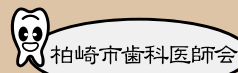


歯の用心



歯健康推進課
☎20・4213
FAX22・1077

嚥下(えんげ)

嚥下とは水分や食べ物を口に取り込み、咽頭(のどの部分)と食道を経て、胃に送り込む運動のことです。この運動に異常が起こるのが嚥下障害です。嚥下障害になると栄養摂取が不十分になったり、誤嚥(食物が食道に入ってしまった)を起こしてしまったりします。また、食べる楽しみが損なわれてしまいます。

年齢が進むにつれて、歯周病やむし歯で歯がぐらついたり、歯を失ったりすると、食べ物を細かくして飲み込みやすくする動作に支障をきたします。また、筋力の衰えなどで嚥下がしづらくなってしまう。

いか関心をもつことが大切だと思えます。かかりつけ歯科に定期的にチェックしてもらうのもいいと思います。

食事の際のむせの回数が増えてきた、飲み込みづらくなってきたと自覚する方は、嚥下障害が出てきているかもしれません。早食いを避け、食べ物をよくかんで飲み込むようにするといいと思います。水分は飲み込みやすいと思われがちですが、口に含むとすぐに咽頭の方に流れてしまうので、実は誤嚥する可能性が高いです。水分にろみ剤を加えると、咽頭の方へゆっくり流れるようになるので、誤嚥する危険性を下げることができます。

誤嚥が原因で起こる肺炎を誤嚥性肺炎といいます。誤嚥性肺炎は口の中にいる細菌がもとで起こることが多いです。誤嚥性肺炎を予防するための重要なことの1つは、口の中をきれいにして、細菌数を減らしておくことです。常日頃から歯みがきを中心として、口の中をきれいに保つ習慣を付けてください。泉直也(柏崎総合医療センター 歯科口腔外科)

アイススケート教室

閩アクアパーク ☎22・5555 FAX22・0766



講座・教室

- ▶申し込み…10/16(水)の9:00以降、受講料を添えて直接、アクアパークへ。
- ※複数のコースへの申し込みも可。 ▶定員…各回 20人(先着)
- ▶注意…●電話での申し込みは不可
- 申し込みが少ない場合は中止することがあります
- 受講料の他に、毎回アイスリンク利用料(一般840円、小・中学生420円)と貸靴料(1回1足320円)が必要です
- フィギュアコースは認定試験の合格者が対象です。希望者は事前にアクアパークへお問い合わせください
- 都合により日程が変更になる場合があります



教室名	対象	期間(回数)	曜	時間	受講料(円)
キンダーコース	年中・年長児	11/11～12/16(6回)	月	16:45～17:30	2,450
	年中・年長児	11/6～12/18(7回)	水	16:45～17:30	2,850
	年中・年長児	11/8～12/13(6回)	金	16:45～17:30	2,450
ジュニアコース	小学生(初心者・初級者)	11/11～12/16(6回)	月	17:45～18:30	2,150
	小学生(初心者・初級者)	11/6～12/18(7回)	水	17:45～18:30	2,500
テクニカルコース	小学生(1人で滑って完全に止まれ、バックで滑れる)	11/8～12/13(6回)	金	17:45～18:30	2,450
一般コース	中学生～一般(初心者・初級者)	11/6～12/18(7回)	水	19:00～19:45	1,800
フィギュアコース	認定試験合格者のみ	日程はアクアパークへお問い合わせください(各月2～3回)	日	9:00～9:45	4,600 または 6,600

甲種防火管理再講習

- ▼とき：11月8日(金)の午前9時～11時
- ▼ところ：消防本部
- ▼対象：収容人員300人以上の特定用途防火対象物の甲種防火管理者
- ※消防法により、5年ごとの再講習が義務付けられています。
- ▼定員：70人(先着)
- ▼受講料：1400円(テキスト代)
- ※当日お支払いください。
- ▼申し込み：10月7日(月)～18日(金)に、写真(上半身脱帽、無背景、縦4.5×横3.5センチメートル)1枚、甲種防火管理講習または、再講習の修了証の写しを添えて直接、消防本部予防課へ。
- ※その場で受講票に記入してください。詳細は市ホームページをご覧ください。



市HP
甲種防火管理再講習

消防本部予防課
TEL 24・1382
FAX 22・1409

**女性活躍推進セミナー
「働く女性のリーダーシップ」**

- ▼講師：桑田真理子さん(キャリアアドバイザー)
- ▼とき：11月13日(水)の午後2時～4時
- ▼ところ：産業文化会館
- ▼対象：働く女性(女性管理職、中核を担う女性社員)
- ▼定員：20人(先着)
- ▼申し込み：10月31日(木)までに、直接または電話・ファクス・Eメール(住所・氏名・企業名・部署・電話番号を記入)で、市役所4階人権啓発・男女共同参画室へ。



