

人とまちをつなぐ広報紙

広報みつけ

6

June
2025
NO.778

Public Relations MITSUKE

上手に
植えられるかな

— 特集 —

共生のカギは思いやるチカラ



共生のカギは 思いやるチカラ

誰もが皆、幸せに暮らしていくために——。障がいのある人もない人も、自分を認め、相手を認め、地域で共に暮らし、活躍できる社会をつくるのが大切です。障がいのある人を理解し、差別をなくし、すべての人が暮らしやすいまちづくりを考えてみませんか。



6 ページに掲載しているのがみさんご家族。航さんは普段、兄の圭一朗さんと妹の佳子さんと一緒にゲームをして遊んでいるそうです。



出演者募集中

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。申込みフォーム（→）からご応募できます。



よしざわ りつ
吉澤 凛連 くん（葛巻1）
令和6年9月10日生まれ



4 月 22 日に見附市役所で。お母さんの沙樹さんと一緒に。

名前の由来は？

自分を律することができる人になってもらいたいと名付けました。漢字は、力強く仲間にもまれて育ててほしいと願いを込めました。

凛連くんはどんな子？

穏やかな性格です。家では、アンパンマンの歌が好きでよく聞いています。犬を飼っていて、毎日一緒にお散歩をしています。犬に頭を舐められても、あまり気にならないようです。好きな離乳食は、鶏肉の雑炊とフルーツジュレ。たくさん食べてくれます。まだハイハイをしないので、できるようになるのが楽しみです。

お母さんから凛連くんに一言

健康でたくさんの仲間にもまれて幸せになってね。生まれてきてくれてありがとう。大好きだよ。

CONTENTS / 目次

2025 . June

- | | |
|---------------------|------------------------|
| 3 【特集】共生のカギは思いやるチカラ | 23 アルカディア・ギャラリー |
| 12 成人式 | 24 まちの話題 town topics |
| 14 Pick Up お知らせ広場 | 25 お知らせ広場 |
| 18 子宮頸がん・乳がん検診 | 30 相談/休日の窓口/施設のお知らせ |
| 19 健幸ポイント | 31 こどもとおでかけ / お悩み相談 |
| 20 健幸フェスタ | 母子保健事業のお知らせ |
| 21 健幸だより | 32 見附でみつけた 1 枚 / 広報クイズ |
| 22 求人情報 | 休日・夜間のお医者さん |

人口の動き

- 人口 37,728（－ 661）
 - ▶ 男 18,426（－ 319）
 - ▶ 女 19,302（－ 342）
- 世帯 15,328（－ 37）

令和 7 年 5 月 1 日現在

火災・救急・交通事故発生状況

- 火災 1 件（－ 4）
- 救急 667 件（＋ 6）
- 交通事故 9 件（－ 1）
- 交通事故死者数 0 人（± 0）

令和 7 年 1 月 1 日～ 4 月 30 日
※（ ）は対前年比

今月の表紙



小さな幸せ みつけよう

表紙は、刈谷田川フェスティバルで菜の花摘みをする仲良し姉妹。一面に広がる菜の花は絶好の映えスポットです。菜の花の花言葉は、「小さな幸せ」。元気が出る黄色も、生活にハッピーを添えてくれるかもしれません♪刈谷田フェスの様子は市ホームページ（→）からご覧ください。



見附市の情報がスマホに届く

各二次元コード（→）を読み込んで登録してください。



緊急情報メール

いざという時の防災・災害・防犯情報などを配信しています。



見附市 LINE 公式アカウント

子育て・健診・イベントなどから欲しい情報を選んで受信できます。

差別を作り出して いるものとは

「障がい」とは何か
社会が作り出す壁

私たちが普段「障がい者」と耳にするとき、その意味やイメージは人それぞれ異なります。例えば、歩行が難しく車いすを使用している人、視覚に障がいがあり白杖を使用している人など、外見からわかる場合もあります。一方で、記憶の定着が困難だったり、自分の気持ちをうまく言葉にできなかったりと、見た目では判断できない「障がい」も存在します。

一言で「障がい」といっても、それはさまざまな特性や状態をひとくくりにした言葉であり、本来は個々に異なるものです。そして障がいのある人は、私たちの周囲にある物理的・社会的な環境によって、困難を引き起こされているという事実も見逃しません。

社会のあり方が差別や偏見を生む
「社会モデル」という視点

私たちの社会には、「障がい」をその人の個人の問題と捉え、心身の機能から生じるものと考ええる「医学モデル」という視点があります。一方で、障がいのある人が困難を感じるのは社会や環境に原因があると考える「社会モデル」という視点もあります。

例えば、建物の入口に階段しかない場合、車いすの利用者にとって階段が障壁となります。しかし、スロープを設置すれば障壁は無くなります。歩い上がる人ができる人を想定して作られた社会が障壁となり、「障がい」を生んでいるのです。

この視点が「障がいの社会モデル」です。自力で歩ける人が当たり前とする社会の前提そのものが、障がいに対する不便さや差別、偏見を生み出しています。

無意識の差別や偏見に気づき
誰もが暮らしやすい社会へ

見附市では、令和7年4月に「見附市障がいを理由とする差別のないだれもが共に暮らせるまちづくり条例（通称 差別のない共生条例）」を施行。この条例は、障がいを理由とする不当な差別や偏見を禁止し、無意識の差別や偏見にも目を向けた社会の実現を目指しています。

障がいの有無にかかわらず、すべての人が尊重され、分け隔てられることなく共に暮らせる社会。その実現には、市民の皆さん一人ひとりの理解と行動が欠かせません。

共に気付き、支え合いながら、「差別や偏見を生まない社会」へ、一歩ずつ進んでいきましょう。



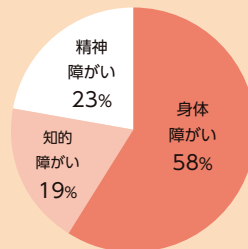
障害福祉サービス事業所みつけワークスでの一枚。
作業の休憩時間には、仲良しの友達同士で楽しそう
におしゃべりしています。



作業中は、自分たちのペースで真剣に
作業をしています。

見附市の障がい者手帳所持者の割合

令和7年3月末時点



※出典 健康福祉課

市内の障がいがある人

市内の総人口に占める障がい者手帳所持者数の割合は、年々増加。令和7年3月末時点では2,100人で5.6%。約20人に1人が、何らかの障がいがあることとなります。

さまざまな障がい

障がいの種類によって、次のように、さまざまな特性や困りごとがあります。障がいのある人について知ることが支援に繋がります。次に紹介しているものは一例に過ぎず、他にもさまざまな困りごとが存在しています。

