タンポポニュース vol.143

発行／公益財団法人燕西蒲勤労者福祉サービスセンター タンポポ

タンポポ加入状況
令和４年12月１日現在
事業所数：　864社
会 員 数：8,977名

全福センター加盟

〒959－1263　新潟県燕市大曲3015番地（燕勤労者総合福祉センター内）
ＴＥＬ：0256(61)1430　ＦＡＸ：0256(61)1431　https://www.tsubame-tanpopo.jp

発行日：５・７・９・11・１・３月の１日　※参加費等の料金は税込料金です。

営業時間　月・水・木：午前８時30分～午後５時30分
火　・　金：午前８時30分～午後７時

※新型コロナウイルス拡大防止のため、教室・講座の参加の際は、感染防止対策をお願いします。また、状況により教室・講座、各事業は、変更・中止になる場合があります。

※年末年始のタンポポ窓口営業は、12月29日(木)～１月３日(火)までお休みとなります。

年頭のあいさつ

令和５年の年頭に当たり、謹んで新年の御挨拶を申し上げます。

さて、昨年も３年続きの新型コロナウイルス感染症が、家庭や経済に与えた影響は非常に大きく会員の皆様におかれましては、生活環境が大きく変化する厳しい状況にあったと思います。

今年は「新しい生活様式」を意識しながら、多様な働き方に向けた職場環境の整備や、福利厚生制度の更なる充実など、新しい働き方を推進していくうえでタンポポの役割もますます重要になると考えております。

会員の皆様には健康で楽しく働けるよう、そして、職場に活気と明るさをもたらす事業を考えてまいりますので、引き続き御支援と御協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、会員事業所の今後ますますの御発展と、会員並びに御家族の皆様の御健勝と御多幸を祈念申し上げ新年の挨拶といたします。

2023年元旦

公益財団法人　燕西蒲勤労者福祉サービスセンター
理事長　南　波　瑞　夫

QUIZ 今年は326名に当たる!! タンポポクイズ2023新春拡大バージョン

問　題

ウサギは耳が長いので音がよく聞こえますが、ウサギの耳が長いのはそのためだけではありません。
ウサギの耳が長いもう１つの理由はなんでしょうか？

下の①～③の中から選び答えましょう！

①人間にかわいさをアピールしている

②体の熱を外に逃がしている

③仲間に自分の居場所をわかりやすくしている



応募資格：タンポポ会員限定
（１会員回答は１回のみ、再度提出は無効。）

応募記載事項：
①１月１日号タンポポクイズの答え
②会員番号、会員事業所名、会員氏名
③会員自宅の郵便番号、住所（景品の送付先となります。）←送付先がご自宅でない場合、事業所宛て等わかるように記入ください。
④タンポポへのひとこと（ご意見・ご要望）
※指定の用紙はありませんので、①～④までご記入のうえ、ＦＡＸ、郵送、または持参、もしくはホームページからお申込みください。

申込締切日：令和５年１月27日(金)到着分まで有効です。

応 募 先：〒959－1263　燕市大曲3015番地
(公財)燕西蒲勤労者福祉サービスセンター
ＦＡＸ 0256－61－1431

景品内容：

内　　容	本数
１等　協賛：燕三条ワシントンホテル２Ｆ 銀座 3,000円分御食事券	２本
２等　協賛：弥彦桜井郷温泉　さくらの湯　ペア入館券	４本
３等　協賛：三宝グルメカード　2,000円分お食事券	10本
４等　ジェフグルメ券　2,000円分	10本
５等　協賛：燕市産のお米３合＆タンポポボールペン	100本
６等　※タンポポギフト券（指定店お買い物券）2,000円分	200本



当選発表　３月１日号　１等～４等の当選者の会員番号を掲載します！お楽しみに！

※５等・６等の当選発表は、景品の発送をもって代えさせていただきます。

※タンポポギフト券とは
お菓子・飲食店・日帰り温泉施設・宿泊施設（会員証提示協賛店）でご利用できるタンポポが発行するギフト券です。当選者には、１枚500円分のギフト券を４枚をお届けいたしますので、皆さんどしどしご応募ください。

つばめ食探求　第八弾

\\ 本町産のブランドきゅうり //
青臭さが少なく爽やかな春きゅうりです！



春のもとまちきゅうり 収穫祭

もとまち きゅうりの収穫！

Ⓐ ３月25日(土)

Ⓑ ３月26日(日)

申込締切 ３月10日(金)

炭火焼肉きわみ 1,000円お食事券 付き！

日程Ⓐ・Ⓑを選んでお申込みください。

収穫開始時間は午前10時～12時の間でグループごとにご案内します。

■参 加 費　会員・会員同居家族　1,000円
　　一般　1,500円

（きゅうりの収穫券とお食事券1,000円分がつきますので大人・小人同一参加費です。但し、どちらも不要で付き添い参加の場合は無料となりますので申込時にお申し出ください。）

■収穫場所　ひうら農場【燕市吉田】
■募集人数　各日20名（抽選）で合計40名
■持 ち 物　汚れても良い服装、マスク、手ぬぐい（必要な方は軍手、飲み物など）

■申込方法　ガイドブック40ページの「イベント・教室講座等申込書」でＦＡＸ、郵送、持参、ホームページからタンポポまでお申し込みください。参加券を郵送するため**送付先住所を必ず記入してください。**
（定員に達した場合は抽選になります。当選の有無にかかわらず申込者全員に結果を通知します。）
■後　　援　燕市

参加者には事前にひうら農場できゅうりが収穫できる「もとまちきゅうり収穫券」、炭火焼肉きわみでお食事ができる「炭火焼肉きわみ1,000円お食事券」をお送りいたします。当日は現地で各参加券を提出してください。

※もとまちきゅうり１袋詰め放題（10本程度）の収穫ができます。
※炭火焼肉きわみで1,000円以上の飲食の場合、差額は実費でお支払いください。有効期間は参加日から１ケ月です。

▼きゅうり収穫会場

ひうら農場　もとまちきゅうり収穫券

燕市吉田本町

当日連絡先
080－1266－3996（樋浦）

HP

▼お食事会場

炭火焼肉 きわみ　1,000円お食事券

来店の際はご予約する事をおすすめします

燕市吉田本所180－3
ＴＥＬ 0256－77－5377
営業時間 平　日 午前11時～午後３時（午後２時30分ＬＯ）
　　午後５時～10時（午後９時30分ＬＯ）
定 休 日 火曜日





注文前に
会員証提示で１グループ全員
ソフトドリンク１杯サービス

イベント・教室の申し込みについて

会員と会員の同居家族優先受付
発行～ １月16日（月）

一般受付開始
ＦＡＸ・郵送・持参 １月17日（火）から

申込方法 **ガイドブック40ページの「イベント・教室講座等申込書」**により、ＦＡＸ、郵送または持参、もしくはホームページからお申込みください。
タンポポニュースに申込書が印刷されている場合はご使用ください。（抽選の場合、申込グループ単位での抽選となります。）

お申し込み方法
ＦＡＸ 0256－61－1431 【24時間】
ＷＥＢ タンポポホームページ【24時間】
または郵送・直接申込書持参で受付します。
※会員で満員の場合は一般受付できません。