市HP
女性活躍推進セミナー

人権啓発・男女共同参画室
TEL 20・7605
FAX 32・33003
danjo@city.kashiwazaki.lg.jp

子どもに対する救命講習

- ▼内容：小児・乳児に対する心肺蘇生法、AEDの使用法、その他の応急手当を学びます。修了した方には、修了証を交付します。

- ▼とき：11月17日(日)の午後1時～4時
- ▼ところ：消防本部
- ▼対象：中学生以上
- ▼定員：50人(先着)
- ▼申し込み：11月16日(土)までに、直接または電話、ファクス(住所・氏名・ふりがな・性別・生年月日・電話番号を記入)で消防署へ。
- ※詳細は、市ホームページをご覧ください。



市HP
子どもに対する救命講習

消防署
TEL 24・1500
FAX 24・1119



琴伝流大正琴 新潟県大会

- ▼内容：会員による大正琴の演奏発表会
- ▼とき：10月14日(月)祝
- 第1部：午前10時～正午(開場9時40分)
- 第2部：午後1時～3時
- ▼ところ：西山ふるさと館

琴伝流大正琴 絹華琴和会
(平野)
TEL 24・1562

ア・カペラ祭り

- ▼内容
- 第1部：アマチュアアカペラグループとゲストのベイビー・ブーのミニライブ
- 第2部：ベイビー・ブーのスペシャルライブ
- ▼とき：10月14日(月)祝
- 第1部：午後0時30分～2時30分(開場正午)
- 第2部：午後2時45分～4時(開場午後2時30分)
- ▼ところ：文化会館アルフォーレ
- ▼入場料
- 第1部：1千円(自由席、一部指定)
- ※高校生以下無料。
- 第2部：3500円(全席指定)
- ※未就学児は入場不可。有料保育あり(要事前申し込み)。
- 第1部：第2部通し券：4千円(通し指定席)
- ▼プレイガイド：文化会館アルフォーレ・産業文化会館・わたじん楽器ラフイ・ガラムマサラ



ア・カペラ祭り実行委員会
(千徳)
TEL 080・8740・5834

海洋生物環境研究所 一般公開

- ▼内容：研究所紹介、施設見学ツアー、海の生きもの観察、魚の解剖教室、海藻しおり作り、浜汁の無料配布など
- ▼とき：10月19日(土)の午前10時～午後3時
- ▼ところ：(公財)海洋生物環境研究所実証試験場(荒浜)
- 実証試験場
(公財)海洋生物環境研究所
TEL 24・8300
FAX 24・5576



制度・くらし

募集

市民かわら版

子育て

健康

講座・教室

イベント

「コミセン」映画上映会

半田コミセン「万引き家族」

▼内容：人と人との関係が希薄な今の時代に、真のつながりとは何か、を問う「家族を超えた絆」を描く衝撃の感動作。主演・リリー・フランキー、安藤サクラ。監督・是枝裕和。※いきいき県民力レジ対象講座です。

▼とき：10月19日(出)の午後1時30分～(開場午後1時)
※上映時間約2時間

臨時駐車場：柏崎魚市場



半田コミセン

☎ FAX 22・59999

西中通コミセン「あん」

▼内容：ハンセン病を隠してどら焼き店で評判の粒あんを作る老女。しかし、心無い噂が彼女らの運命を大きく変えていく。樹木希林・市原悦子二大女優の遺作。監督・河瀬直美。

▼とき：10月20日(日)の午前10時～(開場午前9時30分)

※上映時間約2時間



西中通コミセン

☎ FAX 24・3728

北条コミセン「ミッドナイト・バス」

▼内容：新潟と東京間の深夜高速バスの運転手を主人公に、一度壊れた家族が、もう一度向き合い、それぞれの人生を再出発していく姿を描いたヒューマンドラマ。主演・原田泰造。監督・竹下昌男。

▼とき：11月9日(出)の午後1時30分～(開場午後1時)
※上映時間約2時間30分



北条コミセン

☎ FAX 25・3355
☎ FAX 25・3354

秋季バドミントン交流会

▼とき：10月19日(出)の午後6時～9時30分 ※申し込み状況により、終了時間変更あり。

▼ところ：総合体育館

▼対象：高校生以上

▼参加料：1人500円(当日申し込み1人700円)

