

新発田のいいところ きっと見つかる

広報しばた



SHIBATA
CITY
INFORMATION



新発田市役所へのお問い合わせは
ヨリネスしばた（市役所本庁舎）

〒957-8686 新発田市中央町 3-3-3

☎0254-22-3030（代表）

市ホームページ www.city.shibata.lg.jp

令和3年 **11.1** No.1551

特集 / 「ささえあい」は人のためならず ～いつか自分に返ってくるかも?～

情報ピックアップ / しばた大物産展 ほか

しばたキラめくり / 韃師 佐久間保男さん

市ではSNSで情報発信しています!

「広報しばた」は下記の二次元バーコードからも
ご覧いただけます



「ささえあい」。

それは、助けることもあれば、
助けられることもある、

「おたがいさま」の関係です。また、
誰かのためにしたことが自分のため
になることもあるかもしれません。

理想の老後を思い浮かべて、
今からできることを
考えてみましょう。



「ささえあい」は人のためならず ～いつか自分に返ってくるかも?～

理想の老後は？

自分の老後について考えたことはありますか？

- 例えば…
- どこで誰と暮らしたいか
 - どのように暮らしたいか
 - 介護が必要になったらどうしたいか
 - 人生の最後をどこで迎えたいか など



考え方は十人十色ですが、「家族に迷惑をかけたくない」、「住み慣れた自宅でできるだけ長く過ごしたい」と考える方が多いのではないのでしょうか。

↓これをかなえるためには…

ご近所同士や地域でのちょっとした手助けから始まる「ささえあい」が大切!

「ささえあい」であなたの未来が変わる!?

現在の行動で、未来にどんな違いが出る可能性があるか想像してみましょう。

「ササエあい」をしない



これくらいの除雪ならまだまだ自分できる。自宅の周りだけやっておこう



人付き合いは面倒だし、近所の人こともよく分からない。自分のことができればいいか



体力的に除雪がづらい…困ったな…
今までできていたことも1人では難しくなってきた。でも気軽に手伝いを頼める人もいないし…



どうしてこうなってしまったんだろう
どんどん体が弱ってほとんど外出ができない。人と話す機会もめっきり減ってしまったな

現在

未来

「ササエあい」をする



今年も雪降りましたね。本当ですね。手伝い助かります
除雪は少し大変だけど、ご近所さんと交流できて顔見知りが増えるのはうれしいな



ついでですから気にしないで。ありがとうございます
ごみ出しは重くて大変かもしれない。ついでにすることでご近所さんの笑顔が見られてよかったな



ありがとうございます。助かります
1人でできないことは手伝いを頼んでみよう。自分が出てきたことが、こんな形で返ってきてありがたいな



人と会うと身だしなみを整えたり、張り合いができたりするな
地域のサロンに参加して近所の顔見知りや友人が増えた。毎日楽しく過ごしているよ

特集

「ささえあい」は人のためならず

～いつか自分に返ってくるかも？～

問合せ先=高齢福祉課 (☎28-9200)

皆さんは、地域の人顔や名前をどのくらい知っていますか。地域の人との交流は、住み慣れた場所での自分らしい暮らしに彩りを与えてくれるだけでなく、困ったときに支え合える関係を築くことでもあります。また、誰かを支えることは、「情けは人のためならず」という言葉のように、自身の介護予防になったり、いつか自分が支えてもらったりするなど、さまざまなかたちであなたに返ってくるかもしれません。「困ったときはお互いさま」。そう言い合える地域づくりについて、考えてみませんか。

あなたもできることから「ささえあい」を始めてみませんか？

まずは、次のチェックをしてみましょう。

- 時間に余裕ができた
- 趣味がほしい
- コロナ禍で外出や人との関わりが減った
- 介護予防に興味がある
- 人に頼られるとうれしい

当てはまるものはありますか？



1つでもチェックが付いたあなた。まずは一度、「ささえあい」に参加してみませんか。もちろん、チェックが付かなかった人も「これならできそう」と思うことから始めてみましょう

ステップ①から順に、できる人はステップ②、③に踏み出してみましょう

ステップ1 まずは…身近なところから「ささえあい」

「ささえあいは一日にしてならず」です。ちょっとしたお付き合いから始めてみましょう。

●顔見知りのご近所さんを増やす

地域のイベントやサロンに参加するだけでなく、あいさつをするだけでも「ささえあい」のきっかけになるかもしれません



●顔見知りのご近所さんにちょっと声掛け

顔見知りになると、ご近所さんの困りごとが見えてくるかもしれません。そんな時は「おせっかいかな…」と思っても、声を掛けてみましょう



ステップ2 次は…地域を越えた「ささえあい」について知る

地域や団体の「ささえあい活動」に参加するのは、踏み出すのに少し勇気があるかもしれません。そんな人は、講座に参加して「知る」ことから始めてみましょう。

●おたがいさま講座(全市版)に参加してみる

「一人暮らしで心細い」「ごみ出しができない」など、地域にはちょっとした困りごとを抱える方がいます。どんなことで困っているのか、また自分には何ができるのかを知ることから始めてみませんか。

