

人とまちをつなぐ広報紙

# 広報みつけ

6

June  
2022  
NO.742



Public Relations MITSUKE



## 20年間の感謝を胸に、大人への第一歩

令和4年度 見附市成人式





# 令和4年度 見附市成人式

5月3日、見附市文化ホールアルカディアで令和4年度成人式が行われ、晴れ着やスーツに身を包んだ新成人は、懐かしい級友たちとの久しぶりの再会を喜びました。  
式典は、市内4中学校から新成人を代表した成人式実行委員15人が企画運営を担当。式典前には、中学3年生時の恩師からのメッセージが掲載

された記念誌が配布され、手に取った新成人たちが思い出話に花を咲かせていました。また式典では、市内老舗洋菓子店のクッキーなどが当たる抽選会も行われ、実行委員が当選者に二十歳の抱負などをインタビューしていました。  
新成人を代表して「二十歳のメッセージ」を発表した櫻井敬史さん（見附中卒）は、

「子どもの頃から、誰に対しても礼儀を大事にし、相手の気持ちや周りを見て行動するということを心がけてきました。そのコミュニケーション能力は、今後の人生でとても大事なものだと思います。二十年間お世話になった人たちに感謝の気持ち忘れずに生活していきたいです」と、感謝の意を込めて話しました。

令和4年度新成人総数 419人  
(2001.4.2～2002.4.1生まれ)

中学校別人数 見附中： 88人  
西 中：134人  
南 中：106人  
今町中： 91人

※令和4年度から、成人年齢が18歳に引き下げられましたが、見附市ではこれまで通り前年度中に20歳に達した人を対象に成人式を行います。

※撮影時のみ、マスクを外している写真があります。



## 新成人が生まれた時期の出来事 (2001～2002年)

- ▶新潟スタジアム ビッグスワンが完成
- ▶『千と千尋の神隠し』大ヒット
- ▶東京ディズニーシー・ユニバーサルスタジオジャパン開園
- ▶皇室にて愛子内親王誕生
- ▶イチロー選手が大リーグデビュー
- ▶小泉純一郎内閣が発足
- ▶『明日があるさ』が流行語に
- ▶定期券『Suica』登場
- ▶アメリカ同時多発テロ事件発生

## 成人式に参加できなかった人へ

ここには掲載しきれなかった写真を市ホームページ(→QR)で掲載しています。



成人式を迎えた  
皆さんの未来が  
光り輝くことを  
心よりお祈り  
いたします

見附市より





1号砲とともに勢よく駆け出すランナー 2大会スタッフや沿道の観客も、手拍子でランナーを後押し 3見附グルメの販売ブース 4自己ベストを目指し、苦しくも諦めない 5ゴール後の充実した笑顔 6お互いの健闘をたたえ合う 7曇一つない青空に、Tシャツの色と笑顔が映える 8全集中！走りの呼吸！



第50回記念見附市民マラソン大会 兼

(↑) 桜舞い散る中を駆け抜ける

第8回見附刈谷田川

# ハーフマラソン大会



春の見附路を疾走

4月17日、見附運動公園をメイン会場に、第50回記念見附市民マラソン大会・第8回見附刈谷田川ハーフマラソン大会が開催されました。

今年はハーフマラソンのコースをはじめ、3キロ、5キロ、10キロ、親子ペアの部（1・5キロ）の5部門の他、人気映画やアニメのキャラなどに仮装したランナーを評価する仮装部門を設置。市内はもちろん、県外からの参加者も含め、約1000人が参加しました。

号砲とともにスタートした各ランナーは、運動公園周辺や刈谷田川沿いなどを疾走。春の日差しを受けながら、ゴール目がけて力走していました。



ハーフマラソン優勝者



1時間10分54秒（大会新）  
たむら ゆういち  
田村 裕一さん（群馬県）

見附のコースはアップダウンが少く、気持ちよく走れました。来年もまた参加したいです。





### 3回目接種 集団接種の日程を追加しました

12月に2回目接種をした人や未接種の人を対象に、追加で集団接種日を設けます。  
市の集団接種としては最終日となります。接種を希望する人はお早めにご予約ください。

- 対象 2回目接種日から5か月以上経過した12歳以上の市民（3回目未接種）  
※15歳以下の人は保護者の同伴・同意が必要です。

接種完了済みの人は  
対象者中 **77.5%**  
※5/24時点

#### 集団接種の日程

日程	受付時間	会場
6/24(金)	14:30～15:30(30分間隔)	市立病院
6/25(土)	14:00～16:00(15分間隔)	保健福祉センター
7/2(土)	9:00～11:15(15分間隔)	保健福祉センター

#### ▶2回目接種後に市内へ転入した人は

2回目接種日から6か月経過後も、市から3回目接種券が届かない人や、海外から転入した人は、市コールセンターへご連絡ください。

### 1・2回目接種 今後の接種日をお知らせします

- 対象 12歳以上でワクチン未接種の市民

1回目接種	2回目接種	会場 / 受付時間
7/8(金)	7/29(金)	市立病院 / 14:30～15:30(30分間隔)

### 小児接種(5～11歳) 接種日程を追加しました

未接種の人、新たに接種券が届いた人で接種を希望する場合は、予約サイトまたは市コールセンターからご予約ください。

1回目接種	2回目接種	受付時間	会場
6/8(水)	6/29(水)	15:30～16:00	石川医院(今町6-3-45)
6/10(金)	7/1(金)	11:00～11:30 / 15:30～16:00	
6/17(金)	7/8(金)	11:00～11:30 / 15:30～16:00	

## ワクチンの予約方法

#### ①ネット予約 24時間受付

市予約サイト(→QR)から予約してください。



#### ②電話予約 平日9:00～17:00受付

見附市コロナワクチンコールセンター ☎ **63-5670**  
※電話が集中するとつながりにくくなります。できるだけ市予約サイトをご利用ください。

※個別接種(一部の医療機関を除く)は、各医療機関に直接お問い合わせください。

5月24日時点

新型コロナウイルスの

# ワクチン情報

関見附市コロナワクチンコールセンター ☎ 63-5670 (コロナゼロ)

### 4回目接種 対象と接種方法をお知らせします

国の分科会で方針が決定されたことを受け、市でも4回目接種を実施します。これまでの接種と違い、**対象者が大幅に異なっていますので、対象や接種方法などをよくご確認ください。**

#### 対象 3回目接種から5か月以上経過し、次のいずれかに該当する市民

- 60歳以上の人
- 18歳以上60歳未満で基礎疾患のある人 ※基礎疾患の内容は市ホームページ(→QR)へ。
- 上記以外の人で、18歳以上60歳未満で重症化リスクが高いと医師が認める人



- ・②に該当する人で、1回目接種時に「基礎疾患を有する者」として申請した人は**手続き不要**です。以下のスケジュールで必要書類を送付します。
- ・上記以外で②、③に該当し、接種を希望する場合は**手続きが必要**です。6月30日(木)までに、市コールセンターまたは市ホームページ(→QR)よりお申込みください。

