

人とまちをつなぐ広報紙

# 広報みつけ

6

June  
2021  
NO.730



Public Relations MITSUKE



— COVER —

雨ニモマケズ、泥ニモマケズ (19 ページ)

— 巻頭特集 —

水害から命を守るための避難



豪雨災害への備えはできていますか？

# 水害から命を守るための避難

昨年の7月豪雨や、一昨年の台風19号など、毎年全国各地で大規模な自然災害が発生しています。見附市も、平成16年の7・13水害や平成23年の新潟・福島豪雨で、洪水の被害を受けました。自然災害は、決してテレビや新聞の中のみならず、いつ自分の身に降りかかるかわかりません。梅雨の時期を前に、自分や家族を守るための避難方法を確認してみましょ。

大雨で洪水の危険性が高まった時、とるべき行動を警戒レベルごとに確認しましょう

※警戒レベル1～2は気象庁が、レベル3～5は見附市が発令


警戒レベル2 大雨・洪水注意報	警戒レベル1 早期注意情報
--------------------	------------------

**災害発生前**

活発な梅雨前線が接近中  
テレビやインターネットの天気予報などで、今後の雨量などの情報収集に努めましょ。

**大雨・洪水注意報が発令**  
昨年配布した「豪雨災害対応ガイドブック」で、必要な避難情報を確認しましょ。

※ホームページ（↓）でもチェックできます。



**CHECK** 避難時に持ち出すものを事前確認

いざという時のために、日頃から準備しておきましょう。

- マスク・手指消毒液（感染症予防対策として）
- 携帯ラジオ  懐中電灯と予備電池  非常食・飲料水
- 衣類（下着、上着、靴下、軍手など）  雨具・手袋
- 生活用品（ライター、ナイフ、缶切り、ティッシュ、ビニール袋など）
- 救急セット（ばんそうこう、ガーゼ、包帯、消毒薬、三角巾など）
- 貴重品（預金通帳、ハンコ、健康保険証、免許証など）
- 現金（お札だけでなく、公衆電話用に10円玉を用意しておく）

※家族構成に合わせて、紙おむつや常備薬なども検討してください。

レベル4が出た地域の人は危険な場所から全員避難！

警戒レベル5 緊急安全確保	警戒レベル4 避難指示	警戒レベル3 高齢者等避難
------------------	----------------	------------------

**災害発生中！** 川の水位が増し、災害発生の危険性が高まっている

**警戒レベル3が出たら**  
川の水位が上昇し、堤防の破壊や決壊の恐れがあります。避難に時間がかかる高齢者や障がいのある人たち、その支援者は、すぐに避難してください。

**警戒レベル4が出たら**  
いつ洪水が起きてもおかしくない状況です。速やかに全員避難してください。

**警戒レベル5が出たら**  
すでに安全な避難ができず、命が危険な状況です。レベル5が発令される前に避難してください。早めの避難が、あなたと家族の命を救います。


緊急情報メール

情報を素早く受け取る

避難情報を登録者に発信します。まだ登録していない人は、携帯電話から下記アドレスに空メールを送って登録してください。

[t-mitsuke@sg-m.jp]

※ QRコードで空メールを作成できます




**CHECK** 分散避難にご協力ください

避難所では感染症対策として、受付時の消毒・検温などを徹底するほか、避難所の収容人数を従来の3分の1に減らします。市民の皆さまは、避難所の混雑・空き情報をインターネットサービス「VACAN」(→QR)でチェックし、できるだけ分散避難にご協力ください。

**避難所以外への避難も選択肢の1つ！**

市の避難所以外にも、安全な親戚・知人宅、自宅2階（ハザードマップで安全性を確認）などへの避難もご検討ください。



**CHECK** 警戒レベルの内容を一部改正

	改正前	改正後
5	災害発生情報	緊急安全確保 災害発生または切迫した時に発令
レベル4が発令された地域の人は全員避難！		
4	避難指示（緊急） 避難勧告	避難指示 避難勧告を避難指示に一本化
3	避難準備 高齢者等避難開始	高齢者等避難 主に高齢者が避難することを明確化

※レベル1、2は変更なし

6/27(日) 各ご家庭で災害への備えを確認しましょ

## 見附市総合防災訓練（情報発信訓練）を実施

梅雨の時期を前に、水害を想定した全市一斉の防災訓練を実施します。サイレンや緊急情報メールなどで情報を発信しますので、いざというとき困らないために、災害発生時の情報の流れを確認しましょ。※町内で集まる訓練は行いません。

訓練スケジュール	発信される情報：情報の意味	情報を受け取る手段
8:35	土砂災害前ぶれ注意情報：土砂災害の可能性↑。いつでも避難できるように準備	メール、スピーカー
8:50	高齢者等避難：高齢者や障がい者など避難に時間がかかる人は避難開始	メール、スピーカー、エリアメール
9:10	避難指示：災害発生の一手前。速やかにすべての人が避難	メール、スピーカー
9:30	避難情報解除：災害が収束に向かい、安全が確保された状態	メール、スピーカー

緊急情報メール 区長などへのFAX 防災スピーカー（サイレンまたは音声放送） エリアメール

**市公式 twitter**

避難情報をリアルタイムで発信。平常時は、見附の最新情報を投稿しています。  
アカウント名：@mitsuke\_city

**テレビ・ラジオ**

データ放送対応テレビは、リモコンのdボタンで気象情報や災害情報を確認できます。充電式ラジオがあれば、ネット回線が不通でも情報を入手できます。

避難に必要な最新情報を受け取る

「待っていれば誰かが伝えてくれる」と考えず、自ら積極的に情報を入手しましょ。

**各種ホームページ**

市ホームページで避難情報や緊急情報、交通止めの区域などを発信するほか、気象庁や県のホームページでも情報を入手できます。

**防災サイレン**

市内53か所で鳴ります。危険度が増すにつれ、サイレンの間隔が短くなります。

警戒レベル	鳴り方
レベル5	3秒鳴って2秒休止を5分以上反復
レベル4	15秒鳴って6秒休止を5分以上反復
レベル3	30秒鳴って6秒休止を5分以上反復

## 第5次 見附市 総合計画 今後5年間のまちづくりの基本方針となる 後期基本計画を策定

市は、10年間のまちづくりの基本方針となる「第5次見附市総合計画」を平成28年に策定し、この計画に基づいたまちづくりを進めてきました。令和3年3月で計画の前期5年間の終了したため、これまでの取り組みを継承しつつ、新たな視点を盛り込んだ「後期基本計画」を策定しました。今後も多くの人が「住みよい」と感じるまちを目指し、市民の皆さまと一丸となって、この計画を進めてまいります。



(↑) 後期基本計画の冊子

「住んでいるだけで健やかで幸せになれるまちスマートウェルネスみつけの実現を目指して / これまでの取り組みを継承しつつ、新たな視点をまちづくりに導入

新たに設定した「3つの視点」をベースに、「4つの基本目標」や「9つの重点プロジェクト」に沿った施策に取り組みます。

### 新 3つの視点 社会経済環境の変化などを踏まえ、まちづくりを進める上で重視すべき方向性を新設しました。

**1 健康（ウェルネス）の視点**  
**スマートウェルネスシティ**

住むだけで健やかに幸せに暮らせるまちを目指し、前期基本計画から引き続き、健康長寿社会の実現を目指していきます。




**2 持続可能な地域づくりの視点**  
**SDGs 未来都市**

令和元年に、市は国からSDGs未来都市に選定されました。今後も「誰一人取り残すことなく」、持続可能な地域づくりを進めていきます。



**3 デジタルテクノロジーを活用する視点**  
**society5.0 (ソサエティ 5.0)**

人がやるよりも効果的な部分はデジタルテクノロジーに任せ、新たな価値の創出や人と人との交流など、人にしかできないことに注力できる社会を目指していきます。



### 4つの基本目標 9つの重点プロジェクト

人と自然が共生し健やかに暮らせるまち	産業が元気で活力あるまち	新 新型コロナウイルス感染症の克服
		新 デジタルテクノロジーの活用
		賑わいのあるまち
	安全安心な暮らしやすいまち	新 ソーシャルキャピタルの高いまち
		健康な住まい環境の推進
		地域包括ケアシステムの構築
	人が育ち交流するまち	生きがいの持てる雇用と活躍の場の充実
		ふるさとの魅力を磨く人材の育成
		人口ビジョンの達成に向けて

### 人口が減りにくい見附市を目指して 見附市人口ビジョンを改定

平成27年策定の「見附市人口ビジョン」を、策定以降の人口の推移やまちづくりの方向性などを踏まえて改定しました。出生数は1年あたり250人（令和6年まで）、転入数から転出数を引いた社会動態は1年あたり40人増を目指し、人口が減りにくいまちづくりに取り組みます。