とき=12月2日(金)午後1時30分~3時30分
ところ=健康長寿アクティブ交流センターあおり館
定員=30人(先着順)
持ち物=筆記用具
申込方法=11月25日(木)までに、電話、ファックスまたはEメールで住所、氏名、電話番号をお知らせください
申込み先・問合せ先=高齢福祉課地域ケア推進係
(☎28-9200、FAX21-1091、Eメール kourei@city.shibata.lg.jp)

参加者の声

「ささえあい」を進めるために何がなか、まずは考えることが第一歩です

- 地域でサロンづくりを計画しているので、大変参考になりました
- 強制ではなく、できる人や興味のある人が少しずつでも参加できるという気楽さが必要と感じました
- 助けを求めている人と助けてあげられる人とのつながりを、もっと知ってもらうことが大切だと思います

出張版「おたがいさま講座」もあります

チェックリストやゲームなどを交えて、地域での支え合いや助け合いについて楽しみながら考えてみませんか。自治会や地域の集まりなどにお伺いします。詳しくは、お問い合わせください。

なぜ「ささえあい」が必要なの？

ポイント

「ささえあい」はお互いに!

「ささえあい」は支えられる人と支える人に分かれるものではありません。できることは人それぞれ。支えるときもあれば支えられるときもあり、これが「おたがいさま」につながります。

「自分でできることは自分でする」。これは健康を維持するためにとっても大切なことです。でも、歳を重ねれば、できなくなることが少しずつ増えてくるのは自然なこと。

そんなとき、頼ることができる人が身近にいてくれたら心強いですよね。また、人との交流があれば、生活の張り合いも生まれ、自分自身の介護予防にもつながります。



進んでいます! 地域での「ささえあい」

地域の課題に住民で取り組みながら、「ささえあい」を進めている団体や自治会などを紹介します。

NPO法人七葉 「地域の足」を守りたい!

地域住民で法人を立ち上げ、地域のバス運行に関わる!

地域の子どもたちも通学で利用し、社会勉強の場にもなっています。乗客の皆さんの安心・安全を第一に運行しています!

例えば…

- 路線や運行内容の検討
- 運転士や事務員の雇用
- 地域住民の協力を得ながら利用促進を図る



常務理事 小野宏一郎さん

理事長 小島修さん

事務員 高橋瑞穂さん

川東いきいき大作戦 地域全体をいきいきさせたい!

- 除雪や空き家管理など、地域の課題解決に向けて話し合う
- 住民同士で助け合える地域の良さを、幅広い世代に意識付けることを目指す
- 今後、「ささえあい」をテーマにした寸劇の発表を計画中

11月7日(日)に川東コミュニティセンターで活動報告をします。ぜひ、見に来てください!!



会長 佐藤典男さん

豊町3・4丁目町内会 地域の安全を守りたい!

- 地域内で年2回防災訓練を実施
- 逃げ遅れ防止などのため、プライバシーに配慮しながら住民名簿を作成・活用
- 防災会だよりを発行し、危機管理情報を住民と共有

住民で情報を共有すると、非常時の助け合いにもつながって安心です



会長 本間紀夫さん

ボランティアしゃべる 住んで良かったと思える地域にしたい!

- 昨冬から除雪を中心に菅谷・旧下中山小学校区で活動をスタート
- 草刈り、雨どい掃除など、除雪以外のお手伝いにも拡大
- 気兼ねなく依頼できるように有料にする

昨年移住してきて、ここでしかできない活動を楽しんでいます!