▼申し込み：10月18日(金)までに、申込書に参加料を添えて直接、総合体育館へ。

※ファクスで申し込みの場合、参加料は当日お支払いください。

※申込書は総合体育館にある他、総合体育館ホームページからダウンロード可。

総合体育館

☎ FAX 21・3751
☎ FAX 21・3753

柏崎フィルハーモニー管弦楽団 創立30周年記念・定期演奏会

▼内容：柏崎市出身の小杉芳之さん(読売日本交響楽団)のヴァイオリン独奏の他、開演前にロビーコンサートを行います。

▼演奏曲：「大学祝典序曲」作品80(ブラームス作曲)、ヴァイオリン協奏曲二長調作品35(チャイコフスキー作曲)、交響曲第五番八短調作品67「運命」(ベートーベン作曲)など

▼とき：10月20日(日)の午後2時～(開場午後1時、ロビーコンサート午後1時15分)

▼ところ：文化会館アルフォーレ

▼入場料：千円 ※高校生以下無料(要入場整理券)。

▼プレイガイド：文化会館アルフォーレ・産業文化会館・柏崎芸術協会・わたじん楽器ラフワイ

柏崎フィルハーモニー管弦楽団(須田)

☎ FAX 090・4837・8629

史跡・飯塚邸 紅葉ライトアップ

▼とき：10月25日(金)～26日(出)、11月1日(金)～3日(日祝)、8日(金)～9日(出)、15日(金)～16日(出)の午後5時～7時

▼入場料：高校生以上430円、小・中学生210円

☎ FAX 41・6609

史跡・飯塚邸

☎ FAX 20・7120

谷根川さけの森づくり

▼内容：植樹活動、さけ親魚の放流、さけ汁の無料配布など

▼とき：10月26日(出)の午前10時～正午

▼ところ：谷根川内(六扨トンネル付近、上米山コミセン付近)

▼申し込み：10月18日(金)までに、電話で農林水産課へ。

農林水産課

☎ FAX 43・9131
☎ FAX 24・7714

魅力・再発見 綾子舞街道 風土市

▼内容：地元野菜・郷土料理・地元食材の食品(手打ちそば、おにぎり、せんべい汁など)の販売、餅つき、お茶席、手作り民芸品・加工品の販売、作品の展示など

▼とき：10月27日(日)の午前9時30分～午後2時

※会場により異なります。

▼ところ：高田コミセン、上条コミセン、野田コミセン、別保コミセン、別保農村工房さらら、体験交流施設ほたる前広場、綾子舞会館(鶴川)

商業観光課

☎ FAX 21・2334
☎ FAX 24・7714

西山ふるさと公苑 にしやまふるさと祭り

◆文化祭

▼内容：絵画、写真、陶芸、押し花などの作品展示

▼とき：11月1日(金)～11月7日(休)の午前9時～午後5時

※5日(火)は休館。

◆芸能祭

▼内容：舞踊、演劇、コーラスなど

▼とき：11月3日(日)祝の午前10時～(開場午前9時30分)

◆食の陣・JA祭り・軽トラック市

▼内容：食品販売

▼とき：11月3日(日)祝の午前10時～午後3時

●西山ふるさと公苑

☎48・2839

FAX48・2840

MOA美術館 柏崎児童作品展

▼内容：柏崎市、刈羽村、出雲崎町の小学生と園児(4～5歳児)の絵画展

◆本展

▼とき：11月2日(出)～4日(月)(振休)の午前9時30分～午後5時

▼ところ：ソフィアセンター

◆巡回展

▼とき：～

●11月6日(水)～29日(金)＝北越銀行柏崎東本町支店

●11月7日(木)～29日(金)＝(独)国立病院機構新潟病院、枇杷島郵便局、盛来軒本店

●11月23日(出)祝～12月7日(出)＝柏崎総合医療センター

※巡回展は各会場で開催時間が異なります。

●MOA美術館 柏崎児童作品展

実行委員会

☎23・9642

FAX22・5946

交通安全フェア

▼内容：交通安全の寸劇、県警音楽隊による演奏の他、動物着ぐるみが登場します。ちびっこ警察官になって、写真撮影ができるコーナーもあります。

▼とき：11月2日(出)の午後2時～4時(開場午後1時30分)

▼ところ：産業文化会館

☎21・2272

FAX24・7714



●市民活動支援課

エールバンドコンサート

▼内容：市内で活動しているエールバンドの楽しい音楽とトークで元気になりましょう。

▼とき：11月3日(日)祝の午後3時30分(開場午後3時)