後期基本計画の詳細は、公共施設にある冊子（完全版）や市ホームページでご確認ください。  
企画調整課 ☎ 62-1700（内線315）

## 高齢者へのワクチン接種を進めています



5月6日から、市内の高齢者（令和4年3月末現在で65歳以上。約1万3600人）を対象に、新型コロナウイルスワクチンの集団接種・個別接種が始まっています。

市は、高齢者の接種を7月末までに完了するため、接種実施日と一日あたりの接種人数を増やして接種を進めており、現在、対象の約9割の人の予約が完了しています。

当日は、会場が混み合うことが予想されます。これから接種を予約、または受ける高齢者の皆さまは、スムーズな接種と感染予防対策の徹底のため、以下の点にご協力ください。

### 予約時 ワクチン接種を予約する際、以下の点に注意しましょう

#### 2回目の接種日も踏まえて予約してください

2回目の接種予約日でキャンセルが出ると、ワクチンの廃棄を防ぐため、さまざまな対応が必要になります。ワクチンの廃棄を防ぐためにも、予約の際は、2回目の都合も良い日程を選んでください。2回目の都合が合わない人は、1回目の予約日の変更もお願いします。

#### 接種予約が重複していませんか？

集団接種と個別接種で二重に予約すると、本来予約できる人が予約できなくなります。二重の予約は行わないでください。予約した人は、必ずどちらかをキャンセルしてください。

#### 通院している人は接種の可否を主治医に確認

接種日までに、主治医の了解を得てください。

### 接種当日 接種会場に行く前に、以下の点を確認しましょう

#### 当日必要なものは持ちましたか？

- 接種券（クーポン券）  
切り離さず、封筒一式を持参してください。
- 予約票（同封されている2枚のうち1枚を記入）  
あらかじめ必要事項を記入しておいてください。
- 健康保険証
- お薬手帳（持っている人）

#### 接種当日の注意点は確認しましたか？

- 自宅で体温測定し、発熱・体調不良の有無を確認  
発熱・体調不良の場合は、必ずキャンセル連絡を！
- 集団接種の場合は可能な限り公共交通を利用  
接種会場の駐車場には限りがあります。
- マスク着用を忘れずに
- 肩を出しやすい服装で来場

集団接種では 決められた受付時間を厳守！ 30分ごとに決められた人数のみ予約を受け付けているため、スムーズな接種が可能です。会場内の密状態を避けるため、可能な限り受付時間に合わせてご来場ください。

#### 接種体制などに関する問い合わせ

見附市新型コロナウイルスワクチン接種推進対策室 ☎ 63-5670  
▶ 設置場所 保健福祉センター内 ▶ 受付時間 平日 9:00～17:00

#### ワクチンに関する問い合わせ

厚生労働省コールセンター ☎ 0120-761-770  
▶ 受付時間 9:00～21:00（土日祝日も営業）

※電話のかけ間違いが多くなっています。電話をかける前に、もう一度番号をご確認ください。

基礎疾患がある人・64歳以下の人の接種予約方法は、6月中旬を目途にお知らせする予定です。



# 見附者

「見附者」は見附にゆかりのある、頑張っている人、輝いている人を紹介するコーナーです。今回は、市内で活躍するイラストレーター・村上徹さんを紹介します。【題字・小倉美紗】




## まちの魅力を筆に乗せて描く



1市内のさまざまな店舗から依頼を受け、イラストやチラシを作成 2モデルとの会話を通し、その人の一番いい表情を描き出す 3ネーブルみつけの駅長として、来館者と世間話をする中にも、漫画づくりのヒントがある 4月1回ほど図書館の郷土誌コーナーに立ち寄り、漫画のネタを集める



5学生時代に制作したCDジャケットとイラスト 63月にギャラリーみつけで開催された「矢沢幸とこどもたち展」では、広報みつけで連載中の『オサムちゃんみつけた!』が展示された 7昨年、全国から大きな反響があった漫画『安心して感染したい』。新型コロナウイルスに感染しても、安心して治療に専念できる見附であってほしいという、村上さんの願いが込められている

村上さんの見附漫画を毎週水曜に投稿/  
市公式フェイスブック ▶ 



むらかみ とおる  
**村上 徹** さん (40歳)  
本所1丁目在住。妻と娘、息子の4人暮らし。2009年に「ヘアサロン集客広告会」を立ち上げ、チラシ製作などを請け負っている。同社ホームページでは、自身の漫画作品以外のイラストも公開中(一)

「最近では商店街に新しいお店が出店していますし、僕と同年代の人や20、30代の若手にも、見附を盛り上げようという人がいます。僕も自分ができることを通して、そうした人たちに応援していきたいんです」と、見附の未来に期待を寄せる村上さん。

愛する故郷で、村上さんはこれからも「一人の思いをかなえる」絵を描き続けます。

く、人の手で描くからこそ表現できる「味」や「温もり」にこだわっています。

娘さんの小学校進学を機に、家族4人で14年ぶりに見附に帰郷。「筆さえあればどこでも仕事はできますから」と、市内の自宅兼事務所で、イラスト製作を続けています。

「東京で色々な人や考えに触れて、見附にも豊かな自然や、独特な考えを持つ面白い人たちがいることに気づいたんです」と話す村上さん。平成28年から市公式レポーターとして、見附の魅力を盛り込んだ漫画を市公式フェイスブックに投稿。現地で取材を重ね、地域で頑張っているお店や人物を丁寧に描く漫画には、市民をはじめ、県外の見附市出身者から多くのコメントが寄せられています。

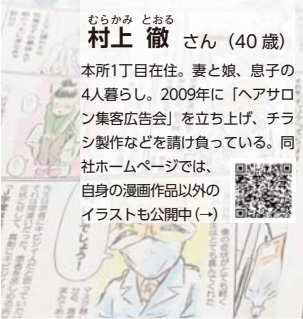
「自分の絵でかなえることが僕の仕事。生涯付き合える顧客になってもらうために、ラブレターを書くつもりでデザインしています」と話す村上さん。パソコンやタブレットではなく、手書きチラシについて、「お客さんの『こうしたい』『伝えたい』という思いや願いを、自分の絵でかなえることが僕の仕事。生涯付き合える顧客になってもらうために、ラブレターを書くつもりでデザインしています」と話す村上さん。パソコンやタブレットではなく、手書きチラシについて、「お客さんの『こうしたい』『伝えたい』という思いや願いを、自分の絵でかなえることが僕の仕事。生涯付き合える顧客になってもらうために、ラブレターを書くつもりでデザインしています」と話す村上さん。

机に並ぶ色とりどりの水彩絵の具。多様な色彩を操り、優しく温かみのあるタッチで絵を描くのは、市内でイラストレーターとして活動する村上徹さんです。企業や個人から依頼を受け、手書きのチラシや似顔絵の作成など、市内外問わず全国から年間200件を超える仕事を請け負っています。

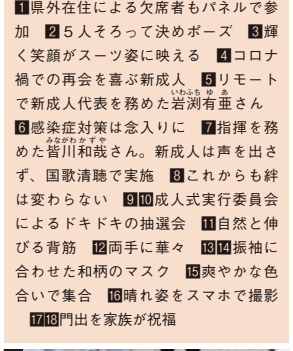
幼少期に見た『ゲゲゲの鬼太郎』が、絵を描き始めたきっかけ。絵が趣味の父親のように上手に描きたいと、何度も絵を描く内に自然と上達し、小学生の時には担任の先生などをモチーフにした漫画を自作。読んだ友人が「うまい」「面白い」と喜んでくれたことがきっかけで、絵を描く仕事を志したといいます。

「自分の絵を見た人が喜んでくれるように、今も昔も、自分にできる最大限を提供することを心掛けています」

高校では油絵製作や、同級生が書いた詩の挿絵づくりなどに挑戦。専門学校時代には、新潟駅前で行く人の似顔絵を描いていた友人と一緒にオリジナルCDジャケットの制作も行いました。20歳で上京してからは、漫画家のアシスタントを2年経験。22歳の時に理美容雑誌の関係者の紹介により、手書き広告の製作会社でチラシの作り方や集客の仕方などを3年間学んだ後に独立しました。







1 県外在住による欠席者もパネルで参加 2 5人そろって決めポーズ 3 輝く笑顔がスーツ姿に映える 4 コロナ禍での再会を喜ぶ新成人 5 リモートで新成人代表を務めた岩淵有亜さん 6 感染症対策は念入りに 7 指揮を務めた皆川和哉さん。新成人は声を出さず、国歌清聴で実施 8 これからも絆は変わらない 9 10 成人式実行委員会によるドキドキの抽選会 11 自然と伸びる背筋 12 両手に華々 13 14 振袖に合わせた和柄のマスク 15 爽やかな色合いで集合 16 晴れ姿をスマホで撮影 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100

5月3日、見附市文化ホールアルカディアで令和3年度成人式が行われ、華やかに着飾った新成人が、旧友との再会を喜び合いました。当日は、新型コロナウイルス感染症対策として、保護者や来賓の入場制限を行ったほか、受付の際の検温や手指消毒などを徹底。参加できなかった新成人と家族向けに、市公式YouTubeで式の様子が生配信されました。式典では、県外在住の新成人代表岩淵有亜さんが、動画でスピーチを発表。岩淵さんは、「コロナ禍の外出自粛やリモート授業など、大きく変化した生活を経て、『当たり前の価値と大切さ』を学びました。失って気付く前に、日々『当たり前』を大事にしたいです。そして、今しかできないことに躊躇せず挑戦し、立派で周りから慕われる一人前の人間を目指します」と、今後の決意を語りました。