会員 柴澤利樹さん

会長 高橋次夫さん

事務局長 太田喜健さん



「ささえあい」について なんでもご相談ください

問合せ先=高齢福祉課地域ケア推進係 (☎28-9200)

地域のお悩みや、「ささえあい活動」に参加してみたいけど何から始めていいかわからないなど、なんでもご相談ください



生活支援コーディネーター
大沼 正吾

これまでにこんな「困りごと」と「地域の宝」をマッチングしました

<p>免許返納などで買い物に困っている高齢者が多い</p>	<p>退職後、近所の人と関わる機会がつかめない</p>	<p>生活のちょっとしたことに困っているが、助けを求められない</p>
<p>訪問販売や配達をしていることを知られていないお店がある</p>	<p>会員が高齢化しているので、新しい仲間を増やしてささえあい活動を続けたい団体がある</p>	<p>手助けをしたいけど「おせっかいじゃないかな」と思うと、うまく声が掛けられない人がいる</p>
<p>配達や出張サービスを行っているお店の情報を冊子にまとめました! 詳しくは下記をご覧ください</p>	<p>「社会参加」などをテーマに「おたがいさま講座(全市版)」を開催! これをきっかけに活動に参加する人も!</p>	<p>地域の「ささえあい」のしくみづくりなどを支援! その結果、4ページで紹介した「ボランティアしゃべる」などが発足!</p>

新発田にはまだまだ「地域の宝」があります。

その宝を発見・活用していくために、皆さんの知恵や力を貸してください!

お店による「ささえあい」もご利用ください



買い物支援サービス実施店一覧

配達や出張サービスを行っている市内のお店をまとめた一覧表を作成しています。一覧表は、ヨリネスしばたや市内の各地域包括支援センターで配布しているほか、市ホームページでもご覧いただけます。

- 【掲載しているお店】
- 食品や日用品を取り扱うお店
 - 家電の販売・修理・工事を行うお店
 - 訪問して散髪などを行うお店
 - 衣料品の販売や補修を行うお店
 - 眼鏡や補聴器などを取り扱うお店

事業者の皆さんへ

一覧表に掲載しませんか? 買い物などに困っている方を支援するサービスをおおぜいの方にお知らせしませんか。掲載を希望する場合は、お問い合わせください。問合せ先=高齢福祉課地域ケア推進係 (☎28-9200)

ステップ 3

いよいよ! 地域や団体の活動に参加してみる

地域や団体の活動で「できそうだ」と思うものに、参加してみましょう。友人を誘ってみるのもいいかもしれません。

● こんな疑問や不安はありませんか

- Q. 活動は毎回参加しなければいけないの?
A. 無理せず、自分の空き時間でOKです
- Q. 体力も技術もないけど…私にできることはある?
A. 活動にはさまざまな内容があります。自分に合ったものを見つけてみましょう
- Q. 活動は無償のボランティアなの?
A. 利用者の方が気兼ねなく利用できるように、謝礼などがある活動もあります



● こんな活動に参加してみませんか?

地域活動

地域のサロンや「ときめき週1クラブ」などの身近な集会に参加すると、交流の輪が広がるかもしれません。参加を希望する場合は、新発田市社会福祉協議会または7ページに掲載の生活支援コーディネーターにお問い合わせください。

市内のボランティア団体

市内にあるさまざまな団体の中から、5ページの「おたがいさま講座(全市版)」で講師を務める団体を紹介します。このほかの団体など、詳しくは新発田市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。ただか、7ページに掲載の生活支援コーディネーターにお問い合わせください。

団体名	活動内容	問合せ先
ボランティアふるさと	庭木の伐採などの屋外作業をお手伝いします	同団体代表 河村さん (☎090-2667-6109)
新発田たすけあい	家事援助や通院介助などを行います	同団体事務所 (☎22-5902、月~金曜日の午前9時~午後4時)
傾聴ボランティア サルビア	相手の気持ちに寄り添って話を聴きます	同団体代表 若木さん (☎090-6277-1827)

お弁当の調理や配達をしていただける方も募集しています!



新発田市社会福祉協議会
高橋 絵理さん

住民参加型在宅福祉サービス 生活応援団

問合せ先=新発田市社会福祉協議会 (☎23-1000)

日常生活の「ほんのちょっとした困りごと」を地域のみなで支え合う取組です。ボランティア会員の方を随時募集しています。詳しくは同協議会ホームページをご覧ください。活動日=土・日曜日、祝日、年末年始を除く、午前8時30分~午後5時30分

活動内容

- 屋内の生活支援…掃除・洗濯・代筆・片付けなど
- 屋外の生活支援…ごみ出し、玄関先から道路までの除雪など
- その他…病院の付き添い、買い物代行、薬の受け取りなど



10/20 豊浦地域 新たな公共交通の運行開始
 ほぼ全ての集落に停留所を設置
 地域全域へこまやかな運行を実現

豊浦地域で新たなコミュニティバスの運行が開始され、その出発式が行われました。従来の「月岡・乗廻線」を「本田・天王路線」に見直し、新たに予約型の「中浦・荒橋路線」を追加。停留所も増設して、地域内全域をカバーします。式典後は、真新しい運行車両が式典の参加者に見守られながら出発していきました。



