



問合せ:作手地域課(TEL.25-7875)、健康課(TEL.23-8551)、地域医療支援室(TEL.23-7671)、市民病院(TEL.22-2171)

オンラインメンタルヘルスケア  
「KOKOROBO」

今月号からは奥三河メディカルバレープロジェクトで開発が進む、さまざまな医療やヘルスケア技術を紹介いたします。まず紹介するのはメンタル不調を調べるためのオンラインアプリ「KOKOROBO」です。

今も世界中で流行している新型コロナウイルス感染症では、2年近く学校や会社に行くことが制限され、友だちと食事に出かけたり、旅行やスポーツ観戦を楽しむといった、息抜きも許されない状況が続いています。日本では1人暮らしの人が急増しており、独居世帯率が4割に近づいています。これらの人の多くが社会的に孤立し、気持ちが悪さになりつつあるのです。孤立が続くとイライラしたり不眠になったり、頭痛や節々の痛みも生じて、メンタル不調と呼ばれる状況に陥ります。この状況を放置

すると、うつ病を発症します。うつ病は自らの努力で直すことはできません。重症になると苦しみの余り自殺するケースも多い、とても恐ろしい病気です。

メンタル不調の段階で気づくことが重要ですが、不安を感じてもいきなり精神科を受診することは、はばかるといっても多いでしょう。ココロボはアプリ上で質問に答えていくと、人工知能が心の状態を判断してくれます。気分が落ち込んで、寂しい、不安や心配イライラが続いている、眠れない、食欲が出ない、などメンタルヘルスのチェックをしてみてください。

ココロボはこちらから



ニューキャッスル・アライアンス

デイビッドだより



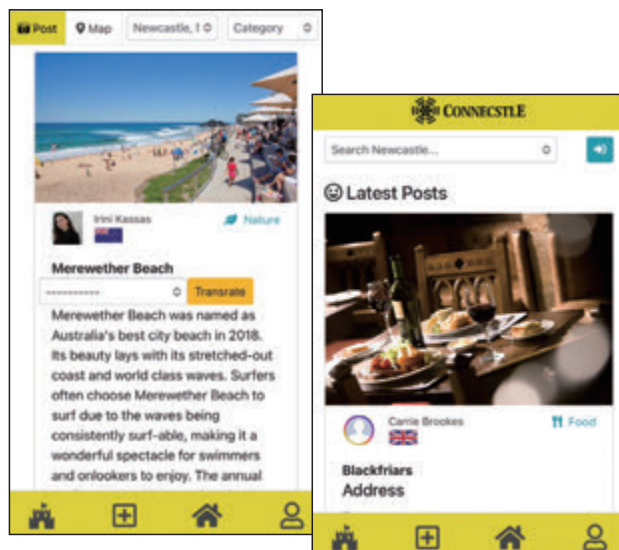
今回は、2018年に新城市で開催されたニューキャッスル・アライアンス会議の若者会議で提案されたSNSアプリ「コネクスル」を紹介します。

◀デイビッド・フォークナーさん

「CONNEXSTLE」は英語で繋がりを意味する「Connection」とニューキャッスル「Newcastle」を繋げて名付けられました。

今は、海外を訪れることが難しい時期ですが、有名なガイドブックでは紹介されないニューキャッスルだけの観光情報が見られ、英語学習にも役立ちます。写真で見えて楽しんで、いつか行き来できる時が来たら、ぜひ訪れてみてください。

問合せ:市民自治推進課(TEL.23-7697)



事務局 HP



事務局 Facebook



Youtube My Newcastle



コネクスル Connexstle



NEW

マイナちゃんからの

お知らせ!

vol 1

問合せ:情報政策課(TEL.23-7612)

今月号から、マイナンバーカードに関する情報を、マイナンバー制度公式キャラクターのマイナちゃんがお知らせします。マイナンバーカードについて気になることがあれば、お問合せください。