4回目は  
白色封筒です

#### 接種券 以下の予定にもとづき、専用封筒(→)で順次送付します。

3回目接種月	1月以前	2月		3月		
		2/1～15	2/16～28	3/1～10	3/11～19	3/20～31
接種券の送付時期	5/30(月)送付済	6/3(金)送付済	6/10(金)送付予定	6/24(金)送付予定	7月上旬送付予定	7月中旬送付予定

※3回目の接種状況や国の方針などを受け、送付スケジュールを変更する場合があります。



#### 接種方法 原則として3回目接種と同じ方法で接種してください。

3回目の接種方法	4回目の接種方法
<b>集団接種</b> ※2/16～5/14に接種した人 (市立病院か保健福祉センター)	<b>市の集団接種(市立病院か保健福祉センター)で接種</b> ※日時と会場をあらかじめ指定します。接種券に同封の案内をご確認ください。
<b>個別接種</b> (かかりつけ医など)	<b>3回目と同じ医療機関で接種</b> 接種が難しい場合は、市の集団接種または他の医療機関を予約してください。接種を行う医療機関は、接種券に同封されている案内チラシをご確認ください。 ※接種券が手元のない段階での個別医療機関への問い合わせは通常診療の妨げになりますので、お控えください。

※高齢者施設入所者などは各施設へお問い合わせください。

※上記以外の方法(県の大規模接種会場など)で接種した人は、市の集団接種または個別接種を予約してください。

6/12(日)

各ご家庭で災害への備えを確認しましょう

## 見附市総合防災訓練を実施します

出水期を前に、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う。

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：土砂災害の可能性が高まる。いつでも避難できるように準備	メール、FAX、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、FAX、スピーカー
9:10	避難指示：災害発生の一歩手前。速やかにすべての人が避難	メール、FAX、スピーカー
9:25	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、FAX、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

### 市民も参加可能 避難所開設・受入訓練

地域コミュニティごとに、感染症対策を踏まえた避難所を開設します。自由に見学できますので、ぜひお越しください。

●時間 8:50～10:00 ●場所 以下の10か所  
見附小学校 / 中央公民館 / 北谷公民館 / 田井小学校 / 見附第二小学校 / 上北谷公民館 / 葛巻地区ふるさとセンター / 新潟公民館 / 今町公民館 / 今町小学校

※例年各町内で行っている避難訓練は今年も中止します。

### 避難の際に役立つツール

避難所の混雑状況を確認  
**VACAN Maps**  
市内の避難所の混雑状況を5段階で表示。避難する前にチェックし、混雑していない避難所へ避難することで、密集・密接を避けることができます。VACANには、右のQRコードからアクセスしてください。



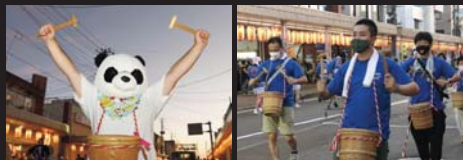
## 第54回見附まつりの参加者を募集

民踊流し 7/24(日) 19:00～20:45



個人や小グループでの参加も大歓迎。CDの貸し出しも行っています。 問見附商工会 ☎ 62-1365

樽はやし大会 7/25(月) 18:55～20:30



今年は仮装大会も実施！ テーマは自由で、コスプレやフェイスペイントなどもOKです。表彰者には豪華賞品も用意します。詳しくはお問合せください。

### 見附まつり寄附のお願い

町内会を通じ、寄附を依頼します。自主的な寄附金ですが、1世帯500円を目安に、市民の皆様からのご協力をお願いいたします。企業からも協賛金を募集しています。詳しくは、見附まつり実行委員会事務局（まちづくり課内、☎ 62-7801）へ。

●申込み・問 6/13(月)以降、見附青年会議所（☎ 090-5504-1496、担当：木澤）へ電話、または青年会議所ホームページ（→QR）から申し込みしてください。※参加者多数の場合は抽選



【練習会】申込み不要。初めての人も大歓迎です。

▶日時 7月15日(金) 19:30～ ▶場所 アルカディア

当日は新型コロナウイルス感染症対策を講じて実施します（マスク着用、大声を出さない、人と人との間隔の確保など）

小さなまちに、大きな力を

※令和4年度採用の職員の方々

令和5年4月採用

見附市職員採用試験

県外在住者は一次試験を全国主要都市で受験できます

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	採用予定数	職務内容	受験資格
一般事務職員【大卒程度】	8名程度	本庁または出先機関での行政事務	【共通】平成5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5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5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】	若干名	本庁での設計や維持管理などの業務	昭和58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5年の保健師国家試験で免許取得見込みの人。
保健師	若干名	本庁または出先機関で職種に応じた業務	昭和53年4月2日以降に生まれ、薬剤師の資格を有する人。または令和5年の薬剤師国家試験で免許取得見込みの人。
薬剤師	1名程度	市立病院で職種に応じた業務	昭和58年4月2日以降に生まれ、介護福祉士の資格を有する人。または令和5年の介護福祉士国家試験で免許取得見込みの人。
介護福祉士	若干名	市立病院または介護老人保健施設での介護業務	

▶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 ※結果は市ホームページで発表します。最終結果は、合否を郵送にて通知します。

【一般事務職員・技術職員・保健師】

試験職種	第1次試験	第2次・第3次試験	最終合格
一般事務職員	●試験内容 職種によって試験内容が異なります。 ▷一般事務職員 ①教養試験・適性試験 / ②SPI3試験のいずれか	【第2次試験】 8月中下旬・面接試験 【第3次試験】 9月中下旬・面接試験	10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 7/24(日) 9:15（市役所会場）	●会場 見附市役所（予定）	

【薬剤師・介護福祉士】

試験職種	第1次試験	第2次試験	最終合格
薬剤師	●日時 7/24(日) 8:45 ●会場 見附市役所	8月中下旬・面接試験	9月中旬（予定）
介護福祉士	●試験内容 適性検査（SPI試験）、作文試験	※1次試験と同日に行う場合もあります。	

3 受験申込み・問

7/15(金)まで、電子申請で受け付けています。試験内容に関する詳細は、市ホームページ（→QR）をご確認ください。電子申請以外での申し込みを希望する人は、総務課（☎ 62-1700、内線 324）へ。





## 名木野保育園、漆山保育園、和楽保育園を対象に 民営化の移管先法人を募集

市では、令和6年4月1日から3園セットで民営化を予定している名木野保育園、漆山保育園、和楽保育園の移管先法人を公募します。応募を希望する法人は、6月下旬に市ホームページで公開する募集要項で応募資格を確認し、申込みをお願いします。 園こども課 ☎ 62-1700 (内線 441)

▶事前説明会 応募を予定している法人は、必ず参加してください。

●日時 7月7日(休) 午前10時～

●会場 見附市役所

●申込み 6月21日(火)～7月6日(水)午後3時まで、市ホームページにある申込書に必要事項を記載の上、こども課へメールでお送りください。

※メールアドレスはホームページに記載。



名木野保育園



漆山保育園



和楽保育園

市内4中学校に

## 新しい外国人指導助手 (ALT) が着任

新しいALTのマシュー・バイズさんが着任しました。現在、市内4中学校で英語の授業を行っています。 園学校教育課 ☎ 62-1700 (内線 432)