10/3 新発田市総合防災訓練
 備えあれば憂いなし！
 災害時に備え官民挙げて訓練を実施

関係機関や五十公野地区区長会、民間企業などが参加し、東中学校を会場に市総合防災訓練が行われました。

今年度の想定は「大雨」。本番さながらの緊張感の中、実動訓練が実施されたり、PRブースでは防災用品の紹介や防災意識の啓発活動が行われたりと、訓練参加者だけでなく、来場者も防災について考える一日となりました。



Shibata Photo Sketch しばたフォトスケッチ まちの話題

Shibata Photo Sketch しばたフォトスケッチ まちの話題

地域のチカラ

豊町3・4丁目町内会

豊町3・4丁目町内会では、住みやすい地域になるように、多くの住民が協力して町内の公園で定期的な草刈り作業を行っています。また、年3回発行している町内の広報誌「広報ゆたか」は、町内のコミュニケーション媒体として、防災会や子ども会などの地域情報発信を行っています。今年度着任した地域おこし協力隊員と連携しながら、コミュニティセンターでのイベントを通じて、コロナ禍でも地域住民の絆が深まるような地域づくりにも取り組んでいます。



▲結城由羽さん

初めまして。地域おこし協力隊豊町3・4丁目担当の結城由羽です。今年の4月に着任し、豊町ふれあいコミュニティセンター2階の事務所で活動しています。これまで、高齢者支援や子どもの夏休みの宿題教室、七夕飾り、スマホのお悩み相談などを行ってきました。これからも、地域の方が必要とする手助けをしていけるように、積極的に活動していきます。



10/19 「シトラスリボン」寄贈
 安心して暮らせるまちの実現に
 「思いやり」と「優しさ」の輪を広げよう

コロナ禍の差別や偏見の防止を啓発する「シトラスリボンプロジェクト」。緊急事態宣言が解除され、人の往来増加が予想される今だからこそ、この活動を広めようと、新発田市老人クラブ連合会女性部が、手作りのシトラスリボン1000個を寄贈しました。同リボンは、多くの市民の皆さんに手に取ってもらえるよう、市内公共施設に設置しています。



9/29 「しばたTomorrow基金」への寄附
 地元を元気にしたい
 新発田ゆかりの従業員の思いが結集

地域の健康や暮らしを豊かにする取組「地元の元気プロジェクト」を展開する明治安田生命保険相互会社から、同プロジェクトの一環として寄附金が贈呈されました。この寄附金は、従業員がゆかりのある地域を指定し募金したものに、同社からの拠出金を合わせて寄附されたもの。寄附金は、今後、新型コロナウイルス対策などに役立てられる予定です。

夏井いつき 句会ライブ

問合せ先=市民文化会館 (☎26-1576)

昨年好評だった「夏井いつき句会ライブ」を今年も開催します。テレビなどでおなじみの夏井先生が、小学生から大人まで5分で俳句が作れる方法を伝授します。ぜひ、ご参加ください。

と き=12月25日(土)
午後2時~4時(午後1時30分開場)

ところ=市民文化会館

対象=市内在住の方(未就学児は入場できません)
料金=1000円(全席指定)
定員=600人
チケット販売日=11月12日(金)午前9時~
チケット販売場所=喫茶「紫音」(市民文化会館内、月曜日を除く午前9時~午後4時)



夏井いつきさん プロフィール

8年間の中学校国語教諭の後、俳人へ転身。「第8回俳壇賞」受賞。俳句集団「いつき組」組長。創作活動に加え、俳句の授業「句会ライブ」、「俳句甲子園」の創設にも携わるなど幅広く活動中。TBS系「プレバト!!!」俳句コーナー出演などテレビラジオでも活躍。



うまい! 新発田の逸品 今得 しばた大物産展

他では味わえない
美味しさが勢揃い!
ここにあり!