5月3日、見附市文化ホールアルカディアで令和3年度成人式が行われ、華やかに着飾った新成人が、旧友との再会を喜び合いました。当日は、新型コロナウイルス感染症対策として、保護者や来賓の入場制限を行ったほか、受付の際の検温や手指消毒などを徹底。参加できなかった新成人と家族向けに、市公式YouTubeで式の様子が生配信されました。式典では、県外在住の新成人代表岩淵有亜さんが、動画でスピーチを発表。岩淵さんは、「コロナ禍の外出自粛やリモート授業など、大きく変化した生活を経て、『当たり前の価値と大切さ』を学びました。失って気付く前に、日々『当たり前』を大事にしたいです。そして、今しかできないことに躊躇せず挑戦し、立派で周りから慕われる一人前の人間を目指します」と、今後の決意を語りました。

# 令和三年度 - 成人式 - 20th anniversary

◆新成人総数 418人  
※ H12/4/2 ~ H13/4/1 生まれ  
見附中：100人  
西 中：137人  
南 中：93人  
今町中：88人



## 成人式実行委員の皆さん お疲れさまでした!



## 成人式を終えて実行委員長から一言

コロナ禍での開催は不安でしたが、他の実行委員に支えられ、無事に終えることができました。中学ぶりに再会した友達も、当時と変わってなくて懐かしかったです。みんなから学生や社会人として頑張っている話を聞き、自分もやるべきことに全力で取り組もうと気を引き締めました。今は気軽にみんなで集まれません、また元気に会えることを願っています。

松本 稜太郎さん (本町3)



夢はでっかく、いつかベトナム大使館で働きたい!



大橋 史信さん (見附中)

初心者ママの目標はたくましく、大きな子に育てること。



阿部 彩奈さん (南中)

大好きなバスケットをこれからも続けていきたいです。



齋藤 誠さん (今町中)

続けてきたバレエから心機一転。今年中になってみせる!



市川 杏さん (西中)

## 新成人にインタビュー!! 二十歳の目標!!



ネット申請でも受験を受付!

## 一般事務・技術職員・保健師を募集

一次試験は  
全国主要都市で  
受験可能

1 試験職種・受験資格 ※申込みは1職種のみとし、途中の変更はできません。採用予定人員は変更になることがあります。

試験職種	採用予定人員	職務内容	受験資格
一般事務職員 【大卒程度】	3人程度	本庁または出先機関での行政事務	【共通】平成4年4月2日以降生まれ ●一般事務 学校教育法による大学(短大を除く)を卒業した人(令和4年3月卒業見込みを含む) ●技術職 学校教育法による短期大学または高専程度以上を卒業した人(令和4年3月卒業見込みを含む)
技術職員(土木・建築) 【大卒・短大卒程度】	4人程度	本庁での設計や維持管理などの業務	昭和57年4月2日以降に生まれ、保健師免許を有する人。または令和3年度の保健師国家試験で免許取得見込みの人。
保健師	1人程度	本庁または出先機関で職種に応じた業務	

▶その他の職種については、決まり次第市ホームページなどでお知らせします。

2 試験方法と日時 ※合否は受験者全員に通知します。また、第2・3次試験の詳細は、各合格者に通知します。

試験予定 試験職種	第1次試験				最終合格
	第2次試験	第3次試験	最終合格		
一般事務職員	8月 中下旬 面接試験	9月 中下旬 面接試験	10月 月上旬 (予定)		
技術職員 (土木・建築)	●会場 見附市役所またはテストセンター ※テストセンター受験はSPI3試験のみ				
保健師	●日時 ▶見附市役所 7/18(日)9:15集合 ▶テストセンター 7/12(月)~18(日)				
	●会場 見附市役所(予定)				

3 受験申込み・問

7/7がまで、電子申請で受け付けています。詳しくは市ホームページ(→)をご確認ください。  
電子申請以外での申込みを希望する人は、総務課 ☎62-1700、内線324)へ。



今回の募集は、令和4年4月採用の職員です。

あなたの気持ち、「言葉」で形にしてみませんか

## 第51回文芸祭の出品作品を募集

●募集種目 「一般」は高校生以上、「ジュニア」は小中学生

対象	種目	応募用紙・枚数
一般	作文(コント、随筆、紀行、日記)	400字・5枚以内
	詩	400字・5枚以内
	短歌	1人3首以内
	俳句	1人3句以内
	川柳	1人3句以内
		※高校生は1人1首・1句以内
ジュニア	詩	400字・5枚以内
	短歌	1人1首以内
	俳句	1人1句以内

※作品は所定の原稿用紙・応募用紙で応募してください。

●応募の注意点 作品は楷書ではっきり書き、作文・詩は現代仮名遣い。「応募種目」、「住所・氏名(ペンネームの場合は本名も。要ふりがな)」、「職業(小中学生は学校名と学年)」を明記。作品は自作で未発表のものに限り、応募作品は返却しません。

●審査・授賞 各種目とも入選作品を選出し、その中から文芸祭賞と奨励賞を授与します。一般部門の文芸祭賞と奨励賞は広報11月号に掲載し、入選者は個別に通知します。受賞者以外の高校生およびジュニア部門は学校からお知らせします。

●審査員【一般】▶作文 若月忠信(文芸評論家)  
▶詩 斎藤健一(穀物主宰)、▶短歌 百藤隆司(三条短歌会会長)、▶俳句 若井新一(狩同人)・矢澤彦太郎(俳人協会会員)  
▶川柳 大野風柳(柳都主幹)

【ジュニア】▶詩 諸橋精光(絵本作家)、▶短歌 井上慎子・矢尾板菜子(両人とも日本歌人クラブ会員)

▶俳句 井澤秀峰(狩同人)・永野宗子(狩同人)

●応募 〒954-0052 見附市学校町1-16-15 見附市まちづくり課(ネーブルみつけ内)「第51回文芸祭作品募集」係

▶締め切り 9月2日(木)(当日消印有効)

※市内小中学生に通学している人がジュニア部門に応募する場合は、各学校で取りまとめて応募してください。

圃まちづくり課 ☎62-7801、ℓ62-7810

3年間、見附の農業振興に尽力

## 地域おこし協力隊員・奥田誠さんが退任

おくだまこと



1 着任当初の奥田さん。「見附の農産物を市内外にPRしたい」と抱負を語っていた 2 気さくな人柄で、直売所のお客さんとのコミュニケーションもばっちり 3 市内の小学校の授業で、講師として田植えを指導 4 見附のベテラン農家から、米作りのいろはを学んだ



4月30日、地域おこし協力隊員の奥田誠さんが、3年間の任期満了に伴い退任しました。

東京の大手IT企業に在籍していた奥田さんは、新潟支社で勤務したことをきっかけに、新潟県の農産物や人柄に惹かれて転職を決意。平成30年に見附市の地域おこし協力隊に着任してからは、(一社)農村振興センターみつけに在籍して農業に従事する傍ら、農産物直売所「みつけセンター」(熱田町)で見附の農産物の良さを市内外にPRしてきました。他にも、栃窪町での農業学習・体験を指導するなど、農業の魅力を市民に伝える取り組みにも尽力してきました。

退任後も、見附に定住する奥田さん。今後は、自身が設立した合同会社「みつけらいく」の代表として、みつけセンターの運営をはじめ、明晶町での棚田オーナー制度(関連19ページ)の開設など、引き続き見附の農業に携わっていきます。

### お世話になった人々へ向けて 奥田さんからのメッセージ

日本農業界が良くなる活動を行いたいと思い、ご縁あり、たくさんの人に助けていただきながら、あつという間の日々でした。

今後も設立した会社(合同会社みつけらいく)をベースに、見附で「人・農・食」がつながる活動をいたします。3年間、大変お世話になりました!

## 広報紙・市ホームページ有料広告募集

人目につきやすい!

連続掲載ほどお得!

■広報紙 1か月1枠 / 2万円~

■ホームページ 1か月 / 1万円

※ホームページは原則3か月から



広報紙は月1回全世帯に配布。市ホームページは年間62万件のアクセスがあります。

広報紙、市ホームページともに、掲載期間に応じて長期割引があります。

募集要項・申込み方法などの詳細は、市ホームページで「有料広告」で検索してください。

企画調整課 ☎62-1700 (内線317)



## 参加者募集中！ 申込みは6月20日(日)まで！ 健康運動教室で体力UP

多彩な  
トレーニング  
メニュー

専門職員  
による  
個別指導

体調に  
応じて運動  
を継続

- 対象 30歳以上の市民。または市内に勤務していて、医師に運動を禁止されていない人
- 参加費 月額1500円。初回は専用歩数計4950円が別途必要。
- 教室期間 6か月間（期間終了後も継続できます）
- 主な感染症対策 定期的な換気・手指消毒などの徹底

会場	ネーブルみつけ	武道館
	会場ごとに、曜日の組み合わせと開始時刻を選択してください。	
コース	[月・木] 10:00、14:00 (初回7/1(木)) [火・金] 10:00、14:00 (初回7/2(金))	[月・木] 19:00 (初回7/1(木)) [火・金] 10:00、19:00 (初回7/2(金))
申込み 園	・ネーブルいきいき健康づくりセンター ☎ 62-7804 ・武道館いきいき健康づくりセンター ☎ 62-9005 ・健康福祉課いきいき健康係 ☎ 61-1370 のいずれかへ申し込んでください。	