●名前 Matthew Buys ●出身 アメリカ (ニュージャージー州)

●趣味 サッカー、柔道、ゲーム

●メッセージ ニュージャージー州は気候が見附市に似ていて、夏は暑くて冬は豪雪地帯です。また、人々が親切なところも似ています。楽しみにしていることは、花火大会に行くことです。授業では、自然な英語や他の文化について子どもたちに伝えていきたいと思います。みなさん、街で見かけたら声を掛けてくださいね。



- ④ 外での運動は原則中止か延期 身の回りの暑さ指数(WBGT)に応じて、屋外や、エアコンなどが設置されていない屋内での運動は、原則中止・延期しましょう。
- ※暑さ指数については環境省ホームページ(QR)へ。
- ② 熱中症のリスクが高い人の声かけ 高齢者や子ども、持病のある人、肥満の人、障がい者などは熱中症にかかりやすい人たちです。身近にいる場合は、エアコンの使用やこまめな水分補給などを呼びかけましょう。
- ③ 普段以上に熱中症を防ぐ行動を！ 屋外で人と十分な距離が取れる場合は、適宜マスクを外しましょう。のどが渇く前に水分補給(1・2リットル/日)を行い、涼しい服装を心掛けてください。

初心者でも扱いやすい

## トレーニング室に新マシーンを設置

総合体育館のトレーニング室に、新しいマシンが設置されました。既存の有酸素マシンやウエイトトレーニング器具などとともに、日頃の健康維持にご活用ください。



狙った部位を鍛えやすく、初心者にも扱いやすい

上半身(腹部、胸、背中)を鍛えるマシン、下半身(お尻、太もも、ふくらはぎ)を鍛えるマシンを、それぞれ6台設置。身体にかかる重さを自由に調整できるため、筋トレ初心者でも扱いやすくなっています。

### トレーニング室利用に関して

●開館時間 9:00～21:30 (年末年始除く)

●利用料金

	料金	定期券		
		3か月	6か月	1年
大人	200円	2,000円	4,000円	6,000円
高校生	100円	1,000円	2,000円	3,000円
65歳以上の人				

▶初めて利用する人は講習会の受講が必要です

●内容 機器の使い方や利用時の注意点などを説明します。

●時間 第2・4水曜日の19:30～20:30(祝祭日除く) この他、月1回不定期で土日にも開催します。

●持ち物 運動できる服装、内履き、タオル

●申込み・園 総合体育館 ☎ 62-3661 へ。

※詳細は総合体育館ホームページ(→QR)。



梅雨の時期こそ

## 熱中症にご用心!

湿度が高く、汗が蒸発しにくい梅雨の時期は、気づかないうちに熱中症になることがあります。熱中症予防のために、早めの対策を心がけましょう。 園健康福祉課 ☎ 61・1370



都道府県ごとに発表されます。

熱中症警戒アラートは、環境省のメール配信サービス、LINEの公式アカウントの通知サービスで通知されます。熱中症を予防するためにも、アラートが発表された際は、早めの予防を心掛けましょう。

▼実施期間 10月26日(休)まで



LINE



メール配信

熱中症警戒アラートが出た際に取る行動

① 普段以上に熱中症予防を心掛けて、次の②③④の行動を実践しましょう。

② 外出をできるだけ控えて暑さ避ける 熱中症予防には、

早期発見が命を救う

# 子宮頸がん・乳がん検診



## 市の女性がん検診の対象・内容

令和3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、各検診の対象年齢に該当する女性。  
 ※クーポン対象者は除きます。年齢は令和5年3月31日現在です。

- 【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

施設検診または車検診のいずれかを選んで予約・受診してください。

※2月の意向調査で申し込んだ人には、すでに受診に必要な書類を送付しています。

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。 大変混み合いますので、早めにご予約ください。	
	子宮頸がん検診	乳がん検診
期間	6月1日～令和5年2月28日（実施日時は施設ごとに異なります）	
指定医療機関	<ul style="list-style-type: none"> <li>・長岡赤十字病院</li> <li>・長岡中央総合病院（中央健診センター）</li> <li>・立川総合病院（たちかわ総合健診センター）</li> <li>・済生会三条病院</li> <li>・茅原クリニック</li> <li>・レディスクリニック石黒</li> <li>・にしむら女性クリニック</li> <li>・セントポーリアウイメンズクリニック</li> <li>・長岡レディースクリニック</li> <li>・小林真紀子レディースクリニック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・見附市立病院</li> <li>・長岡中央総合病院（中央健診センター）</li> <li>・立川総合病院（たちかわ総合健診センター）</li> <li>・済生会三条病院</li> </ul>
料金	19～69歳は1,700円、70歳以上は無料	40～49歳は1,300円、50～69歳は800円、70歳以上は無料
申込み	市から必要書類をお送りしますので、健康福祉課（☎61-1370）へご連絡ください。書類が届いた後、指定医療機関にご予約ください。※クーポン券が届いた人は、指定医療機関に直接ご予約ください。市への連絡は不要です。	

車検診	市が指定する日時に、検診車で検診を行います。子宮頸がん検診と乳がん検診を同時に受診できます。	
	子宮頸がん検診	乳がん検診
日時	7/13(水)、7/16(土)、8/8(月)、8/20(土)、10/18(水)、10/24(月)、10/31(月)	
会場	見附市保健福祉センター（新潟県保健衛生センターが実施）	
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 ※定員に達した場合は受け付けできません。	
料金	19～69歳は600円、70歳以上は無料	40～49歳は1,200円、50～69歳は700円、70歳以上は無料
申込み・問	市から必要書類をお送りしますので、健康福祉課（☎61-1370）へご連絡ください。書類は必要事項を記入し、受診当日に会場へ持参してください。	

**CHECK!** 各検診は、市ホームページの申込みフォーム（→QR）でも24時間受け付けています。

**早期発見↓死亡率減**

公益財団法人日本対がん協会が4月に公表した調査では、新型コロナウイルス感染症流行前と比較して、子宮頸がんや乳がんを含むがん検診の受診率は、全国的に低下傾向にあるという結果が出ています。

検診でがんを早期発見できれば、死亡率を大きく減らすことができます。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、ですので、該当する世代の人は積極的に検診を受診し、早期発見に努めましょう。子宮頸がん検診、乳がん検診は、2年に1回の受診が目安です。

※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。



(↑) 黄色が子宮頸がん検診、ピンクが乳がん検診のクーポン券

**クーポンで無料受診**

子宮頸がん検診は21歳、乳がん検診は41歳の人に、それぞれ検診費用が無料となるクーポン券（←見本）を送付しました。お得に検査を受けられるこの機会に、ぜひ受診をご検討ください。

定期的に検診を受診することが、自身の健康を守ることにつながります。

## 乳房を意識する習慣 ブレスト・アウェアネスで異常を早期発見

定期的な自己触診が、乳がんの早期発見につながる場合があります。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。

**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!

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!