問合せ先=しばた大物産展開催実行委員会事務局
(観光振興課内、☎28-9960)

新発田が誇る名産品を一堂に集めた物産展を開催します。コロナ禍で低迷する市内経済の回復のため、製造事業者と小売店が協力し、市内15店舗を会場に同時開催する初めてのイベントです。食欲の秋に新発田の魅力を再発見してみませんか。新発田の元気を取り戻すため、ぜひお出かけください。

と き=11月12日(金)~21日(日)
ところ=各参加店舗の特設売り場

【参加店舗】

- ▼イオン 新発田店(住吉町5)
- ▼ウオロク コモ店(舟入町3)・住吉店(住吉町4)・東新町店(東新町4)・緑店(緑町3)
- ▼かんだストア(本町3)
- ▼JA北越後農産物直売所「こったま〜や」(島湯)
- ▼スーパーいながわ 川東店(石喜)・紫雲寺店(稻荷岡)
- ▼寺町たまり駅(諏訪町2)
- ▼とんとん市場 新発田店(荒町)

- ▼原信 西新発田店(富塚町2)
- ▼マルゲンスーパー 大柴町店(大柴町4)
- ▼わくわくファーム 新発田店(舟入町3)・月岡わくわくファーム(月岡)

【販売品目】

- ▼新発田の名産品(和・洋菓子、米菓、甘納豆、麩、食肉・魚加工品など)
- ▼新発田牛・新発田牛加工品
- ▼新発田の銘酒



※写真はイメージです

しばた大物産展 ~in ヨリネスしばた~

開催期間中の土・日曜日は、ヨリネスしばたでも物産展を特別開催します。

時 11月13日(土)・14日(日)・20日(土)・21日(日)の午前10時~午後3時

所 ヨリネスしばた札の辻広場
※車でお越しの方は、第3・4駐車場をご利用ください

- 内 ▼新発田の名産品、新発田牛の串焼き、ジェラートなどの販売
- ▼キッチンカーでのフード販売

▼新発田城の「巨大フワフワ遊具」登場(午前10時15分から整理券を配布します)
※会場内に飲食スペースはありません

☎ 新型コロナワクチンの2回目の接種がお済みであることがわかるワクチン接種済証などの提示で300円分のクーポン券をプレゼントします
※午後1時から配布します(各日先着200人)



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、下水道管が腐食するなどの危険があります。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

降雪前に庭木などを剪定(せんてい)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いたします。

海岸漂着物に触らないでください

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：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、モントラ、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」を送付、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

お問い合わせ 厚生労働省社会・援護局

お問い合わせ先

お知らせ

市所蔵美術作品展 「アートを楽しむ ～ならべて、ながめて、感じとる～」

文化芸術振興室(☎26-1576)

市所蔵作品を中心に、特別に収集した作品も加えた35作家52点の作品を、描かれた対象によって「人と内界」「人間と外界」「空と空間」の三態に分けて展示。鑑賞を深めることで、作家たちの創造の秘密に迫ります。

時 11月19日(金)～28日(日)の午前9時～午後5時

※11月22日(日)は休館日

所 生涯学習センター

出品作家＝飯田春行、飯塚 清、池田純夫、池田則美、猪爪彦一、白井茂夫、内山 格、大瀧直平、岡崎清郷、栗田 宏、小林春規、近藤 嘉、斎藤 隆、佐藤聡子、佐藤 勉、杉原伸子、鈴木豊志、高橋 久、田中 篤、鶴巻加代、鶴巻俊郎、戸川淳子、戸張公晴、中西和男、中野民衛、中村一征、中村憲子、布川勝三、廣木秀夫、藤田チヨ子、舟見俊二、古川敏郎、宮嶋美明、宮野 浩、梁取幹雄



▲布川勝三「焼峯」(1966年)

「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(水)～17日(水)

所 イオンモール新発田2階通路(住吉町5)

お問い合わせ 新発田税務署総務課(☎22-3161)

「女性の権利ホットライン」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権利に関する電話相談を受け付けます。

時 11月12日(金)～18日(木)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)

※IP電話は利用できません

お問い合わせ 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(水)

12月15日(木)

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。

【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。
【耐震シエーターの設置】
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、耐震シエーター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) 26-3557



景観アドバイザー無料相談

11月24日(木)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(26-3557)

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炎品を使用する
▼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

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可能性があります。10年を目安に交換しましょう

新発田しんきん無料相談
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

新発田信用金庫業務部(24-5100)

都市計画道路路西園町小舟町線変更(案)の縦覧
時 土・日曜日を除く11月5日(金)～19日(金)

地域整備課(地域整備庁舎2階)
地域整備課都市計画係(26-3556)

イベント

まちなかギャラリー11月の展示

健康長寿アクティブ交流センターあおり館「まちなかギャラリー」

フリーで、作品や活動成果の発表・展示をしています。
展示時間 ①③④は午前9時～午後5時、②は午前10時～午後4時。最終日は①②③は午後3時まで、④は午後2時まで
他 令和4年3月末まで、無料で展示できます。詳しくは、お問い合わせください