申込先 申込先が指定されていない場合は、タンポポ窓口へお申込みください。

受付の注意事項 募集定員に満たない場合には、開講日の前日から１週間まで追加申込可能です。
※キャンセル待ちの方は、キャンセルが発生したときに**電話**で連絡いたします。
※最少催行人数に達しない場合は中止となります。
※申込締切日、先着順の記載があるものは、上記受付期間にかかわらず締め切らせていただきます。

申込結果のお知らせ 当選の有無にかかわらず、申込者全員に結果を通知いたします。（キャンセル待ちを除く。）

CULTURE MEG CAFE 511 シェフが教えてくれる！ ピザ作り体験会

A 2月4日（土） 申込締切：１月20日（金）
B 2月5日（日） 申込締切：１月20日（金）
C 2月11日（土） 申込締切：１月27日（金）
D 2月12日（日） 申込締切：１月27日（金）

Ａ・Ｂ・Ｃ・Ｄの日程を選び申込締切日までにタンポポへお申込みください。

●**時　　間**：午前９時30分～11時30分（２時間）
●**会　　場**：ＭＥＧ ＣＡＦＥ ５１１
【見附市新幸町５－11
（みつけイングリッシュガーデン第一駐車場敷地内）】
●**募集人数**：各日８名【最少催行人数各日４名】
●**参 加 費**：会　　員　1,700円
会員同居家族　2,000円
一　　般　2,200円

MEG CAFE 511で、外はカリッと中はもっちりとした食感のピザ作りを体験してみませんか？お子様から大人まで楽しんでいただけます！



MEG CAFE 511といえば！
インスタ・メディアで話題
「ティラミスの果実」
715円（税込）
体験会の後にぜひ♪
※別途料金がかかります。



●**持 ち 物**：筆記用具、エプロン　※マスクの着用をお願いします。
●**内　　容**：生地の勉強→ピザ作り体験会
（店内飲食のピザ１枚＋ドリンク１杯付き）
◆持ち帰り用のピザ生地３～４枚分が付きます。

※ピザ生地を練る体験があるため、お子様ご参加の場合、小学３年生以上がおすすめです。

HEALTH インフルエンザ予防接種の補助（会員のみ）

●**対　　象：会員のみ（期間中１会員１回補助）**
●**補 助 額：1,000円（個人が支払った金額2,000円以上支払った会員が対象）**
●**申請方法**：会員本人が接種し、会員氏名が記載されている領収書を持参してください。（個人負担2,000円以上の領収書原本が必要です。）
●**申請期間**：**令和５年２月28日（火）まで**

注意：事業所で取りまとめる場合は振り込み可。タンポポ事務所までお電話ください。診察と一緒に受けた場合は、別々で領収書を発行してもらってください。
※領収書は、原本提出のためお返しできませんので、ご注意ください。

キリトリ

インフルエンザ予防接種補助金申請書兼領収書

（公財）燕西蒲勤労者福祉サービスセンターのインフルエンザ予防接種補助の申請をし、領収いたしました。

令和　　年　　月　　日

インフルエンザ予防接種補助金額　1,000円

会員番号	会員氏名

※会員氏名が記載されている領収書の原本（2,000円以上）を添付してください。

HEALTH & CULTURE

教室・講座４月～９月（前期）の募集

令和５年度開催の教室・講座の会場が変更となります。

●エアロビ教室・チェアヨガ ➡ 燕市中央公民館【燕市水道町１－３－28】
●ヨガ教室（初心者）・骨盤調整講座・ピラティスＡ・Ｂ・絵画教室（デッサンと水彩）・茶道講座（裏千家）➡ 小池公民館【燕市柳山1580】

エアロビ教室（全12回コース）

申込締切：３/23（木）　会　場：燕市中央公民館

開講日	曜日	日程（上段月、下段日）	参加費	持参品など	講師
４月10日	月	月 4 5 6 7 8 9 日 10 24 8 22 12 26 10 24 21 28 11 25 時間：午後７時～８時（１時間） 募集人数：30名【最少催行人数10名】	会員：3,700円 会員同居家族：4,400円 一般：5,000円	・動きやすい服装 ・室内靴	スポーツインストラクター 五十嵐直美さん

チェアヨガ（全12回コース）

申込締切：３/23（木）　会　場：燕市中央公民館

開講日	曜日	日程（上段月、下段日）	参加費	持参品など	講師
４月10日	月	月 4 5 6 7 8 9 日 10 24 8 22 12 26 10 24 21 28 11 25 時間：午後８時10分～９時10分（１時間） 募集人数：25名【最少催行人数10名】	会員：5,200円 会員同居家族：6,000円 一般：6,800円	・動きやすい服装 ・靴は自由（裸足でもＯＫ）	ヨガインストラクター 堀内弘子さん

ヨガ教室（初心者）（全11回コース）

申込締切：３/23（木）　会　場：小池公民館

開講日	曜日	日程（上段月、下段日）	参加費	持参品など	講師
４月８日	土	月 4 5 6 7 8 9 日 8 29 13 27 10 24 8 29 26 9 30 時間：午前９時45分～11時（１時間15分） 募集人数：25名【最少催行人数10名】	会員：4,700円 会員同居家族：6,400円 一般：7,200円	・ヨガマット ・室内靴	ヨガインストラクター 堀内弘子さん

骨盤調整講座（全12回コース）

申込締切：３/23（木）　会　場：小池公民館

開講日	曜日	日程（上段月、下段日）	参加費	持参品など	講師
４月12日	水	月 4 5 6 7 日 12 19 26 10 17 24 7 14 21 5 12 19 時間：午後７時30分～８時30分（１時間） 募集人数：20名【最少催行人数６名】	会員：4,500円 会員同居家族：5,500円 一般：6,500円	・ヨガマットもしくはバスタオル ・飲み物 ・室内靴	一般社団法人 セルフアドヴァンス協会 （ｉｅスタジオ派遣講師）

ピラティスＡ・Ｂ（全各18回コース）

申込締切：３/23（木）　会　場：小池公民館

開講日	曜日	日程（上段月、下段日）	参加費	持参品など	講師
４月13日	木	月 4 5 6 7 8 9 日 13 27 11 25 1 8 22 29 6 13 27 3 10 24 31 7 14 28 時間：Ⓐ午後６時50分～７時50分（１時間） Ⓑ午後８時～９時（１時間） 募集人数：各16名【最少催行人数各10名】	会員：6,500円 会員同居家族：7,500円 一般：8,500円 ※Ａ・Ｂのレッスン内容は同じです。	・ヨガマットもしくはバスタオル ・動きやすい服装 ・タオル（汗拭き用） ・飲み物 ・室内靴	一般社団法人 セルフアドヴァンス協会 （ｉｅスタジオ派遣講師）

絵画教室（デッサンと水彩）（全12回コース）

申込締切：３/23（木）　会　場：小池公民館

開講日	曜日	日程（上段月、下段日）	参加費	持参品など	講師
４月７日	金	月 4 5 6 7 8 9 日 7 21 12 19 2 16 7 21 4 18 1 15 時間：午後６時30分～９時のうち２時間程度 募集人数：８名【最少催行人数４名】	会員：12,000円 会員同居家族：14,000円 一般：17,000円	・鉛筆（ＨＢ～３Ｂ） ・消しゴム ・スケッチブック（手持ちの物で良いが新しく購入する場合Ｆ６サイズ） ・室内靴	安田　洋さん