※参考 厚生労働省

身体障がい

●特性 体の機能に、障がいがある状態。上下肢などの他にも視覚、聴覚、体の内部に障がいがある場合も含む。

●困りごと 車いすが通れる十分なスペースがない、段差があると移動に困難。歩道上の点字ブロックに障害物が置かれていて、白杖がぶつかる。小さい音が聞き取れない。外見ではわかりにくい、長時間立つてられない。

知的障がい

●特性 言葉や文字の習得が遅い。複雑な事柄や会話の理解が難しい。

●困りごと 一つ一つの指示がないと動けない。仕事が覚えられない。対人関係が築けない。状況に応じた行動をとれない。

精神障がい

●特性 うつや躁うつ状態。考えがまとまらない。周囲に合わせられない。幻覚や妄想がある。てんかんや、高次脳機能障がいも含む。

●困りごと 一つの事に集中できない。人とコミュニケーションがとれない。見た目では気付かれない。理解されない。怠けていると思われる。仕事が続かない。

発達障がい

●特性 コミュニケーションをとるのが苦手。想像力が乏しい。忘れ物が多い。急な予定変更に対応できなくなる。特性はさまざま。

●困りごと 見た目ではわかりにくく、周囲に気付いてもらえない。

令和5年、夫婦で障がい者向けのグループホームを設立。さまざまな障がいのある人が利用しています。障がいのある人の特性や強みとは——。支援する立場の人の声を通して、理解を深めてみませんか。

一般社団法人 さんさんなびょうし
障がい者グループホーム

ていしまかげ
らくら亭 嶋影さん



障がいのある人の 強みとやさしさ



事業者から依頼された簡単な作業をしたり、好きなマンガを書いたりして自由に過ごしています。

「障がいのある人の支援を始めたきっかけは、妻の一言でした」と話してくれたのは、地域でグループホームを運営している嶋影勇人さん。長年旅行会社に勤め、福祉には縁がありませんでした。妻の優子さんが福祉の仕事に20年以上携わっていたことや、お互いの母親の介護が必要になったことが重なり、夫婦でグループホームを立ち上げることにしました。

現在は、利用者6人が1階のグループホームで生活し、地域に住む人など15人の世話人が支援をしています。2階の自宅には、嶋影さん夫婦とその母親2人が暮らしています。年齢や障がいの違いを超えて、皆が支え合いながら、日々の生活を送っています。

「利用者が高齢者を気遣ったり、お菓子を分け合ったり。自然と優しさがあふれているんです」と嶋影さんは微笑みます。「障がいがあると聞くと身構える人も多いけれど、実際に触れ合ってみると、『普通に接していいんだ』と分かってくれる。それが何よりうれしいですね」。

支援する立場での悩みもあります。「私たちは先生ではないけれど、自立を支援する役割がある。どこまで踏み込んでいいのか悩むことも多いです」。それでも、「良いことは良い、ダメなことはダメ」と、対等な目線で向き合う姿勢を大切にしています。

そんな中で気付いたのが、障がいのある人たちが持つ「強み」。「彼らは一度決めた行動をしっかりと続けられる。それは継続する力です。反面、頑固に見えることもあるけれど、その粘り強さはすごいと思います」。そして何より、「みんなとても優しい」と語ります。

地域の人や行政から、「地域に溶け込んで生活できている、それこそが自立」と言わ



毎月指導者を招いて開催しているミュージックケア。音楽に合わせて体を動かしたり、楽器を演奏したりしています。

れたときは、本当にうれしかったそうです。「障がい者も支援者も、無理をせず、自分を大切にして暮らせる場所。そんな日常が、私たちの理想なんです」。誰もがあのままにいられた場所——。それが、嶋影さんたちが目指す地域のカタチです。

お母さんが妊娠7か月の頃、超低体重児で生まれた航さん。生後5か月間は、NICU（新生児集中治療室）に入院していました。産後間もなく、「脳性麻痺により歩行ができなくなる」と医師から告げられました。以来、家族で支え合いながら、航さんの障がいと向き合ってきました。生活の中にある、「困難と喜び」について話を聞きました。

のがみ
野上さん親子 航さんと母の舞さん



障がいが 教えてくれたこと



生後2か月でようやく、カンガルークアができました。

「次男には障がいがあります」。そう話す母親の舞さんの声からは、困難とともに見つけた温かい気付きが感じられました。3人兄妹の中で、次男だけが障がいがあります。日々の食事や入浴、更衣などすべてに介助を要します。保育園でも専属の先生の支援が必要でした。親子遠足では、航さんのペースに合わせて他の子どもたちに待ってもらうこともあり、舞さんは時に心苦しさを感じたと言います。それでも、家族で地域の行事に参加することで、周囲に航さんの存在を知ってもらい、繋がりを築いてきました。航さんの兄と妹は、特別扱いすることなく、時にはケンカもしながら自然に航さんと関わります。航さんが一つのことをできるようになる度に家族の喜びは何倍にも広がる

そうです。「そうした日常こそが、私たちにとつての普通なんです」と舞さんは語ります。「航がいなければ、私は障がいに対して偏見を持ったままだったかもしれません。車いすでの生活の不便さや、災害時の不安。そうした現実に向き合う中で、舞さんたち家族は『当事者の視点に気付くようになった』と言います。

現在、航さんは放課後等デイサービスに通っています。そこでは、本人に合った活動を楽しみつつ、人との関わりを学んでいます。両親にとつてはこの間、他の兄妹と向き合う貴重な時間となっており、生活の大きな支えになっています。

「困っていることや不便なことは、もっと声に出した方が



(←) 航さんが退院する頃。入院時は、夫婦で病院に通って成長を見守っていました。

(→) 現在小学5年生の航さん。無邪気な笑顔で兄妹と遊んでいます。



令和6年4月に施行された改正「障害者差別解消法」では、事業者による障がいのある人への「合理的配慮の提供」が義務化されました。

■ 改正「障害者差別解消法」

	行政機関など	事業者
不当な差別的取扱い	禁止	禁止
合理的配慮の提供	義務	努力義務⇒義務

※改正法の詳細は、内閣府ホームページ（→）へ。



事業者には、合理的配慮の提供が義務化されました。

見附市では、令和7年4月に通称「差別のない共生条例」が施行。どんな人であっても、障がいを理由とする「不当な差別的取扱い」をすることを禁止しています。
見附市の条例には、国の法