令和4年3月末まで、無料で展示できます。詳しくは、お問い合わせください

健康長寿アクティブ交流センター(26-3030)
①「グループ・イゼル展」
時 11月5日(金)～8日(月)
②「写遊会展」
時 11月11日(木)～14日(日)
③「絵を楽しむ会」
時 11月17日(水)～21日(日)
④「版美会会員展」

健康長寿アクティブ交流センター

大庄屋秋お膳を味わう会

11月26日(金)～29日(月)
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)

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(木)までに㈱トアイリンクスグループ事務局(25-290-7606)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

イベントなどの開催を支援します

申 商工振興課商業・まちなか振興係(ヨリネスした6階、28-9650)

まちのにぎわいの創出や、商工・観光の活性化につながるイベント・キャンペーンなどの費用の一部を補助する「商工観光団体支援補助金」。この補助金を利用して事業を実施する団体を募集しています。対象となる事業や経費など、詳しくは市ホームページをご確認ください。

市内の事業者または個人などで構成する団体
補助率=補助対象経費の2分の1以内(上限額は15万円)
他 書類審査の結果を後日お知らせします。採択された場合、別途申請手続きが必要です

12月28日(木)までに応募書類を商工振興課へ提出してください。応募書類は市ホームページでダウンロードできます



ビンゴdeクリスマスパーティー～恋人はサンタクロース～

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～)

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(木)までに㈱トアイリンクスグループ事務局(25-290-7606)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



申込み用

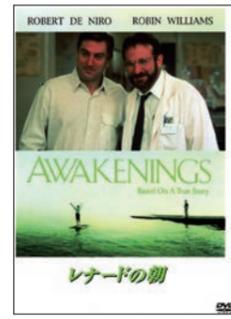
塀や通路の頑固な汚れをスカツ!とキレイにしたい方へ
高温水 ハイブリッド高圧力の洗浄機で頑固な黒ずみ汚れを驚くほどきれいに落とす!
温水のみ使用で低コスト実現 10㎡ 9,000円～
おかげさまで創業100年 地元環境美化サービス開始
どけん屋さんの屋敷周り洗浄サービス 株式会社小池組 0254-41-3145

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/相談に必要なと思われる資料等
連絡先/新発田市御幸町4-1-126 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、増谷康良、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)～
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 税込 137,500円▼ 税込 108,900円
シンプルプラン 税込 385,000円▼ 税込 302,500円
割引・特典いろいろ 安心ご葬儀(やすらぎの会) 会員募集中
愛すれば～まち・ひと・こころ～ マルフチ 22-2882
ご訪問での相談も承っています

イクネスしばたの催し

問 新発田駅前複合施設企画総務係 (☎28-99550)
【11月のイクネスシネマ】
 時 11月21日④午前10時〜(吹替版)、午後2時〜(字幕版)
 上映作品「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



「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ようイベントです。終了後には交流会もあります。
 時 12月12日④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④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)



▲申込み用

しばたパフォーミングキット ズ定期公演

時 12月11日④
 ▼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 11月11日④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

講座・募集



他 撮影はできません
 問 与らい夢事務局(☎28-7510、月〜金曜日の午前9時〜午後5時30分)

人権講座

時 11月19日④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



時 11月8日④〜18日④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)

植物染め体験

対 高校生以上の方
 時 11月27日④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 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パーンを染めます
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
持 筆記用具
申 11月8日④〜18日④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)

「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。

【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④…質問書の提出期限
12月20日④…応募申込書・企画提案書の提出期限
12月24日④…選定審査(書類審査)
12月28日④…選定結果の通知
令和4年4月1日④以降…営業開始

申 12月20日④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④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
問 新発田駅前複合施設企画総務係(☎28-9950)



▲申込み用

【おせち料理を手作りで】

時 12月18日④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④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④、②12月25日④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

【有料広告】

スマホ パソコン 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(水) 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

わかるとできる

新発田市新栄町1-9-15 ベルポート1F ☎ 0254-20-4060

【有料広告】

「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

【有料広告】

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

【有料広告】

令和4年1月23日 まで

新潟県農業組合連合会主催 豊替えキャンペーン

追加費用0円 豊縁・運送費 家具移動

「豊の新調・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 齊藤豊店 22-5090 工場

新発田市大栄町7-2-3 22-2460 本店

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トステーション 就職支援

対 15〜49歳で未就業の方
申 同サポートステーション
28-8735、午前10時〜午後5時、土・日曜日、第2金曜日(休館日)
【やさしいお仕事説明会】
面接などはなく、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

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)

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
※抽選結果は当選者へのみ、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(T957-0055 諏訪町1-2-12、28-9950)