▼ところ：ワークプラザ柏崎

▼申し込み：入場整理券を10月7日(月)の午前10時からワークプラザ柏崎で配布します(先着)。

●ワークプラザ柏崎

☎24・8578

FAX24・8578

綾子舞伝承学習発表会

▼内容：南中学校地区の児童・生徒が取り組んできた「綾子舞」の学習成果を発表します。

▼演目：小歌踊、囃子舞、狂言

▼とき：11月8日(金)の午後1時30分～4時20分(予定)

※発表中の入退場はご遠慮ください。

▼ところ：南中学校

●南中学校

☎22・4414

FAX21・3730

●閩博物館

☎22・0567

FAX22・0568

かしわざき

食の地産地消イベント カリフラワー収穫加工体験

▼内容：市内で育てたカリフラワーを収穫し、カリフラワーを使った料理を作ります。

▼とき：11月9日(出)の午後1時～4時30分

▼集合場所：JA柏崎愛菜館駐車場

▼定員：16人(先着)

▼参加料：500円

※当日お支払いください。

▼持ち物：長靴、軍手、タオル、エプロン、三角巾、雨天時は雨具

▼申し込み：10月9日(水)～21日(月)に、直接または電話で、市役所3階農政課へ。

※土・日曜、祝日を除く、午前8時30分～午後5時受け付け。

●農政課

☎21・2295

FAX24・7714



●農政課

からむし街道 よつぐら・らつぐら市

▼内容

●古民家茶屋めぐり＝石黒地域の皆さんの手作り作品の展示・販売。軽食のサービス(数量限定)

●ブナ林ウォーキング(縁の館で当日受け付け)

●棚田米、秋野菜、特産加工品、新米おにぎりときのか汁の販売

●街道の道の駅での物産販売

●石黒の食ワークショップ

●写真の展示

▼とき：11月10日(日)の午前9時～午後3時

※展示品は11月9日(土)の午後1時からご覧いただけます。

▼ところ：石黒活動拠点施設 縁の館

●商業観光課

☎21・2334

FAX24・7714



●商業観光課

マナビイステージ (ステージ発表・作品展示 発表)

- ▼内容：生涯学習活動をしている方の踊りや音楽などの発表会と、芸術作品や手工芸品などの作品展示を行います。
- ▼とき：11月16日(土)～17日(日)
- 作品展示：午前10時～午後5時
- 発表会：午後1時～4時30分
- ※参加団体数によって変更あり。
- ▼ところ：市民プラザ



岡文化・生涯学習課

☎20・7500
FAX 22・2637

さけ豊漁まつり

- ▼とき：11月23日(祝)の午前10時～午後4時、24日(日)の午前9時～午後3時
- ▼ところ：柏崎さけのふるさと公園

公園

- ▼内容
- ①販売：さけ鮮魚・さけ加工品・さけ汁・イクラ丼など
- ②人工授精の無料体験
- 対象：小学校4年生以上
- 定員：各日5人(当日抽選)
- ③さけのつかみ取り：事前予約が必要です。予約方法は市ホームページをご覧ください。
- ▼注意：会場周辺の駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。また、現地案内看板、交通誘導員の指示に従ってください。



岡柏崎市さけ・ます増殖事業協会(農林水産課)
☎43・9131
FAX 24・7714

子育て講演会 「家族間コミュニケーション術を学ぶ」

- ▼内容：子どもの本音や、やる気の引き出し方、反抗期の乗り越え方などを楽しく学ぶ講演会
- ▼講師：横澤富士子さん(上級教育カウンセラー)
- ▼とき：11月23日(祝)の午後2時～4時
- ▼ところ：産業文化会館
- ▼対象：中学生以上
- ▼定員：400人(先着)
- ▼申し込み：11月18日(月)までに、直接または電話・ファクス(氏名・年齢・電話番号・ファクス番号(ファクスで申し込みをする方のみ)を記入)で、元気館1階子育て支援課へ。



岡子育て支援課
☎47・7786
FAX 20・4201

柏崎コレクションビレッジ 秋季展

- ▶とき：10/5(土)～11/24(日)の9:30～17:00 ※水曜休館。11月以降は16:30閉館。
- ▶三館共通住所…青海川181
- ▶入館料…【各館】一般500円、小・中学生300円【三館セット券】一般1,300円、小・中学生750円

岡痴娯の家 ☎22-0777 FAX22-1211 岡黒船館 ☎FAX21-1188 岡藍民芸館 ☎FAX21-1199

痴娯の家

渋沢栄一と青い目の人形展 第2弾



▲渋沢栄一渡欧の図

天保11年、現在の埼玉県深谷市の藍作り農家に生まれた渋沢栄一は、一橋家の用人となり、幕府使節団の一員としてパリ万博を視察。帰国後、日本の近代社会の基礎をつくり、日本資本主義の父と呼ばれました。