※申込みの際に必要なものがあります。事前にお問合せください。また、健康のため会場までは歩いて行きましょう。  
※新型コロナウイルスの影響により日程が変更となる場合があります。

## ラジオ体操・ナイトウォーキング

申込み不要で、誰でも気軽に参加できます。※新型コロナウイルス感染状況により中止する場合があります。 ☎健康福祉課 ☎ 61-1370

### ▶早朝ラジオ体操（開始日：実施曜日／時間）

【中央公民館前駐車場】月・水・土 / 6:30  
【武道館】金 / 6:30  
【道の駅パティオにいがた芝生広場】火・木・土 / 6:30

### ▶ナイトウォーキング

●とき 毎週火・木曜 19:00 から約45分（約3キロ）  
●集合場所 新町商店街「フラワーパーク」（新町交番向い）

参加者は、市内約70店で使える商品券と交換できる「健幸ポイント」がもらえます！ 皆さんの参加をお待ちしています！

## 保健委員が健康に役立つレシピを紹介 みつけ食育れしび

毎月19日（食育の日）に発行しているみつけ食育れしびは健康情報も満載！  
市内15か所に設置しているチラシや市ホームページでもご覧いただけます→



## 冷凍ぎょうざで簡単！水餃子



調理：今町地区保健委員

### POINT!

- ・主菜と副菜を一緒に食べられる1皿です。
- ・カット野菜の使用でより簡単に作れます。チルドや手作りがょうざ、どれを使ってもおいしい！
- ・しょうゆや酢の代用で、ぎょうざに付属のたれでもOK！ ラー油はお好みで調整しましょう。

### ■材料（4人分）

- ・冷凍ぎょうざ…16個 ・レタス…1/2個（200g）
- ・ミニトマト…8個 ・小ねぎ…適量 ・長ねぎ…1/4本
- ・しょうゆ…小さじ4 ・酢…小さじ4
- ・砂糖…小さじ1強 ・ごま油…小さじ2
- ・いりごま…小さじ2 ・ラー油…小さじ1
- ・すりおろし生姜…小さじ1

### ■作り方（約15分）

- ①ボウルにAとみじん切りにした長ねぎを混ぜ合わせ、ねぎだれを作る。
- ②レタスは洗い、食べやすい一口大にちぎる。用意した熱湯にサッと湯通しし、ザルにとって水気を切る。
- ③②のお湯を再度沸騰させ、冷凍ぎょうざを5分茹でる。
- ④お皿にレタス・ぎょうざを盛り付け、①のねぎだれをかける。ミニトマト、小口切りにした小ねぎを飾って完成！

【1食分の栄養価】 エネルギー 264kcal 食塩相当量 1.9g

運動が体に良いことはわかっているけど、「面倒だし」「忙しい」「今は健康だから」など、つい始めることを後回しにしがちです。でも、運動などの健康づくりを通して、地域でのお買い物などに使えるポイントがもらえるとしたら、やる気が出てきませんか。市では、普段の歩数や健康教室への参加、健診の受診などに応じてポイントがもらえる「健幸ポイント」事業を実施しています。獲得したポイントは、市内約70店舗で使える地域商品券に交換できるほか、学校や地域コミュニティ、NPO法人などに寄付することもできます。

健康づくりを頑張れば頑張るだけポイントがたまるこの事業、皆さんも、健康づくりを楽しみつつ始めてみませんか。

## 例えば、こんな健康づくりでポイントがもらえます



健康づくりに参加して…

年間最大 **510**ポイント！

早朝ラジオ体操やナイトウォーキング、健康運動教室など（次ページの健康プログラムに参加）



推奨歩数を達成して…

年間最大 **200**ポイント！

1日あたり8000歩（65歳以上は7000歩）歩くと、1日10ポイント。



健診を受診して…

年間 **1000**ポイント！

職場や市の健診結果を提出すると1000ポイント。

さまざまな健康づくりを通して… 年間最大 **6000**ポイントをゲット！

500ポイントごとに市内約70店舗で使える500円の地域商品券に交換できます。

※令和2年度は、参加者の約8割が商品券を獲得しました。

## 健幸ポイントへの参加条件・申込み

- 参加条件 市内在住かつ今年度30歳以上（平成4年4月1日以前生まれ）で、次を満たす人。
  - ▶指定の歩数計を日常的に携行し、歩数データを定期的に登録できる
  - ▶アンケート調査に協力できる
- 定員 300人 ※定員になり次第終了
- 参加費 無料。指定の歩数計をお持ちでない方は、歩数計（4,950円）の購入が必要。
- 申込み・園 ネーブルみつけいきいき健康づくりセンター（☎ 62-7804）・武道館いきいき健康づくりセンター（☎ 62-9005）・保健福祉センター（健康福祉課 ☎ 61-1370）にある申込書を同会場に提出してください。※詳細は、6月号と同日配布のチラシが市ホームページをご確認ください。

今なら新規入会  
キャンペーン中！



## NEW



## 歩数計がリニューアル・健康アプリを連動

これまで通り、市内公共施設の体組成計につないでデータを記録できるのはもちろん、スマホアプリ「からだカルテ」と連動し、自身の体組成データや健康情報などを自宅でも閲覧できます。



30歳～  
健康づくりを続けて地域商品券を手に入れよう  
健幸ポイント参加者募集中！



# 子宮頸がん・乳がん検診



子宮頸がんは20～30代、乳がんは40～50代に罹患率がピークとなります。**早期発見で死亡率を大きく減らせます**ので、この世代の人は積極的に検診を受診しましょう。

不正性器出血や乳房にしこりがあるなどの自覚症状がある人は、直接医療機関を受診してください

## 対象・内容

令和2年4月以降に市の子宮頸がん・乳がん検診を受診していない市民で、対象年齢に該当する女性 ※年齢は令和4年3月31日現在

【子宮頸がん検診】 19歳以上。子宮を全摘出した人は対象外。

●内容 問診、視診、細胞診、内診 ※子宮体がん検診は行いません

【乳がん検診】 40歳以上。妊婦、授乳中の女性は対象外。卒乳後6か月から受診可。

●内容 問診、乳房エックス線検査(マンモグラフィ) ※49歳以下：2方向、50歳以上：1方向

無料クーポン券をご利用ください



子宮頸がん検診は21歳、乳がん検診は41歳の年に配布しました。

**施設検診** 下表の指定医療機関の中から選んで予約・受診します。大変込み合いますので、早めにご予約ください。



主に市外で受診

受診日を選びやすい

受診施設選択OK

	子宮頸がん検診	乳がん検診
期間	6月1日～令和4年2月28日(実施日時は施設ごとに異なります)	
実施機関	長岡赤十字病院・長岡中央総合病院(中央健診センター)・立川総合病院(たちかわ総合健診センター)・済生会三条病院・茅原クリニック・レディースクリニック石黒・にしむら女性クリニック・セントポーリアウイメンズクリニック・長岡レディースクリニック・小林真紀子レディースクリニック	見附市立病院・長岡中央総合病院(中央健診センター)・立川総合病院(たちかわ総合健診センター)・済生会三条病院
料金	19～69歳は1700円、70歳以上は無料	40～49歳は1300円、50～69歳は800円、70歳以上は無料

**車検診** 下表の日程で予約し、検診車で検診を行います。2月の意向調査で申し込んだ人には、検診案内の書類を送付しています。



市内で受診


同時に受診できる

安い

	子宮頸がん検診	乳がん検診
会場・日時	【保健福祉センター】 8/17(火)、8/18(水)、10/30(土)、11/11(木)、11/25(木)、11/26(金)	【県央メジカルセンター】 10/25(月)
受付時間	① 9:00～9:30、② 9:30～10:00、③ 10:30～11:00、④ 13:00～13:30、⑤ 14:00～14:30のいずれか ※定員は、受付時間ごとに子宮頸がん検診30人、乳がん検診20人	
料金	19～69歳は600円、70歳以上は無料	40～49歳は1200円、50～69歳は700円、70歳以上は無料


**各種検診 申込み・問**

- 施設検診 健康福祉課(☎61-1370)へ。申込み後に案内を郵送しますので、受診希望施設へ予約してください。  
※検診書類が手元にある人やクーポン券をお持ちの人は、医療機関へ直接お申し込みください。
- 車検診 検診の1週間前までに健康福祉課(☎61-1370)へ。  
※両検診は市ホームページからも予約できます。右のQRコードからアクセスしてください。




## 乳がんの早期発見には乳房の自己触診が大切です

**触診の手順**




乳房とわきの下にしこりがないか、乳頭をつまみ分泌物がないかチェック!

自己触診することで、身体の異常に早く気づくことができます。2年に1度のマンモグラフィ検診と合わせ、月に1回の自己触診を習慣にしましょう。



鏡の前で両手を上げたら、ひきつれ、くぼみ、ただれ、へこみがないかチェック!

