

人とまちをつなぐ広報紙

広報みつけ

5

May
2022
NO.741



Public Relations MITSUKE

— 巻頭 —

新型コロナウイルスワクチン情報

— COVER — 新1年生とともに咲く桜

名木野小学校脇のサイクリングロードは、道路側一面に桜が咲き誇る名スポット。
保護者や地域の人たちとともに、満開の桜が名木野小学校新1年生を温かく見守ります。

残り日程わずか

3回目接種を希望する人

新規予約数が減っているため **5月14日(土)以降は市の集団接種の規模を縮小します**

3回目の接種を希望する人は、早めの接種予約をお願いします。

※4月19日(火)時点で、3回目の接種が済んだ人と、予約済みの人を合わせた割合は82.2%となっています。
(12歳以上で対象者に対する割合)

●集団接種の日程

日程	受付時間	会場	注意事項
5月12日(休)	14:00～17:00	見附市立病院	<ul style="list-style-type: none"> ・すでに定員に達している場合があります。 ・6月3日と24日は、5月の接種よりも規模を大幅に縮小して行います。 ※1・2回目接種と同日に実施。
5月14日(土)	9:00～16:00		
6月3日(金)	14:30～15:30		
6月24日(金)	14:30～15:30		

▶その他の接種方法は、接種券と同封されている案内チラシをご覧ください。※すでに予約を終了している場合あり。

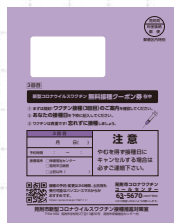
●対象 2回目接種日から6か月以上経過した12歳以上(※)の市民

市から紫色の封筒(→)が届いた人が接種対象者です。同封の案内をよく確認し、集団接種か個別接種を選んで接種してください。15歳以下の人は保護者の同意・同伴が必要です。

(※) 国の方針を受け、対象年齢が12歳以上に引き下げられました。

【2回目接種後に見附市に転入した人にも接種券を送付しています】

2回目接種日から6か月経過後も3回目接種券が届かない場合は、市コールセンターへご連絡ください。



1・2回目接種を希望する人

●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
6月3日(金)	6月24日(金)	見附市立病院 / 14:30～15:30 までの30分間隔

※接種希望者が少ないため、5月は実施しません。

ワクチンの予約方法

①ネット予約

市予約サイト(→QR)から予約してください。

24時間受付中です。

※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。



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なります。できるだけ市予約サイトをご利用ください。

コロナゼロ

4月19日(火)時点

新型コロナウイルスの

ワクチン情報

接種対象者ごとに、ワクチンの接種日程が異なります。ワクチン接種を希望する人は、実施日をご確認の上、早めの予約をお願いします。

見附市新型コロナワクチンコールセンター ☎63-5670 (コロナゼロ)

接種日程を追加

5～11歳向け接種(小児ワクチン)

市からオレンジ色の封筒(→)が届いた人が接種対象者です。接種を希望する人は、なるべく早い日程からご予約ください。詳細は、接種券と同封されているチラシ、または市ホームページをご覧ください。



▶新たに5歳になる人 到達月前月の中旬に接種券を送付しています。

※平成29年4月28日～6月1日生まれの人には、令和4年4月22日に発送済み。

●個別接種の日程

1回目接種	2回目接種	受付時間	会場
6月1日(火)	6月22日(火)	15:30～16:00	石川医院(今町6-3-45) ※予約は市の予約サイト、またはコールセンターで行ってください。医療機関への直接の予約はできません。
6月3日(金)	6月24日(金)	11:00～11:30 / 15:30～16:00	
6月8日(水)	6月29日(水)	15:30～16:00	
6月10日(金)	7月1日(金)	11:00～11:30 / 15:30～16:00	

●集団接種の日程

1回目接種	2回目接種	受付時間	会場
6月4日(土)	6月25日(土)	9:00～12:00 ※予約状況に応じて変更する場合あり	保健福祉センター(学校町2-13-30)

小児ワクチン接種を受ける際は、以下の点をご確認ください

□ お子さんは基礎疾患をお持ちですか？

基礎疾患のある人は、健康状態をよく把握しているかかりつけ医へ事前に接種についてご相談ください。また、できる限りかかりつけ医での接種をお願いします。

□ 接種の効果と副反応のリスクをご理解いただけましたか？

接種は効果と副反応などのリスクをご理解いただいた上で、保護者の意思にもとづいてご判断ください。また、接種当日は保護者の同伴が必要です。

※ワクチンの安全性などの詳細は、厚生労働省HP(→QR)をご確認ください。



ガーデンの見頃に合わせ、さまざまなイベントを開催

みつけイングリッシュガーデン フラワーフェスティバル

フェスティバル期間中は、ガーデンが最も美しい季節です。イベントを楽しみつつ、園内を散策してガーデンの魅力を十分に堪能してみませんか。 園建設課 ☎ 62-1700 (内線 249)



①ケイ山田さん ミニチュアガーデン実演

ガーデンのデザインを監修しているケイ山田さんが、ミニチュアガーデンの実演を行います。

●日 時 5/28 (土) 14:30 ~ 15:30

●申込み 不要です。直接会場へお越しください。



②きまぐれ演奏会

ガーデンの花や植物と一緒に、すてきな音色をお楽しみください。

●日 時 5/21 (土)、22 (日)、29 (日)、6/4 (土)、5 (日) (予定)



③朝ヨガ体験

朝の芝生の上で、心と身体をリフレッシュしませんか。

●日 時 ① 5/22 (日)
② 6/4 (土)

※両日とも 7:30 ~ 8:30



④青空マーケット

アクセサリーや小物などの手作り雑貨のお店が日替わりで出店します。

●日 時 5/21 (土)、22 (日)、28 (土)、29 (日)、6/4 (土)

5/21 (土) ~ 6/5 (日)

— 7:00 ~ 18:30 —

期間中は早朝開園

各種イベントについて

①~③ともに参加費は無料です。

②④⑥⑦は 10:00 ~ 15:00。

イベントの詳細は、5月号と同日に配布されるチラシをご覧ください。

⑤みらい市場・青空市

見附グルメが笑顔の花を咲かせます。

●日 時 5/28 (土) 10:00 ~ 16:00

●協力 (一社) 見附市観光物産協会



⑥お花のスワッグづくり

ガーデンの花を用いたスワッグづくりをレクチャーします。

●日 時 5/29 (日)、6/4 (土)

●協力 ナチュラルガーデニングクラブ (1) 見本



⑦花マルシェ (新イベント)



花苗やドライフラワー、アクセサリーなど、お花や植物を用いた商品を販売します。

●日 時 6/5 (日)

【購入者特典】お店のオススメ商品やレアアイテムのジェラート券が当たるガラポンに参加できます。



みつけイングリッシュガーデンは 5~6月に見頃を迎えます



ナチュラルガーデニングクラブの皆さんの手により、美しいガーデンが保たれています。

みつけイングリッシュガーデンは、平成21年度に全面開園して以来、今年で14年目を迎えます。開園以降、市民ボランティア団体「ナチュラルガーデンクラブ」の皆さんのご協力により、園内には約千種類の植物が植えられ、季節ごとにさまざまな風景を味わうことができます。これからの季節は、オールドローズ系を中心に約150種700株ものバラたちが咲き誇るなど、ガーデンが1年間の中で最も美しく色づきます。この季節に合わせ、植物観賞と一緒に楽しめるイベント(5ページ)も実施します。5月下旬から6月上旬は、感染症対策を実施の上、ぜひみつけイングリッシュガーデンへお越しください。



ガーデンに来たらMEG CAFE 511+storeへ!

