 日本年金機構新発田年金事
務所(☎23-2128)
【11月は「ねんきん月間」】
11月は「ねんきん月間」、11
月30日は「年金の日」です。こ
の機会に自身の年金について
考えてみませんか。
「ねんきんネット」を利用す
ると、いつでも年金記録を確
認できるほか、年金受給見込
額をさまざまなパターンで試

「広報しばた」に
広告を掲載しませんか

市内の全世帯に配布される「広報しばた」に広告を掲載
して、お店や会社などをPRしませんか。広告の掲載基準な
ど、詳しくは市ホームページをご覧ください。みらい創造
課広報広聴係(☎28-9532)へお問い合わせください。
¥ 1回の掲載につき1万5000円～15万円
申 掲載希望号の3号前の「広報しばた」発行日まで
※申込み多数の場合は抽選になります



天井裏で足音? いるかもしれません

ネズミ・ハクビシン等の駆除
安心安全作業
消毒業務
迅速対応
いたします
害虫駆除のことなら
お任せください
【有料広告】
☑があれは
いるかも
☑走り回りによる騒音
☑住み付きによる異臭
☑フン・尿などの被害
☑農作物の食い荒らし
株式会社 カエツクリーンサービス
環境衛生 事業部
新発田市上館20番1 TEL26-3500

健(検)診はお済みですか

図 健康推進課成人保健係 (☎28-9212)

【検診日程・会場】

申込みは不要です。直接会場へお越しください。
受付時間=いずれも午前8時～10時
▼加治川庁舎…11月24日☑▼健康プラザしゅうんじ…11月25日☑▼豊浦保健センター…11月26日☑▼カルチャーセンター…12月1日☑～3日☑、6日☑～8日☑▼コモプラザ…12月5

日☑(⑤のみ11月30日☑までに申込が必要)
他 ⑤は61歳の方、⑦は41・46・51・56・61・66歳で市の検診を未受診の方は無料。また、70歳以上の方や生活保護受給者、身体障害者手帳をお持ちの方(等級による)は、⑥を除き、無料で受診できます。



	健(検)診の種類	対象	料金
①	特定健康診査など	19～39歳	2100円
		40～74歳で、新発田市国民健康保険の加入者(※1)	1500円 ※保険証が必要
		40～74歳で、新発田市国民健康保険以外の医療保険加入者	医療保険組合で異なります ※受診券が必要
		75歳以上など	無料
②	胸部エックス線検診	40歳以上(※2)	無料
③	肺がん(喀痰)検診	②を受診した方で条件に該当する方	900円
④	大腸がん検診	19歳以上	500円
⑤	胃がん検診	19歳以上	1300円
⑥	前立腺がん検診	50歳以上の男性	2384円(①と同時受診) 5227円(単独受診)
⑦	肝炎ウイルス検診	40歳以上で、過去に受診したことのない方	700円

※1と※2(65歳以上の方)は、年に1回受診することが義務付けられています
※上記の年齢は、いずれも令和4年4月1日までに達する年齢です

介護予防講演会

対 市内在住の方
時 11月30日☑午後1時30分～



認 認知症の方やその家族、認知症について知りたい方などが集まり、交流できます。今月は発症や進行の予防について、専門医の講話があります。また、認知症についての相談もできます。
時 11月16日☑午後1時30分～3時(時間内は出入り自由)
※講話は午後2時から
所 生涯学習センター
講 有田病院認知症疾患医療センター医師の有田正知さん
参加費 1100円
定 25人程度(先着順)
申 11月15日☑まで
申 問 高齢福祉課地域ケア推進係(☎28-9200)

オレンジカフェ「よ♡らっしゅ」

3時30分
所 市民文化会館
内 新潟リハビリテーション病院院長の山本智章さんによる講演「フレイル予防は足下から」やパネル展示など
定 300人(先着順)
申 土・日曜日、祝日を除く11月15日☑までの午前9時～午後5時に、電話で申し込んでください
申 問 高齢福祉課介護予防係(☎28-9202)