チェックのタイミングは生理が終わった1週間後がベスト! 閉経後の人は自分で日を決めて行いましょう。




6月26日(土) 9:00～15:00 会場：ネーブルみつけ

## 食

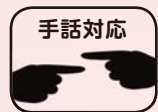
カレー・スパイス料理研究家 **いちじょう 一条もんこのライブキッチン!!**



見附出身のカレー・スパイス料理研究家・一条もんこさんが見附産野菜を使ったカレーを紹介。調理実演を通し、カレーがおいしくなるテクニックやスパイスの使い方、カレーのお供におすすめの副菜などをレクチャーします。 ※午前と午後でレシピが異なります

### イベントスケジュール

- 【10:30～11:30】 9:00から整理券配布(先着50人、1人1枚)  
▶電子レンジで簡単! おいしい見附の夏野菜カレー&副菜2品
- 【13:00～14:00】 12:00から整理券配布(先着50人、1人1枚)  
▶フライパンで簡単! おいしい見附の夏野菜カレー&副菜2品



手話対応

協力 (一社) 見附市観光物産協会、見附市意思疎通支援員

## 動

健幸ウォーキング ※小雨決行

見附市役所～イングリッシュガーデンまでの往復約5kmのコースを、BSNアナウンサー(予定)と一緒に歩きます。



※新型コロナウイルス感染状況によっては、人数を調整させていただくことがあります。

### イベントスケジュール

- 【1回目】 9:30～11:00 (9:00受付開始)
- 【2回目】 10:00～11:30 (9:30受付開始)
- 定員 各回30人  
※市民、または市内に通勤・通学している人に限ります。
- 申込み 6月18日(金)以降、ネーブルみつけいきいき健康づくりセンター(☎62-7804)、または武道館いきいき健康づくりセンター(☎62-9005)にある申込書を提出してください。

協力 健康サポートクラブ BSN 新潟放送

## 脳

脳の健康教室体験・認知症クイズラリー

簡単な読み書きやゲームを通して、脳の健康教室の認知症予防プログラムを体験してみませんか。認知症クイズラリーに参加すると、認知症サポーターキャラバンの「ロバ隊長」の手作りキットをプレゼント! ぜひこの機会に、認知症について学んでみませんか。



協力 脳の健康教室サポーター

※イベントの詳細は、6/18(金)に全世帯へ配布予定のチラシをご覧ください。

# 楽しみながら「健幸」になろう 健幸フェスタ2021

「健幸なまち」「スマートウェルネスみつけ」を目指して  
「日本一健康なまち」を目指す見附市が進める4本柱「食生活」「運動」「スポーツ」「生きがい」「健(検)診」の分野を中心に、子どもからお年寄りまで「健幸」を実感できるイベントです。  
健康福祉課 ☎61-1370





## アルカディア

☎63-5321 (休館:6月15日火) / 開館時間 9:00~21:45  
プレイガイド:上野屋書店、道の駅パティオにいがた ほか  
※前売り券で完売の場合、当日券は販売しません。

### オペラワークショップ 「ハンゼルとグレーテル」を歌ってみよう!

7/18(日) 13:00~16:00

対象 小学3年生~高校3年生

料 1,500円 (楽譜代込)

申込 文化ホール窓口または電話でお申し込みください。(先着順)

講師 坪内麗音 (ソプラノ)、鈴木至門 (バリトン)

12月25日に開催するアフタヌーンコンサートVol.4 オペラ「ハンゼルとグレーテル」公演に先駆けて、ワークショップを開催。舞台経験は問いません。主人公になりきって、オペラを歌ってみませんか。

### アフタヌーンコンサートシリーズVol.2 「ピアノトリオで世界を旅する」

7/22(木・祝) 開場13:30 開演14:00

【出演】佐々木友子(ヴァイオリン)、片野大輔(チェロ)、金子陽子(ピアノ)

会場 大ホール 全席自由 ※未就学児入場不可

料 一般 1000円(当日1200円)、中学生以下 500円(当日700円)

シャーマンの「小さな世界」など名曲の数々を演奏します。ピアノ・ヴァイオリン・チェロ、それぞれの個性が響き合い、世界中を旅するような気分が楽しめます。

### アフタヌーンコンサートシリーズVol.3 「館野泉・ヤンネ館野 & アルカディア フレンズ アンサンブル スペシャルコンサート」

6/26(土)~  
発売

9/20(月・祝) 開場13:30 開演14:30

【出演】館野泉(ピアノ)、ヤンネ館野(ヴァイオリン)、館野英司(指揮)、

アルカディア フレンズ アンサンブル

会場 大ホール 全席指定 ※学生はブロック指定自由席

料 一般 3000円(当日3300円)、学生 1000円(当日1300円)

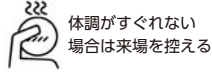
※未就学児入場不可

脳溢血で倒れ右半身不随となるも、「左手のピアニスト」として世界的に活躍する館野泉。指揮に弟、コンサートマスターには息子を迎えた、アルカディアだけのスペシャルプログラムでお贈りします。

新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください



マスクを着用して来場する



体調がすぐれない場合は来場を控える



## ギャラリーみつ

☎84-7755 (休館:毎週月曜※祝日の場合は翌平日)  
開館時間 10:00~22:00 / 入館無料

### 第21回 写団G写真展

6/22(火)~27(日)

展示室1 (最終日は17:00まで)

市内で活動する写真愛好家のグループ展を開催します。

6/27(日)13:00から講師家塚和彦氏の作品講評会を開催。



渡辺雅之『朝霧の中で』

長岡市 菊盛記念美術館より

### 舟越保武作

### 「茉莉花」展示

7/17(土)~

展示室1・2 前

見附市出身の菊盛嘉雄氏が収集した美術品を収蔵する「菊盛記念美術館」より、彫刻家舟越保武作の「茉莉花」を借用し、展示します。近代彫刻の名作をお楽しみください。



昨年の展示 舟越保武「LOLA」

### ギャラリーみつをさらに楽しめる!



### 作品観賞と一緒に楽しめる 喫茶コーナー

営業時間 10:00~18:00

薫り高いコーヒーや3種から選べるオリジナル紅茶、季節に合わせたアイスクリームなど、さまざまご用意しております。[ぽっぽ・どりいむ]のお菓子も販売中。ドリンクはテイクアウトもできます。



### 市内作家の作品が買える ショップ

営業時間 10:00~21:30

市内や近隣のクラフト作家や制作者の作品を中心に販売しています。絵はがきや飛び出すカード、アクセサリーや手作りマスク・バッグ、陶芸作品などから、ぜひお気に入りの一品を見つけてください。

対象、参加費、申込み、講師、会場、前売り券

# 市内求人情報



5月11日時点 市内求人人数

# 437人

(求人数: 289件)

※フルタイム・パート全て

このページは、5月11日時点の求人から勤務地が見附市のもを抜粋して掲載しています。既に求人が無くなっている場合があります。

☎ネーブルみつけ雇用情報コーナー  
☎62-7805

ハローワーク三条 ☎0256-38-5431

市内には魅力ある働く場がたくさんあります。既に約2800人が働く中部産業団地では、現在54社が操業。多くの求人を出しています。その他の市内企業も多くの求人を出しており、市内にはさまざまな職種の求人があります。

市内の求人情報をご覧いただき、見附を離れている人からも、見附で働くことを選択肢に入れてもらえるよう、皆さんからも声掛けをお願いします。

### 詳しい求人情報はこちら

■ネーブルみつけ雇用情報コーナー (平日9:00~17:00)

市内求人を探すことができ、専門相談員が就職に関する悩みにお答えします。

●就労相談 毎週水曜、第2・4土曜

9:00~15:30 (12:00~13:00は除く)

☎62-7805



■ハローワーク

インターネットサービス

ハローワーク 検索

※就業場所を見附市で  
絞込検索できます

### フルタイム (求人人数: 298人)

求人番号	社名	職種	月給(基本給+手当など)	人数	就業時間
3351311	(株)みつけタクシー	タクシー乗務員	189,468円~201,934円	3人	①8:00~0:00、②13:00~1:00 ③18:00~1:00 (変形*)
3489511	(株)越佐	ドライバー	180,000円~220,000円	1人	6:30~14:30 ※交代制(シフト制)
3603911	(株)マルイ	販売促進 (チラシ作成など)	172,500円~260,000円	1人	9:00~18:00 (変形*)
3703211	(農)ファーム小栗山	圃場管理、農作業全般	170,000円~180,000円	2人	①5:00~15:00、②8:00~18:00 ③9:00~17:00 (変形*)
3462211	(株)フジニ	人工皮革の染色作業員	155,000円~200,000円	2人	8:30~16:30、16:30~0:30、 0:30~8:30 ※交代制(シフト制)

\*1か月単位の変形労働時間制:1か月の労働時間を平均し、1週間あたりの労働時間が40時間以内になるように調整。1日8時間以上の労働あり。

### パート (求人人数: 139人)

求人番号	社名	職種	時給	人数	就業時間
3538011	原山化成工業(株)	配送員	950円~1,100円	1人	8:00~17:00の間で6時間程度
3671111	(有)もちづきスタジオ	美容サービス職	900円	1人	9:00~17:00
3209111	(有)あわづや	食品販売・事務スタッフ	850円~880円	1人	①8:00~12:00、②8:30~12:30 ③9:00~14:30
3682511	(株)ひまわり食品	寿司・弁当・惣菜盛り付け スタッフ	840円~900円	3人	①22:00~3:00、②20:00~1:00
3369311	里味食品加工(株)	食材加工員(夜間)	840円~880円	1人	①0:00~4:00、②0:00~5:00