律と比較すると障がいのある人に配慮した特色があります。一つ目は、市民の皆さんにも「合理的配慮の提供」を努力義務として明記しました。具体的には、障がいのある人からの意思表示の前に、困難などを認識した場合、配慮をするよう努めなければならないということです。二つ目は、障がいのある人が合理的配慮に欠ける場面に遭遇した際の相談先や手順を明記しました。市では、健康福祉課を窓口として、相談しやすい体制づくりを進めています。

■ 市民に向けた条文

	国の法律	見附市条例
不当な差別的取扱い	禁止	禁止
合理的配慮の提供	—	努力義務

※条例の詳細は、市ホームページ（→）へ。



市民の皆さんにも合理的配慮の提供について、努力義務をお願いしています。

壁を取り除く 見えない

障がいのある人が感じる生活の中にある、さまざまな「不便さ」や「障壁」。どのようなモノやコトが「障壁」となるのか——。それは障がいの種類など個別の状況によって異なります。しかし、その状況に応じた

配慮を考え、実行すると、障がいのある人の困り事や不自由さを取り除くことができます。「社会的障壁」について考え、条例に定められている「合理的配慮」についても考えてみましょう。

社会的障壁とは何か

集団や社会にはさまざまな「当たり前」が存在しますが、それが苦痛な人も大勢います。思い込みに気付き、当たり前を見直していくことが重要です。

社会的障壁には、さまざまな種類が存在していて、左（←）に挙げている例は一部に過ぎません。障がいのある人の特徴や場面、取り巻く環境などにより異なります。

「当たり前」ではない 身近な「社会的障壁」

障がいのある人にとって、日常生活を送る上で、障壁となるものや事象はさまざまな場面で起こり得ます。

■ 物理的な障壁

通行、利用しにくい施設や設備など



3cm程度の段差で車椅子は進めなくなります。

■ 文化・情動的な障壁

障がいのある人を意識していない慣習や文化など

問い合わせ窓口が電話のみだと、利用できない人もいます。

■ 制度的な障壁

利用しにくい制度など



ルビがふられていない漢字ばかりだと理解しづらい人もいます。

■ 心理的な障壁

障がいのある人への偏見など

障がいへの無関心、過剰な扱い、偏見や差別などから発生します。

合理的配慮とは何か

立って歩けること、電話ができること、文字が読めること——。この社会にはさまざまな「当たり前」が存在し、それを前提に物事が設計されてきました。

障がいのある人が環境に合わせるのではなく、周囲の人の気遣いや思いやりにより、不利が生じなくなる——。それが合理的配慮です。

できることから、少しずつ 気持ちや配慮を伝えよう

合理的配慮は、社会的障壁によって生まれた機会の不公平や不平等などを正すためのものです。思いやりを形で表すことで、障壁が解消できます。

■ 物理的環境への配慮
飲食店で車椅子のまま着席したい。



椅子を片付けて車椅子のまま着席できるスペースを確保。

■ 意思疎通への配慮
難聴や弱視の人とのコミュニケーション。



大きな声で話す。筆談を行う。太いペンで大きな文字を書く。

助かった！うれしかった！

ドアを押さえて待っていてくれて助かる



何か手伝えることがあるか気にかけてくれてうれしい

お店の人が明るく、優しく声をかけてくれてうれしい

※実際に、当事者に聞きました。

社会が変わると、 達成できることがある

障がいのある人もない人も、お互いを思い、助け合いながら暮らせる社会を築くことで、より良い生活を送ることができそうです。何が障がいとなっているのか、それを解決するためにはどのような支援が必要かを、障がいのある人の希望を尊重し、本人と周囲の人々が話し合いながら決めていくことが求められます。これにより、障がいのある人は、不便さの解消や社会参加など、達成できることが増えていきます。これこそが、「生きやすさ」や「幸せ」につながる第一歩となります。

願いや希望を 叶えるために

市としては条例の制定に加え、他のサービスを拡充していきます。具体的には、日常生活をサポートする用具(非常用パツ

思いやりや優しさに包まれた 地域づくりが共生社会を実現する

見

附市では、誰もが安心して安全に暮らせる「誰ひとり取り残さないまち」の実現を目指し、障がい福祉施策の充実に取り組んでいます。障がい者差別の解消については、平成28年に障害者差別解消法が施行されて以来、さまざまな取り組みを進めてきましたが、ふれあい懇談会などを通じ広く市民の声を聴いていく中で、これまで以上に障がいに対する市民の理解を深めていく必要があると感じ、市独自の条例として通称「差別のない共生条例」を制定することとしました。市民意識の啓発によって、偏見や差別が解消されることを期待しています。

条文には、障害者差別解消法からさらに一歩踏み込み、市民の皆さまに合理的配慮への理解と協力と呼び掛ける内容を追加しています。まちで障がいのある人が困っている様子を見かけたら、声をかけてほしいと思います。この条例が、障がいを正しく理解し、お互いを思い合うきっかけになることを願っています。



見附市長 稲田 晃

また、この条例は、多様な市民が支え合う「共生社会」の実現を目的に掲げ、障がいのある人もない人もお互いを支え、個性を尊重し合うことを重要な理念としています。差別の解消や社会的障壁の解消は、障がいのある人のためだけではなく、市全体の住みやすさに繋がるものです。差別解消の先にある、思いやりにも包まれて誰もが安心して暮らせるまち、「暮らし満足No.1のまち」を、市民の皆さまと一緒に実現させるため、多くの方からこの条例を知っていただきたいと思っています。

みんなが幸せな「共生社会」

個人の身体的、精神的な違いを弱点として捉える社会ではなく、個性であり、当たり前のこととして地域で共に暮らすことができる社会。

会。障がいのある人が

生きやすい社会は、誰

にとっても生きやすい

のかもしれない。

立って歩けない人も

歩ける人も、文字が読

めない人も読める人も、障がいについて

て知ること、お互いを思いやり、

幸せな人生を共に歩んでいける――。

そんな社会こそが、「共生社会」なの

ではないでしょうか。

PICK UP !