チェックする時期は、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。



## 参加者募集中！ 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 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。※どちらも30歳以上
- 教室期間 6か月間（期間終了後も継続できます）

- 参加費 月額1,500円。初回は専用歩数計代4,950円が別途必要です。
- 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	武道館	今町荘
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 開始時間	【月・木】10:00、14:00（初回7/4（月） 【火・金】10:00、14:00（初回7/5（火）	【月・木】14:00、19:00（初回7/7（木） 【火・金】19:00（初回7/8（金） 【水・土】19:00（初回7/9（土）	【木】13:30（初回7/7（木）
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、6/20（月）までに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。

## ラジオ体操・ナイトウォーキング

申込み不要で、誰でも参加可能です。 ☎健康福祉課 ☎61-1370

### ▶ 早朝ラジオ体操（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）

## 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→



### 厚揚げのホイコーロー風

調理：北谷北部保健委員



主菜

## POINT!

- ・炒めるだけのお手軽レシピ！材料を入れる順番が大事。
- ・厚揚げは先に焼いて取り出し、最後に合わせることで崩れずにふんわり仕上がります。
- ・彩り野菜はサッと炒めることで、シャキシャキと歯ごたえがアップ。

### ■材料（4人分）

- ・厚揚げ…280g ・ごま油…小さじ2
- ・キャベツ…1/3個 ・玉ねぎ…1/2玉 ・ピーマン…2個
- ・パプリカ（赤・黄）…各1/2個ずつ ・ごま油…小さじ2
- A { ・酒…大さじ2 ・甜面醤…小さじ4 ・醤油…小さじ2
- ・豆板醤…小さじ1 ・おろしにんにく…小さじ1弱

### ■作り方（約20分）

- 1 厚揚げは一口大に切る。キャベツはザクザク切り、玉ねぎ・ピーマン・パプリカは一口大の乱切りにする。
- 2 フライパンにごま油を熱し、厚揚げを両面焼いて、取り出す。
- 3 再度ごま油をひき、玉ねぎを炒める。油が回ったらキャベツ・ピーマン・パプリカを加え、Aを入れて水分を飛ばしながら炒める。
- 4 最後に厚揚げを入れてからめる。

【1食分の栄養価】エネルギー 187kcal 食塩相当量 1.1g

# 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を募集中

「健幸ポイント」は、日々の歩行や運動などの健康づくりや、健診を受けることでポイントがもらえる取り組みです。 たまったポイントは地域商品券に交換することができ、市内約80店舗で使用することができま

## 健幸ポイントへの参加条件と申込み方法

- 参加条件 市内在住かつ今年度30歳以上（平成5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



これを機に運動を始めてみようかな！

歩数計をお持ちでない人は、歩数計（4,950円）の購入が必要。  
●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 ・保健福祉課 ☎61・1370 がある申込み書を同会場に提出してください。  
※詳細は、同会場に設置しているパンフレットが市ホームページをご確認ください。

## 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…

月間最大 **200**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…

月間最大 **510**ポイント！  
1日あたり8000歩（75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 **1,000**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6,000ポイント**をゲット！

500ポイントごとに市内約80店舗で使える500円の地域商品券（→）に交換できます。

※令和3年度は、参加者の約8割が商品券を獲得しました。



## お得な特典がもらえるキャンペーンを実施中！

- 新規参加者 条件達成で2,000ポイント＋抽選で健康グッズプレゼント
- 既存参加者 ご家族・お知り合いを紹介して1,000ポイント獲得
  - ▶ キャンペーンの詳細は、健幸ポイントの申込み先（上記）にあるチラシ、または市ホームページ（→QR）をご確認ください。





# 市内求人情報

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

5月11日時点 市内求人人数

# 628人

(求人件数: 369 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

## フルタイム (求人人数: 447人)

求人番号	社名	職種	月給 (基本給+手当など)	人数	就業時間
3939921	シンコー(株)	製造技術スタッフ	200,000円~250,000円	1人	8:05 ~ 17:00 (変形*)
4055821	(株)みつけタクシー	タクシー乗務員	191,567円~202,307円	3人	① 7:00 ~ 18:00、② 7:30 ~ 18:30、 ③ 8:00 ~ 20:30 (変形*)
3999121	原山化成工業(株)	工務要員	174,800円~202,400円	1人	8:00 ~ 17:00 (変形*)
4009421	瀧建	一般土木作業員	172,800円~252,000円	2人	8:00 ~ 17:00
3997621	(株)タツミ	広報	171,000円~241,000円	1人	8:30 ~ 17:30 (変形*)

## パート (求人人数: 181人)

求人番号	社名	職種	時給	人数	就業時間
3926221	ホテルレートイン見附インター	レストランスタッフ	1,000円	6人	① 17:00 ~ 22:30、② 17:00 ~ 22:00
15010-15813721	(株)越後イエローハット	自動車軽作業スタッフ (見附今町店勤務)	950円~1,000円	1人	① 9:30 ~ 17:00、② 9:30 ~ 18:30、 ③ 10:00 ~ 19:00 (変形*)
3468521	(有)あわづや	食品製造工	880円~900円	1人	① 7:00 ~ 11:00、② 7:30 ~ 11:30、 ③ 8:00 ~ 12:00
3412121	(株)山村農園	ニラ栽培作業全般	860円~1,000円	10人	7:00 ~ 21:00の間の3時間以上
3512721	(株)関原自動車学校見附校	送迎バスの運転	860円~900円	1人	① 12:30 ~ 18:00、② 8:00 ~ 9:30、 ③ 20:00 ~ 21:00

※1か月単位の变形労働時間制: 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。

## 見附の積極採用企業 / 丸正ニットファクトリー株式会社



【勤務地】新町 2-6-8  
☎丸正ニットファクトリー株式会社  
☎ 63-3213、☎ 63-3655  
✉ n.ueno@marusho-factory.co.jp

職種	月給	人数	就業時間
経理・総務事務員	180,000円~250,000円	1人	8:30 ~ 17:30
営業事務員	170,000円~190,000円	1人	
編立エンジニア	180,000円~210,000円	1人	8:00 ~ 17:00
編立要員 (遅番)	200,000円~230,000円	1人	13:00 ~ 21:00

【会社紹介】創業 190 年の伝統を守りつつ「オンリーワン企業」を目指しているニット製品メーカーです。近年は、欧米向け製品にも力を入れるなど、地場産業の活性化に取り組んでいます。ファッションとのづくりに関心があり、一緒に楽しく仕事ができる人を募集しています。

6月26日(日) 9:00 ~ 15:00 会場: ネーブルみつけ

食

## テイクアウトの新定番「健幸みつけランチ」販売!!

NEW



見附産食材を取り入れ、市内料理店が手掛けた健康に配慮したお弁当「健幸みつけランチ」を数量限定販売いたします。主食・主菜・副菜がそろう、野菜がとれ、適塩を心がけたお弁当を味わってみませんか。

▶参加店 魚龍・角屋・原の湯 (予定) ▶販売時間 10:00 ~ 12:30



協力 (一社) 見附市観光物産協会

動

## 健幸ウォーキング ※小雨決行

今年は「MITSUKE まちなか散策路」とのコラボレーション企画! ネーブルみつけ~見附駅までの往復約 3km のコースを、家族・友人などのグループで歩き、チェックポイントをまわってゴールすると景品がもらえます。