豊浦地区公民館の催し

申 込方法 直接、電話、ファックスまたはEメールで住所、氏名、年齢、電話番号をお知らせください
申 問 豊浦地区公民館(〒959-2303 乙次26-2、☎22-2081、FAX 26-5522、Eメール t-kominkan@city.shibata.lg.jp)

【野球体験会】

対 市内在住の小学生(未経験者や初心者も参加できます)
時 11月28日☑午前9時～正午
所 真木山中央公園多目的練習場
講 真木山野球スポーツ少年団のコーチ
定 20人(先着順)

持 運動靴、帽子、飲み物、お持ちの方はグローブ、バット
申 11月9日☑～24日☑
「レッツトライ! スポーツチャンバラ」
対 5歳以上の方
時 12月2日☑、9日☑の午後7時30分～9時
所 豊浦地区公民館
内 スポーツチャンバラの体験会、合戦大会など
定 各日5人(先着順)
持 飲み物
申 11月9日☑～29日☑

豊浦杯バドミントン大会

対 小学生以上の市内在住・在勤の方
時 12月5日☑午前9時～
所 豊浦体育センター
種 目 一般ダブルス(初心者)、親子ダブルス(小学生と保護者)、小学生シングルス
定 1人300円(小・中学生は無料)
持 運動靴、飲み物
申 11月9日☑～25日☑



今日からはじめる! 体にやさしい食生活

図 健康推進課めざせ100彩推進係 (☎28-9214)

当市では脳血管疾患で亡くなる方の割合が高く、これを予防するためには「食塩を減らす」「野菜をたくさん食べる」など、栄養のバランスに気を付けることが大切です。下記のポイントを実践してみましょう。



栄養成分表示を確認!

加工食品などに表示されている栄養成分表示は、食品の大切な情報源なので確認してみましょう。1日の食塩目標量と照らし合わせ、賢く選んで食べましょう。

栄養成分表示 1袋(150g)当たり	
エネルギー	144kcal
たんぱく質	6.8g
脂質	6.3g
炭水化物	15.0g
食塩相当量	2.6g

▲栄養成分表示例



成人の1日の食塩目標量
男性 7.5g未満
女性 6.5g未満

出展: 日本人の食事摂取基準2020年版

小鉢の副菜は1日5皿を目安に!

野菜に含まれる「カリウム」には、体内の余分な食塩の排出を促し、減塩効果を高めてくれます。生野菜だけではなく、煮たり、茹でたり、蒸したり、汁物に入れたり、カサを減らす工夫をし、たくさん食べましょう。



1日の野菜摂取目標量 350g

新発田の食材でおいしいごはんを作ろう

しばめし

豚肉と大根のオイスター炒め



1人当たりエネルギー 219kcal 塩分1.3g

材料(4人分)

豚肉スライス(肩ロース)	260g	A	オイスターソース
大根	160g		……………大さじ1と1/2
パプリカ(赤)	1個		穀物酢……………大さじ2
ピーマン	2個		しょうゆ……………小さじ2
ごま油	大さじ1		砂糖……………小さじ1
			こしょう……………少々

作り方

- ① 豚肉は5mm幅の細切りにする
- ② パプリカとピーマン、大根は皮付きのままに細切りにする
- ③ フライパンにごま油を入れて中火で熱し、①を加えて炒める
- ④ 肉の色が変わったら②を加え、野菜がしんなりするまで炒める
- ⑤ Aを混ぜ合わせたものを加え、中火でさっと炒める

市公式cookpad
管理栄養士監修のヘルシーレシピを掲載中!