### 見附の積極採用企業

## 株式会社セキノ興産 見附店



職種	月給	人数	就業時間
配送員	157,000円~186,200円	2人	8:00~17:00

【勤務地】 新幸町10-7 園(株)セキノ興産見附店 ☎61-4832、FAX 61-4831、✉kz-watanabe@sekino.co.jp

【会社紹介】 金属屋根、壁材の加工、各種建材の販売および設計管理を含め、太陽光発電システムやオール電化製品の販売を行っています。25都府県に60か所の営業拠点と5つの工場をもち、金属屋根・壁材の取扱量で業界トップシェアのグループ会社です。中でも見附店は平均年齢が33歳と、若い社員が活躍しています。何事にも熱意を抱き、常に向上心を持っている人を歓迎します。



## おいしいお米になれ！ 市内5つの小学校の児童が田植えを体験



1葛巻小学校 2上北谷小学校 3田井小学校  
4名木野小学校 5見附小学校 6田植えの道具「ごろ」で、苗を植える目印をつける 7子どもたちを指導する農家の星野三夫さんと奥田さん

5月初旬から中旬にかけて、市内5つの小学校で田植え体験の授業が行われました。子どもたちは地元農家の指導の下、ぬかるみに足を取られながらも、田植えを楽しんでいました。

葛巻小学校は、合同会社みつづけいくの奥田誠代表が運営する「棚田オーナー制度(明晶町)」に学校として参加。5月17日には5年生70人が、「明晶保全会」の農家の皆さんから指導を受けつつ、明晶町の棚田で手植えを体験しました。あいにくの悪天候でしたが、子どもたちは600㎡の田んぼに次々と「こしいぶき」の苗を植えていき、手持ちの苗が無くなると「こっちに苗をください」と声をあげながら、田植えを楽しんでいました。

田植え初体験の坂井希羽さんは、「田んぼが思った以上に深くて転びそうになりましたが、みんなで協力して苗を植えました。秋の収穫が楽しみですなので、これからおいしいお米に育ってほしいです」と話していました。

## 悪天候にも負けず力走 第7回見附刈谷田川ハーフマラソン・第49回見附市民マラソン



1号砲とともに飛び出すランナー 2コスプレやチームTシャツなど、さまざまな恰好で参加する人も 4親子で一緒にゴールを目指す 5災害時に活躍するトイレトレーラーを会場内に設置 6暴風雨にも負けず、ゴールめがけて力走するランナー

4月18日、見附市運動公園グラウンドをメイン会場に、第7回見附刈谷田川ハーフマラソン・第49回見附市民マラソンが開催され、3キロ・5キロ・10キロ・ハーフと、親子ペアの部(1.5キロ)を含む5部門に1,001人が参加しました。

当日は一斉スタートの密を避けるため、参加者は部門ごとに1組30人程度に分かれて運動公園グラウンド脇を出発し、公園周辺や刈谷田川沿いを走りました。道沿に駆け付けた観客は、声を出しての応援ができない分、拍手で選手を後押し。観客からの応援を受け、選手たちは悪天候にも負けず、ゴールを目指して力走していました。

ハーフマラソンの部で2位になった橋俣一さん(学校町2)は、「場内各所に消毒場所が設置されていたり、給水がペットボトルになっていたりと対策がしっかりしていたので、安心して大会に臨めました」と、大会を振り返っていました。



## 見頃の花と一緒にガーデンを満喫 ガーデンこどもDAY



当日は、市民の森で採れたどんぐりなどを使う木工クラフトや、サラダレタス鉢植えづくりなど、さまざまなイベントを開催

5月5日、みつけイングリッシュガーデンで「ガーデンこどもDAY」が開催され、市内外から親子連れなど約1,400人が来場し、季節の花や各種イベントを楽しみました。

ガーデンに咲く花や植物を用いたミニブーケづくりには、子どもから大人まで102人が参加。ガーデンを管理しているボランティア団体「ナチュラルガーデンクラブ」のメンバーが、色合いを考えて5~6種類の植物を組み合わせたセットをつくり、参加者は好きなセットを選んで、茎の長さや花の向きを考えつつブーケづくりを楽しんでいました。

家族3人で来場した菅原由季さん(昭和町1)は、一緒に来場した娘さんの様子について、「ミニブーケづくりや木工クラフトなどを体験していました。家にはない材料がたくさんあったので、普段工作をしない娘も熱中していました」と話していました。

## 川辺で自然を体感 刈谷田川フェスティバル2021



菜の花でおそろいのプチブーケを作る子どもたち

4月25日、名木野小学校近くの刈谷田川河川敷で「刈谷田川フェスティバル2021」が開催され、多くの親子連れが訪れました。

当日は、道路に落書きを楽しむコーナーや、ビニール風の凧揚げ体験など、親子で楽しめるイベントを実施。災害救助に使われる手漕ぎ型カヌー「Eボート」の乗船体験では、43人の参加者が嶺崎橋の周辺を往復し、川の流れに負けられないよう参加者で力を合わせて漕いでいました。

娘さんと2人で来場した鈴木可奈さん(月見台2)は、「毎年子どもと楽しみにしていたので、開催されてうれしいです。娘も会場で会った学校のお友達と、菜の花摘み体験を楽しんでいました」と話していました。





# オサムちゃん 13話

ひらひらとある  
作：村上徹

## あまい花びら



オサムちゃんが吸った紫の花は何だったんだろうと考えた結果、レンゲということになりました(咲くのは4月頃ではありますが)。ちなみに食べこぐまは2コマ目にもチラッと見切れています。

●出典 思潮社「矢沢実詩集—光る砂漠」

この他23通いただきました。

## 求人 市民プール監視員を募集

- 夏季にオープンする市民プールの監視員アルバイトを募集します。
- 業務 市民プールでのプール監視および受付、清掃業務
  - 勤務時間 週5日程度、9:30～18:30の8時間(休憩1時間含、シフト制)
  - 雇用期間 7月中旬～8/31(火)を予定
  - 時給 950円～(経験者優遇)
  - 対象 高校生以上で一定の泳力のある人
  - 募集人数 15人
  - 申込み・圖 市販の履歴書を6/25(金)までに総合体育館(☎62-3661)へ。※面接試験を行います。※雇用期間等は新型コロナウイルス感染症の状況により変動する場合がございます。

## ◆教科書展示会を開催します

- 三条教科書センター
- 日時 6/11(金)～24(木)9:00～17:00 ※平日のみ
  - 展示内容 今までの小・中学校・高等学校の教科書
- 見附市図書館
- 日時 6/12(土)～24(木)9:30～21:00 ※土日は18:00閉館。月曜休館。
  - 展示内容 小・中学校の教科書(令和3年度使用)および「中学校用教科書目録(令和4年度使用)」に掲載されている歴史分野の教科書
- 岡三条教科書センター
- ☎0256-45-1116

## 講座 「初めての日本画」講座

- 日本画家の先生が初心者にもわかりやすく教える人気の講座です。
- 内容 日本画用の絵の具で、色紙に花などの植物を描きます。※作品は、後日ネーブルみつけに展示します。
  - 日時 6/14・21・28(月)19:00～21:00
  - 場所 ネーブルみつけ
  - 参加費 1,000円(初回徴収)
  - 持ち物 絵の題材になる草花、顔彩絵具(お持ちの人)
  - 定員 10人
  - 講師 小林路子氏
  - 申込み・圖 6/11(金)までに、まちづくり課(☎62-7801)へ。

## 講座 「初心者向け短歌」講座

- 自然、風景、自分の気持ちを三十一文字の「ことば」にしてみませんか。
- 内容 歌人の先生が基礎を分かりやすく指導します。講座の2、3回目は希望者の短歌の講評を行います。
  - 日時 6/23、7/14、7/21日の3回。いずれも水曜日、18:30～20:00 ※原則として3回とも参加できる人
  - 場所 ネーブルみつけ
  - 参加費 無料
  - 定員 24人(先着順)
  - 講師 田宮朋子氏(現代歌人協会会員)
  - 申込み・圖 6/21(月)までに、まちづくり課(☎62-7801)へ。

## 募集 第36回見附市美術協会展(美協展)の作品を募集

- 日ごろ制作している美術作品を発表しませんか。初心者の人も大歓迎です。応募作品は全て展示します。
- 受付 7/4(日)17:00～19:30
  - 場所 ギャラリーみつけ
  - 資格 市民、市内に通勤・通学している人(中学生以上)または、それに準じる人
  - 作品 制作者のオリジナル作品(各部門2点以内)
- ※部門、規定事項などの詳細は、ギャラリーみつけ、ネーブルみつけ、公民館などにある開催要項をご覧ください。
- 会期 7/9(金)～11(日)10:00～20:00 ※最終日は17:00まで
- 岡まちづくり課☎62-7801