茶道講座（裏千家）（全12回コース）

申込締切：３/23（木）　会　場：小池公民館

開講日	曜日	日程（上段月、下段日）	参加費	持参品など	講師
４月４日	火	月 4 5 6 7 8 9 日 4 18 2 16 6 20 4 18 1 8 5 19 時間：午後７時～９時（２時間） 募集人数：15名【最少催行人数５名】	会員：6,000円 会員同居家族：7,000円 一般：9,000円	お持ちの方は、袱紗（ふくさ）をご持参ください。 ※お茶・お菓子代は実費負担となります。	本間宗幸さん

HEALTH ヨガ＆ピラティス教室@さくらの湯 お食事付

ヨガ、ピラティスが初めての方からご参加いただけます。体を動かして冬の運動不足を解消しましょう！

Ⓐ 春のデトックスヨガ
2月23日(木・祝)
（１回コース）
申込締切：２月８日(水)

Ⓑ スタイルアップピラティス
3月19日(日)
（１回コース）
申込締切：３月３日(金)

ＡかＢを選んでお申込みください。

●**申込先**：弥彦温泉　さくらの湯
ＴＥＬ　0256－94－1126
●**時　　間**：ヨガ・ピラティス
午前11時15分～午後12時15分（１時間）
●**会　　場**：弥彦温泉　さくらの湯【弥彦村】
●**募集人数**：各15名【最少催行人数各５名】
●**参 加 費**：会　　員　3,000円
会員同居家族　3,200円
一　　般　4,500円
（ランチ代・入浴料含む）
●**持 参 品**：ヨガマットまたはバスタオル、飲み物
動きやすい服装
※ヨガマット（１枚100円）は貸し出し可能です。
申し込み時にお申し出ください。【先着８名】
●**講　　師**：中村多恵子さん
【スタジオおひさま　弥彦村麓5552】

運動前に入浴すると血流が促進され、ストレッチ効果がさらに期待できます。もちろん運動後に再度入浴し、筋肉の疲れを取ることも可能です。
温泉は運動の前後30分空けての入浴をおすすめします。




さくらの湯

Ⓐ春のデトックスヨガ
心地よいポーズをベースに冬の間硬くなった股関節周りをほぐし、鍛えてデトックス。呼吸法を用いて自律神経を整えることで春に出やすい倦怠感、イライラ、睡眠の乱れ、めまい、肩こり、腰痛などの不調にもケアをします。

Ⓑスタイルアップピラティス
だんだんと薄着になる春に向けて、気になるウエスト、背中、二の腕を引き締め、ヒップアップも目指します。体幹部のインナーマッスルを目覚めさせ、体の歪みを整え姿勢もキレイに。代謝を上げて燃えやすい身体作りをします。

タンポポ会員証のご提示で
～ろうきん教育ローンで生活応援～
ろうきん
ろうきん教育ローンの金利引下げ!
生活応援金利 年1.8%（変動金利）～年1.9%（変動金利）
【通常金利】年2.68%（変動金利）
●ご融資金額／最高2,000万円 ※ネットカンタン仮申込でのお申込は、1,000万円までとなります。1,000万円を超えるお申込は店頭でご相談ください。●ご返済期間／最長20年
●担保／不要 ●保証／保証機関の保証（保証料はろうきん負担）※そのつど借入型（カード型）で専用カード利用期間中については融資金利に含まれています。
●保険／団体信用生命保険付（保険料はろうきん負担）※そのつど借入型（カード型）については、専用カード利用期間満了後付保いたします。
＼教育費全般の幅広いお使いみちに対応！／
受験費用　入学金　入居先の敷金・家賃など
授業料　留学費用　他金融機関の教育ローンからの借換え　etc.
ご融資金額は最高2,000万円
最長20年返済
保証料0円※（ろうきん負担）
※そのつど借入型（カード型）で専用カード利用期間中については融資金利に含まれています。
※お申込時に会員証をご提示ください。なお、利用資格は会員本人のみとなります。※引下げ金利幅および金利適用条件・項目は、金利情勢等により見直しする場合があります。※会員証提示以外の金利引下げ条件もございます。※労働組合等へのご加入状況や、提携生協のご利用状況により、ご案内する金利が異なります。※対象となる労働組合等および提携生協に関して詳しくはお問い合わせください。※審査結果により、ご希望に添えない場合があります。※保証人をご用意いただくことにより、ご利用いただける場合があります。※店頭またはホームページで返済額の試算をいたします。※詳しくは店頭に説明書をご用意しております。※表示金利は2022年12月1日現在
窓口に行く時間がなくても安心！
スマートフォンでもパソコンでもWebでラクラク
ローンのお申込み 忙しくたって大丈夫！24時間受付で審査もスピーディー！
ネットカンタン仮申込
審査結果ご連絡後のキャンセルもOK！本申込みではありませんのでお気軽にご利用ください。
お取引がなくても仮申込OK!
もちろん店頭でもお気軽にご相談ください。事前にご予約いただくとスムーズです。
パソコンやスマホから来店予約が可能です
来店予約はこちらから
新潟ろうきん　新潟ろうきん　検索
ご相談・お問い合わせはこちらから
店舗一覧

全福センターからのお知らせ

お得なドリンクなどの特売セール 社販マーケット

有名メーカーのドリンクなどが **最大 半額以下！**

お届け日【指定なし】のご注文に限り

平日朝10時までのご注文で **当日発送**

※お届け日【指定なし】でのお日にちや曜日指定は受付できません。
時間指定は可能です。

ご自宅・勤務先 **送料無料** ※沖縄県除く。

※ご注文はネットからのみ承ります。（電話・メール不可）
※数量限定のため在庫無くなり次第販売終了となります。
※商品パッケージが変更となる場合がございます。

「社販マーケット」へのアクセスはこちらから

①全福センターホームページへアクセス
②【ログイン】をクリック
③全福センターＩＤ・パスワードを入力
【ログイン】をクリック
※ＩＤ・パスワードはタンポポガイドブック14ページをご確認ください。
④「社販マーケット」のバナーをクリック
⑤全福センター様専用ページ最下部に専用エンターコードが記載されています
※ログアウト状態ではエンターコードは表示されません
⑥⑤の専用エンターコードを控えてから【こちらをクリック】
⑦エンターコード認証欄に⑤の専用エンターコードを入力して【送信】をクリック



（全福センターＨＰ）

第108講義

健康は歯から 近年増加傾向にある顎骨壊死・顎骨骨髄炎



いとう歯科医院
（燕市横田）
伊藤直之 院長
（燕歯科医師会会員）

悪性腫瘍（がん）の骨病変や骨粗鬆症などに使用されるビスホスホネート系薬あるいはデノスマブによる治療中もしくは治療歴のある患者さんにおいて、まれに顎骨壊死・顎骨骨髄炎がみられることがあり、近年増加傾向にあります。抜歯などの歯科処置後に症状が明らかになることもありますが、特にきっかけなく起こることも珍しくありません。次のような症状がみられた場合には、放置せずに歯科医師に連絡してください。

「歯ぐきやあごが腫れてきた、痛い」「下くちびるがしびれた感じがする」
「歯ぐきに白色あるいは灰色の硬いものが出てきた」「抜歯後の治りが良くない」
「歯がぐらついてきて、自然に抜けた」