対 ①年中・年長、②小学1～2年生
妊産婦・育児相談会
妊産婦と乳幼児の保育者
11月25日(木)午前9時30分～11時
市保健センター(本町4)
子育て・身体・栄養・歯科についての相談
他 身体計測のみは不可です
申 11月18日(木)～24日(水)
申 健康推進課健やか育児支援係(☎28-92211)
ニニコみつけ!!
クリスマス・リンリントナ
カイになって遊ぼう!
未就園児と保護者
12月10日(金)午前11時～11時45分
所 紫雲寺児童館
定 10組(先着順)
申 祝日を除く、11月22日(月)～27日(土)
申 紫雲寺児童館(☎41-3114)

2年生の方
時 12月1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)(全4回)。
①は午後4時～4時40分、②は午後5時～6時
所 カルチャーセンター
内 連続して跳べないお子さんに、跳ぶ動作や身体の使い方を教えます
講 トライア夢職員
¥ ①1600円、②2800円(初回に集めます)
定 ①②ともに15人(先着順)
持 なわとび、内履き、飲み物、タオル
申 11月8日(月)午前9時以降に電話または左記の二次元バーコードで申し込んでください
申 問 カルチャーセンター(☎23-3050)

クラス・対象・初回教室日時
「月曜クラス」
▼ペンギン(年中・年長)：12月6日(月)午後4時10分～5時10分
▼ハヤブサ(小学1～3年生)：12月6日(月)午後5時20分～6時20分
「木曜クラス」
▼パンダ(年中・年長)：12月9日(木)午後4時10分～5時10分
※全9回(12月～3月)。2回目以降の日程は、後日お知らせします。
所 カルチャーセンターなど
内 ダンスやかけっこ、トランプリンなどのスポーツ体験
¥ 幼児6000円、小学生6500円(全9回分、初回に集めます)
定 各クラス25人(先着順)
持 内履き、飲み物、タオル
申 11月8日(月)午前9時～11月10日(水)午前9時～午後5時30分
申 問 トライア夢事務局(☎28-7510、月～金曜日の午前9時～午後5時30分)

子育て応援誌「きらきら」の有料広告を募集します

申 問 こども課子育て支援係(☎957-8686 住所記載不要、☎28-9232、Eメール kodomo@city.shibata.lg.jp)

子育てに役立つ情報を掲載し、お子さんの出生時や子育て世帯の転入時に配布している同誌の有料広告を募集します。掲載基準など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

「きらきら」の概要

- ▼規格…A4版40ページ程度 フルカラー
- ▼発行冊数…2000冊
- ▼配布期間…令和4年4月～令和5年3月
- ▼配布場所…こども課、市民生活課、健康推進課、社会福祉課、各支所、イクネスしばた など
- ☎ 11月30日(木)までに、申込書、広告の見本、広告代理店などを通して申込みをする場合は委任状を、郵送(必着)またはEメールで提出してください。申込書や委任状はこども課にあるほか、市ホームページでダウンロードできます



掲載場所	大きさ	色	募集枠数	掲載料(1枠)
表紙裏面	縦6cm × 横18cm	フルカラー	4枠	15,000円
裏表紙裏面			4枠	15,000円
裏表紙			3枠	20,000円

※申込み多数の場合は抽選になります
※掲載料は消費税及び地方消費税を含んだ金額です
※各掲載場所の掲載順は、広告主が決定した後に抽選で決定します

虐待の防止と早期発見にご協力ください

虐待が発生している場合、虐待している人が「指導」や「しつけ」の名の下に不適切な行為を続けていることや、虐待されている人が自分のされていることを虐待と認識していないなど、本人の自覚がないことがあります。

虐待が深刻になる前のあなたの気づきが、支援の第一歩につながります。周囲に様子が気になる児童・高齢者・障がい者やその家族などがある場合は、速やかにご連絡ください。秘密は固く守られます。