見附市障がい者団体等育成支援補助金

市では、障がいのある当事者の団体、支援する活動を行う団体の自発的な活動を支援するため、活動経費の一部を補助します。詳しくは、市ホームページ(→)へ。



りや療育用具などの品目追加や、障がい者団体への補助金の拡充(→)などが進められています。支援が充実していき、障がいのある人の生活がより豊かに、そして安心して過ごせるようになることが期待されています。

誰もが自分らしく 暮らせる見附へ

私たちが目指すのは、すべての人が自分らしく、豊かな生活を送れる社会です。市では、障がいのある人の暮らしを支えるため、地域全体が協力し合い、生活の質を向上させる取り組みを進めています。

圏健康福祉課 ☎ 61・1380



障がい者雇用を行っている
企業も多くあります。



レストランで
接客をしています。



焼き菓子などを
製造・販売
しています。



さつまいも作り
に挑戦。農業と
福祉の連携を目
指します。

ともに歩もう



式の写真は、見附市公式Instagram(↓)でも紹介しています。ぜひご覧ください。



ハレの日は全員が主役

- ▶ 新成人 362 人 (H16/4/2 ~ H17/4/1 生) ▶ 出席者 270 人
- ▶ 新成人をお祝いした人 見附市民全員

協賛企業 ブース出展

企業、団体様から、式典前後のブース出展、抽選会のお祝い品提供で新成人をお祝いいただきました。

- ▶ 隠れ家鍼灸ゆらぎ (耳つぼジュエリー体験) ▶ キヤノントッキ株式会社 (フォトサービス)
- ▶ 見附今町・長岡中之島大風合戦協会 (大風の展示) ▶ 株式会社 hagaban (コーヒーの提供)
- ▶ 株式会社 hagaban ▶ 株式会社 IPS PLIERS ▶ 株式会社 笹原建設 ▶ Nail Salon Crown ▶ BAR 美幸
- ▶ 原山化成工業株式会社 ▶ 株式会社ミカサ ▶ 株式会社サンプラスト三笠 ▶ 社会福祉法人見附福祉会

お祝い品提供



二十歳のメッセージ
大塚愛里さん

現在、生まれ育った見附を離れ、食品開発に必要な知識・技術を学ぶため、東京で大学生活を送っています。中学と高校のほとんどの時間を燕市で過ごし、見附市とはほぼ疎遠の状態でした。そんな中、今年3月に東京で行われた「MITSUKE Meet up」で、見附に関係する人と交流する機会があり「見附は優しい絆の町」であることに気付きました。先輩方の見附との関わり方を聞き、私も見附がもっといい町になるために貢献したいと強く思いました。今後は、見附市出身の成人として誇りを持ち、目標に向かって歩んでいきます。

令和7年度
20th anniversary

見附市成人式

5月3日、文化ホールアルカディアで令和7年度見附市成人式が行われました。当日は、青空と新緑のもと、晴れ着やスーツに身を包んだ新成人たちに加え、保護者や新成人をお祝いする人たちが来場。今年度は、市公式LINEを使って案内の配信や二次元コードを読み取り、入場受付を行いました。

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9人が企画運営を担当し、「二十歳のメッセージ」「抽選会」を実施。「二十歳のメッセージ」は、新成人を代表し、大塚愛里さん(燕中等教育学校)が発表しました。

今回、初めてご協賛いただける市内企業を募集し、12社から応募がありました。協賛企業からは、お祝い品の提供、式典前後のブース出展を行っていただきました。抽選会の景品は過去最高の89点。抽選会で、実行委員から景品がアナウンスされる度に、場内からは歓声が湧き上がりました。



令和8年4月・年度途中採用

医療技術職を募集します

試験職種	採用予定	職務内容	受験資格
薬剤師	1人程度	市立病院または介護老人保健施設での職種に応じた業務	昭和56年4月2日以降に生まれ、薬剤師の資格を有する。
看護師	1人程度	市立病院または介護老人保健施設での看護業務	昭和56年4月2日以降に生まれ、看護師免許を有する。
言語聴覚士	1人程度	市立病院または介護老人保健施設で職種に応じた業務	昭和61年4月2日以降に生まれ、言語聴覚士免許を有する。
介護福祉士	1人程度	介護老人保健施設または市立病院での介護業務	昭和56年4月2日以降に生まれ、介護福祉士の資格を有する。
医療事務職員 (診療情報管理士)	1人程度	市立病院で診療情報管理士業務をはじめとした、医療事務業務	昭和56年4月2日以降に生まれ、診療情報管理士の資格を有する。

※受験資格は、令和7年度に実施される各免許または資格を取得見込みの人を含む。

【試験日・内容】 ※詳細は、市ホームページ（→）からご確認ください。

●第一次試験 7/6(日) 8:45 集合

▶薬剤師・看護師・言語聴覚士・介護福祉士 適性試験（SPI3試験による性格検査）・作文検査

▶医療事務職員（診療情報管理士） SPI能力検査（言語的理解、論理的思考、数量的処理など）・性格検査・作文試験

●第二次試験 7月下旬（予定）※第一次試験と同日に実施する場合あり。

図総務課 ☎ 62-1700（内線 324）

市内店舗や飲食店も応援

みつけ子育て応援券

子育て世帯に対し市内取扱店で使用可能なみつけ子育て応援券（商品券）を配布します。

※応援券の詳細は、市ホームページ（→）へ。

●対象者 ①令和7年4月30日時点で、市内に住所を有する平成19年4月2日以降生まれの子の保護者。※子ども課から令和7年5月分児童手当を受給している人は申請不要。
※公務員などで子ども課から児童手当を受給していない人は、**申請必要。**

②令和7年4月30日において妊娠届出済の胎児を妊娠している人※申請不要。

●応援券の額 子・胎児1人あたり15,000円

●申請方法 6月上旬に対象者へご案内を送付します。

【取扱店について】 取扱店の募集は、随時受付中。

詳しくは、市ホームページ（→）へ。

図▶応援券は、子ども課 ☎ 62-1700（内線 446）、

▶取扱店は、地域経済課（内線 231）へ。

経済的負担
を軽減！



公共交通の運行も支援

高齢者 おでかけ応援券

市内公共交通で使用可能なおでかけ応援券を対象者に送付しました。

●対象者 令和7年4月1日時点で、市内に住所を有する75歳以上の人または、65歳以上75歳未満の免許返納者。

●応援券の額 1人あたり2,500円

●利用できる市内の公共交通

▶コミュニティバス、デマンド型乗合タクシー、タクシー（中越交通㈱、㈱みつけタクシー、らく楽福祉タクシー）※いずれも、支払い時に使用。

▶路線バス 越後交通㈱発行の回数券を、応援券で購入。（上見附車庫で購入可能）

図都市環境課 ☎ 62-1700（内線 163）

外出を
後押し！

【高齢者・子どもは要注意】
昨年度、市内で熱中症による救急搬送の件数は30件で、このうち、高齢者が搬送された件数は24件と、約8割にのぼります。暑さやどのの渴きに気付きにくい高齢者や、体温調節機能が未熟な子ども、障がい者の人たちは熱中症になりやすい傾向があります。水分補給などの対策を行い、十分に注意しましょう。