1．顎骨壊死・顎骨骨髄炎とは？

顎骨壊死とは、あごの骨の組織や細胞が局所的に死滅し、骨が腐った状態になることです。顎骨骨髄炎は、むし歯や歯周病が進行し、口の中にもともと生息する細菌による感染があごの骨にまで及んだ状態です。典型的には歯ぐきの部分の骨が露出します。あごの骨が腐っても痛みなどの自覚症状が乏しい場合もありますが、細菌による感染が起こると、あごの痛み、腫れ、膿が出るなどの症状が出現します。

これまで、顎骨の感染やさまざまな薬（ビスホスホネート系薬、副腎皮質ステロイド薬など）、あご周辺への放射線治療により顎骨壊死・顎骨骨髄炎が生じたことが報告されています。特に近年は、ビスホスホネート系薬に加え、デノスマブという薬でも同様の顎骨壊死・顎骨骨髄炎を生じることが注目されています。

ビスホスホネート系薬には、注射薬と経口薬があります。

注射薬は、①悪性腫瘍（がん）の骨病変、骨転移、②悪性腫瘍による高カルシウム血症、③骨粗鬆症などに対する治療に用いられます。

経口薬は、骨粗鬆症に対する治療に用いられています。

一方、デノスマブは（皮下）注射薬で、①悪性腫瘍の骨病変と骨巨細胞腫、②骨粗鬆症、③関節リウマチに対する治療に用いられています。

2．早期発見と早期対応のポイント

骨吸収抑制薬の投与を受けていて、上記のような症状が出現した場合は、すみやかに歯科医師に相談してください。骨吸収抑制薬投与による顎骨壊死・顎骨骨髄炎は、単独でも生じますが、以下のような治療を受けている場合に生じやすいとされています。

1）がんに対する化学療法
2）副腎皮質ステロイド薬の使用（全身投与）
3）抜歯などの外科的な歯科処置

さらに、口の中が不衛生な状態であると、顎骨壊死・顎骨骨髄炎の感染を悪化させるおそれがあります。したがって、骨吸収抑制薬の投与を受けている患者さんは、定期的に歯科を受診し、歯ぐきの状態のチェックを受け、ブラッシング（口腔清掃）指導、歯石の除去処置、入れ歯の調整などを受けておくことが大切です。その際には、骨吸収抑制薬の投与を受けていることを歯科医師にお伝えください。

骨吸収抑制薬に関連した病変が生じる部位は、現在のところ、極めてまれな例外（外耳道骨壊死の報告があります）を除いてあごの骨に限られています。ここまで紹介した副作用は、まれなもので、必ず起こるものではありませんが、発症すると治療するのが困難な場合もありますので、日頃の予防が大切です。あごの病変が生じる可能性があること、ならびにその予防法を知っていただき、歯科医師による積極的、定期的な予防処置を受けられることをおすすめします。

（参照）厚生労働省ＨＰ・重篤副作用疾患別対応マニュアル・口腔より

INFOR MATION

～タンポポ会員証 提示で割引～

カルチャー・教育施設のご紹介

イチからはじめるパン教室 ichipan





初心者に優しいメニューからベテランの方にもご満足いただけるメニューまで、イチパンでは60種類以上のレシピをご用意しております！イベントや季節を感じるパン作りも楽しいですよ♪

教室説明会＆お試しレッスンを
随時受け付けております！
詳細はＨＰをご確認ください。

【入学金】通常 5,500円⇒ 無料
★会員のみ

スタッフエースビジネススクール おこじょパソコンスクール

ビジネススクールとしての25年の経験から、みなさまのスキルアップ・資格取得を自信をもってお手伝いします！


燕三条校


長岡校

●オフィスコース紹介
・ワードスキルアップコース
・エクセルスキルアップコース
・パワーポイント、アクセス　など

【講座受講料】オフィスコース１回目の受講料のみ
⇒ ５％割引 ★会員のみ

personality & harmony カワイ音楽教室



リトミックコース〈グループレッスン〉 １才～４才

音楽との素敵な出会い！
五感を思い切り使った活動で想像力・感性を育みます。



ピアノコース〈個人レッスン〉３才～

楽しく無理なくピアノを弾こう！自分を音楽で表現する喜びも。

【入学金】通常 5,500円⇒ 無料
★会員と会員の同居家族

パソコン教室 わかるとできる イオン県央校

生徒さまお一人おひとりのスキル・目的に応じたオーダーメイドカリキュラムでレッスンを行います。



●講座紹介
・初心者講座
・ビジネス活用講座
・ワード・エクセル講座
・スマートフォン講座　など…



【入学金】通常 11,000円⇒ 無料 ★会員のみ
※現金支払いのみ対象

ÉCOLE International network エコール国際ネットワーク

誠実で愛情に溢れるスタッフ、高いプロ意識と指導力を備えた講師、そして学ぶことを楽しみ、互いに高め合う仲間たち。これがエコール国際ネットワークの自慢です。

●講座紹介
・語学講座（英会話・中国語・韓国語・外国人のための日本語）
・学習塾（ひまわり塾）
・カルチャー（書道教室・健幸教室　など）
・ビジネスサポート（通訳・翻訳　など）



【入学金】通常 5,500円⇒ 無料
★会員のみ

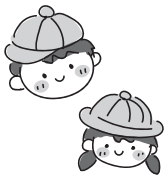
ご紹介した協賛店の
詳細はガイドブック29・30ページ
をご確認ください。
気になる、興味がある講座は施設へ
お問い合わせください♪



INFOR MATION

令和５年４月 小・中学校入学祝金請求〈事前受付開始〉

この春、小・中学校へ入学するお子さんがいる会員を対象に、入学児童・生徒１名につき『入学祝金』（5,000円）を給付します。令和５年４月に入学されるお子さんがいる会員の方は、タンポポニュースに同封されている請求書にご記入のうえ添付書類を添えて、事業主の方から取りまとめていただき、タンポポ事務所までＦＡＸ 0256－61－1431、または郵送してください。



●支給対象者：令和５年４月１日以降も会員と見込まれる方で、次に該当するお子さんがいる会員

⑴小学校入学該当生年月日
平成28年４月２日から平成29年４月１日までに生まれたお子さん

⑵中学校入学該当生年月日
平成22年４月２日から平成23年４月１日までに生まれたお子さん

●請求方法：ニュースと一緒に同封されている請求書または所定の請求書に必要事項を記入し、添付書類と併せてご請求願います。

●添付書類：入学通知書、保険証などの写し
（お子様の生年月日が確認できる書類）

●給付金支給日：令和５年４月17日（月）
※令和５年４月１日現在の会員の方が支給対象となりますので、今回のご案内では事前受付となります。
※事前に請求書を提出された方で、４月１日までに退職された方は対象外になります。

婚活

プチギフト付き！【フリータイムなし】

プレバレンタインパーティー@新潟

2月12日(日)
午後2時～3時30分
（受付 午後1時45分～）

※当日ご予約の場合は通常料金＋500円。
ＷＥＢ割（500円引き）は前日までにご予約の場合に適用。

予約 ＱＲコードもしくは、㈱トアイリンクスへお申込みください。

ＴＥＬ申込 025－290－7613（代表）
025－290－7606（婚活事業）

タンポポ会員(会員家族)の方は、タンポポ会員(会員家族)であることと会員番号をお伝えください。

●参加募集内容：男性・女性【概ね26歳～36歳】各８名程度
●会　場：アーク笹出
【新潟市中央区新和１丁目６－20　ＴＥＬ 025－290－7613】
●参加費：