悩んでいても、助けを求めることが難しい場合もあります。
地域全体で見守りましょう。



例えば…こんなことが虐待にあたります

身体的虐待

たばこの火を押しあてるなど、体に傷を負わせたり、傷を負うおそれのある暴力を加えたりすること。

児童 殴る・蹴る・たたく、戸外に閉め出す

高齢者・障がい者 外に出

ないように鍵をかけるなど、正当な理由なく身体を

拘束する



心理的虐待

侮辱したり拒絶したりするような言葉や態度で、精神的な苦痛を与えること。

児童 言葉で脅す、無視をする、子どもの目の前で家族に暴力をふるう、他のきょうだ

いとは著しく差別的な扱いを

する

高齢者・障がい者 怒鳴る、

子ども扱いをする、できない

ことを責める



性的虐待

無理やりわいせつな行為をしたり、させたりすること。

児童 性的欲求を刺激するような写真などの被写体にする、性行為を見せる

高齢者・障がい者

裸のまま放

置する、性的

行為を強要

する



放棄・放任(ネグレクト)

食事や入浴、洗濯、排せつなどの世話をせず長時間放置すること。

児童 子どもを家に残して外出する、車の中に放置する、養育を著しく怠る

高齢者・障がい者

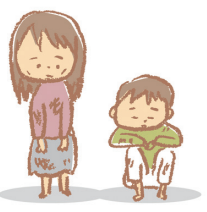
必要な医療・

介護・福祉サー

ビスを受けさせない、介護や

生活の世話を

しない



経済的虐待

同意なしに財産や金銭などを

使い、本人が希望する金銭の使用を理由なく制限すること。

高齢者・障がい者 年金や賃金

を勝手に使う、日常生活に必要な金銭を渡さない



虐待などに関する相談・問合せはこちらへ

【高齢者について】

▼高齢福祉課高齢福祉係(ヨリネスしばた2階、☎28-9200)

▼各地域包括支援センター

①新発田中央(健康長寿アクティブ交流センター内、☎26-2400)

②新発田東(特別養護老人ホームヒルトップくしがた内、☎31-2001)

③新発田西(特別養護老人ホームつきおかの里内、☎32-3927)

④新発田南(複合型福祉施設コンフィ陽だまり苑内、☎24-1111)

⑤新発田北(健康プラザしうんじ内、☎41-4646)

【児童について】

▼こども課こども家庭相談係(ヨリネスしばた2階、☎26-3257)

▼県新発田児童相談所(県新発田地域振興局内、☎26-9131)

▼児童相談所全国共通3桁ダイヤル(☎189、24時間対応。最寄りの児童相談所につながります)

【障がい者について】

▼ふれあい福祉センター基幹相談支援係(住吉町1、☎20-3055)

【命の危険があり、一刻を争う場合】

▼新発田警察署(☎110または☎23-0110)

対 対象者 岡 日時 所 場所・会場 内 内容 調 講師 料 料金 定 定員 持 持ち物 他 その他 申 申込方法・期間など
問 問合せ先 申 申込み先・問合せ先 ■料金の記載のないものは無料 ■申込みの記載のないものは申込み不要



このコーナーでは、市内で活動する団体などのクチコミ情報を掲載しています。掲載の申込みは、みらい創造課広報広聴係（ヨリネスしばた 5 階）まで。
☎28-9532・FAX22-3110
Eメール mirai@city.shibata.lg.jp

広報しばた	原稿締切日
1月 7日号	11月29日(月)
1月20日号	12月10日(金)
2月 1日号	12月23日(木)

文化

銅板でモノづくり体験！「板金折り紙教室」
時 11月26日(金)・27日(土)の午後1時30分～3時30分 所 (株)椎谷板金工業（切梅618） 内 銅板が真鍮版で26日は亀、27日は鶴を作ります 料 500円（材料・加工代） 定 各日8人（先着順） 持 手袋、内履き 申 電話で申し込んでください 申 問 椎谷板金工業 池田（☎28-7183）

4回できものキレイに着れる講座
対 高校生以上の女性 時 初回は11月26日(金)の午前10時～11時30分、午後1時30分～3時、午後6時30分～8時のいずれか。2回目以降は相談して決めます 所 猿橋コミュニティセンター 内 ゆかたの着方や半幅帯の結び方、マナーについて学びます 料 9800円（全4回分。着物・長襦袢・半幅帯・草履付き）※着物・半幅帯・草履は選べます 定 各回5人（先着順） 持 ひも4本、タオル2本 申 11月23日(金)まで 申 問 つむぎの会 渡邊（☎090-4123-3723）