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 ①それぞれ2人程度
採用日 ①令和4年4月1日
一次試験 ①12月5日(日)
試験会場 ①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

同企業団事務局(T950-3301 新潟市北区笹山1-14、28-025-3869-111)

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7万5000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、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。
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 ①12月22日(木)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「知って得る脳卒中の前と後」

時 11月23日(日)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

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 ①それぞれ2人程度
採用日 ①令和4年4月1日
一次試験 ①12月5日(日)
試験会場 ①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

一ジを「ご覧ください」

申 土・日曜日を除く11月8日(日)〜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(木)・8日(木)・15日(木)(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)

くらしの相談会

対 市民
時 12月9日(木)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(金)〜12月1日(木)
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

内 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算

「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。 1回の掲載につき1万5000円〜15万円 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

害虫駆除のこともお任せください。迅速対応いたします。安心安全作業 消毒業務。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

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(木)▼健康プラザしゅんじ…11月25日(金)▼豊浦保健センター…11月26日(土)▼カルチャーセンター…12月1日(日)~3日(月)、6日(月)~8日(水)▼コモプラザ…12月5

日(日) (5のみ)11月30日(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

対 市内在住の方
 11月30日(日)午後1時30分~

介護予防講演会



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(月)まで
 申 高齡福祉課地域ケア推進係(☎28-92200)

オレンジカフェ

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(火)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

定 20人(先着順)
 講 真木山野球スポーツ少年団のコーチ

豊浦地区公民館の催し

申 豊浦地区公民館(〒959-2303 乙次26-2、☎222081、FAX26-5522、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(日)午前9時~正午
 所 真木山中央公園多目的練習場

3時30分
 所 市民文化会館
 内 新瀨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(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 高齡福祉課介護予防係(☎28-92200)

持 運動靴、飲み物は無料)
 申 11月9日(火)~25日(日)



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
 ¥ 1人300円(小・中学生は無料)
 持 運動靴、飲み物は無料)
 申 11月9日(火)~25日(日)

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(火)~24日(水)
 【レットトライ! スポーツチャレンジ】
 対 5歳以上の方
 時 12月2日(日)、9日(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
 ¥ 500円(保険料含む)
 定 各日5人(先着順)
 持 飲み物
 申 11月9日(火)~29日(月)

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(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
 ¥ 1人300円(小・中学生は無料)
 持 運動靴、飲み物は無料)
 申 11月9日(火)~25日(日)

今日からはじめる! 体にやさしい食生活

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



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	大さじ1と1/2
大根	160g		穀物酢	大さじ2
パプリカ(赤)	1個		しょうゆ	小さじ2
ピーマン	2個		砂糖	小さじ1
ごま油	大さじ1		こしょう	少々

作り方

- 豚肉は5mm幅の細切りにする
- 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
- 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
- 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
- Aを混ぜ合わせたものに加え、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!



妊産婦・育児相談会
 対 妊産婦と乳幼児の保育者
 時 11月25日(木)午前9時30分～11時
 所 市保健センター(本町4)
 内 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(☎28-9221)

ニコニコみつけ!!
 クリスマス・リンリントナカイになって遊ぼう!!

対 未就園児と保護者
 時 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)

1年生も 子育て・教育

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 となつて夢職員
 料 ①1600円、②2800円(初回に集めます)
 定 ①②ともに15人(先着順)
 持 なつとび、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 カルチャーセンター(☎23-3050)



となつて夢 キッズスポーツクラブ
 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
 料 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時
 申 となつて夢事務局(☎28-7510、月～金曜日午前9時～午後5時30分)

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

<p>身体的虐待</p> <p>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、戸外に閉め出さず 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</p>	<p>心理的虐待</p> <p>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</p>
<p>性的虐待</p> <p>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</p>	<p>放棄・放任(ネグレクト)</p> <p>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</p>
<p>経済的虐待</p> <p>同意なしに財産や金銭などを使用し、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</p>	

虐待などに関する相談・問合せはこちらへ

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>【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)</p> | <p>【児童について】
 ▼子ども課子ども家庭相談係(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)</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

子育て応援誌「きらきら」の有料広告を募集します

申 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…子ども課、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。申込書や委任状は子ども課にあるほか、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

「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。

¥ 1000円(おはらい・お札代など)
定 30組(先着順) 申 12月15日(金)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(金)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 関 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。



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 ¥ 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 ¥ 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)



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 ¥ 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)