▶時間 9:30 ~ 12:00 (参加費無料) ▶定員 75人  
▶申込み 6月13日(月)以降、ネーブル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。



BSN アナウンサー  
吉田理彩さんも参加

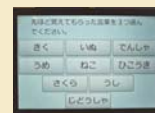
協力 健康サポートクラブ、BSN 新潟放送、NPO 法人 do みつけ

脳

## 脳の健康教室体験・物忘れチェック

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や物忘れチェックを体験できます。保健師による相談コーナーもありますので、お気軽にお立ち寄りください。

▶参加費無料



協力 脳の健康教室サポーター

診

## 健康の駅・こころの体温計

骨密度簡易測定および末梢血流測定、こころの体温計が体験できます。測定結果や健康についての相談



協力 協会けんぽ、共栄堂

※詳しくは6月17日(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2022

「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」を自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。 園健康福祉課 ☎ 1・1370





## アルカディア

☎63-5321 / 開館時間 9:00~21:45 (休館:6月21日火)  
 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。

発売中  
**アルカディア少年少女合唱団  
 スプリングキッズステージ**

6/19(日) 13:30開場 14:00開演

☎大ホール(全席自由) ¥500円(当日700円)※2歳以下入場不可  
 ※小学3年生をご招待します。窓口で招待券の申込が必要です。年齢確認のため保険証をご提示ください。

「四季」をテーマとした曲を中心に、幅広いレパートリーの中から選曲してお贈りします。子供たちの真っすぐで伸びやかな歌声をお楽しみください。

発売中  
**宝くじおしゃべり音楽館  
 ~想い出のスクリーンミュージック~**

7/18(月・祝) 13:15開場 14:00開演

☎大ホール(全席指定) ¥一般2,500円、高校生以下1,500円 ※3歳以下入場不可  
 (宝くじの助成により特別料金となっています。)

しゅんぷうていこあさ おぼろたかし しまだ かほ  
 春風 季小朝が司会進行を担当。小原孝のピアノと島田歌穂の歌、「おしゃべり音楽館ポップスオーケストラ」の演奏で、名作映画で使用されたテーマ曲、挿入曲、クラシックの名曲を披露します。アルカディア少年少女合唱団との共演も予定しています

参加者募集中  
**1Day演劇ワークショップ**

7/30(土) 10:00~17:00  
 ※途中休憩あり

☎小学3年生以上 ¥2,000円(資料代・保険料込)  
 ☎40人※先着順 ☎栗田芳宏(俳優・演出家)

俳優・演出家として舞台、テレビドラマ、映画などで広く活躍する栗田芳宏を講師に迎え、演劇の基礎を学びます。演劇に興味のある人なら、どなたでもご参加いただけます。

新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください



## ギャラリーみつけ

☎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

まつながあきら  
**松永明 陶展 ~あした吹く風~**

6/4(土)~26(日)

☎2Fフロア(最終日は16:00まで)  
 市展実行委員や美術協会幹事としても活躍する作家の作品展。日展や日本現代工芸美術展で活躍している他、器は県内有名店で使用されています。



『風雲』

▶**ギャラリートーク**

6/19(日) 14:00~15:00

作家による作品解説会を行います。

☎2Fフロア ☎80人

☎6/12日までにギャラリーみつけへお電話ください。

第22回  
**写団G写真展**

6/21(火)~26(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。



『花の通学路』 等澤達夫

▶**作品講習会** 6/26(日) 14:00~

写団Gで講師を務める家塚和彦氏の作品講習会を開催。

まるやまひろお  
**丸山弘雄 100%ピュア・グラフィック  
 クス展**

6/21(火)~7/3(日)

☎展示室2(最終日は17:00まで)

市内施設ロゴマークなどなじみ深いデザインの世界をお楽しみください。



『グラフィック琳派』 富嶽No.7「虎風」

やまがまさのぶ  
**山賀正伸写真展  
 「・・・田舎日記」**

6/28(火)~7/3(日)

☎展示室1(最終日は19:00まで)

小千谷市在住の写真家の展覧会を開催。地元の四季をモノクロフィルムに残す作家は、ノスタルジーな空間を映し出します。



『・・・田舎日記』

おいしいお米ができますように 上北谷小学校児童が田植え体験

5月11日、上北谷小学校の全校児童28人が、学校田で地域農家などと一緒に田植えを行いました。

当日は、地域農家やJA職員から手植えの方法を教えてもらった児童たち。5、6年生がごろがけをしてできた目印に沿って、全校児童で丁寧に手植えをしていきました。

3年生の佐藤翔さんは、「稲が折れないように優しく持って、奥まで入れるのが難しかったです。秋においしいお米ができるのが楽しみです」と笑顔で話していました。

今回植えた稲苗は、児童たちが9月に稲刈りを行い、お世話になった人たちにプレゼントしたり、6年生の卒業式に赤飯としてふるまわれたりする予定です。



初めて田んぼに足を入れた児童は「冷たい」、「気持ちいい」などと声をあげて楽しそうに田植えをしていました。

15年にわたる活動を称えて 読み聞かせ団体「ココロさん」に文部科学大臣表彰



おおさかきょうこ 大阪恭子代表は、「子どもたちの『また来てね』という言葉が何よりの活力。今後も声の出る限り活動していきたいです」と話していました。

5月17日、「令和4年度子どもの読書活動優秀実践校・図書館・団体(個人)」で文部科学大臣表彰を受賞した「ココロさん」のメンバー5人が市役所を訪れ、稲田市長に受賞を報告しました。

同団体は、平成19年度に見附市図書館の読み聞かせ講座の参加者で設立。幼児と保護者へ絵本の読み聞かせを行う「ブックスタート」や、保育園などでの読み聞かせを開催する一方、子どもたちがより楽しめる読み聞かせを目指して勉強会を行うなど、精力的に活動しています。

今回の受賞では、これまでの取り組みや読み聞かせに対して真摯に向き合う姿勢などが評価されました。

不審者から子どもを守る 見附第二小学校で防犯訓練を実施

4月26日、防犯訓練が見附第二小学校で行われ、児童や教員、警察、地域住民などが参加しました。

訓練は、不審者役の男性が校内に侵入した想定で実施。危険物を振りかざす不審者を、教職員が取り押さえている間に、児童たちが体育館に避難する流れを確認しました。

訓練後は、見附警察署の警察官が、不審者に遭遇した時の注意点をまとめた標語「いかのおすし」について解説。同校5年生の木津紅羽さんと我妻詩夢さんは訓練を通して、「外で不審者と出会ったら、家族や先生などに通報して、自分の命を守るように行動したいです」と話していました。





# 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(木)

## 募集

### 【市展のつどい】陶芸講座

粘土を手ひねりして皿や花瓶、オブジェを制作します。一緒に市展出品を目指しましょう。

●日時 7/3(日)・9(土)・17(日)・24(日)・9/4(日) 9:30~16:30  
※全5回で作品の一つ作ります。

●場所 北谷公民館  
●参加費 3,500円(全5回分)