## 講座 【大人の食育講座】簡単でヘルシー、お肉の献立

- 簡単な調理法でさっぱりと食べられるお肉の献立をご紹介します。おいしい野菜料理と併せて、高血糖予防やメタボ予防についてもお伝えします。
- 日時 7/13(火)10:00～12:30
  - 場所 ふあみりあ
  - 講師 高橋友美氏(地域活動管理栄養士)
  - 参加費 1,000円
  - 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、布巾3枚、手拭きタオル、筆記用具
  - 定員 16人
  - メニュー ごはん、豚肉の麴煮し、えのきのじゃこ煮、なすとパブリカのマリネ
  - 申込み・圖 7/5(月)までにふあみりあ(☎62-1915)へ。締め切り後はキャンセル料(参加費)あり。

## 健康 歯科健診で歯周病を早期発見

- 歯周病は歯を失う原因になるほか、糖尿病、心臓病、動脈硬化など全身の病気になることがあります。自分の歯で長く食事をし、健康な身体を保つためにも定期的な歯科健診を受けましょう。
- 歯周病検診
- 対象 令和4年3月31日時点で30・40・50・60・70歳の人
  - 料金 300円(70歳の方は無料)
- 後期高齢者歯科健診
- 対象 令和4年4月1日時点で76・80歳の人
  - 料金 無料
- 各検診共通
- 実施期間 11/30(火)まで
  - 内容 歯と歯ぐきのチェック、ブラッシング指導など
  - 実施医療機関 市内または中之島地区の指定歯科医療機関
- ※対象者には5月下旬に案内を送付しました。
- 岡健康福祉課☎61-1370

## その他 男女共同参画について考えてみませんか

- 6/23～29は「男女共同参画週間」
- 市は、「男女がいきいき、共に輝くまち」を目指して啓発活動に取り組んでいます。この機会に、男女共同参画について考え、家庭や地域、学校などで話し合ってみませんか。
- 男女共同参画パネル展
- 性別に関わりなく家庭でも仕事でも活躍できるヒントを見つけてませんか。
- 日時 6/23(火)～29(火)9:00～21:45
  - 場所 ネーブルみつけ

## 男女共同参画図書コーナー

- 男女共同参画やワークライフバランスに関するたくさんの本を集め、展示・貸し出します。
- 日時 6/23(火)～7/8(木)9:30～21:00 ※土日は18:30閉館。月曜休館。
  - 場所 図書館
- 岡まちづくり課☎62-7801

# お知らせ広場

見附市役所 ☎62-1700  
FAX 63-1006

今月の税の納期限 📅  
●市県民税(普通徴収) 6月30日(水)

## 子育て 6月は児童手当の支給月

- 支給日 6/10(休)
  - 支給月数 2～5月の4か月分(新規認定者は認定月に応じて支給)
- 児童手当現況届を提出してください
- 令和3年度の児童手当現況届を6月上旬に送付します。添付書類をご確認の上、必ず期限までにご提出ください。※現況届が未提出の場合、6月分以降の児童手当が一時的に支給停止されます。ご注意ください。
- 岡こども課☎内線441

## その他 6月は「土砂災害防止月間」

梅雨時期の大雨によるけがけ崩れや地すべりなどの土砂災害は一瞬のうちに尊い命や財産を奪ってしまいます。山やがけ、川などで危険な箇所を見つけたら、速やかに市役所または地域振興局(☎38-2629)へご連絡ください。

また、日頃から避難場所を確認し、大雨の際には、県や新潟地方気象台の「土砂災害警戒情報」にも注意してください。

岡建設課☎内線248

## その他 償却資産(固定資産税)の実地調査と未申告者の調査を実施

市に申告されている償却資産申告書と、国税申告資料、事業者が保管する帳簿などを照合し、適正に申告されているかを調査します。また、今年から未申告者に対しても同様の調査を行います。

該当する事業者には、7月から順時、調査書類を郵送します。

岡税務課☎内線129

## 読者の声

市に寄せられた広報みつけ5月号の感想をご紹介します。(応募方法は裏紙中段に)

- 高齢者のワクチン接種が始まりました。私も両親が6月に予約をしました。何事もなくワクチン接種を終え、1日も早く皆が終わって、コロナも治まり前のような生活ができるようになってほしいです。(50代)
- 編集から▼ありがとうございます。コロナ禍が早く収束して、私たち広報担当も気兼ねなく取材できる毎日に戻りたいです。高齢者以外のワクチン接種については6月中旬を目途にお知らせする予定です。ぜひチェックをお願いします。(50代)
- 子供達が独立し学校のおたよりなどが無い現在毎月配布される広報みつけ」がとても楽しみです。今月は「どんな表紙かな？」と考えたりして待っています。有りがらうばってください。有りがらうばっています。(50代)
- 編集から▼ありがとうございます！表紙の写真は、毎号特に力を入れて取り組んでいます。これからも、見る人が楽しめる表紙を提供できるように頑張ります！



# こどもおでかけ

見附のイベント  
はこちら→



見附の子育  
て支援制度  
はこちら→



## アジサイの中をお散歩

0歳～  
おすすめ  
水道山公園



見頃は6月中旬～下旬頃

小高い山の斜面には、時期になると青色や紫色のアジサイが一面に咲き誇ります。晴れていれば、丘の上から守門岳や栗ヶ岳を一望できるかも。休日のちよとしたおでかけに、美しいアジサイの中をお散歩するのはいかがでしょうか。

園建設課 ☎62-1700(内線250)

### お散歩の際の注意事項

・現地の駐車場は数に限りがあります。車は中央公民館や市役所、総合体育館などに置き、コミュニティバスなど公共交通でお越しください。

・路上駐車は通行の妨げになるので止めてください。

・現地の地図などは、市ホームページ(→QRコード)でご覧いただけます。



## ボードゲームで遊ぼう!

3歳～  
おすすめ  
梅雨の時期でも室内で楽しめます



(1) 赤と青のお化けをチェスのように動かして競う「ガイスター」

ネーブルみつけでは、世界中のボードゲーム30種類を貸し出しています。子どもから大人まで楽しめるボードゲームは、楽しみながら戦略を考えることで、子どもの脳トレーニングにもぴったり! 遊び方が分からない場合は、ネーブルみつけの駅長や職員が、分かりやすくご説明します。

貸出時間 9:00～17:00

1グループにつき1ゲーム貸出。遊び終わったら、次のゲームで遊べます。  
※小学生未満は保護者同伴  
●貸出・園 ネーブルみつけ駅長(☎62-7802)へ。



# お悩み

市の「こどもの食事相談」で出たママさんの悩みを紹介



離乳食から幼児食まで、管理栄養士が個別相談に応じます。毎月第2水曜日の午後、今子育て支援センターにて予約優先で実施。日程や詳細は、市ホームページをご覧ください。申込み・園今町子育て支援センター ☎61-5010

Q ベビーフードは与えていい? (5か月ママ)

A 手作り離乳食と組み合わせ上手に与えましょう

ベビーフードは温めたり、お湯を加えたりするだけですぐに食べることができます。調理の手間が省けるので、忙しいご家庭には便利なものですね。

しかし、製品によっては「固すぎる」「柔らかすぎる」ことがあります。また、さまざまな種類の食材を使用したものと、赤ちゃんが食材1つ1つを味わうことができません。ベビーフードだけでは、赤ちゃんの成長に必要な栄養バランスが取りにくい場合もあります。利用する際には、その特徴を踏まえながら、手作り離乳食と組み合わせ、上手に与えることを心がけましょう。

栄養士が  
お答えします



### 本ページへの意見募集

裏表紙(次ページ)の広報クイズプレゼントから応募をお願いします。

## 母子保健事業のお知らせ 園こども課 ☎62-1700 (内線 446)

種類	対象	日にち	受付時間	ところ	持ち物・その他
1歳6か月児健診	令和元年11月生	6月4日(金)	13:00～	保健福祉センター	母子手帳・問診票・フッ素塗布希望書・バスタオル ※歯科健診があるため歯を磨いてきてください。
	令和元年12月生	7月9日(金)			
3歳児健診	平成30年5・6月生	6月25日(金)	13:15		母子手帳・問診票・フッ素塗布希望書 朝いちばんの尿・目と耳のアンケート・バスタオル ※歯科健診があるため歯を磨いてきてください。
4か月児健診	医療機関で個別実施 ※対象者には受診票を郵送します。				
オンライン離乳食教室 (ZOOMで開催)	令和3年1月生	6月9日(水)	13:30～14:30	自宅または保健福祉センター	4か月児健診の案内に同封した「離乳食のすすめ方」(オレンジ色の紙)・離乳はじめてBOOK ※3日前までに市ホームページから申し込んでください。
	令和2年10月生	6月16日(水)			
	令和3年2月生	7月7日(水)			
すくすく相談会(7～8か月児)	今年度は中止 ※個別で発達・発育の相談をこども課またはネウボラみつけ(☎63-2860)で受け付けます。				

・当日に、感染症が疑われる症状(発熱・せき・嘔吐・下痢など)がある場合は、受診を見合わせてください。  
・ご都合の悪い場合はご連絡ください。翌月以降も受診できます。  
・感染予防策や健診の詳細は、市ホームページをご確認ください。(QRコード→)