4/1(金)にリニューアルオープン! 新メニューも追加していきますので、ぜひお越しください。4~11月は無休で営業しています。

※会計方法が、前払いから後払いに変わります。

※4~6月はランチタイムのご予約はできません。

胃がん・大腸がん検診

胃がん・大腸がんにかかる人は年々増え、市の検診ではこの5年間で、胃がんは約30人、大腸がんは約70人見つっています。胃がん・大腸がんは、早期に発見し治療することが大切です。2つの検診を同時に受診できる市の検診を受診しましょう。

【胃がん・大腸がん検診共通】

●対象 19歳以上なら、加入している健康保険の種類に関わらず受診できます。各検診料金の年齢は令和5年3月31日時点です。※健(検)診意向調査票で申し込んだ人には、4月中旬に必要な書類を送付済み。

【胃がん検診】

胃がん検診は**完全予約制**となります。必ず指定の日時にお越しください。

- 検査方法 胃部レントゲン撮影(バリウムによる検査)
- 料金 19～69歳は1,000円、70歳以上は無料

【大腸がん検診】

予約不要です。胃がん・大腸がんの検診日または特定健診の受診日(半日ミニドック実施日は除く)に、検体と送付した関係書類を持参してください。

- 検査方法 検便(便潜血法)2日分
- 料金 19～69歳は500円
41歳・70歳以上は無料

※40代からは、特に大腸がんのリスクが高まりますので、継続的な受診をおすすめします。また、41歳の人は、導入年齢として無料で検診を受診できます。

▶大腸がん検査キット返却のお願い



大腸がん検診を受診できなかった人は、未使用の検査キットを返却してください。回収箱は保健福祉センター、ネーブルみつけ、今町出張所、各公民館にあります。

※検査キット代は市が負担しています。申し込んだ人は、なるべく受診をご検討ください。

胃がん・大腸がん検診の日程

- 受付時間 午前7時30分～10時
※30分間隔で受付を行います。

	とき	会場	
5月	13(金)、16(月)、17(火)	保健福祉センター	
	23(水)		
6月	27(月)、28(火)、29(水)、30(木)	今町公民館	
	2(土)、4(月)		県央メジカルセンター
	11(月)		
7月	19(火)、21(木)	保健福祉センター	
	16(金)、17(土)、20(火)、21(水)、22(木)		今町公民館
	26(月)、27(火)、29(木)		
9月	30(金)	県央メジカルセンター	
	1(土)		
10月	3(月)、4(火)	総合体育館	
	11(火)、19(水)、20(木)、21(金)、27(木)		保健福祉センター



●各種健診・検診への申込み・問 健康福祉課 ☎ 61-1370

感染症対策を徹底して実施

健診・検診

●まだ申込み可能です

2月の意向調査で、市の健診・検診を希望した人に関係書類を送付しました。新たに受診を希望する人は、健康福祉課までご連絡ください。

●各種健診・検診は完全予約制で実施

今年度も、感染症対策を徹底するため受診日時を割り振りました。時間の都合がつかない場合は、健康福祉課へご相談ください。

特定健診

※年齢は令和5年3月末時点。74・75歳の人は健診当日の年齢で判断。

- 内容 診察、血圧測定、尿検査、血液検査
身長・体重測定、問診など。

▶当日は肺がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、大腸がん検診も同時受診できます。各検診の対象や料金は、市ホームページ(→QR)をご覧ください。



- 対象 次のいずれかに当てはまる人。

- 1 19～39歳の人
- 2 40～74歳の国保加入者
- 3 後期高齢者医療制度の加入者
- 4 国保以外(協会けんぽなど)の医療保険に加入している被扶養者で、加入する保険者から特定健診の受診券が送付された40～74歳の人

- 料金 国保加入者は1,300円。(40・50・60歳と65歳以上は無料)。他は加入する医療保険で異なる。

- 持参するもの 個人記録票などの書類と保険証
※上記①～④に該当する人の書類は4月末に送付済み。
④に該当する人の受診券は、医療保険者から発行。

特定健診の日程

- 受付時間 午前9時～11時 / 午後1時～3時
★の付く日は午後のみ

	とき	会場
5月	23(月)、24(火)、25(水)	今町地区体育館
	★26(木)、★30(月) ★31(火)	
6月	2(木)、3(金)	総合体育館
	★6(月)	
8月	26(金)、★29(月)、30(火)、31(水)	保健福祉センター
	1(木)、★2(金)、5(月)、6(火)、7(水)、8(木)、★9(金)	
9月	★12(月)、13(火)、14(水)、15(木)	保健福祉センター

半日ミニドックの受付は終了しました

申し込んだ人には、4月上旬に抽選結果を郵送しています。キャンセルが出た場合は、再度受け付けを行います。空き状況は、市ホームページをご覧ください。ただか、健康福祉課へご連絡ください。

仕事を退職したら…

市の健診を受診して健康維持!