【熱中症アラートを活用】

令和3年度から開始された熱中症予防のための情報発信ツール「熱中症警戒アラート」が今年も4月23日から10月22日の間、全国で実施されてい



「アラートが発表されたら」

①外出をできるだけ控えて暑さを避ける 熱中症予防には、暑さを避けることが最も大切

市内のクーリング
シェルター（→）
をご利用ください。



熱中症予防情報サイト（→）を
こまめにチェックしま
しょう。



②熱中症のリスクが高い人への声かけ 高齢者や子ども、障がい者などは熱中症になりやすいです。身近にいる場合は、こまめな休息や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心がける 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ましょう。
④外での運動は、原則中止か延期 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。

梅雨明けは蒸し暑く、気温の上昇に体が慣れていないため、熱中症になる人が急増します。冷房を使用しなかったり、風通しが悪かったりすると、温度や湿度が高くなり、室内で過ごしている時や就寝時でも熱中症になる恐れがあります。こまめな休息や水分補給、風通しのよい服で体温調節するなどこの時期からしっかりと対策をしていきましょう。

図健康福祉課 ☎ 61・1370

室内でも油断大敵
梅雨明け時期の熱中症に注意を！



通知された振り仮名を「ご確認ください」
戸籍に振り仮名が記載されます

本籍地の市区町村長から、戸籍に記載予定の氏名の振り仮名が通知されます。
※振り仮名が正しい場合は、届出は不要です。
※詳しくは、法務省のホームページ（→）をご確認ください。
図市民税務課
☎ 62・1700（内線144）



見附市図書館で展示中
棟方志功「いろいろは板画柵屏風」

明治に生まれ、昭和の時代に国内外で活躍した判画家、棟方志功の作品「いろいろは板画柵屏風」（1952年制作）を株式会社タツミ様からご寄贈いただきました。同社の「見附の子どもたちに見てもらいたい」とのご意向を受け、子どもたちを含め、多くの市民が気軽に立ち寄れる見附市図書館で、6月23日(月)まで展示中です。



☎ 62・7801

6/15(日)

見附市総合防災訓練を実施

梅雨の時期に合わせ、水害や土砂災害を想定した避難訓練を全市で実施します。9時00分にサイレンが鳴ったら、**地域ごとの一時避難場所(→)に集まり、いざという時に取るべき行動や役割分担を町内ごとに確認しましょう。**地域で防災意識を高めるためにも、積極的な参加をお願いします。



なお、今年度から地域コミュニティの重点地区を決めて指定避難所への避難訓練を実施します。今年度の重点地区である北谷南部地区において、田井小学校への避難訓練を北谷南部みつばコミュニティと協力して行います。

企画調整課 ☎ 62-1700 (内線 312)



●当日のスケジュール

サイレンの他、緊急情報メールやLINE、市ホームページなどを通して、以下のスケジュールで情報を発信します。

当日はこの他にも田井小学校で、避難所開設訓練や特設公衆電話設置訓練、非常用電話による通信訓練、はしご車による救助訓練など、有事を想定した訓練を実施します。

	発信される情報：情報の意味	情報を受け取る手段
8:45	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	🔊 緊急情報メール LINE
9:00	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	🔊 緊急情報メール LINE
9:15	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	🔊 緊急情報メール LINE
10:00	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。	🔊 緊急情報メール LINE

🔊 防災スピーカー (サイレンまたは音声放送) 緊急情報メール LINE LINE 通知 エリアメール

7/24(木) 25(金) 27(日) 第57回見附まつり参加者を募集

民踊流し

7/24(木) 18:30 ~ 20:00



個人や小グループでの参加も大歓迎です。練習用にDVDの貸出も行っています。貸出については、見附商工会 ☎ 62-1365) へ。

樽はやし大会

7/25(金) 18:45 ~ 20:30



今年も仮装大会を行います！テーマは「未来のみつけにつなげよう!!」。コスプレや被り物など何でもOKです。表彰者には豪華景品も用意します。

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・園 6/9(月)以降、見附青年会議所ホームページ内の申込みフォーム(→)から申し込んでください。

※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 7/18(金) 19:30 ~ ▶場所 アルカディア



昭和56年5月以前の耐震基準(旧耐震)で建てられた木造住宅の所有者へ 木造住宅の耐震化をご検討ください

令和6年能登半島地震では、住宅の倒壊などにより多くの被害が発生しました。安心して暮らすために、ご自宅が地震に対して耐えられるかどうかを調べ(耐震診断)、

地震に弱い場合は、家屋の状況に応じた耐震補強・改修が重要です。市では、令和7年度から耐震改修への補助金を拡充しています。耐震化をぜひご検討ください。

関都市環境課 ☎ 62-1700 (内線 163)

	内 容	補助額	ホームページ
耐震診断	壁の配置や建物の傷み具合を目視により調査し、その建物に必要な強さと現在実際に持っている強さを比較し評価します。診断費用の一部を補助します。	診断費用から1万円を引いた額(最大9万円)	
耐震設計	木造住宅の耐震改修に向けて耐震設計をする場合、耐震設計費用の一部を補助します。	設計に要する費用の2分の1(上限10万円)	
耐震改修 (令和7年度から拡充)	建物の全体改修、シェルター補強の工事費用一部を補助します。65歳以上の高齢者または障がい者を含む世帯の場合、部分改修、部分改修後の全体改修工事も対象になります。	全体改修に要する費用の3分の2(上限90万円) その他の工事は補助額が異なります。	



能登半島地震では、耐震化された建物で被害が抑えられる例が多く見られました。耐震化により、地震発生時の安心感と被害防止に繋がります。耐震化には全体改修だけでなく、部分改修や耐震シェルターの設置など生活に合う手法を選択可能。外壁の張り替えなどリフォームをお考えの際は、市や国の補助金が使え場合があります。また、満60歳以上の人向けの住宅ローンもおすすめです。お気軽にご相談ください。