一般料金	タンポポ会員・会員家族価格
男性 5,900円（web割 5,400円）	男性 2,900円（web割 2,400円）
女性 1,900円（web割 1,400円）	女性 1,400円（web割 900円）

当日の流れ：
参加者受付→１対１で全員の方とお話→中間投票→再度１対１でお話→終了後、カップル発表。
※収容人数は会場キャパシティのお目安となっております。募集状況とは異なる場合があります。
※キャンセルの場合、各種割引を除くイベントごとの参加費分（通常料金）を頂戴致します。振込手数料はお客様のご負担となります。

【感染症対策済み】
お二人の間にアクリル板を設置し、飛沫感染予防をしております。

婚活

【フリータイムなし・カップル発表なし】

春恋みつけ@見附気軽に出会いたい貴方へ！

3月18日(土)
午後4時～5時30分
（受付 午後3時45分～）

※当日ご予約の場合は通常料金＋500円。
ＷＥＢ割（500円引き）は前日までにご予約の場合に適用。

予約 ＱＲコードもしくは、㈱トアイリンクスへお申込みください。

ＴＥＬ申込 025－290－7613（代表）
025－290－7606（婚活事業）

タンポポ会員(会員家族)の方は、タンポポ会員(会員家族)であることと会員番号をお伝えください。

●参加募集内容：男性・女性【概ね32～42歳】各６～７名程度
●会　場：雨霽（うせい）
【見附市熱田町312－3　ＴＥＬ 0258－62－0100】
●参加費：

一般料金	タンポポ会員・会員家族価格
男性 5,900円（web割 5,400円）	男性 2,900円（web割 2,400円）
女性 1,900円（web割 1,400円）	女性 1,400円（web割 900円）

当日の流れ：
参加者受付→１対１で全員の方とお話→中間投票→ドリンクとデザートをお召し上がりになりながら再度１対１でお話→終了後、参加者にカードを配布いたします。好印象だった方や、またお会いしたい方にメッセージや電話番号・メールアドレスをご記入ください。係員がメッセージカードを回収し、それぞれのお客様にお配りいたします。
・結果は公表しません。
※収容人数は会場キャパシティのお目安となっております。募集状況とは異なる場合があります。
※キャンセルの場合、各種割引を除くイベントごとの参加費分（通常料金）を頂戴致します。振込手数料はお客様のご負担となります。

【感染症対策済み】
お二人の間にアクリル板を設置し、飛沫感染予防をしております。

安全・安心ムーブパーティー　マスク着用・アルコール消毒・受付にて検温などこの他にも、必要と思われる対策を順次取り入れてまいります。
新型コロナウイルス対策として、参加のご条件やお願いに関しましては、ホームページをご確認の上、ご予約いただきますようお願い申し上げます。

申込先・主催：㈱トアイリンクス【〒950－0972 新潟県新潟市中央区新和１－６－20 アーク笹出】

前回のクイズ当選者発表!!

正解者を対象に抽選を行い、20名の方に景品を郵送いたしました。

19－ 783	57－ 67	141－ 18	173－ 41	190－ 128
296－ 14	414－ 18	539－ 59	824－ 20	930－ 1
1077－ 923	1093－ 932	1127－ 10	1162－ 12	1209－ 36
1331－ 4	1761－ 5	1806－ 15	1896－ 57	1901－ 57

前回のクイズの答え

前回号の答え	155

応募数	正解者	正解率
229名	208名	90.8％

タンポポＨＰの新着情報に前回の答えと解説を掲載中！

★タンポポクイズに寄せられたひとこと紹介

・毎回の発行を楽しみにしています。各種イベント、旅行、割引サービスと盛り沢山のお知らせ。主婦の味方と思っています。ありがとうございます。（Ｓさん）
・いつも職場のレターケースに入っているとワクワクします!!　前回の時は職場の方とスイーツクーポンで盛り上がりました。今まで行ったことないお店がピックアップされていると、近くにこんないいお店があったのだな～と発見があったりします。これからも楽しみにしています！（Ｈさん）

TICKET タンポポのチケット斡旋

タンポポホームページからＷＥＢ申込もできます。

利用資格：
会員限定　１会員各公演４枚まで申し込み可能。

チケットは記載の券種のみの販売となり、座席を選ぶことはできません。幹旋枚数を超える場合は抽選となります。

１．申込みの締切、販売方法：申込みの締切は、記載のとおりです。また、チケット料金は税込価格になります。
申込締切を過ぎてのキャンセルや変更はできませんので、ご注意ください。
２．申　込　方　法：ガイドブック39ページの「チケット等申込書」にご記入のうえ、ＦＡＸ、郵送または持参、もしくはホームページからお申込みください。
３．申込みしたチケットのお知らせ：申込締切後１週間以内にご連絡いたします。その後、チケットがタンポポに届きしだい、再度ご連絡いたしますので、チケット引換にタンポポ窓口においでください。（チケット代金は現金でお願いいたします。）

株式会社 ケー・オー・ケー・ケー

1 里 アンナ　～奄美の風コンサート～

島唄をバックグラウンドに、ポップス、ミュージカル、ジャズと幅広い音楽シーンで活動を行っており、「奄美の歌姫」と称されています。ミュージカル「レ・ミゼラブル」のファンテーヌ役での出演や大河ドラマ「西郷どん」メインテーマに歌で参加し、その圧倒的な歌唱力で話題を呼びました。



●公演日・開演時刻：**令和５年３月５日（日）午後２時**
●会　　場：**新発田市民文化会館**
●券種・チケット料金：**全席指定 4,500円**（通常5,000円）
●斡 旋 枚 数：**20枚**
※未就学児の入場はご遠慮ください。

１会員４枚まで申込可　**申込締切：１月25日（水）**

株式会社 ケー・オー・ケー・ケー

2 鈴木康博&榊原大　Duoライブ

元「オフコース」の鈴木康博とピアニスト榊原大が贈るDuoライブ。息の合ったピアノとギターの音色、そして伸びやかな歌声をおたのしみください。


鈴木康博


榊原　大

●公演日・開演時刻：**令和５年５月14日（日）午後３時**
●会　　場：**新潟県民会館 小ホール**
●券種・チケット料金：**全席指定 5,400円**（通常6,000円）
●斡 旋 枚 数：**20枚**
※未就学児の入場はご遠慮ください。

１会員４枚まで申込可　**申込締切：１月25日（水）**

株式会社 ケー・オー・ケー・ケー

3 因幡晃&三浦和人コンサート

抜群の歌唱力の「因幡晃」と楽しいトークを聞かせてくれる「三浦和人」のステージは、二人のヒット曲と懐かしい青春の曲を披露してくれます。


因幡　晃


三浦和人

●公演日・開演時刻：**令和５年５月21日（日）午後２時**
●会　　場：**新発田市民文化会館**
●券種・チケット料金：**全席指定 4,500円**（通常5,000円）
●斡 旋 枚 数：**20枚**
※未就学児の入場はご遠慮ください。

１会員４枚まで申込可　**申込締切：１月25日（水）**

株式会社 ケー・オー・ケー・ケー

4 細坪基佳コンサート2023

「ふきのとう」としてデビューし「白い冬」が大ヒット。その後、「風来坊」「春雷」「やさしさとして想い出として」など、数々の心に残るヒット曲を発表。1992年ソロとして始動し、全国ツアーを精力的に行ってます。