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

の時期に、集中力を維持・向上するための良い訓練になると思い、持っていた脇差の鞘を自己流で作り変えてみました。その鞘が、市内の高田美術刀剣商店の高田さんや、人間国宝の故・天田昭次先生の目に留まり、お二人の推薦で、日本美術刀剣保存協会の研修会に参加できたことがきっかけです。

「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ひ、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



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

「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1500点ほどの鞘を制作しているそうです。これからは後世に残る作品を作りに続けてほしいですね。

— あなたの想いに合わせたプランをご提案致します —

ご葬儀の事なら花安新発田斎場におまかせください

通夜・葬儀を身内中心で行う

ファミリープラン

会員様価格 **44.8万円**～

492,800円(税込)～

一日で葬儀のみを行う

一日葬プラン

会員様価格 **38.8万円**～

426,800円(税込)～



花安のプランは葬儀を行う為の式場使用料・安置室使用料など必要な物は全て含まれている安心の「コミコミプラン」となっております。

式を行わず火葬のみ

お別れプラン

会員様価格 **19.8万円**～

217,800円(税込)～



ご好評につきお得な

特典いっぱい 花安の会員システム「花安四季くらぶ」

入会キャンペーン延長

実施期間 2021.11/1 (月) ▶ 11/30 (火)



お陰さまで市内約 4,000 世帯のご家庭が「花安四季くらぶ」にご加入頂いております

キャンペーン特典① 入会金 **2,000円引** (通常 10,000円)

キャンペーン特典② 花安商品券 **1,000円分** プレゼント

*他割引券等との併用はできません

お急ぎの方は「花安四季くらぶ」**仮入会**をご利用下さい

WEBの方はコチラ **30秒簡単登録!**

お電話の方はコチラ **TEL 0254-22-1320**

24時間365日登録可能!

積立金・年会費不要 - 入会金のみで二親等様までご利用いただけます -

特典① 葬儀プランが**会員価格**に 特典② 葬儀供物・仏壇・仏具の**割引**

特典③ 約 200 店舗の加盟店で使える商品券を**プレゼント**

※こちらの広告を直接花安へお持ち頂いても同等の特典でご入会頂けます。尚、直接お持ち頂く際は事前にご連絡を頂けますとスムーズにお手続きできます。

WEBの方はコチラ **30秒簡単登録!**

お電話の方はコチラ **TEL 0254-22-1320**

24時間365日登録可能!



樹木の下で眠りたい、後継者不要のお墓

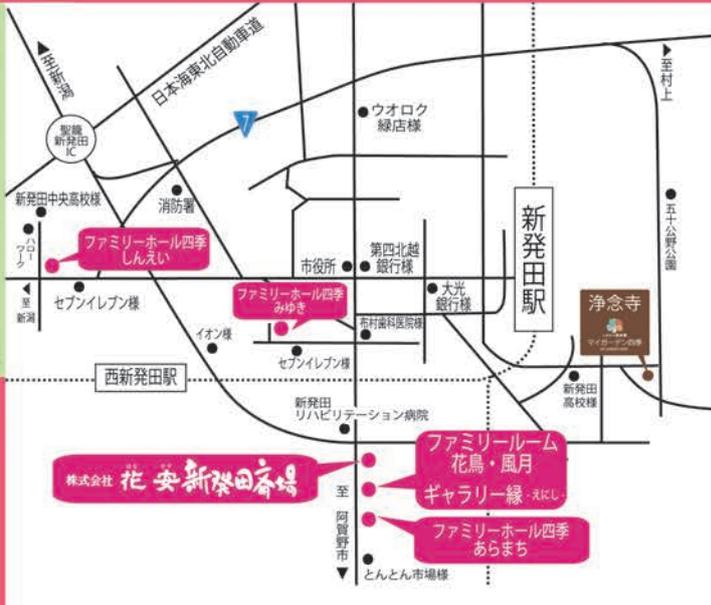
樹木葬墓園

好評分譲中

所在地 新潟県新発田市五十公野一九四五 「浄念寺」様敷地内

1区画(お一人) **37.5万円**～ (税込)

資料請求 ご見学 お気軽にお問い合わせ下さい



株式会社 花安新発田斎場

ファミリーホール四季

365日・24時間いつでもご連絡下さい

TEL. **0254-22-1320**

本社 〒959-2311 新潟県新発田市荒町 1521



令和3年11月1日発行 No.1551

編集・発行/新発田市みらい創造課広報広聴係

〒957-8686 新発田市中心町3-3-3 ☎ 0254-22-3030 (代表) FAX 0254-22-3110 Eメール mirai@city.shibata.jp

印刷/昭栄印刷株式会社



「広報しばた」は環境にやさしい植物油インキを使用しています