耐震化によるメリット

- ▶日々の生活の安心感！
本人だけでなく周辺への倒壊も防止できます。
- ▶税制優遇！
固定資産税、所得税の減額対象です。
- ▶今後の利活用に期待！
売却などをする際に有利です。

見附市立小中学校の適正規模等に関する 市民アンケートにご協力ください

教育委員会では「市立学校配置等検討委員会」からの

回答を受け、子どもたちにとって目指すべき教育環境を実現するため、今年度「見附市立学校適正配置計画」の策定にあたり、市立学校の適正規模や小規模校の特色ある取り組みについて、乳幼児、児童・生徒の保護者や、市民の皆さまの考えをお聞きする市民アンケートを実施します。

●期間 6月23日(月)まで

●調査方法
回答フォーム(→)からご回答ください。※用紙による回答を希望する人は、市役所4階回収箱へ投函してください。(郵送も可)用紙と答申(概要)は、教育委員会、ネーブルみつけ、各公民館または、ふるさとセンターに配置しています。園教育委員会教育総務課 ☎ 62・17000 (内線410)

見附市在住のイラストレーター村上徹さん マンガが道徳の教科書に掲載

市公式インスタグラムに毎週マンガを投稿している村上徹さん。令和2年に執筆した「安心して感じたい」が、中学校の道徳の教科書(株式会社Gakken)に掲載されました。同作品は、コロナ禍において、感染したら、誹謗中傷に遭うかもしれない、周囲に気付かれたくない」という人々の心理を描き、「安心して感染できるまち」であってほしいと願いを込めた作品です。

園企画調整課 62・17000 (内線315)

詳細は、村上さんのインスタ(↓)へ。





「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。たまたまポイントが地域商品券に交換することができ、市内約70店舗で使用するができます。また、学校や地域コミュニティ、NPO法人などへの寄附を選択することもできます。「健幸ポイント」に参加して、さらなる健康を、そして地域商品券を手に入れよう！

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 **240ポイント**！
総合型地域スポーツクラブ、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 **460ポイント**！
1日あたり8,000歩（75歳以上は7,000歩）歩くと、1日10ポイント。



健診を受診して…

年間 **500ポイント**！
職場や人間ドックなどの健診結果を提出すると500ポイント。

さまざまな健康づくりを通して **年間最大 6,000円相当の商品券をゲット！**

1ポイントを1円に換算し、500ポイントごとに500円の地域商品券（\）に交換できます。

※参加4年度目以降は、1ポイントを0.5円に換算します。
1,000ポイントごとに500円の地域商品券に交換できます。

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18歳以上（平成20年4月1日以前生まれ）で、次を満たす人。
 - ▶指定の活動量計または、専用アプリをダウンロードしたスマホを日常的に携帯し、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
- 参加費 ▶活動量計コース 5,390円 ▶アプリコース 2,000円
- 申込み・圓 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）にある申込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。



アプリでも参加可能！



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

18歳～

早期発見・治療が完治のカギ

子宮頸がん・乳がん検診



子宮頸がんは20～30代の女性に増えており、乳がんは日本人女性におけるがん死亡原因の上位に位置しています。**早期発見で死亡率を大きく減らせます**ので、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、直接医療機関へ。

令和6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8年3月31日現在。1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。

【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

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。



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8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・セト・リウイッククリニック・長岡レディースクリニック・八幡産科婦人科医院	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・済生会県央基幹病院
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

車検診

下表の日程で予約し、検診車で検診を行います。



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】7/1（火）、7/11（金）、7/23（水）、7/29（火）、10/6（月）、10/20（月）、10/25（土）★、12/6（土）★	
受付時間	▶午前 ①9:00～9:30、②9:30～10:00、③10:30～11:00。 ▶午後 ④1:00～1:30、⑤2:00～2:30 ※定員に達し次第、受付終了。	
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

★託児ルームあり。詳細は、市ホームページ（↓）へ。

各種検診 申込み・圓

- 施設健診 新規申込みは健康福祉課（☎61-1370）へ。書類が届いた人は、指定医療機関へ予約してください。
- 車検診 健康福祉課（☎61-1370）へ。市から書類が送付された人は、必要事項を記入して受診当日に会場へ持参してください。
※両検診は市ホームページ（→）からも予約できます。



プレスト・アウェアネス 乳房を意識する生活習慣

乳がんは、自分で気付くことができる可能性のある数少ないがん。日頃から自分の体を知ること、早期発見・適切な治療につなげることが重要です。

1 普段の乳房の状態を知る

しこりを探す必要はありません。バストサイズなど日常的に行いましょう。

2 乳房の変化に気を付ける

しこり、赤み、ひきつれ、くぼみ、分泌物、ただれ、痛みなど、変化が現れた際にすぐに気付けるようにしましょう。

3 変化に気付いたら、すぐ受診する

普段と違う変化を感じたら、すぐに医療機関を受診してください。早期発見で、治癒率が高くなります。

40歳になったら2年に1回、乳がん検診を受けましょう。症状がないうちに受けるからこそ、早期発見につながります。

参加者募集中

健康運動教室で体力アップ!!

- 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。
※どちらも 30 歳以上
- 教室期間 3 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 5,390 円が別途必要です。



運動の内容など、詳細は
市ホームページ（→）へ。



会 場	ネーブル	武道館	今町ふれあいプラザ
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。（ ）は初回の日です。			
コース 開始時間	【月・木】10:00、19:00（7/3 木） 【火・金】19:00（7/4 金） 【水・土】19:00（7/5 土）	【月・木】14:00（7/3 木）	【水】10:00、13:30（7/2 水）
申込み 場 所	・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 ・健康福祉課健幸づくり係☎61-1370 のいずれかへ、6/20 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。事前にお問い合わせください。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 健康福祉課☎61-1370

申込み不要で、誰でも参加可能です。早朝や夜の空き時間を有効に活用してみませんか。

▶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】火金 /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」（旧新町交番向い）



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→



ピーマンとじゃがいものナムル

調理：まちなか東地区保健委員



（→）見附のイメージキャラクター「ミッケ」

POINT!