退職などで保険資格が国保となった人は、市の健診対象者となります。毎年健診を受けることで、病気のリスクを早期発見し、生活改善につなげましょう。

令和4年7月1日採用

一般事務職員・介護支援専門員を募集します

1 試験職種・受験資格など ※申込みは1職種のみとし、途中の変更は不可。採用予定人員は変更になる場合あり。

試験職種	採用予定数	職務内容	受験資格	募集期間
一般事務職員 【民間企業等経験者】	1名程度	本庁または出先機関での行政事務	昭和52年4月2日～平成7年4月1日までに生まれ、民間企業などの職務経験が採用時に3年以上ある人	5月16日(月)まで
介護支援専門員	1名程度	保健福祉センターまたは市立病院・介護老人保健施設で介護支援専門員の資格を生かした業務	昭和57年4月2日以降に生まれ、介護支援専門員の資格を有している人	

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

試験日程 試験職種	第1次試験	第2次試験	第3次試験
一般事務職員 【民間企業等経験者】	5月22日(日):見附市役所 ●内容 SPI3試験、作文試験	6月5日(日):見附市役所 ●内容 個別面接	6月中旬:見附市役所 ●内容 個別面接
介護支援専門員	5月22日(日):見附市役所 ●内容 SPI3試験(性格検査のみ)、作文試験	6月5日(日):見附市役所 ●内容 個別面接	なし

▶▶▶各職種の最終合格発表は6月中下旬ごろを予定しています。

3 受験申込み・問

5月16日(月)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325)へ。



見附市上下水道局で勤務

会計年度任用職員を募集します

1 試験職種・受験資格など ※通勤距離に応じて通勤手当あり。社会保険加入あり。

募集人数	業務内容	応募条件	雇用期間	勤務時間	報酬
1名	上下水道局(市役所本庁舎内)で水道事業会計の経理事務に従事	Word、Excelで事務作業ができること。※簿記資格3級以上を保有する人を優先して採用します。	令和4年7月1日～令和5年3月31日	月～金 1日あたり7時間程度	時給897円

2 受験申込み・問

市販の履歴書に「上下水道局」と記入し、6月3日(金)までに総務課(☎62-1700、内線325)へ持参または郵送してください。

※持参は8:30～17:15受付(土・日・祝日は除く)。

▶郵送先 〒954-8686 新潟県見附市昭和町2丁目1番1号
見附市役所総務課人事係 ※6月3日(金)必着

●選考方法 書類選考の後、6月10日(金)に面接試験を行い、採否を決定します。



今、ウエルネスタウンみつけの区画を購入すると 補助金最大190万円獲得のチャンス

残り4棟
※達した時点で終了

①区画を新規成約

最大150万円

ウエルネスタウン
住宅建設推進補助金

②市外からの転入など

最大40万円

見附市定住促進健康住宅取得補助金
※ウエルネスタウンで活用する場合

①と②を合わせて/
最大
= 190万円

●対象 以下のすべてを満たす人

- ・令和4年度以降に新たに区画を購入した人
- ・ウエルネスタウンみつけの地区計画、住宅設計ガイドラインに沿った住宅を建てる人
- ・住宅完成後、完成見学会を実施できる人
- ・居住者インタビューに協力していただける人

●申込み・問 各制度の詳細・申込みは、ウエルネスタウンみつけホームページ(→QR)、または企画調整課(☎62-1700、内線314)へ。



※受付は先着順。4月20日(火)時点で、限定5棟中、残り4棟になりました。



令和4年度

見附今町・長岡中之島大凧合戦の中止が決定

「見附市・長岡市 今町中之島大凧合戦協会」は、例年6月はじめに行う「見附今町・長岡中之島大凧合戦」について、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止を決定しました。大凧合戦を楽しみにしていた皆様には大変申し訳ありませんが、ご理解とご協力をお願いいたします。

問地域経済課 ☎62-1700 (☎内線227)

※技能伝承を目的とした凧揚げを行います。一般の観覧はできません。



大凧合戦で揚げる大凧を展示します

大凧合戦で揚げる約25枚の大凧を展示します。大凧合戦は中止となりましたが、各展示会場で大凧の大きさや迫力ある凧絵などをお楽しみください。

●期間 5月22日(日)～6月5日(日)

- 場所 ・ホームセンタームサシ見附店駐車場
- ・今町商店街の佐藤青果店近くの駐車場(2か所)
- ※その他、今町地区の各所で展示します。



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2,800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人材が求めています。

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)

市内求人をすべて見ることができ、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

4月11日時点 市内求人人数

622人

(求人件数: 373件)

※フルタイム・パート全て

このページは、4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

フルタイム (求人人数: 417人)

求人番号	社名	職種	月給 (基本給+手当など)	人数	就業時間
2997221	日特コイデ(株)	営業	200,000円~380,000円	1人	8:30~17:15
3193521	(株)サンテック	経理・業務・営業	165,000円~300,000円	3人	8:30~17:30 (変形*)
2951021	依田税務会計事務所	税理士補助業務・会計経理事務	150,000円~250,000円	1人	8:30~17:00 (変形*)
3180121	(株)山谷建設	事務職	150,000円~200,000円	1人	8:00~17:30 (変形*)
3213721	(有)マインド大崎	縫製直し	149,500円~228,800円	2人	8:45~17:30 (変形*)

※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: 205人)

求人番号	社名	職種	時給	人数	就業時間
2651621	(株)五十嵐プライヤー	機械・プレス工	1,050円~1,550円	1人	① 8:30~12:00、② 13:00~16:30
2549821	トイ電機(株)見附工場	プレス工	1,000円~1,500円	1人	8:10~17:00
2710221	(有)あおぞら	デイサービス運転手	930円	1人	① 8:20~9:50、② 16:10~17:40
3130921	(株)豊栄わくわく広場見附店	販売員	900円	3人	8:30~19:30の間の4時間以上
2765621	(株)新潟日報サポート見附北営業所	新聞配達・デリバリー業務	880円~1,150円	1人	2:30~5:30の間の2時間程度

見附の積極採用企業



【勤務地】今町 7-14-34
☎ 株式会社マックスニット
☎ 61-2000、☎ 66-4774
✉ soumu1@maxknit.co.jp

株式会社マックスニット

職種	月給	人数	就業時間
製品検査員	150,000円~180,000円	1人	8:45~17:30
裁断縫製作業員	150,000円~220,000円	2人	
企画パタンナー	150,000円~250,000円	1人	
編立作業員、編地加工・検査、出荷・管理、営業現場事務、パートも募集中			

【会社紹介】 当社は有名ブランドによるデザインを実現するために、糸の選定からパターン作成・編立・縫製・出荷まで、一貫して行っています。何事にも一生懸命な人を募集しています。未経験者歓迎です。ニットのまちとして全国的に有名な見附市で、ニット製品作りに携わってませんか。

見附のお店紹介コーナー

このコーナーでは、市の補助金を活用して出店・営業している市内のお店をご紹介します。

☎ 地域経済課 ☎ 62-1700 (内線 231)

ブリス BLISS -リラクゼーションスペース-

「もみほぐし×筋膜リリース」で、日常生活で生じる身体のねじれやよじれを改善。東京で経験を積んだ店主の若林有沙さんが、一人ひとりの姿勢や筋肉の付き方をもとに、それぞれの身体に適した施術を提供しているお店です。「施術を通して、お客様の笑顔を増やし、元気を与えたい」と話す若林さん。「第二の骨格」ともいわれる筋膜を、さまざまな方向にときほぐすことで、血行促進や疲労回復を促します。お子さんと一緒に来店や、男性一人での来店も大歓迎。足湯とセットの足つぼマッサージや、もみほぐしと足つぼマッサージの組み合わせなど、さまざまなコースを用意しています。



〒 葛巻 1-2-55
☎ 9:30 ~ 17:00 ※当日予約可
(日・祝日・第三月曜定休)
予約・問 LINE アカウント (QR)、または店舗 (☎ 94-7818) へご連絡ください。電話は併設店舗の hair make mint へつながります。



市内で火災が多くなっています

火の始末にご注意ください!