●定員 10人  
●講師 山井敏彦・松永明  
※詳細は、市ホームページ(→QR)をご覧ください。

●申込み・問 市展実行委員会事務局(まちづくり課) ☎62-7801

## その他

### 6月は「土砂災害防止月間」

梅雨の大雨による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。

図建設課 ☎内線248



## その他

### 家屋の全棟調査にご協力ください

市の職員が市内の家屋などの外観を確認し、新築や増築、取り壊しなど課税評価の対象に変化がないか、全棟調査をしています。

公平で適正に固定資産税を課税するため、12月末頃まで、身分証を携帯し名札をつけた職員が2人1組で行います。もし、敷地内の立ち入り調査や建物内部の調査が必要な場合は、別途所有者に調査の協力を依頼します。図税務課 ☎内線127

## 募集

### 放課後児童クラブと一緒に働きませんか

放課後児童クラブでは、放課後や学校の長期休業期間に、就労などで保護者が不在になる家庭の子どもたちに遊びや生活の場を提供しています。

●対象 市民(年齢・学歴・経験不問)  
●内容 児童の遊びや宿題の見守り  
●場所 西地区あかり学童クラブ(学校町2-4-10)  
・杉の子学童クラブ(杉澤町3561)

※状況により、他の児童クラブ有り

●勤務時間  
▶平日 14:30~19:00  
▶土曜日、長期休み中 8:00~19:00  
※概ね5時間程度のシフト制。勤務時間・日数などは応相談。  
●時給 900円~  
●募集人数 各クラブ1人程度  
●申込み・問 こども課 ☎内線442

## 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、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月から随時、調査書類を郵送します。図税務課 ☎内線129

## 子育て

### 児童手当の制度が変わります

特別給付に所得上限額が設けられます

特別給付(児童1人当たり月5,000円)を受けている人は、新たに設けられる所得上限額を超えた場合、令和4年10月振込分(6~9月分)から支給が受けられなくなります。

現況届の提出が原則不要になります

毎年6月頃に郵送される現況届の提出は、令和4年度から原則不要になります。ただし、受給者の現況を市の公簿などで確認できない一部の人は、引き続き現況届の提出が必要です。

詳しくは、6月上旬に送付する制度改正のご案内または市ホームページ(→QR)をご覧ください。

問こども課 ☎内線444

## 健康

### 【大人の食育講座】若いうちから減塩習慣を

毎日の食生活を振り返り、血圧低下作用のある栄養素について学んでみませんか。

●日時 7/6(水)10:00~12:30  
●場所 ふあみりあ  
●講師 大屋真理子氏(地域活動栄養士)

●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 12人  
●メニュー ごはん、鮭の包み蒸し、小松菜とエリンギのパター醤油、切り干し大根のマリネ  
●申込み・問 6月29日(木)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。



## 募集

### 第37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。初心者の方も大歓迎です。応募作品は全て展示します。

●受付 7/3(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、それに準ずる人

●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または市ホームページ(→QR)をご覧ください。

●会期 7/8(金)~10(日)10:00~20:00  
※最終日は17:00まで  
問まちづくり課 ☎62-7801

## 催し

### 男女共同参画について考えてみませんか

6/23(木)~29(水)は「男女共同参画週間」

市では、「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

「思春期」と「自分らしさ」をテーマに、思春期の悩みや心身の変化、周囲との関わり方などをイラスト満載で展示します。生きやすくなるヒントを見つけませんか。

●日時 6/23(木)~29(水)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本を集め、展示・貸し出します。

●日時 6/11(土)~7/7(水)9:30~21:00  
※土日は18:30閉館。月曜休館。  
●場所 見附市図書館  
問まちづくり課 ☎62-7801

## その他

### 国保税・高額療養費の軽減には市・県民税申告が必要です

国民健康保険税や高額療養費の自己負担限度額などの軽減には、その世帯の国保加入者全員と、世帯主の市・県民税申告が必要です。1人でも未申告の人がいると、軽減・減額を受けられません。

失業中で収入がない人、障害者年金・遺族年金などの非課税収入のみの方は、税務課で市・県民税の申告をお願いします。  
※国保税の税額は、前年の収入を基準とし、7月に正式に決まります。  
図税の申告については、税務課(☎内線122)へ。高額療養費については、健康福祉課(☎61-1380)へ。

## 子育て

### 低所得の子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)

●対象 ①~③のいずれかに該当する人  
①令和4年4月分の児童扶養手当を受給している人  
②遺族年金や障害年金などの公的年金を受給していて、令和4年4月分の児童扶養手当の受給を受けていない人  
③新型コロナウイルス感染症の影響で収入が児童扶養手当を受給している人と同水準になっている人

●給付額 児童1人につき5万円

●申請方法  
①の人…申請不要。6月にお知らせを送付します。  
②③の人…申請必要。申請方法など詳細が決まり次第、市ホームページでお知らせします。

※なお、同給付金(その他世帯分)については、詳細が決まり次第、市ホームページでお知らせします。  
問こども課 ☎内線444



## 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つながります。自分の歯で食事をして、いつまでも健康な身体を保つために、定期的に歯科健診を受けましょう。

歯周病健診

●対象 令和5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5年4月1日時点で76・80歳の人  
●料金 無料

各健診共通

●実施期間 11月30日(木)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。

問健康福祉課 ☎61-1370

## 子育て

### 子育て応援カードに新しい協賛店が加わりました

●協賛店 わかくさ中央こども園(見附市南本町1-3-36)

●サービス内容  
未入園の子供を対象に、一時保育を行います。通院、産休取得、リフレッシュなどのために利用できます。  
※園の状況などで利用できない場合あり。

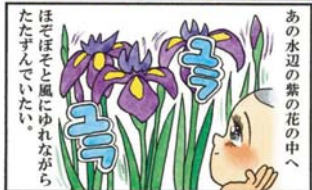
子育て応援カードとは

子育て世代の家計負担軽減を目的に、子供(妊婦含む)がいる世帯に発行しています。協賛店(109店)で提示すると、さまざまな特典が受けられます。

※詳しくは市ホームページ(→QR)をご覧ください。  
問こども課 ☎内線447







死を身近に感じていた16歳の幸。詩の中では嘘もつかず、恋にも落ちない花に憧れているようですが、実際は人一倍生に貪欲な人だった気がします。  
●出典 思潮社「光る砂漠—第一に死が」

◆教科書展示会を開催します

見附市図書館

- 日時 6/10(金)~23(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4年度)

三条教科書センター

- 日時 6/10(金)~23(木)9:00~17:00 ※平日のみ
- 展示内容 小・中・高等学校の教科書(令和4年度)

岡三条教科書センター☎0256-45-1116

◆高次脳機能障害者「家族のつどい」が開催されます

高次脳機能障害者の家族は、当事者に最も身近な存在であり、さまざまな不安や困難を抱えています。同じ立場の家族と体験を語り合い、分かち合うことで、互いに支え合うことを目的に、「家族のつどい」を開催します。