オンライン離乳食教室の申込みフォーム  
はこちら→



# 一人で悩まず 困ったら 相談

相談は全て無料で、秘密厳守です。記載のないものは祝日実施はありません。

種類	内容	日・曜日	時間	場所	予約・問	
高齢者	専門の相談員(主任介護支援専門員、社会福祉士、保健師など)による介護予防や高齢者の生活全般の相談 ※相談方法は、希望する方法(電話、来所、訪問など)で各センターが対応	月～金曜日	8:30～17:30	包括中央(見附中学校区、大平園内) 包括南(南中学校区、古志乃里内) 包括西(西中学校区、いいねか邸内) 包括今町(今町中学校区、坂井園内)	☎63-3555 ☎62-1750 ☎62-3345 ☎61-5221	
		月～金曜日	9:00～17:00	①障がい者支援センターあさひ(ネーブルみつけ内、水曜日は訪問相談のみ) ②相談支援事業所すきつづ ③障害者相談支援センターえがみ(みつけワークス)	☎090-1695-1350 ☎62-2181 ☎080-8728-6338	
		月～金曜日	9:00～16:00	健康の駅(保健福祉センター) ※保健福祉センター1階ロビーへ一時的に移動しました。相談対応のみで、交流や体験は休止しています。	☎62-7835	
心の専用相談(のつラインによる)	心の相談員による心身の不調や悩み相談	月～金曜日	9:00～16:00		☎62-7830	
心(相談会)	(要予約) 臨床心理士による心身の不調や悩みの相談。予約は16日(水)まで	6月19日(土)	13:30～16:30	保健福祉センター	健康福祉課 ☎61-1370	
消費生活	悪質商法や商品・契約トラブルなどの消費生活の相談	市消費生活相談窓口	月～金曜日	9:00～16:00	見附市役所1階市民生活課	全国共通 ☎188
		県消費生活センター	月～金曜日	16:00～16:30		
		国民生活センター	土曜日	9:00～16:00		
多重債務	消費生活相談員による債務の相談	月～金曜日	9:00～16:00	見附市役所1階市民生活課		
生活困窮者	専門相談員が一人ひとりに支援プランをたて家計・就労を支援	月～金曜日	9:00～17:00	くらしの自立支援センターみつけ(保健福祉センター内)	☎62-7010	
就労	(要予約) 三条地域若者サポートステーション相談員による15～49歳の人、その保護者の相談・就労支援	6月9日(水)	13:00～15:00	中央公民館	健康福祉課 ☎61-1370	
		6月23日(水) (予約不要)	13:00～15:30	ネーブルみつけ		
		専門相談員による就労相談	毎週水曜日、第2・4土曜日	9:00～15:30	ネーブルみつけ雇用情報コーナー	☎62-7805
労働・生活	専門相談員による解雇、セクハラ、年金、いじめ、家庭不和などの相談	月～金曜日	10:00～16:00	ながおかライフサポートセンター	☎86-8898	
年金	(要予約) 三条年金事務所による相談	6月23日(水)	10:00～12:00 13:00～15:00	ネーブルみつけ	三条年金事務所 ☎0256-32-2820	
法律 一般	(要予約) 弁護士による法律相談	6月8日(火)、22日(火)	13:00～16:00	見附市役所1階相談室	☎62-1700 (内線151)	
女性	(来所は要予約) 専門相談員による夫婦・親子関係など女性が抱える悩みの相談	月～金曜日	10:00～16:30 水曜日は19時まで	NPO 法人女のスペース・ながおか	☎38-0456	
子育て	保育士による育児相談	月～金曜日	9:00～16:00	学校町子育て支援センター 新町子育て支援センター 今町子育て支援センター	☎62-7803 ☎62-7551 ☎61-5010	
		月～金曜日	9:30～16:30	ネウボラみつけ(保健福祉センター内)	☎63-2860	
		月～金曜日	9:00～16:00	青少年育成センター(みつけ伝承館2階)	☎62-5739	

## 発生状況 (令和3年1月1日～4月30日)

- 火災 3件(+1) ●救急 580件(+115)  
※火災・救急情報の連絡は☎63-3131へ
- 交通事故 10件(+0)
- 交通事故死者数 0人(-1) ※( )は対前年比

## 人口のうごき (令和3年5月1日現在)

- 人口 39,793(-281)  
▷男 19,382(-123) ▷女 20,411(-158)
- 世帯 15,216(-141) ※( )は前年同月比

## 市役所1階休日の窓口

- とき 日曜日8:30～12:30 ※パスポート受け取りは9:00～12:00
- 内容 戸籍証明、住民票証明、印鑑証明、印鑑登録、パスポート(受け取りのみ) ※マイナンバーカードでコンビニから住民票の写しなどを取得可(各種条件あり、毎日6:30～23:00)。

## 施設のお知らせ

- 図書館 月曜日、第2金曜日は休館 ●ほっとびあ 10日(水)は休館
- ネーブルみつけ 30日(水)は17:00閉館



にし ひなた  
西 陽汰くん(市野坪町)

平成30年3月12日生まれ



3月12日に保健福祉センターで。お父さんの隆宏さんと一緒に。

※出演希望の人は3歳児健診前日までに企画調整課 ☎62-1700 へ

# I hope your growth! 大きくなってね

## ●おうちの人に聞きました 陽汰くんはどんなお子さん?

### 名前の由来は?

太陽のように明るく元気な子になってほしいという思いを込めて名付けました。

### 陽汰くんに一言

人の気持ちが分かる人になってね。

いつも元気で、家でも保育園でも走り回るのが大好きです。BTSの『Dynamite』が好きで、音楽を流すと歌ってくれます。私が卓球をしている影響で、最近は卓球のラケットを振るようになりました。いつか一緒に卓球をしてくれるとうれしいです。

### 赤ちゃんが生まれたご家庭に

**見附産「おくるみ」プレゼント**  
赤ちゃんの肌にも優しい素材のおくるみです。対象のご家庭や製品については市ホームページへ(→)

## 広報クイズ & プレゼント

見附のアンテナショップ「みらい市場」(ネーブルみつけ内)さんからプレゼントを提供いただいています。

今月のプレゼント (3名様)

「みらい市場」商品券 1000 円分



●みらい市場 (ネーブルみつけ内) ☎62-7877



【お店から】父の日ギフトに「クールビズシャツ(花火)」夏を涼しく過ごすアイテム「クールビズシャツ」がおススメ! ちりめん加工・抗菌・防臭・吸水速乾機能付きで、これ一着で暑さ対策も含め、快適に過ごせます。プレゼントを提供いただけるお店・団体を随時募集しています。詳しくは企画調整課 ☎内線 317) まで。

## 広報クイズ

Q. 警戒レベルの「レベル4」が意味するのは?

避難〇〇 ヒント: 3P. 避難勧告はこれに一本化!

正解者の中から抽選で、プレゼントをお送りします。当選者の発表は、プレゼントの発送を持ってかえさせていただきます。なお、個人情報は一切公表しません。

【応募 ※1クイズに1人1回まで、6月16日(水)締め切り】クイズの答え、「広報みつけ」への感想や意見、氏名、住所、年齢を書いて、ファックスやはがきでの郵送、電子メールまたは簡単フォーム(QRコード)で応募ください。

〒954-8686 見附市昭和町2-1-1  
「見附市企画調整課秘書広報係」まで  
☎63-1006、kouhou@city.mitsuke.niigata.jp



## 休日・夜間のお医者さん

●休日在宅当番医(午前9時~11時30分、午後1時~4時30分)

	診療科目	医療機関	住所	電話
6月	6	内科	山谷クリニック 本所1-12-10	(61)1388
	13	内科	石川医院 今町6-3-45	(66)2140
	20	内科	杏仁堂医院 本町1-2-50	(62)0123
	27	外科	中之島クリニック 長岡市中之島中条218	(61)2551
7月	4	内科	田崎医院 本町2-9-23	(62)1122
	11	内科	関谷医院 新町2-2-5	(61)0205
	18	外科	星整形外科医院 柳橋町274-6	(66)8808
	22	内科	林俊竜クリニック 柳橋町274-23	(66)3000
	23	内科	石川医院 今町6-3-45	(66)2140
	25	外科	わたなべ皮膚科 昭和町2-21-22	(62)7750

- 長岡休日・夜間急患診療所  
(長岡市幸町2-1-1さいわいプラザ内) ☎37-1199  
▶月~金曜日午後6時45分~9時30分  
▶日曜日・祝日午前9時~11時30分、午後1時~4時30分

- 県医師会応急診療所  
(三条市興野1-13-67(三条地域振興局隣)) ☎0256-32-0909  
▶月~金曜日午後7時~10時▶土曜日午後2時~4時30分、午後7時~10時▶日曜日・祝日・年末年始・お盆午前9時~正午、午後1時~4時30分、午後7時~10時

- 中越子ども急患センター(日・祝日は長岡休日・夜間急患診療へ)  
(長岡市幸町2-1-1さいわいプラザ内) ☎86-5099  
▶月~土曜日(祝日を除く)午後6時45分~9時30分



広報みつけ・イベントカレンダーなどを

マチイロで簡単チェック!

右QRコードをスマホ・タブレットで読み取り、アプリをダウンロード▶

iOS



Android



見附市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています

(←) 見附のイメージキャラクター「ミック」