●公演日・開演時刻：**令和５年５月28日（日）午後２時**
●会　　場：**新潟県民会館 小ホール**
●券種・チケット料金：**全席指定 4,900円**（通常5,500円）
●斡 旋 枚 数：**20枚**
※未就学児の入場はご遠慮ください。

１会員４枚まで申込可　**申込締切：１月25日（水）**

ＴｅＮＹテレビ新潟

5 十三代目　市川團十郎白猿　襲名披露巡業

市川海老蔵が 十三代目 市川團十郎白猿を襲名！市川團十郎という大名跡が９年ぶりに復活!!
歌舞伎十八番屈指の人気作、『勧進帳』をご披露。主君を命懸けで守る弁慶を新 團十郎が勤めます。迫力と緊張感漂う名作をご堪能ください。
出演：市川團十郎／中村梅玉　ほか
演目：歌舞伎十八番の内　勧進帳／口上　ほか



●公演日・開演時刻：**令和５年３月18日（土）**
（１回目）正午　（２回目）午後４時30分
●会　　場：**新潟県民会館 大ホール**
●券種・チケット料金：**Ｓ席 10,800円**（通常12,000円）
●斡 旋 枚 数：**各20枚**
※未就学児入場不可　※斡旋はＳ席のみ　Ａ席9,000円

１会員４枚まで申込可　**申込締切：１月17日（火）**

ＦＯＢ企画

6 沢田研二 LIVE 2022－2023「まだまだ一生懸命」

バンドメンバー：柴山和彦（G）、依知川伸一（Ba）、高見一生（G）
平石正樹（Drs）、斎藤有太（Key）、すわ親治（Cho）
山崎イサオ（Cho）

●公演日・開演時刻：**令和５年５月20日（土）午後５時**
●会　　場：**長岡市立劇場**
●券種・チケット料金：**全席指定 7,900円**（通常8,800円）
●斡 旋 枚 数：**20枚**
※未就学児入場不可。小学生以上チケット必要。
※開場／開演時間は予定のため変更の可能性がございます。
※令和５年２月12日（日）新潟市公演の受付は終了致しました。

１会員４枚まで申込可　**申込締切：１月25日（水）**

利用資格：会員限定　※１会員各公演４枚まで申し込み可能

FOB企画

7 大黒摩季 MAKI OHGURO 30th Anniversary Best Live Tour 2022−23 −SPARKLE− SeasonⅢ Powered by CHAMPAGNE COLLET



●公演日・開演時刻：令和５年３月５日（日）
午後５時
●会　　場：長岡市立劇場
●券種・チケット料金：全席指定 7,000円
（通常7,800円）
●斡 旋 枚 数：20枚
※学生割引（中高生）3,000円分、キッズ割引（小学生以下）5,000円分を当日学生証等年齢の分かる証明書を提示でキャッシュバック。
※４歳以上有料。３歳以下無料。（ただし席が必要な場合は有料）

１会員４枚まで申込可　申込締切：１月25日（水）

FOB企画

8 ゲッターズ飯田&Calmera（カルメラ） 「ゲッターズ飯田トーク&Calmeraジャズライブ 2023 −better fortune'n jazz−」





●公演日・開演時刻：
令和５年３月11日（土）
午後４時30分
●会　　場：新潟テルサ
●券種・チケット料金：全席指定 4,100円（通常4,600円）
●斡 旋 枚 数：20枚
※３歳以上要チケット。

１会員４枚まで申込可　申込締切：１月25日（水）

キョードー北陸

9 森山直太朗

20thアニバーサリーツアー
「素晴らしい世界」〈後篇〉2023フルバンド



●公演日・開演時刻：令和５年５月21日（日）
午後５時30分
●会　　場：上越文化会館
●券種・チケット料金：指定席 6,900円（通常7,700円）
●斡 旋 枚 数：20枚
※３歳以下入場不可。４歳以上チケット必要。

１会員４枚まで申込可　申込締切：１月25日（水）

キョードー北陸

10 奥田民生

年明け１月よりバンド「MTR&Y」と共に
13か所をまわる全国ツアー開催



●公演日・開演時刻：令和５年２月25日（土）
午後５時30分
●会　　場：長岡市立劇場
●券種・チケット料金：指定席 8,400円（通常9,350円）
●斡 旋 枚 数：20枚
※小学生以上有料。未就学児童、大人１名につき子供１名まで膝上可。

１会員４枚まで申込可　申込締切：１月25日（水）

キョードー北陸

11 高　橋　　優

LIVE TOUR 2022−2023
「ReLOVE & RePEACE ～ReUNION 前編～」



●公演日・開演時刻：令和５年２月11日（土）
午後５時30分
●会　　場：新潟テルサ
●券種・チケット料金：指定席 7,900円
（通常8,800円）
●斡 旋 枚 数：20枚
※４歳以上チケット必要。３歳以下のお子様はご入場頂けません【学割あり】

１会員４枚まで申込可　申込締切：１月25日（水）

キョードー北陸

12 「山里亮太の140」新潟公演～峠の向こう側～

山ちゃんが自身のツイッターでつぶやいた140文字に込められた思いや事実を、劇場内のお客様に聞いていただくスタンスのライブです。
ご来場いただいたお客様は山ちゃんの魔法にかかるようになっています。
ぜひ劇場で体感してください。



●公演日・開演時刻：令和５年２月18日（土）午後５時
●会　　場：りゅーとぴあ・劇場
●券種・チケット料金：全席指定 3,600円（通常4,000円）
●斡 旋 枚 数：20枚
※未就学児入場不可

１会員４枚まで申込可　申込締切：１月25日（水）

キョードー北陸

13 綾小路きみまろ

爆笑スーパーライブ2023



●公演日・開演時刻：令和５年３月21日（火・祝）
午後２時
●会　　場：長岡市立劇場
●券種・チケット料金：S席 4,900円
（通常5,500円）
●斡 旋 枚 数：20枚
※18歳未満入場不可
※車イス席はサンライズプロモーション北陸にて販売。

１会員４枚まで申込可　申込締切：１月25日（水）

会費の口座振替・給付金振込について

●会費の引落日：
１/16 →12/15に不納になった12・１月分の再振
２/15 →２・３月分会費（１/１入会と12/31退会者の差額調整含む。）
●給付金の振込日：
１/16振込 →12/１～12/31に提出した給付金請求書受付分
２/15振込 →１/１～１/31に提出した給付金請求書受付分

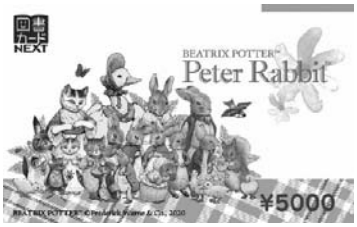
タンポポ新規入会事業所（11月・12月）

■㈱オフィスアトム　燕市水道町
■㈱ハセガワマシーナリ　燕市小関
■オリエンタル工業㈱　燕市秋葉町
■㈲矢島精工　燕市分水向山

利用資格：会員限定 ※１会員各公演４枚まで申し込み可能

全福センター

14 図書カードNEXTの斡旋 ～卒業・入学のお祝いに～



申込みの締め切りは１月25日（水）、引き渡しは２月16日（木）頃になります。
春に卒業・入学などのお祝いのプレゼントにいかがですか？図書カードＮＥＸＴが使える書店はＨＰでチェック！