- ・シャキシャキとした食感が good！
- ・サツとゆでて食感を残すことがコツです。
- ・冷たくてもおいしく食べられます。
- ・ピーマンを縦に細く切ると苦みを軽減できるので、苦手な人でも食べやすくなります。

■材料（4 人分）

- ・じゃがいも（皮をむき千切り）…2 個（200g）
- ・ピーマン（細切り）…2 個（80g）
- ・ハム（5mm幅の細切り）…2 枚（30g）

- A {
- ・ごま油…小さじ 2
 - ・中華だし（顆粒）…小さじ 1/2

■作り方（約 10 分）

- ①材料をそれぞれ切る。ポウルに A を合わせておく。
- ②鍋にお湯を沸かし、じゃがいもとピーマンを 30 秒くらい茹でる。
- ③水をきり、ポウルに入れ、ハムと A を加えて混ぜ合わせる。

【1 食分の栄養価】エネルギー 70kcal 食塩相当量 0.5g

6 月 29 日(日) 9:00 ～ 15:00 会場：ネーブルみつけ

食

野菜足りていますか？指 1 本で簡単チェック

「ベジメータ」を使って、10 秒で野菜摂取量を「見える化」します。
測定結果を基に、食生活のアドバイス、おすすめレシピの紹介を行います。

【協力】見附市保健推進協議会、(株)マルエイ、(株)ベルグリーンワイズ

簡単・時短・定番！あなたの食べたい、 作りたい朝ごはんにその場で投票！

市民から募集した「わたしの朝ごはん」の中から食べてみたい、作ってみたい朝ごはんに投票して No.1 を決めます。



「わたしの朝ごはん」絶賛募集中。詳細は、28 ページへ。

動

ゲームでスポーツを体感

Nintendo Switch のゲーム「Nintendo Switch Sports」を使った、誰でも気軽に参加できるポウリング大会を開催します。座ったまま投げたて楽しむこともできます。

【時間】9:00 ～ 12:00

※この大会は、任天堂の許諾を得て実施します。（許諾番号 NJ25-AS8SA-F02559）©Nintendo
※この大会は、任天堂の協賛・提携を受けたものではありません。
※参加・観戦にあたっては、任天堂が定める「コミュニティ大会への出場および観戦に関する規約」（→）を確認してください。



ミュージック・ケアを親子で体験 だれでもどこでもいつでも

楽器などを使い、その場の一体感、周りの人とのコミュニケーションを楽しみます。

【対象】就学前の子ども、保護者 【時間】13:30 ～ 14:10

【協力】NPO 法人日本ミュージック・ケア協会

脳

コグニサイズ体験とフレイルチェック

運動しながら、脳を刺激する新しいエクササイズです。誰でも簡単に取り組みますので、動きやすい服装でご参加ください。リハビリ専門職によるアドバイスがあります。 【時間】9:00 ～ 14:00

【協力】見附市立病院・ケアプラザ見附

認知症を学ぶクイズラリー＆物忘れ相談プログラム

認知症について知るクイズ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。



診

無料歯科検診



時間 9:00 ～ 12:00

歯科医による歯科検診と歯科衛生士から自分にあったブラッシング指導が受けられます。▶参加費 無料

【協力】見附市歯科医師会・歯科衛生士会

幸

健幸マルシェ

見附産農産物を使った健幸マルシェを初開催します。

【時間】10:00 ～ 15:00

【出店予定】グリットキッチンカー、SHAKE SPEAR



「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 / チケット販売時間 9:00～20:00※前売り券で
完売の場合、当日券は販売しません。休館日:6月2日月、16日月
開館時間 9:00～22:00(受付は9:00～20:00または21:00)

受講者募集中

ピアノ三船優子 公開レッスン

10/13(月祝) 13:30～18:00(予定)

会 大ホール 料 8,000円(1コマ30分)※1人2コマまで受講可。
定 6人程度 対 5歳以上(経験不問)※中学生以下は保護者の同意・
引率が必要。
注 同日12:00～船橋洋介 講演会も併せて聴講してください(入場料
は参加費に含まれています)。受講には審査が必要です。7/11(金)まで
に、申込書・受講者本人の演奏音源(CD・データなど)・返信用封筒(住
所・氏名を記載し、110円切手を貼付)を窓口または郵送でアルカディ
アへ。8月上旬に審査結果を送付します。

第一線で活躍するピアニストで、京都市立芸術大学教授の三船優子
先生から、直接アドバイスをいただける貴重な機会です。

出演者募集中

アルカディアピアノコンサート ～わたしの街のピアニスト～

11/23(日祝) 13:30～18:00(予定)

会 大ホール ※中学生以下は保護者の同意・引率が必要。
10/13(月祝)12:00～船橋洋介 講演会も併せて聴講してください
(入場料は参加費に含まれています)。

市内在住者の募集人数・参加費

ソロコース(自由曲) 対 5歳以上

▶チャレンジコース(5分以内) 料 5,000円 定 5人

▶アカデミックコース 料 8,000円(6分以内)、11,000円(10分以内)
定 5人 ※指導者、演奏家、音高・音大などを目指している人や演
奏力を高めたい人向けです。出演には審査が必要です。出演者本
人が演奏している音源(CD、データなど)を提出してください。
※三船先生のミニレッスンがあります。

アンサンブルコース(課題曲)

船橋洋介(指揮)・アルカディアフレンズアンサンブル(室内楽団)との共
演で演奏します。申込用紙裏面に記載の課題曲の中から選曲ください。

対 8歳以上 料 8,000円

申 (ソロコース・アンサンブルコース共通)

7/11(金)までに、申込書・返信用封筒(住所・氏名を記載し、110円切手
を貼付)を窓口または郵送でアルカディアへ(ソロコース・アカデミッ
クコースは申込み者本人の演奏音源も提出ください)。
8月上旬に審査結果を送付します。
※参加費は市内在住者の金額です。市外在住者は金額が異なります。



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 10:00～20:00 / 入館無料
※喫茶コーナー・ショップ・作品販売は17:30まで

わたなべけいこ

渡邊恵子 パリを描く 油彩、水彩、スケッチ展

6/14(土)～29(日)

会 展示室2(最終日は16:00まで)
新潟市在住洋画家が旅したフランスパリの風
景。現地を取材して描いた油彩や水彩、スケッ
チを展示。一部作品展示販売あり。



『パリの公園』

第25回 写団G写真展

6/17(火)～22(日)

会 展示室1(最終日は17:00まで)
市内で活動する写真サークルの作品展を開催。
作品鑑賞会 6/22(火)14:00～
写団G講師、五十嵐七郎氏の解説会を開催。
申 不要。当日会場にお越しください。
開 写団G 会長 大竹 ☎090-3246-3566



宮路 勝 『郷愁』

ザ アート オブ キモノ タイズ アンド ウロコ The art of KIMONOTIES & UROKO 伝統と現代が出合う、魅力あふれるキモノの世界

6/24(火)～29(日)