■マイナポイント第2弾

- ①選択したキャッシュレス決済サービスで2万円分の買い物・チャージを行うと5千ポイント付与(第1弾に申し込んでいない方のみ)
  - ②マイナンバーカードの健康保険証利用登録で7,500ポイント付与
  - ③公金受取口座の登録で7,500ポイント付与
- ※現在ポイント申込手続きができるのは①のみです。②・③は詳細が分かり次第お知らせします。



▲マイナポイント事業サイトはこちら

支所でのマイナンバーカード受け取り可能日

ID 488707294

鳳来総合支所

5月11日(水)、25日(水)

作手総合支所

5月12日(木)、19日(木)

※前日の17:00までに電話で

市民課 (TEL.23-7628)

へ予約してください。

■支援コーナー拡充  
ID 268517554

市役所ではマイナポイントの申し込みをお手伝いしています。この4月からパソコンの台数を増やし、より多くの方をサポートできるようにになりました。お気軽にお立ち寄りください。

場所 市役所1階情報カフェ(正面玄関入って左)

日時 月々金曜日(祝日を除く) 午前9時〜午後5時

持ち物 マイナンバーカード、暗証番号(数字4桁)、紐付けするキャッシュレス決済サービス

持物 マイナンバーカード、暗証番号(数字4桁)、紐付けするキャッシュレス決済サービス

vol 191

わがまちの文化財・施設紹介

再発見!



くろうるしこんどうそうくうでん

黒漆金銅装宮殿(後編)

(令和4年1月28日 愛知県文化財(工芸)に指定)

問合せ:長篠城址史跡保存館(TEL.32-0162)

宮殿は本殿内部の空間に比して不釣り合いに大きく、金具などに不自然な切り欠きが認められました。さらに、「慶安辛卯 出納内蔵年預職在」の朱漆銘によって、朝廷で蔵人所出納の実務を担当し、天台宗の天海との縁を介して江戸幕府との関係も深めて紅葉山、久能山、日光、上野などの東照宮遷宮に関与した平田職忠(1580・1660)がここでも遷宮に関わったことを物語ることも明らかとなりました。



▲不自然に切断された金具(宮殿奥側右側面)



て、極めて重要な基準作という評価が与えられ、県の文化財に指定されました。

5月の休館日 16日(月)、31日(火)

開館時間 9:00~20:00

※休館日や開館時間は新型コロナウイルス感染状況により変更する場合があります。



新城図書館だより

※「背ラベル」は、本を分類して書棚に並べるために決めた、本の住所ラベルのことです。 問合せ:新城図書館(TEL.23-2333 FAX.24-3415)

## 今月のチュウモク本!



一般書

### 「デッドスペースDIY」

いしい まきこ  
石井 麻紀子 / 著  
背ラベル [592.7 イ21]

よくある実例をベースに、初心者でもできる設計、制作アイデアとノウハウを紹介。



一般書

### 「朱色の化身」

しおた たけし  
塩田 武士 / 著  
背ラベル [913.6 シ21]

『罪の声』の著者によって、実在する情報をもとに描かれた社会派ミステリー。



児童書

### 「げたばこかいぎ」

むらかみ  
村上 しいこ / 作  
背ラベル [91 ケ21]

夜な夜な、げたばこの奥では家族の“くつ”たちによって、かいぎがひらかれていて…。



児童書

### 「香君」上下巻

こうくん  
うえはし なほこ  
上橋 菜穂子 / 著  
背ラベル [YA91 コ21]

“香り”と植物や昆虫の生態をテーマに描く、新たな世界線のファンタジー小説。



絵本

### 「みみたぶちゃん」

やまだ かな  
山田 花菜 / 著  
背ラベル [み21]

ママのみみたぶをさわるのが大好きなのんちゃん。むにむにして、きもちいいんだって!