- 日時 ①7/5(火)、②9/6(火)、③12/6(火)、④3/7(火) 13:30~15:00 ※途中の回からでも参加可。
- 場所 長岡地域振興局健康福祉環境部(長岡保健所)
- 対象 高次脳機能障害者の家族
- 内容 講話、グループワークなど
- 申込み・圏 長岡地域振興局健康福祉環境部地域保健課☎33-4931 ※初参加の人は、開催日の2週間前までに申込みが必要。(それ以外の人は、1週間前まで)

◆【55歳以上対象】就職説明会参加者募集

企業が各ブースで具体的な仕事内容などを説明します。失業給付を受給している人は求職活動実績になりますので、参加確認票を当日交付します。

- 日時 7/13(水)13:30~16:00
- 場所 ネーブルみつけ
- 参加費 無料
- 参加予定企業 金子建設(株)、(株)タツミ、(有)山鉄工業、新潟郵便輸送(株)、日本郵便(株)新潟郵便局、原山化成工業(株)、(有)人と緑の大地、(株)みまわり食品、(株)PLANT、丸勝建設(株)、(有)見附福祉会、ホテルルートイン見附インター店
- 申込み・圏 6/13(月)~7/1(金)までに、みつけ生涯現役促進協議会(☎89-5695)へ。(平日9:00~17:00受付)

◆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月末頃を予定
- 時給 950円~(経験者優遇)
- 対象 一定の泳力がある人(高校生以上)
- 募集人数 10~15人
- 申込み・圏 市販の履歴書を6/27(月)までに総合体育館(☎62-3661)へ。※面接試験を行います。※雇用期間などは、新型コロナウイルス感染症の状況で変動する場合があります。

◆【令和5年4月採用】新潟県中越福祉事務組合(まごころ学園・寮)職員募集

- 募集職種 児童指導員・保育士・生活支援員
- 募集資格 昭和62年4月2日以降に生まれ、以下のいずれかを満たす人・社会福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士、児童指導員、保育士、作業療法士、言語聴覚士、社会福祉主事、教員免許などの資格を有する
- ・大学で心理学専修の学科を卒業し、個人および集団心理療法の技術を有する
- ※いずれも資格取得・卒業見込み含む
- 募集人数 2人程度
- 試験日 6/26(日)
- 試験内容 職務基礎力試験、職務適応性検査、性格特性検査、作文、面接 ※2次試験は7/15(金)予定
- 申込み・圏 6/15(木)までに受験申込書を郵送でまごころ学園(☎62-1811)へ。
- ※募集要項・受験申込書はホームページにあります。郵送請求は、返信用切手(140円)と角2封筒を同封して、新潟県中越福祉事務組合総務係(〒954-0036見附市田井町4476番地)へ。

◆県道下田見附線が通行止めになります

- 期間 6/13(月)~11/30(水)
- 区間 三条市との境界付近(※)約240m ※赤坂峠(通称)
- 詳細・圏 通行止め区間の詳細や迂回路は、県長岡地域振興局道路・都市整備課(☎38-2626)のホームページ(→QR)をご覧ください。

募集 青木浄水場を見学しませんか

通常は団体での申し込みのみですが、今回は個人で見学ができます。是非この機会に新しくなった浄水場を見学ください。

- 日時 6/29(水)10:00~11:30 ※9:45~入口集合
- 定員 25人(先着順)
- 場所 青木浄水場
- 申込み・圏 6/24(金)までに上下水道局(☎内線203)へ。

◆【独身男女】しあわせみつけ~水無月の婚活~

結婚したいけど出会いがない、異性と話すのが苦手、そんな人のために世話焼きなスタッフが素敵な出会いをサポートします。

- 日時 6/26(日)13:00~17:00
- 場所 葛巻地区ふるさとセンター
- 対象 おおむね30~45歳の独身男女
- 定員 男女各10人(定員を超えた場合は抽選)
- 参加費 男性3,000円、女性2,000円
- 内容 自己紹介タイム、フリータイムなど
- ▶男性事前セミナー 6/12(日)13:00~14:00 ※男性は必ず参加してください。
- 主催 しあわせみつけ実行委員会(笑顔の会)
- 申込み・圏 6/10(金)17:00までにソラヒト日和(☎080-6718-1838)、またはホームページ(→QR)からお申し込みください。

健康 【市立病院】血管年齢を測定してみませんか

感染症予防のため中止していた血管年齢測定を再開しました。

血管の硬さや詰まりを測定して血管年齢を知ること、動脈硬化による生活習慣病の予防に役立てることが出来ます。

- 日時 毎週水曜日 15:00~16:00
- 場所 見附市立病院
- 対象 30歳以上の市民
- 内容 腕や足の血圧と脈波の計測
- 料金 300円(70歳以上無料)
- 申込み・圏 健康の駅☎62-7835
- ※事前に申込書の記入が必要です。※新型コロナウイルスに感染した人または濃厚接触者に該当した人は自宅待機期間終了後2週間経過した後においてください。

◆【参加者募集】起業創業セミナー

起業経験のある講師が、起業に至った経緯やうまくいったこと、苦労したことなどをお話します。

- 日時 6/16(木) 13:30~15:30
- 場所 ネーブルみつけ
- 参加費 無料
- 定員 20人(先着順)
- 講師 上田健治氏(そば道場)、守本美幸氏(抹茶茶房夏目庵)
- 内容 起業創業の動機、準備、現況や問題点・アドバイスなど
- 申込み・圏 6/9(木)までに、みつけ生涯現役促進協議会(☎89-5695)へ。 ※受付時間は、平日9:00~17:00

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



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! 企画調整課☎62-1700(内線317)

読者の声

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

●毎月楽しみにしています。表紙の桜も素敵でした。今年3月末に出産して、退院してからずっと家にいて桜を見れなかったので嬉しかったです。(30代) 編集から▼ご出産、おめでとうございます! 表紙写真でも見附の春を感じていただけました。来年は、ぜひお子さんと一緒に桜を楽しんでください。

●家族で見附市めぐりをした際に、広報みつけを見つけ! 見附の情報を得るために見かけるといたいて読んでいます。ほつとびあ、イングリッシュガーデン、ガトウ専科、式豚へ行ってきましたよ。美味しいものを食べたり温泉に入ったり、綺麗な花を見たりと良い一日でした。(50代)

編集から▼ご愛読いただきありがとうございます! 見附を楽しんでいただけて何よりです! 見附には他にも美味しいお店がたくさんありますので、次に見附を訪れた際は、ぜひ色んなお店に立ち寄ってみてください。

その他24通いただきました。



# 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～おすすぬ 水道山公園で梅雨の時期も楽しく過ごそう！

水道山から観音山をつなぐ観音道路のアジサイが見頃を迎えます。斜面には約5,000株のアジサイが咲き誇ります。休日のおでかけに、アジサイに囲まれながらお散歩はいかがでしょうか。



見頃：6月下旬～7月上旬

### アジサイ観賞時の注意点

- ・現地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。
- ・通行の妨げになりますので、路上駐車はしないでください。