- **斡　旋　数：１会員２枚まで申込み可能**
- **会 員 価 格：１枚 4,000円**（１枚額面5,000円分のカード）
- **有 効 期 限：約10年**
- **券　　種：ピーターラビット絵柄のみ。**
- **申 込 方 法：ガイドブック39ページの【チケット申込書】にご記入のうえ、ＦＡＸ、郵送または持参、もしくはホームページからお申込みください。**
- **受 取 方 法：申込締切後、タンポポが発注いたします。２月16日（木）以降に図書カード到着の連絡をいたしますので、タンポポ窓口までお越しください。代金は現金でお願いいたします。**
  ※お申込みいただいたすべての方から購入いただけます。

燕市内で使える書店の一部抜粋

- ＨＩＲＡＳＥＩ遊ＴＳＵＴＡＹＡ分水店
- ＨＩＲＡＳＥＩ遊ＴＳＵＴＡＹＡ吉田店
- ＨＩＲＡＳＥＩ遊ＴＳＵＴＡＹＡ燕三条店
- 蔦屋書店県央店
- コメリ書房分水店
- 七里書店
- イオン県央店書籍売場
- 金山書店

他全国の書店等

タンポポ窓口販売

こちらのチケットは会員証の提示で「タンポポ窓口」の販売となるため、事前申込みの必要はありません。購入後のキャンセル・変更はできませんのでご注意ください。



新潟日報社

1 新潟日報メディアシップ10周年記念 木下大サーカス

販売期間：令和５年３月24日（金）まで



木下大サーカスが10年ぶりに新潟にやってきます。奇跡のホワイトライオン世界猛獣ショーやかわいい象さんのショー、地上13メートルで繰り広げられる夢のダブル空中ブランコショー、世紀のオートバイショーなど、夢と笑いとスリルに満ちた豪華ステージを展開します。

- **会　　期：令和５年３月25日（土）～６月19日（月）**
- **会　　場：県スポーツ公園第４駐車場　特設会場**（新潟市中央区長潟502）
- **券種・チケット料金：前売自由席券　おとな　2,500円**（通常3,000円）
  こども（３歳～高校生）　1,500円（通常2,000円）
- **斡 旋 枚 数：各100枚（会員１人10枚まで購入可）**

※大学・専門学生 2,400円。　※当日券はおとな、こども各500円増し、大学・専門学生は400円増し。
※前売指定席券はコンビニ等で販売（令和５年１月下旬より）。　※公演時間：約２時間10分（休憩20分）、雨天開演。
※休演日：毎週木曜日（５月４日は開演）　※アルビレックス新潟のホームゲーム開催日は休演予定。

Lesson64





メンズレシピ ～男子でも簡単に作れる！～ レンジで簡単旬のあったかメニュー♪



燕市厚生福祉事業（協）
管理栄養士　田辺千夏 さん

白菜と豚肉のミルフィーユ蒸し（２人分）

【材料・分量】１人分…73kcal　食塩相当量 1.0g

- 白菜…… ４～５枚
- 豚薄切り肉…… 150g
- 鶏がらスープの素… 小さじ１／２
- 塩…… 少々



あけましておめでとうございます。
いつも見ていただきありがとうございます。
これからも皆様に役立つ情報、
レシピ紹介など喜ばれる記事を
提供していきます。
新しい一年も皆様にとって
良い一年になりますように(^^♪



【作り方】

①白菜を縦半分に切る。
②白菜と豚肉を交互に重ねていく。全て重さねたら、食べやすいよう３㎝幅くらいに切る。
　※厚くなりすぎて扱いにくい場合は一度に全部重ねずに２～３回に分けると切りやすいです。
③断面が上になるように深めの耐熱皿に敷き詰め、鶏がらスープの素、塩を全体に振りかける。
④ラップをかけ、500ｗのレンジで７分加熱する。
⑤皿にとりわけ、ポン酢やゴマダレなど好みのつけだれを添える。

きのこやお豆腐
ネギなどお好みの具材を
一緒に並べるのも
おすすめです♪



お申込み・お問合せ

越後交通㈱三条観光センター　TEL 0256-38-2215　〒955-0055　三条市塚野目字西谷内2388-1
FAX 0256-38-6531　担当：上野、平出（ひらいで）　窓口営業時間：平日 午前９時～午後６時（土日祝日休み）

全ツアー共通注意事項　当日は以下の①③、または②③が必要です。ご提示いただけない場合はご参加いただけません。その際は所定の取消料（旅行代金の50％）が発生いたしますのでご注意ください。

①新型コロナワクチン接種歴（３回以上）
②検査結果通知書　・ＰＣＲ検査の場合…旅行開始日が検体採取日含め４日以内　・抗原定性検査の場合…旅行開始日が検査日含め２日以内
③身分証明書

※12月よりバス車内での飲食が可能になりました。（一部を除く。詳しくはお問い合わせ願います。）

TOUR タンポポがピックアップした旅行

1 越後交通　ゴールデンツアー
大相撲初場所

●出発日：令和５年１月13日（金）
募集人数：28名様（**最少催行人数：**20名様）
旅行代金：会　　員　**23,800円**（大人）
　　会員同居家族・一般　**26,100円**（大人・小人同額）
旅行代金に含まれるもの：
朝食０回・昼食０回・夕食０回



※当ツアーは越後交通ゴールデンツアーのため、他地域のお客様との相乗りになります。

スケジュール
1　三条→燕三条→（中越地区各地）→（途中ＳＡで自由昼食）→
6：40発　6：50発
両国国技館（見学）大相撲初場所６日目桝Ｂ席より観戦→
（中越地区各地）→燕三条→三条
24：30頃着　24：40頃着

2 越後交通　バスツアー
東京ドーム世界らん展とホテル雅叙園東京百段階段の旅

●出発日：令和５年２月11日（土）
募集人数：35名様（**最少催行人数：**20名様）
旅行代金：会　　員　**15,500円**（大人）
　　会員同居家族・一般　**17,500円**（大人・小人同額）
旅行代金に含まれるもの：朝食０回・昼食０回・夕食０回

★世界らん展・百段階段の入場チケット付です。





スケジュール
1　越後交通三条（営）→ＪＲ燕駅→ＪＲ燕三条駅→（途中ＳＡで自由昼食）
7：00発　7：10発　7：20発
→東京ドーム（世界らん展2023見学）→ホテル雅叙園東京（めでたづくし×百段階段見学）→
（途中ＳＡで自由夕食）→燕三条→ＪＲ燕駅→越後交通三条（営）
22：00頃着　22：10頃着　22：30頃着

3 越後交通　バスツアー
人気の道の駅【川場田園プラザ】と水上温泉【水上館】でゆったりのんびりの旅

●出発日：令和５年２月５日（日）
募集人数：35名様（**最少催行人数：**20名様）
旅行代金：会　　員　**9,000円**（大人）
　　会員同居家族・一般　**11,000円**（大人・小人同額）
旅行代金に含まれるもの：朝食０回・昼食１回・夕食０回





スケジュール
1　越後交通三条（営）→ＪＲ燕駅→ＪＲ燕三条駅→
8：00発　8：20発　8：30発
月夜野びーどろパーク→水上温泉水上館（昼食・入浴・休憩）→太助庵
（太助饅頭お買物）→道の駅川場田園プラザ（見学）→
燕三条→ＪＲ燕駅→越後交通三条（営）
18：10頃着 18：20頃着　18：40頃着