絵本

### 「のいちごつみ」 さとう わきこ / 作・絵

背ラベル [の21]

のいちごつみの帰り、「ちょっと一粒」だけのつもりが…。 「ばばあちゃんのおはなし」最新作。



## こどもの読書週間

4月23日(土)から5月12日(木)は、「こどもの読書週間」です。  
「小学生がえらぶ! “こどもの本” 総選挙」で選ばれた本や、絵本屋さん大賞などの受賞絵本を多数展示します。



## 有限会社知郷運輸、作手運輸株式会社、マルタカ急送有限会社と災害協定を締結

3月2日(水)

大規模な災害が発生した場合、市内輸送事業者様の協力をいただき、大量の物資を効率的に避難所などに配送することが可能になります。



## 市民ゴルフ大会

3月3日(木)

総勢165人の市民ゴルファーが鳳来地区の秋葉ゴルフクラブに集まりました。日ごろの練習の成果を発揮し、ゴルフを楽しみました。



## 新城ラリー 2022 3月19日(土)、20日(日)

3年連続で無観客開催となった新城ラリー。静かな会場にエンジン音が響き渡りました。総合優勝者には市長から盾が贈呈されました。盾はこの地域で採れた木材で作製されています。



総合優勝盾



表彰式



鬼久保ふれあい広場



## 切り干し大根のハリハリ漬け



### 豆知識

大根は全国各地で栽培されており、煮物や漬物、切り干し大根にして食べるなど、日本の食卓には欠かせない野菜です。

切り干し大根は、昔から野菜の少ない時期の保存食として重宝されてきました。大根を細切りにし乾燥させることで、甘味や栄養素が凝縮され、食物繊維やカルシウムを豊富に含む食材となります。

## しみんのトビラ

問合せ:秘書人事課(TEL.23-7623)

### 材料

- 切り干し大根…… 60g
  - 干しいたけ…… 4本
  - にんじん…… 1/2本
  - 生姜…… 1片
  - 赤唐辛子…… 1本
  - 昆布…… 5cm
- 酢…… 大さじ7
  - 砂糖…… 大さじ3~4
  - しょうゆ…… 大さじ5
  - 酒…… 大さじ2

レシピ:農村輝きネット・しんしろ

### 作り方

**下準備** 切り干し大根は流水でよくもみ洗いして汚れを落とし、10分程水に浸す。干しいたけは水で戻しておく。

①**材料を切る** 切り干し大根は固く絞り、5~6cm位に切っておく。干しいたけはスライス、にんじんと生姜は千切り、赤唐辛子は種を除いて小口切り、昆布はハサミで細く切っておく。

②**漬け汁を作る** ①と干しいたけを鍋に入れて一煮立ちさせて冷ます。冷めたら、赤唐辛子と昆布を加える。

③**味を染みこませる** 切り干し大根、にんじん、生姜を②に加え、味が染み込むまで半日位置く。

## 新城市シルバー人材センター 女性委員会主催教室などご案内

あなたも輝いてみませんか。私たちは女性の活躍を応援しています。一緒に楽しみましょう。

- 開催日 表のとおり
- 時間 13:30~15:30  
(布ぞうりは9:30~15:30)
- 場所 いきいきライフの館など
- 対象 市内在住、60歳以上の方
- 定員 各15人
- 受講料 別途要
- 問合せ 申込 シルバー人材センター (TEL23-5666)

開催日	内容
6月21日(火)	コケ玉
7月5日(火)	ラベンダースティック
8月23日(火)	布ブローチ
9月13日(火)	ヨガ
10月18日(火)	布ぞうり
11月15日(火)	クリスマススワッグ
12月20日(火)	ペーパークラフトリース
1月17日(火)	ハーバリウム
2月21日(火)	春の寄せ植え
3月14日(火)	グラウンドゴルフ

※新型コロナウイルス感染状況により中止、または、都合により内容が変更になる場合があります。

## 国際交流協会からのお知らせ

問合せ：新城市国際交流協会（TEL23 - 1940 E-mail:siea@tees.jp URL:http:// siea-nc.org/）

### 国際理解講座 世界を知ろう！フィリピン編

豊崎ジェニーローズさん（市内在住）から、フィリピンの文化や地元の方ならではの「フィリピンの歩き方」などの楽しいお話を聞く会です。

- 日時 5月21日(土)13:30～15:00（予定）  
場所 西部公民館（ちさと館）多目的室・調理室  
対象 中学生以上（小学生以下は親子参加）  
定員 15組程度（先着順）  
参加費 中学生と会員：200円、非会員500円。  
園児以上の子ども2人目からは+100円  
持ち物 エプロン、三角巾、布巾、  
あれば蓋つきのカップなどの持ち帰り容器  
申込 5月13日(金)までに電話、メール、またはLINEで  
①参加者全員の氏名（ふりがな）、  
小中高生は学年、未就学児は年齢）  
②国籍  
③代表者の電話番号  
④メールアドレスをお知らせください。