春は空気が乾燥し、火災が発生しやすくなる時期です。火災を未然に防ぐためにも、各家庭や事業所で「火の用心」の徹底をお願いします。 ☎ 消防本部 ☎ 62-0555



火災を未然に防ぐためのチェックポイント3選



①家電はこまめに掃除

電気機器や暖房器具周りのホコリは、出火の原因になります。家電はこまめに清掃し、使用方法を守って正しく使用してください。

③火をつけっぱなしで離れない

調理中に火気を使用する場合は、火を点けたままそばを離れることの無いよう注意してください。



②たばこのポイ捨ては厳禁

たばこのポイ捨ては絶対にやめましょう。また、吸殻をごみとして捨てる際は必ず水につけ、確実に消火してから捨ててください。

一人ひとりが火災予防を徹底しましょう!

消防士 やまいゆうた 山井裕太



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、医師に運動を禁止されていない人。※どちらも 30 歳以上
- **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。
- **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	武道館	見附ふれあいプラザ	葛巻公民館
	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 開始時間	【月・木】 14:00、※ 19:00（初回 6/2 休） 【火・金】 ※ 19:00（初回 6/3 休） 【水・土】 ※ 19:00（初回 6/4 休）	【火・金】 13:30（初回 6/3 休）	【木】 10:00（初回 6/2 休）
短期間で習いたい人は 3 か月間短期集中コース！ ※ 19:00 開始なので、仕事などで忙しい人におすすめです。			
申込み 回数	・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、5/20（金）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

- ▶ **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）

上記の各教室・健康づくりに参加すると「健康ポイント」がもらえます

健康ポイントは、市内約 80 店で使用可能な商品券と交換できます。詳細は、健康福祉課へお問合せいただくか、市ホームページ（→ QR）をご確認ください。



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→



ジャムきんぴら

調理：葛巻地区保健委員



- POINT!**
- ・冷蔵庫にあまりがちなジャムを活用！ 砂糖やみりんで調理した時よりも約半分のカロリーで味付けでき、コクがプラスされます。
 - ・蒸すことで素材の甘みが引き出されます。彩りもよく、お弁当のおかずにおすすめです。

- **材料（4 人分）**
・にんじん…120g ・えのき…80g ・アスパラ…80g
・サラダ油…小さじ 2 ・かつおぶし…3g
- A { ・いちごジャム…小さじ 2 ・酒…大さじ 1
・しょうゆ…小さじ 2

- **作り方（約 15 分）**
- ① にんじんはための千切り、えのきは 2 等分の長さに切り、軸をほぐす。アスパラは根元の皮をむき、にんじんと同様の長さにして細切りにする。
- ② フライパンに油を熱し、① を入れ全体に油が回ったら、弱火にする。A を入れて蓋をし、2～3 分蒸す。
- ③ 蓋を外し、強火にして汁気を飛ばすように炒め、かつおぶしを入れる。

【1 食分の栄養価】 エネルギー 56kcal/ 食塩相当量 0.5g

「認知症はまだまだ私には関係ないな」と思ったあなた。認知症予防は元気なうちから取り組むことが大切です。

平成 17 年から市が行っている「脳の健康教室」は、東北大学加齢医学研究所の最新の脳科学から生まれたプログラムを使用し、認知症予防への効果が科学的に証明されています。

また、教室に参加するために外出し、人と会い、交流することも、認知症予防にとっても効果があります。仲間と楽しく認知症予防、始めてみませんか。

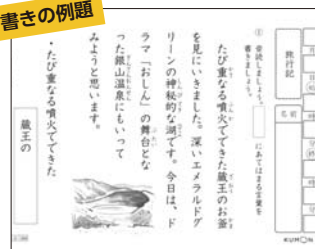
認知機能の改善・維持
につながった人の割合

87.5%

※令和 3 年度「脳の健康教室」参加者 56 人の実績

スラスラ 楽 習！ 「脳の健康教室」

読み書きの例題



認知症予防には、難しい問題を悩みながら解くより、簡単な問題を毎日スラスラ解く方が効果があるとされています。教室では、家でもできる簡単な教材を使い、以下を楽しく学習します。

- 音読・漢字の書き取り・計算
- すうじ盤（数字が書かれた磁石を、100 までの数字が書かれている盤に並べます）



対象者 65 歳以上で、教室に自力で通える人 ※要介護 2～5 の人は対象外、要介護 1 の人は介護支援専門員に相談してください。

とき 週 1 回、1 時間程度
ところ 毎週月の午前／ネーブルみつけ
毎週木の午後／中央公民館
毎週金の午前／ネーブルみつけ
毎週金の午後／今町公民館

参加費 月額 2,000 円（教材費込）
申込み・回数 6 月 3 日（金）までに健康福祉課（☎ 61-1350）へ。定員になり次第、終了。

参加者の声

- ・自動車運転免許の更新検査で、教室の成果を実感できた。
- ・色々な人とお付き合いができる。
- ・教室に来て、皆と会うのが楽しみ。
- ・教室以外でも皆で外出しています。

64 歳以下の方は サポーター で参加しませんか？

学習のサポートや受け付けの手伝いをする学習サポーターを募集します。

参加者との交流会が楽しい！

メンバーから元気をもらえる！

色々な世代と話せて楽しい！

サポーターの声

対象 概ね 64 歳以下の元気な人。
※ 6 月 15 日（木）か 16 日（金）のサポーター研修への参加が必須。

とき・ところ 各会場で半日程度
謝金 1 時間あたり 500 円
申込み・回数 6 月 3 日（金）までに健康福祉課（☎ 61-1350）へ。

65 歳～ 「脳の健康教室」参加者募集、運営を手伝う学習サポーター募集 元気なうちから、仲間と楽しく認知症予防

国際交流の功績を称えて ベトナム・ダナン市が久住時男前市長に感謝状を贈呈



久住氏に感謝状を手渡した稲田市長は、「ダナン市との交流は、市民が異文化理解や国際感覚を育む上で貴重な場です。両市の交流に尽力された久住氏に、改めて感謝いたします」と、久住氏の功績を称えていました。