黒船館

「源内焼と泥絵」



▲源内焼日本地図角皿

源内焼とは、江戸時代中期に平賀源内の指導の下に作られた三彩の焼き物で、獅子や地図などが描かれています。遠近法を取り入れた江戸の泥絵も展示します。

藍民芸館

「中国の布」



▲ミャオ族の巻スカート

少数民族の伝統的な刺しゅう、藍印花布の古布、極彩色の口ウケツ染など、大陸の異文化をお楽しみください。
山岸久美子・渡貫和美(手織)、広川智子(一熟窯陶芸)による「秋を彩る小物」作品展も同時開催します。
※作品展は入館料無料、11/5(火)まで。

柏崎・夢の森公園イベント

園柏崎・夢の森公園 ☎23・5214 FAX23・5113

▼申し込み：直接または電話・ホームページで、柏崎・夢の森公園へ。

①森づくり活動

▼内容：公園整備ボランティア。
10月はカキツバタエリア、11月は園内の冬準備とヒザ焼き体験です。

▼とき：10月12日(出)の午前9時～正午、11月9日(出)の午前9時～午後0時30分

▼対象：18歳以上または親子

▼申込期限：各回前日

②私たちは職業を上手く説明できない(展示)

▼内容：スタッフは普段どんなことをしているの？ など柏崎・夢の森公園を裏側まで紹介する展示です。

▼とき：10月12日(出)～12月2日(出)の午前9時30分～午後4時30分

③ハーブクラブ

▼内容：冬越しハーブの鉢上げと、ラベンダーのハンドクリーム作りをします。

▼とき：10月21日(月)の午前9時30分～正午

▼対象：18歳以上または親子

▼定員：15人(先着)

▼申込期限：10月18日(金)

④紅葉もちつき大会

▼内容：新もち米でお餅をつきましよう。3色のお餅が楽しめます。

▼とき：11月4日(月)(振休)

①午前10時30分～②正午～

※申し込み不要。

⑤新米を食べよう

▼内容：収穫して天日干ししたお米を調理していただきます。

▼とき：11月10日(日)の午前10時～午後3時

▼対象：18歳以上または親子

▼定員：30人(先着)

▼参加料：1200円

▼申込期限：11月3日(日)祝

⑥秋の親子キャンプ「歌とドラムのカニバルキャンプ」

▼内容：手作り楽器やキャンプファイヤーで、楽しい夜を過ごしましょう。薪でヒザ焼き、古代の火起こしにも挑戦します。

▼とき：11月2日(出)～3日(日)祝

▼定員：年中以上の親子10組(先着)

▼料金：親子(2人)2万円、追加料金(1人)高校生以上1万円、中学生まで8千円

▼申込期限：10月26日(出)



HP 柏崎・夢の森公園



国民文化祭・にいがた2019 全国障害者芸術・文化祭にいがた大会 柏崎市関連イベント

詩フェスティバル ステージイベント

▼内容：「良寛・花火」をテーマに全国から寄せられた俳句・短歌・現代詩の入賞作品表彰式と「詩をめぐる。大人女子のトークショー」と題したトークショーを行います。

▼ゲスト：壇蜜(タレント)、神野紗希(俳人)、梅内美華子(歌人)、峯澤典子(詩人)

▼進行：遠藤麻理(フリーアナウンサー)

▼とき：10月26日(出)の午後1時30分～(開場午後1時)

▼ところ：文化会館アルフォーレ

◆入賞作品の巡回展示

▼とき：10月26日(出)～11月10日(日)

▼ところ：文化会館アルフォーレ



▲壇蜜

柏崎古典フェスティバル 綾子舞アルフォーレ公演

▼内容：根知山寺の延年(糸魚川市日吉神社奉賛会)をゲストに迎えます。

▼とき：11月10日(日)の午後1時30分～(午後1時開場)

▼ところ：文化会館アルフォーレ

▼入場料：無料

※要入場整理券。

▼整理券配布場所：文化会館アルフォーレ・産業文化会館・わたじん楽器ラフイ・西山ふるさと館・高柳じよんのび村・ソフィアセンター・ラピカ(刈羽村)・博物館

◆託児室

▼対象：生後6カ月以上の未就学児

▼料金：200円

▼申し込み：10月27日(日)までに、電話で文化会館アルフォーレへ。

※定員がありますので、お問い合わせください。

文化会館アルフォーレ

☎21・0010

FAX21・0011



文化ふつつ新集! HP 柏崎市 関連施策

制度・くらし

募集

市民かわら版

子育て

健康

講座・教室

イベント