オリジナリティーあふれる私のクリスマスアレンジメント
時 11月28日(日)午前10時～正午 所 健康長寿アクティブ交流センターきやり館 内 世界に一つだけの輝くクリスマスフラワーアレンジメントを楽しみましょう 料 1800円（材料費） 定 9人（先着順） 持 花ばさみ、持ち帰り用の袋 申 11月19日(金)まで 申 問 フラワーデザイン花ラントーン 斉藤（☎22-5468、午後6時～9時）

「しばたひなびらき」ひな人形の提供者募集
ご自宅に眠っているひな人形を、来春開催する同イベントで飾りませんか。募集内容など、詳しくはお問い合わせください。
料 1000円（おはらい・お札代など） 定 30組（先着順） 申 12月15日(土)までに、電話または同実行委員会へメールで申し込んでください 申 問 寺町たまり駅（☎22-1888）、ひなびらき実行委員会（Eメール hinabiraki@gmail.com）

その他

アサテラの会
時 11月21日(日)午前8時～9時 所 養泉寺（押廻） 内 すがすがしいお寺の朝を感じながら、座禅を行います 問 同会 斉藤（タイコヤ内、☎26-6269）

「市民の広場」の原稿は、上記の締切日までに提出をお願いします。



あつまれ!! Happy Kids ハッピーキッズ

ヨリネスしばたで
元気に遊ぶキッズを
撮影しました



酒井さくらちゃん（5歳）・あんずちゃん（5歳）



佐藤伶衣くん（1歳）



培ってきた技術を生かし
これからも魅力ある鞘を
作っていきます

現代刀職展刀装の部 公益財団法人日本美術刀剣保存協会 会長賞受賞 鞘師 佐久間保男さん



受賞作品の「天正拵」。上品なたたずまいから丁寧な仕事
が伝わってきます

今年の現代刀職展の刀装の部に「拵」を出品し、県内で初めて最上位の会長賞を受賞した鞘師の佐久間保男さんに、受賞した感想や制作で苦労したこと、今後の目標などを伺いました。

「鞘師」とは？

鞘師は、刀を納める刀装具である「鞘」を制作する職人を指します。「柄」や「鍔」などを付け、塗りを施して外装した鞘を「拵」、刀身を家庭で保管するために用いる鞘を「白鞘」といいます。

「鞘師になつたきっかけは？」

私は自衛隊出身で、射撃競技の選手や指導者としても活動しましたが、射撃訓練ができない雪

「受賞した感想は？」

人と同じような作品では意味がないと思う、拵の中でも、これまで同展で受賞者が出ていない「天正拵」を制作することにしました。天正拵とは、素朴で機能的な、徳川家康公など多くの武士に愛好された拵です。根を詰めて制作したため、やり切ったと感じていましたが、会長賞を受賞するとは思っていなかったため、とても驚きました。

「受賞作品の制作で苦労したことは？」

拵を制作するにあたり、刀と金具などの部品探しに苦労しました。家康公の刀を納めることができる「天正拵」を制作することにしましたが、鞘は納める刀がなく、では作れないため、美術館に展示されている家康公の刀をガラス越しに見て採寸し、その後、それに

「今後の目標は？」

良い鞘を作り、お客様に喜ばれることがやりがいになります。また、刀が寸分違わず鞘に納まるのが腕の見せ所であり、鞘師の誇りでもあります。これからも培ってきた技術を生かして魅力ある鞘を作っていきたいです。

「壁にぶつかることもあったが、日々勉強し、乗り越えることで自信作を作り上げることができました」と話す佐久間さん。出品作品以外にも年間150点ほどの鞘を制作しているそうです。これからも後世に残る作品を作り続けてほしいですね。



作業台の様子。左上が自衛隊時代に自己流で制作した脇差の鞘です