市とベトナム・ダナン市との交流事業に貢献したとして、久住時男前市長（以下久住氏）にダナン市から感謝状が贈られました。

久住氏は市長在任期間中、市職員や見附市国際交流協会、市内中学生などをダナン市に派遣し、現地の人と交流する事業を実施。その一方で、ダナン市からの訪問団を市内で受け入れ、見附の伝統文化である凧作りを体験してもらうなど、お互いの文化を学び合う取り組みを行ってきました。今回の感謝状は、久住氏が見附市長として、国際交流と友好の推進に貢献したことを受けて贈られました。

久住氏は、「見附市国際交流協会のメンバーをはじめ、多くの市民の皆様の努力と協力が評価されたのだと思います。今後も、見附市民とダナン市民とのつながりを重視した国際交流が継続してほしいです」と話していました。

春の森に美しい音色が響く 市民の森で「観桜会」を開催

4月9日、市民の森で観桜会が開かれ、約150人が来場しました。

当日は、ドルチェフルートアンサンブルのメンバーが、『春が来た』や『エーデルワイス』など全15曲を披露。今年は開花が間に合わず、桜の中での鑑賞とはなりませんでしたが、春の訪れを告げる美しい音色が市民の森に響き渡り、来場者からは大きな拍手が贈られていました。

毎年観桜会に来ているという80代女性（元町1）は、「春にぴったりの曲を聴くことができ癒されました。桜が咲く頃に、また来たいと思います」と話していました。



世界で困っている人たちの助けに 見附中学校生徒会が救援金を日本赤十字社に寄附



1 呼び掛ける生徒会メンバー
2 生徒たちの思いが詰まった救援金を受け取った稲田市長は、「ウクライナの情勢を見ながら、自ら募金を企画する行動力は素晴らしいと思います」と、生徒たちの行動を称賛
3 生徒たちに募金を呼び掛ける生徒会メンバー

3月23日、見附中学校生徒会の役員3人が稲田市長を表敬し、世界で困っている人たちのために集めた救援金を手渡しました。

今回の募金活動は、メディアなどでロシア軍のウクライナ侵攻のニュースを見たことをきっかけに、見附中学校生徒会のメンバーが発案・企画して実現。3月16日から4日間、生徒会のメンバーが同校の正面玄関前に立って募金を呼びかけ、2万900円の募金が集まりました。受け取った救援金は、市を通して日本赤十字社に全額寄附し、ウクライナをはじめとするさまざまな国の人たちへの支援などに充てられます。

生徒会長の酒井侑大さんは、「募金の際は、世界で困っている人たちを助けたいという思いが伝わるように声がけをしました。今回の募金が、現地の医療物資の提供などに役立ってくれるとうれしいです」と話していました。

日本赤十字社の活動に 皆さんのご協力をお願いします

日本赤十字社の活動は、毎年5月の「赤十字運動月間」に、町内会を通じて、皆様からお寄せいただく協力金で成り立っています。1世帯500円を目安に、皆様のご理解とご協力をお願いします。

●主な活動 自然災害や大事故に見舞われた被災地での活動、紛争が絶えない海外や自然災害の被災者・紛争犠牲者などへの支援活動

圖健康福祉課 ☎ 61-1350

高品質ニットをアウトレット価格で 見附ニット春まつり

4月9日・10日、「見附ニット春まつり」が開催され、市内のニット業者9社が良質な春夏物ニット製品をお手頃価格で販売しました。

期間中は、ネーブルみつけを含む7つの会場で販売。2日間で8,804人が訪れました。訪れた人たちは、色合いや生地肌触りを確かめながら、家族や友人同士で買い物を楽しんでいました。

10年前からニットまつりに来ているという70代女性（柏崎市）は、「品質が良いのに、値段がとても安い。自宅で洗濯できるものもあるので、普段使いに最適だと思います」とうれしそうに話していました。



第一ニットマーケティング(株)に設置されているショップ「プリメイラ」で、商品を選ぶ来場者。同ショップでは、産地ブランド「MITSUKE KNIT」の商品も販売しています。

市立病院に2人の新任医師が着任



にしのかつひこ
西野 克彦 医師

●略歴 平成11年、自治医科大学卒。聖籠町国保診療所などに勤務され、今年3月まで長岡赤十字病院に勤務。

●趣味 水泳・DIY
●担当外来 内科・腎臓内科（月曜午前、木曜午前午後、金曜午後）



のじりしゅんすけ
野尻 俊介 医師

●略歴 平成16年、早稲田大学大学院理工学研究科修了。平成26年、岐阜大学医学部卒業。今年3月まで長岡赤十字病院に勤務。

●趣味 子どもと一緒に遊ぶ
●担当外来 内科・消化器内科（月曜午後、火曜午前午後、水曜午前）

募集 **【大人の食育講座】**
食事でメタボを予防&改善!

メタボリックシンドロームを予防するポイントや、改善するための食事術を学びましょう。健診でメタボやメタボ予備軍に該当した人、予防したい人の参加をお待ちしています。

- 日時 6/7(火)10:00~12:30
- 場所 ふぁみりあ
- 参加費 1,000円
- 定員 12人
- 講師 ますがたみき氏(はれいろごはん代表、管理栄養士)
- メニュー ごはん、鶏むね肉のヘルシーハンバーグ、炊飯器でつくる温野菜サラダ、切り干し大根スープ
- 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
- 申込み・回 5/31(火)までにふぁみりあ(☎62-1915)へ。※締め切り後はキャンセル料(参加費)あり。

募集 **婚活イベントの**
プロデュース団体を募集

しあわせみつけ実行委員会として、独身男女に出会いの場を提供し、2人の幸せを後押ししてみませんか。

- 対象 市内で活動する団体
- ▷独身男女が気軽に交流できるイベントを主催する場合、以下の支援が受けられます。
- ※詳細はホームページにある「しあわせみつけ出会いサポート事業補助金交付要綱」をご覧ください。
- ・イベントのコーディネーター経費
- ・会場使用料などの補助(上限20万円)
- ・パーティーの企画運営のアドバイス、広報・宣伝補助
- 募集数 3団体程度(先着順)
- 申込み・回 市ホームページ(→QR)にある企画提案書をまちづくり課(☎62-7801)へ。