4 越後交通　バスツアー
雪の世界遺産五箇山と白川郷の旅

●出発日：令和５年１月28日（土）
募集人数：35名様（**最少催行人数：**20名様）
旅行代金：会　　員　**11,900円**（大人）
　　会員同居家族・一般　**13,900円**（大人・小人同額）
旅行代金に含まれるもの：朝食０回・昼食１回・夕食０回





スケジュール
1　越後交通三条（営）→ＪＲ燕駅→ＪＲ燕三条駅→
6：10発　6：30発　6：40発
五箇山相倉合掌集落→白川郷（名物ほう葉味噌のご昼食）…合掌集落自由散策→
燕三条→ＪＲ燕駅→越後交通三条（営）
18：35頃着 18：45頃着　19：05頃着

★お申込み時に適用可能な割引（ＧＯＴＯトラベル事業や県民割など）があった場合は利用出来る場合がございます。お問い合わせください。
表示料金はすべて税込です。

キャンセル料について

解除期日		日帰りコース取消料	解除期日	日帰りコース取消料
旅行開始日の前日から起算してさかのぼって	10日前～8日前	旅行代金の20%	旅行開始日の前日	旅行代金の40%
	7日目～2日目	旅行代金の30%	旅行開始日の当日（旅行開始前）	旅行代金の50%
			旅行開始後または無連絡不参加	旅行代金の100%

※会員及び会員の同居家族である場合は、証明できる書類（タンポポ会員証・免許証・保険証等）の必要な場合がございます。提示がない場合は一般料金になります。

いつでもタンポポのホームページが見れます！

スマートフォンや
タブレットで見てみよう！
便利な使い方！

タンポポのアイコンを携帯画面に設定しよう！

まずは　ホームページを開こう！

GoogleやYahooで「タンポポ　燕市」で検索　または　右のＱＲコードを読み取る
➡タンポポ（https://www.tsubame-tanpopo.jp/）のホームページ（ホーム画面）を開く

※iPhoneの方はsafariでホームページを表示してください。 ⬅safariアプリ

タンポポＨＰ　ＱＲコード



次に　スマートフォンやタブレットにアイコンを貼り付けよう！

アンドロイド

※アンドロイドは機種により様々な方法があるため、一例を紹介します。
タンポポのホームページのホーム画面➡ページを追加➡ホーム画面を選択➡追加



iPhone

safariでタンポポのホームページのホーム画面を開く➡ホーム画面に追加➡追加





コーポレートプログラム会員の皆さま限定！

TOKYO Disney RESORT Corporate Program

詳しくはこちら！「東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム」利用者専用サイトにアクセス

東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム
「サンクス・フェスティバル」パスポート

第2期詳細決定！

ご利用期間 2023年1/4(水)～3/17(金)

※対象日が決まっていますので、詳細は利用者専用サイトでご確認ください。

対象日の1デーパスポート料金より

大人 18才以上	中人（中学・高校生）12～17才	小人（幼児・小学生）4～11才
500円お得	400円お得	300円お得

※第1期とは価格が異なります。ご注意ください。※購入には、プランパスワードと契約団体番号が必要になります。※1デーパスポート料金は価格変動制となりますので、東京ディズニーリゾート・オフィシャルウェブサイトをご確認ください。※「サンクス・フェスティバル」パスポートはオンライン限定販売となります。

こちらも開催！

クイズにチャレンジしながらパークでウォーキングを楽しもう！

東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム
ウォークラリー

実施期間 2022年10/11(火)～2023年3/12(日)

ウォークラリーをクリアするとディズニーホテルの宿泊やパークグッズが当たるプレゼントキャンペーンに応募できます！

※応募には、ご入園にいただいた際に使用されたパークチケット番号と契約団体番号が必要です。事前に確認の上、ご応募ください。

※本内容は、予告なく変更または終了する場合があります。※写真・イラストはイメージです。©Disney

現在、感染症対策へのご協力をお願いしております。オフィシャルウェブサイトにて最新情報をご確認ください。

会員事業所紹介　元気なタンポポ会員事業所さん

事業所 No.1891　平成30年３月１日加入

株式会社 大倉製作所

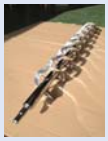


【業務内容】
ステンレス板金溶接のフルオーダー生産。食品、半導体、医療機器のステンレス部品を製作することを得意としている。
※ファイバーレーザー切断機、レーザー溶接機
・ＴＩＧ／ＣＯ２切替えロボット溶接機
・自社開発商品ペット用のお墓の販売

弊社は1977年より金属加工の町、燕市で、板金溶接加工業を営んでおります。
主に「食品装置」「産業機器」「半導体装置」などの分野において、ステンレス加工をメインに取り扱ってまいりました。熟練の技術と最新鋭の設備によりお客様のニーズに最適なご提案をさせて頂きます。
また、県内外のお客様と“顔”と“顔”の見えるお付合いをモットーとし、高パフォーマンスの製品づくりをして参ります。
これからも皆様を始め、地域社会に貢献できる企業であり続けたいと思いますので、変わらぬお引き立ての程、宜しくお願い申し上げます。



代表取締役　大倉　龍司






〒959－0123　燕市大川津3430－321
ＴＥＬ　0256－98－3500

株式会社 大倉製作所

(Instagram)



婚活 婚活マッチングシステム ハートマッチにいがた



「ハートマッチにいがた」は
新潟県が導入した
婚活マッチングシステムです。

2022年12月10日現在
ご成婚174組

♥「“ハートマッチ”にいがた」とは？

会員登録を行う独身男女がプロフィールや写真を登録した上で、お会いしたい相手を検索（会員のプロフィール閲覧）し、会員の自宅（同意した場合のみ）または「にいがた出会いサポートセンター」においてお引合せを申込むなどの活動を通し、結婚相手を自ら探していくシステムです。

会員登録できる方

結婚を希望し、自ら努力する20歳以上の独身で、新潟県在住の方、県内にお勤めの方、または新潟県への移住を希望される方。そして、インターネットやメールを使用することができる方。

出会いの一歩はハートマッチから！
入会申込はこちら

INFORMATION いちご狩り利用補助券の発行




- 補助額：500円補助券　１会員２枚発行
- 対　　象：会員
- 有効期間：いちご狩り（食べ放題・量り売り）ができる６月頃まで
- 利用方法：タンポポ窓口で利用補助券を発行します。（会員証持参）
  下記の４施設で補助金分を差し引いて精算してください。

対　象　施　設	いちご収穫時期
そら野テラス 新潟市西蒲区下山1320－1　ＴＥＬ 0256－88－4411	３月頃～６月頃（時間帯別の完全予約制）
白根グレープガーデン 新潟市南区鷲ノ木新田573　ＴＥＬ 025－362－5535	２月上旬～６月下旬
池田観光果樹園 新潟市南区新飯田2584－15　ＴＥＬ 025－374－2305	１月下旬～６月下旬
斉藤いちご園 燕市燕115　ＴＥＬ 0256－47－1519	３月中旬～６月下旬（要予約）





写真：池田観光果樹園

天候や生育状況で収穫時期が異なるため、電話で確認・予約してからお出かけいただくと安心です。