- ・現地の地図は、市ホームページ（→QR）で確認できます。



図 建設課 ☎ 62-1700（内線 250）



## アンブレラスカイ

2歳～おすすぬ 子どもと一緒に映え写真を撮ろう！

「映えスポット」として人気が高い「アンブレラスカイ」。日本各地で開催されているイベントが、見附でも開催されます！カラフルな傘と特産ニツが飾りなり、色鮮やかで非日常的な空間をお楽しみください。

開催 6/18(土)～7/18(月・祝)

9:00～21:45

※7/11(月)は17:00閉館

開 ねーブルみつけ 無料

図 (一社) 見附市観光物産協会

☎ 89-6277



※画像はイメージです

### 【SNS投稿キャンペーンも実施します】

SNS (Instagram, Facebook, Twitter) でハッシュタグ「#アンブレラスカイ」を付けて写真を投稿した人に、みらい市場お買物券(100円分)をプレゼントします。詳しい内容は、ホームページ（→QR）をご覧ください。



# お悩み

市の「こどもの食事相談」で出た見附ママの悩みを紹介



離乳食から幼児食まで、栄養士が個別相談に応じます。今町子育て支援センターで毎月第2または第3水曜日(13:30～14:30、予約優先、日には市のホームページをご覧ください。申込み・圖今町子育て支援センター ☎ 61-5010

## Q 幼児食で気を付けることはありますか？

(2歳8か月ママ)

## A 幼児期の体の特徴に合わせた食事が大切です

上下それぞれの乳歯が生えそろうのは3歳ごろ。それまでは奥歯が生えそわないため、かむ力が未熟で食べ物を上手にすりつぶすことができません。例えば、薄くてべらべらのわかめや皮が口に残るトマト、ポロポロと口の中でまとまりにくいブロッコリーやひき肉などが食べにくいようです。丸飲みになっていた、食べにくそうな様子が見られたら、「やわらかくなるまで加熱する」「とろみをつける」など、ひと工夫してあげましょう。

よくかんで食べることは、口腔機能の発達や味覚の形成、食べる意欲などにつながります。

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 図こども課 ☎ 62-1700 (内線 447)

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2年12月生	6月10日(金)	13:00～13:15	保健福祉センター	母子手帳・問診票・フツ素塗布希望書・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。
3歳児健診	平成31年3月生	6月24日(金)			母子手帳・問診票・フツ素塗布希望書・朝いちばんの尿・目と目のアンケート・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。
2歳児歯科健診(希望制)	令和2年6～8月生	9月27日(火)	13:00～13:15	保健福祉センター	母子手帳・オムツ・バスタオル・着替え等 ※対象者には、事前にご案内の往復はがきを送付します。 ※感染リスクを減らすため、保護者の歯科健診は行いません。
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10月生	6月9日(木)	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」・離乳食はじめて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4年2月生	7月7日(木)			
	令和3年11月生	7月14日(木)			
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。			

- ・受診日の10日以内に、発熱・せき・のどの痛みなどの風邪症状があった場合は、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。翌月以降に受診できます。
- ・新型コロナウイルス感染症の市内感染状況により、健診を中止する場合があります。中止の場合、対象者へ個別で通知いたします。また、最新の健診情報は市ホームページでご確認いただけます。(→QRコード)



オンライン離乳食教室の申込みフォーム(→QRコード)



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。  
※相談窓口が分からない場合は、市民相談窓口(☎62-1700、内線151)をご利用ください。

# 一人で悩まず 困ったら 相談

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、いいねが邸内) 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っぷ ③障害者相談支援センターえがお(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設しました。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(ホトトラインたここ)	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15日(木)まで	6/18(土)	13:30～16:30	保健福祉センター	健康福祉課 ☎61-1370
人権	人権問題に関する相談	月～金曜日	8:30～17:15	見附市役所1階市民生活課	☎62-1700(内線140)
		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
		月～金曜日	16:00～16:30		
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	月～金曜日	9:00～16:00	市消費生活相談窓口 県消費生活センター 国民生活センター	
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、その保護者の相談・就労支援 専門相談員による就労相談	6/3(金)、17(金)	13:00～15:00	中央公民館	健康福祉課 ☎61-1370
		6/22(水) (予約不要)	13:00～15:30	ネーブルみつけ	
		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	新潟県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	6/22(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	6/14(火)、28(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 6/15(水)	10:00～16:30 水曜日は19時まで 13:30～15:40	NPO法人女のスペース・ながおか ※6月15日は見附市役所4階で実施	☎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
妊婦赤ちゃん	(要予約)助産師による妊娠・授乳・育児相談、赤ちゃんの体重測定	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
子どもの発達	(要予約)発達支援相談員等による就学前の子どもの発達・対応・言葉などの相談	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
青少年	いじめや不登校など青少年に関する相談	水曜日	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4年1月1日～4月30日)

- 火災 4件(1) ●救急 548件(=32)  
※火災・救急情報の連絡は☎63-3131へ
- 交通事故 4件(=6)
- 交通事故死者数 0人(±0) ※( )は対前年比

## 👤 人口のうごき (令和4年5月1日現在)

- 人口 39,244(=549)  
▷男 19,133(=249) ▷女 20,111(=300)
- 世帯 15,183(=33) ※( )は前年同月比

## 🏠 休日の窓口 (市民生活課：市役所1階)

- 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



いしづか ゆう  
石坂 悠くん(市野坪町)

平成31年1月10日生まれ



4月26日に保健福祉センターで、お母さんの育子さんと一緒に。

※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 悠くんはどんなお子さん?

### 名前の由来は?

夫と出会った頃、共通の趣味が山登りでした。夫婦の思い出である悠久山から一文字とりました。

人や動物に優しいおおらかな子です。最近では、丸い形のものに興味があり、ビー玉やたこ焼き、ぶどうが大好きです。寝るとき私の首元を触りながら「おやすみ」と言うところがかわいいです。

### 悠くん一言

いつもニコニコの笑顔で、元気に楽しく過ごしてね。

### 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 1,000 円分



●みらい市場 (ネーブルみつけ内) ☎62-7877



【お店から】夏は映えスポット、アイスは谷信菓子舗でおおかけに映えスポット「アンブレラスカイ」がおすすすめ! ネーブルみつけでは、6/18(土)~7/18(月・祝)にカラフルな傘が登場します。暑い夏は名物アイスも◎。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. 今年の見附市民マラソンは第何回大会?

第〇〇回記念大会 ヒント: 4ページ

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も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22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、電子メールまたは申込みフォーム(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	5	外科 中之島クリニック	長岡市中之島中条218	(61)2551
	12	内科 関谷医院	新町2-2-5	(61)0205
	19	外科 星整形外科医院	柳橋町274-6	(66)8808
	26	内科 石川医院	今町6-3-45	(66)2140
7月	3	外科 わたなべ皮フ科	昭和町2-21-22	(62)7750
	10	内科 田崎医院	本町2-9-23	(62)1122
	17	内科 林俊彦クリニック	柳橋町274-23	(66)3000
	18	内科 星野医院	本町4-2-37	(62)0998

### ●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

### ●県央医師会応急診療所

(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



防災・災害・防犯などの情報を

緊急情報メールで配信!

右QRコードをスマホ・タブレットで読み取って登録▶