その他 **障がい者用車両の**
軽自動車税(種別割)減免

- 対象
 - ・身体障がい者や精神障がい者、戦傷病者のために使用する軽自動車
 - ・車いすの昇降装置などを設置して構造変更した軽自動車(その他要件有)
- ※障がいの程度や軽自動車の所有名義に関する要件を満たす場合に限る。
- 申請に必要なもの
 - ▷身体障がいなどによる減免の場合
 - ・身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳など(写し可)
 - ・運転免許証(写し可)
- ※同一生計者が運転する場合は、同一生計証明書、通院・通学等証明書などが必要になる場合があります。
- ▷構造変更による減免の場合
- ・車両のどの部分を変更したか確認できる写真
- ▷共通して必要なもの
- ・減免申請書
- ・納税通知書(5月中旬発送予定)
- ・自動車検査証(写し可)
- ・納税義務者の個人(法人)番号が確認できるもの(写し可)
- 申請・回 5/13(金)~31(火)までに、持参または郵送で、税務課(☎内線123)へ。※当日消印有効

その他 **Jアラートの全国一斉**
伝達訓練を行います

市内の防災スピーカー53か所で一斉放送を行います。災害の発生ではありませんのでご注意ください。

- 日時 5/18(水)11:00
- 放送内容 チャイム→「これはテストです」という放送を3回繰り返す→終了のチャイム

Jアラートとは

- 人工衛星を用いて、次の緊急情報を国から住民まで瞬時に伝達することを目的としたシステムです。
- ・武力攻撃情報
 - ・緊急地震速報(震度4以上)
- 回企画調整課☎内線312

お知らせ広場

見附市役所 ☎ 62-1700
FAX 63-1006

今月の税の納期限

- 軽自動車税 5月31日(火)

募集 **参議院議員通常選挙の**
投票立会人を募集します

①期日前投票の立会人

- 日時 投票日までの16、17日間(土・日含む)。8:30~20:30
- 場所 ネーブルみつけ
- 報酬・募集数 9,600円/日・34人程度
- ②当日投票の立会人
- 日時 投票日当日。7:00~20:30
- 場所 原則、ご自身がいつも投票している投票所
- 報酬・募集数 10,900円/日・40人
- ①・②共通
- 応募資格 選挙人名簿に登録されている人

●仕事内容 参議院議員通常選挙(7/25任期満了)で、投票が公正に行われるよう、有権者を代表して選挙に立ち会います。※選挙日は未定です。7/10(日)の見込みで募集します。

●注意点

- ・応募者多数の場合は抽選。結果は投票日確定後に通知します。
- ・報酬から既定の所得税を源泉徴収します。
- ・食費、交通費は支給されません。
- ・手指消毒やマスク着用など、感染症拡大防止対策にご協力ください。
- 申込み・回 5/27(金)までに市ホームページ、総務課、ネーブルみつけ、各公民館、ふるさとセンターにある申込書を記入の上、各窓口へ持参または選挙管理委員会(☎内線497)へFAX(☎63-1006)、メール(senkyo@city.mitsuke.niigata.jp)で提出してください。



アルカディア

☎63-5321 / 開館時間 9:00~21:45 (休館:5月17日(火))
プレイガイド:上野屋書店、道の駅パティオにいたが ほか
※前売り券で売完の場合、当日券は販売しません。

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

会 大ホール 全席指定
前 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。)

春風亭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。

発売中

尾崎亜美コンサート

6/5(日) 15:30開場 16:00開演

会 大ホール 全席指定
前 6,000円 ※未就学児入場不可



日本のポピュラー・ミュージックのレジェンドともいべき名プレーヤー・小原礼と是永功一をバックに、ロマンティックでハートウォームな名曲の数々をたっぷり披露します。

世界三大ピアノの一つ ベーゼンドルファーを弾いてみよう

7/21(木)・22(金)・23(土)

8/11(木・祝)・12(金)・13(土)・9/4(日)・5(月)・6(火)

①10:00~ ②11:00~ ③12:00~ ④13:00~ ⑤14:00~
⑥15:00~ ⑦16:00~ ⑧17:00~ (1枠50分)

- 対 なたでも参加できます。 ※中学生以下は保護者同伴
- 料 1枠800円(先着順。1組につき1日1枠、期間中2枠まで)
- 申 窓口または電話でお申し込みください。(5/27(金)から受付)
- 注 演奏する人以外の名前で申し込みはできません。1組最大5人まで。金銭の発生するレッスンは利用不可。

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

見附の作家たち展 2022 vol.1

5/7(土)~15(日)

会 展示室1(最終日は15:00まで)



昨年の会場の様子

見附市内で活動する美術作家たちを紹介します。

【出品作家】 日本画:大川戸チ子 洋画:押野見勝、星野昭 栄

シャインバイシャドウ Shine×Shadow

5/17(火)~22(日)

会 展示室1(最終日は16:00まで)



『花』

金工作家・板垣良和氏と切り絵作家・堀入薫氏の2人展を開催。繊細なジュエリーと切り絵のコラボレーションをお楽しみください。



『海夢の夜』

宇宙と漆 中村謙二漆芸展

5/27(金)~6/12(日)

会 展示室1・2



『紫韻』

市展審査員などを務める漆工芸作家・中村謙二氏の展覧会を開催。漆黒の闇に浮かび上がる華やかな遺跡、宇宙空間などの幻想的な世界観をお楽しみください。購入できる小型の作品もあります。

▶ギャラリートーク

5/28(土) 14:00~15:00

- 会 展示室1・2 料 無料 定 先着20人
- 申 5/22日までにギャラリーみつけへお電話ください。作家による作品解説会を行います。

金継ぎ教室

5/29(日)・6/5(日) 10:30~12:30

- 会 ぶらっとルーム 料 2,000円 ※両日とも参加必須
 - 申 5/22日までにギャラリーみつけへお電話ください。
 - 定 先着10人 持 金継ぎしたい器(直径20cm以内)・タオル
- ※汚れてもよい服装でご参加ください。
破損した器を漆で接着し、金粉などで装飾して修復する伝統的な技法「金継ぎ」を体験します。※健康に配慮した素材を使用。

参加者
募集中

参加者
募集中

オサムちゃん 23話
「みいつけた!」
作:村上徹



詩集のタイトルにも使われており矢沢幸の代表作と言われている「少年」を取り上げて一捻り。後半の二コマは僕の完全な創作ですので、あしからず!
●出典 思潮社「矢沢幸詩集—光る砂漠」

この他28通いただきました。

◆年金と仕事に関するセミナー参加者募集

退職後もより充実した生活を送るため、年金をもらいながら働くことを考えてみませんか。

- 対象 55歳以上の人
- 日時 6/7(火)13:30~15:30
- 場所 ネーブルみつけ 研修室1
- 内容
 - ・年金制度改正のポイント
 - ・年金をもらいながら働くメリット
- 講師 小林裕氏(こばやし社会保険労務士事務所)

- 参加費 無料
- 定員 30人(先着順)
- 申込み・回 5/17(火)~31(火)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

◆シルバー人材センター生きがい就業相談会

定年後の生きがい・健康維持のため、センターに入会しませんか。
※60歳以上の人が対象です

- シルバー人材センター会場 5/12(木)、6/8(水)いずれも9:30~
 - 今町公民館会場 5/18(水)、6/15(水)いずれも9:30~
- ☎シルバー人材センター☎62-0609

お詫びと訂正

広報みつけ4月号15ページの記事の記述に一部誤りがありました。正しくは次の通りです。お詫びして訂正します。誤 敬省略 正 敬称略
☎総務課☎62-1700(内線323)

◆銃砲・刀剣類を発見したら届け出を!