協会LINEアカウントは  
はこちらから



### 「ピーカブー」は「多文化親子ふれあいひろばピーカブー2022」へ パワーアップ！参加親子募集

未就園児を持つ親子のみなさん、さまざまな国籍の親子と、子ども同士のかかわりを楽しんだり、異文化を体験したりしませんか！

- 日時 年間17回程度  
（初回：5月24日(火)10:00～（受付開始9:30））  
場所 西部公民館（ちさと館）など  
対象 4月1日時点で満1歳以上の未就園児とその保護者  
定員 親子21組（先着順）  
費用 1家族5,000円、保険など含む。  
※今年度はおやつタイムなし  
申込 5月10日(火)から新城市国際交流協会ウェブサイト内の  
申込フォームに必要事項を入力して送信。

ピーカブー申込ページ  
（協会ウェブサイト内）  
はこちらから




※新型コロナウイルス感染状況により延期または中止する場合があります。中止の場合、ピーカブー参加費を返金できない場合があります。

市民の皆さんからの情報をお待ちしています。

イベント紹介や募集、地区の出来事など皆さんからの耳よりな話をお寄せください。

# 5月新番組のご案内

5/1回 毎日▶5:00~ 60分番組




## 寄席チャンネル

伝統芸能である寄席落語から若手ニューウェーブのお笑いまで、笑いの演目を集めてお送りする「芸と笑いの専門チャンネル」寄席チャンネルを毎朝5:00から1時間放送します!


5/9回~ 5:00~

瀧川鯉昇「馬のす／持参金」~ほかの落語家では絶対に味わえない“無敵のおとぼけ”!一度聴いたらもう病み付き、癖にならずにはいられない落語で笑顔満開!

《粋 らくご》




5/1回 毎日▶17:00~ 60分番組



## ミュージック・ジャパンTV

120%ヒットソング!ベスト音楽チャンネル J-POP、K-POP、アニソン、アイドル満載のミュージック・ジャパンTVを毎日17:00から1時間放送します!



5/1回 土・日▶10:00~ 30分番組

【毎月1日更新】

## 快汗! 自転車ライフ



安田大サーカス 団長安田

自転車芸人として名高い安田大サーカスの団長安田とサイクリストが、全国各地の自然や町並み、史跡、ご当地グルメなどを堪能しながら、その土地の魅力を再発見する自転車ツーリングシリーズ。

5/2回 月~金▶9:30~ 30分番組

【毎週月曜日更新】

## 自己オフイス



余命わずかの“負け組”女子契約社員がツンデレ鬼上司と恋に落ちるオフィスラブコメディ♡

2016年上半期 MBCドラマ 脚本公募 ミニシリーズ部 優秀賞受賞

©2017MBC

5/2回 月~金▶14:30~ 30分番組

けーぶるにっぽん 5月からは前半「壮観劇場」、後半「彩・JAPAN」になります

### 5/2回~ 壮観劇場

【第1月曜入替】 SPECTACLE THEATER

日本各地の壮観な景色をお送りします。見たことのない風景美、映像美の世界に誘います。

### 5/16回~ 彩 JAPAN

【第3月曜入替】

にっぽん各地の「色」をテーマに、それを生み出す人々の営みにまつわる物語をお送りします。

**QVCとショップチャンネルの放送枠が拡大します**  
 QVC▶23~24時、26~29(AM2~5)時    ショップチャンネル▶24~26(AM0~2)時

放送日程・内容は変更になる場合があります