銃砲や刀剣類の所持は、法律で原則禁止されています。家を整理していて、遺品などの銃砲や刀剣類が見つかった場合は、速やかに最寄りの警察署に届け出た上で、銃砲・刀剣類登録審査会で登録審査を受けてください。

【銃砲・刀剣類登録審査会】

法令に定める鑑定基準に従い、対象の銃砲・刀剣類を審査します。美術品や骨とう品として価値のある銃砲・刀剣類には登録証が発行され、例外的に所持が許されます。

- 日時 6/16(木)、10/20(木)、2/16(木)(令和5年)※いずれも10:00~14:30
- 会場 長岡地域振興局 ※詳細は県ホームページ(→QR)へ。

●持ち物 以下のものをお持ちください。印鑑は不要です。※代理人が出席する場合は、委任状が必要。

- ・審査を受ける銃砲刀剣類
- ・銃砲刀剣類発見届(警察署が発行)
- ・審査手数料(1件6,300円)

●注意点 審査の結果、登録対象外となった銃砲・刀剣類は所持できません。審査結果に関わらず、手数料は返却されませんのでご注意ください。
☎県観光文化スポーツ部文化課☎025-280-5619



健康 【男性向け】風しんの抗体検査費が無料

風しんの発生とまん延の予防のために、過去に予防接種の機会が無かった世代の男性は、無料で抗体検査と予防接種が受けられます。妊婦が感染することで発症する先天性風しん症候群の予防のためにも、この機会にぜひ検査を受けましょう。

- 対象 昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性
- クーポン券の送付 対象の人には、抗体検査・予防接種の実施医療機関一覧などの資料と、クーポン券を4月上旬に送付しました。未受診の人にも再送付しましたので、古いクーポン券は破棄してください。

▷有効期限 令和5年3月31日まで
▷使用条件 抗体検査・予防接種当日に市民であること。転出する場合は、転出先の市町村へ再発行を依頼してください。

●検査方法 次のいずれかで検査をしてください。

▷市の特定健診・職場の健康診断 クーポン券と保険証を持参して受診 ※職場の健康診断の場合、受診できるか事前確認をお願いします。

▷医療機関 事前に連絡の上、クーポン券と免許証など住所がわかるものを持参して受診

●予防接種 抗体価基準に満たなかった場合は、実施医療機関を予約して予防接種を受けてください。
☎健康福祉課☎61-1370



この封筒に入れて送付しています。

健康 風しんワクチン予防接種の一部費用を助成します

妊婦が風しんに感染すると、生まれてくる子どもが心臓の病気や白内障などにかかる可能性があります。ワクチン接種でこれらを予防できます。

- 対象 風しん抗体検査で、抗体がない、または低い人のうち、次の①~③のいずれかに該当する市民
 - ①妊娠を希望する女性
 - ②妊娠を希望する女性の同居者
 - ③妊婦の同居者
 ※妊婦は接種できないため、対象外
- 助成期間 令和5年3月31日まで
- 助成額 次のいずれか1回限り
 - ▷麻しん風しん混合(MR) 6,000円
 - ▷風しん単独 4,000円

●申請方法 医療機関で接種後、次の書類などを持参して健康福祉課で申請してください。

- ・振込口座の通帳
- ・予防接種の内容が確認できる医療機関発行の領収書
- ・風しん抗体価が記載された書類(医療機関発行の抗体検査結果など)

※対象の③に該当する人は次の書類を持参してください。

- ・出産予定のお子さんの母子健康手帳
- ・妊婦の抗体価を確認できる書類

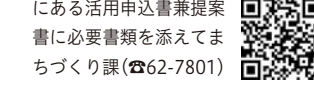
☎健康福祉課61-1370

募集 海の家プロポーザルコンペ(公募型)を実施します

旧見附市立海の家を売却するにあたり、公募型プロポーザルコンペの参加者を募集します。

- 現地説明会 5/17(火)10:00~(要予約)
- 受付期間 6/1(火)~14(火)17:00必着
- プレゼンテーション 6/23(木)
- 活用者決定 7月中
- 申込み・回 市ホームページ(↓QR)

にある活用申込書兼提案書に必要書類を添えてまちづくり課(☎62-7801)へ。



その他 【令和3年度】パブリック・コメントの実施状況

パブリック・コメントは、重要な施策や条例を策定する前に、その内容を公表し、市民の皆さんに意見を求め、施策などを決定する制度です。

- 案件/件数
 - ▷見附市議会基本条例(案)/1人13件
 - ▷第3次見附市公立保育園営化等実施計画(案)/5人(法人からの意見も含む)17件
 - ▷第5次見附市男女共同参画計画(案)/1人6件
 - ▷第11次見附市交通安全計画(案)/2人26件
 - ▷見附市人権教育・啓発推進計画(改正版)(案)/1人15件
- ☎企画調整課☎内線317

その他 【相談無料・秘密厳守】行政や人権の悩みを相談できます

- 行政相談委員
- 国から委嘱された有識者で、国などの行政機関に対する苦情や要望を聞き、問題の解決を図る身近な相談役です。
- 委員 加藤礼子(本町2) 佐藤まり子(今町4)

人権擁護委員

- 法務省から委嘱され、基本的人権の侵犯に対する監視、救済を行います。
- 委員 齋藤栄作(本所1)、土田秀(柳橋町)、池田敏郎(葛巻1)、山内桂子(今町5)、長谷川綾子(緑町)

人権相談会(無料、予約不要)

- 人権擁護委員がいじめや虐待、親族間のもめ事などの相談に乗ります。
- 時間 6/8(水)9:30~12:00
 - 場所 ネーブルみつけ
- ☎市民生活課☎内線151

その他 5月の献血日程

- 17日(火)
 - 北越化成棟(9:00~10:30受付)
 - 浅記棟(11:45~12:45受付)
- ☎健康福祉課☎61-1350

読者の声

市に寄せられた広報みつけ4月号の感想を、紹介します。(応募方法は裏紙中段に) ●今月の表紙はいつもに増してパツと目を引く鮮やかな素敵な写真でした。いつも隅々まで読ませていただいています。毎月楽しみです。(30代)

編集から▼4月号の表紙は、イベント期間ギリギリまで粘って撮れた写真で、広報担当としても思い出深い1枚です。快く撮影に応じてくれた女の子と二両親のおかげで、春にふさわしい表紙となりました。

●若い頃は見向きもしなかったのですが歳を重ねると地元の方が知りたくなりました。ここ何年かようになってきました。ここ何年かは広報担当の方とイベントなどで会う事があるのですがとても若い方が誌面を作っています。そこで市民の若い世代の方にも是非観てほしいです!40代

編纂から▼ありがとうございます!さまざまな世代の人に読んでいただけるように、日々試行錯誤を繰り返しています。若い世代の人たちに市の魅力を届けるために、今後も積極的に情報発信を行っていきます!

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→



見附シティ・ロゲイニング

6/12日
9:00~

6歳~ 大人気のスポーツに挑戦しよう！
おすすめ

地図を見ながらあらかじめ決められたチェックポイントを回って、時間内により多くの得点を集める野外スポーツ「ロゲイニング」。バスも利用できるので、ご家族・お友達とお楽しみください。



- ① ネーブルみつけ
- ② 高校生以上：2,500円、中学生：700円、小学生：600円、未就学児：無料（コミュニティバス1日券付）
- ③ ④ みらい市場お買物券 500円分（未就学児以外）
- ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ 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



① (一社)見附市観光物産協会 ☎ 89-6277

※イベントの詳細・申込みはスポーツセンター(→QR)へ



みつけ謎解きさんぽ

6歳~ ミッケと一緒に見附の謎を解き明かせ！
おすすめ

見附市を舞台に、謎を解き明かしていく体験型リアル謎解きイベント！参加費支払い後に受け取る謎解きキットを使って、徒歩やコミュニティバスなどで市内の各スポットを巡ります。ご家族一揃いに力を合わせて、見附の謎に挑戦してみましょう！※所要時間は4~6時間（バス利用時）



- ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ 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

・期間内にゴールできれば何日かけてもOKです。(※バス券は1日のみ有効)

・午前中のスタートがおすすめです。

お悩み

「ほっとカフェ with 子育てでマイスター」で出た見附ママの悩みを紹介



「ほっとカフェ with 子育てでマイスター」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため休止中です。再開は、見附子育て支援サイト「スマイルみつけ」(ページ右上QRコード)でお知らせします。 ☎ネウボラみつけ ☎ 63-2860

Q 引っ越してきたばかりで心配です。
(2歳5か月ママ)

A 子育て支援センターやネウボラみつけを頼って

慣れない環境での新生活は、不安でいっぱいだと思います。また、育児中は気になること、心配なこともたくさんありますよね。そんな不安を感じる時は、市の相談機関をご活用ください。市内3か所に設置している子育て支援センターや、保健福祉センター内のネウボラみつけ、市役所こども課(☎62-1700)では、保育士や保健師、相談員が子育ての悩みにお答えします。

予約制でオンライン相談(→QRコード)も受け付けていますので、心配なことがありましたら気軽にご連絡ください。



保健師が
お答えします



本ページへの
意見募集

裏表紙(次ページ)の広報紙クイズ&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 固こども課 ☎ 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11月生	5月13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2月生	5月27日(火)			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3~5月生	6月3日(金)	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12月生	5月12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」(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3年9月生	5月19日(木)			
	令和4年1月生	6月2日(日)			
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、発熱・せき・嘔吐・下痢などの症状がある場合は、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。登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、対象者へ個別に通知いたします。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はこちら→



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)	☎63-3555		
				包括南(南中学校区、古志乃里内)	☎62-1750		
				包括西(西中学校区、いいねが邸内)	☎62-3345		
				包括今町(今町中学校区、坂井園内)	☎61-5221		
障がい者	相談支援専門員による障がい福祉サービスや日常生活の相談	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)	☎090-1695-1350		
				②相談支援事業所すきっぷ	☎62-2181		
				③障害者相談支援センターえがお(みつけワークス)	☎080-8728-6338		
健康・心	保健師・心の相談員による健康や心の相談	月~金曜日	9:00~16:00	健康の駅(保健福祉センター)	☎62-7835		
心の専用相談(ホットラインはこちら)	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	健康の駅	☎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18日ぬまで	5/21(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)		
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	5/6(金)、20(金)	13:00~15:00	中央公民館	健康福祉課 ☎61-1370		
				5/25(木)(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
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		
法律 一般	(要予約)弁護士による法律相談	5/10(火)、24(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 5/18(水)	NPO法人女のスペース・ながおか ※5月18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	☎62-7803		
				新町子育て支援センター	☎62-7551		
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~3月31日)

- 火災 2件(0) ●救急 402件(-56)
※火災・救急情報の速報は☎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4月1日現在)

- 人口 39,315(-527)
▷男 19,163(-231) ▷女 20,152(-296)
- 世帯 15,159(-50) ※()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
- ネーブルみつけ 6月8日(水)は17:00閉館

おくむら かずは
奥村 和葉 ちゃん(柳橋町)

平成31年2月25日生まれ



3月11日に保健福祉センターで、お母さんの聡子さんと一緒に。

※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



●おうちの人に聞きました **和葉ちゃんとはどんなお子さん？**

名前の由来は？

呼んだときの和風な響きが気に入って、夫が名付けました。漢字は夫婦で考えて、「平和」と「万葉集」から取りました。

和葉ちゃんに一言

春から保育園だね。大変なこともあるかもしれないけど、乗り越えて成長していつね

手先が器用で、ゆで卵の殻をきれいにむいてくれます。集中力もあり、お誕生日にももらったストライダーも2週間で乗りこなしていました。最近では、妹の葉月が泣くとすぐに駆け寄って頭をなでてくれるなど、お姉ちゃんらしくなってきました。

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】母の日に、感謝が伝わる「見附良品」を大切な母の日のプレゼントに、見附市のもの作りが詰まったニット小物を選んでみてはいかがでしょうか？まるでお華のような華クッキーも一緒にどうぞ。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. 見附中学校生徒会が集めた救援金の寄附先は？

日本〇〇〇社 ヒント：14 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、5月18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
5月	8 外科	貝瀬皮膚科	柳橋町274-25	(66)8100
	15 内科	石川医院	今町6-3-45	(66)2140
	22 内科	山谷クリニック	本所1-12-10	(61)1388
	29 内科	杏仁堂医院	本町1-2-50	(62)0123
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

- 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

マイ口で簡単チェック!

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「ミッケ」