会 展示室1(6/24(火)は13:00開場。最終日は17:00まで)
展示販売 6/27(金)～6/29(日)13:00～17:00

見附市在住の服飾デザイナーが作る、美しい着
物から生まれたキモノタイを中心に展示販売を
行います。※展示販売時間にご注意ください。



デザイン画像

アリス デザイン



第40回見附市美術協会展

7/11(金)～13(日)

会 2階フロア・展示室1・2(最終日は17:00まで)

作品展示販売 7/11(金)～13(日)10:00～17:30
(最終日は17:00まで)

美術を愛好する市民と会員から作品を募集し発
表する美術協会展。日本画・洋画・版画・彫刻・工
芸・書道・写真・CGの8部門の作品を展示。第40
回記念として展示室2では会員作品の展示販売
を行います。※販売対応時間にご注意ください。



昨年の会場の様子

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求人があります。
市内の求人情報をご覧ください、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事ができ、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: 386人)

社名	職種	月給(基本給+手当など)	人数	就業時間
(株)タツミ	ブレカット営業(見附工場)	230,000円～351,000円	1人	8:30～17:30(変形*)
日本海運輸(株)	配送員	202,500円～206,500円	1人	12:30～21:30(変形*)
石崎ボルト(株)長岡支店	工場内作業員	180,000円～250,000円	1人	8:00～17:00(変形*)
(株)ALPHAS クリニカル サポート	(派)医療事務(ALPHAS 薬局見附新町店)	165,000円～210,000円	2人	①8:50～18:00(月火水金)、 ②8:50～13:00(木土)
(有)ファイズ	美容師(れもんはうす見附店)	154,000円～338,800円	1人	9:00～17:00(変形*)

パート(求人人数: 178人)

社名	職種	時給	人数	就業時間
(株)ワールドステイ新潟支社	介護員(見附市)	1,150円～1,280円	1人	9:00～16:00
(有)ル・クール(ルクールヘ アー)	美容師(スタイリスト)	1,100円～1,200円	1人	9:00～21:00の間で4時間以上
大三パートナーズ(株)東日本 事業本部	精肉のパック詰め作業およ び陳列(見附市)	1,050円	2人	①8:00～13:00、②13:00～18:00
石本商事(株)	(請)調理補助員(見附市)	985円～990円	1人	15:00～19:30
(有)川松食品	総菜担当(見附市)	985円	2人	①8:00～15:30、②12:00～19:30

※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。

見附の積極採用企業/ 株式会社長津製作所 新潟工場

職種	月給	人数	就業時間	所在地
①機械加工職 ②金型設計職	232,000円～330,000円	2～3人	8:00～16:45 (休憩45分)	今町8-9-2
担当: 総務部 ☎044-433-8371、℡044-433-8374、✉recruit@nagatsu.co.jp				

【会社紹介】大手企業を中心に、光学・医療・車載機器な
ど幅広い分野で活躍するプラスチック用射出成型金型の設
計から製造まで行っています。各種社会保険完備で、定期
健康診断や通勤費全額支給、技能検定受験料を全額会社が

負担するなど、福利厚生が充実。平均勤続年数は17年と、
長く働いている社員が多いのも特徴です。繰り返しの作業
が苦にならず、変化に対応ができる柔軟性と協調性のある
人を募集しています。※実務経験のある人優遇。



対 対象、料 参加費、申 申込み、会 会場、開 前売り券、開 講師、持 持ち物、問 問い合わせ、定 定員

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。

公平で適正な固定資産税を課税するため、12月末頃まで、市職員が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。※調査員は、名札と身分証を携帯しています。

図市民税務課 ☎内線128

募集 【参加者募集】こころの健康づくり講座

こころの健康を保つためには、ストレスと上手に付き合い、うつ病を予防することが大切です。周りの人の些細な変化に気づき、声をかけることで救われる人がいるかもしれません。心配な人への関わり方を一緒に学びませんか。

●日時 6/23(月)19:00～20:30

●場所 中央公民館

●講師 南雲陽子氏(新潟薬科大学臨床教授)

●内容 こころの調子が心配な人への対応など

●参加費 無料

●申込み・圖 6/18(木)までに、健康福祉課予防医療係 ☎61-1370)へ。



その他 国保税・高額療養費の軽減には所得申告が必要です

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、世帯主の所得に関する申告が必要です。1人でも未申告の人がいると、軽減を受けられません。

未申告の場合は、市民税務課で所得の申告をお願いします。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人も申告が必要です。※保険税の税額は、前年の収入を基準とし、7月に正式に決まります。圖税の申告については、市民税務課(☎内線122)へ。高額療養費については、健康福祉課(☎61-1380)へ。

その他 消防団分団演習を行います

当日は、サイレンが鳴ります。火災ではありませんので、ご注意ください。

日時・場所

●6/8(日)

▷北谷地区(7:00～9:00)

▷新潟地区(10:00～12:00)

●6/22(日)

▷庄川・杉澤地区(7:00～9:00)

▷上北谷地区(10:00～12:00)

●6/29(日) ▷見附市街地(7:00～9:00)

●7/6(日)

▷今町地区(7:00～9:00)▷坂井・

三林地区(10:00～12:00)▷葛巻地

区(13:00～15:00)

圖消防本部 ☎62-7712

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(月)

健康 歯周病検診・後期高齢者歯科健診を開始します

歯と口の健康は、糖尿病や心臓病など全身の病気にも関係があります。お口の健康には、セルフケアと歯科医院でのプロケアが大切。歯周病は歯を失う原因となるため、いつまでも自分の歯で食事ができるよう、定期的な歯科健診を受けましょう。

●歯周病検診

▷対象 令和8年3月31日時点で20・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8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(日)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・中之島地区の指定歯科医療機関(要予約)

▷対象者には5月下旬に案内を送付しました。

圖健康福祉課 ☎61-1370

おもしろおはなしありがとう！

見附市図書館で絵本の読み聞かせ

4月29日、見附市図書館で読み聞かせグループ「ココロさん」による絵本の読み聞かせが行われ、幼児や小学生が参加しました。優しく温かい語り声に、子どもたちは真剣に耳を傾け、物語の世界に入り込んでいる様子でした。

読み聞かせ後、子どもたちに好きな本を1冊選んでもらい、プレゼントを実施。数ある本の中からお気に入りの1冊を探し、うれしそうに持ち帰りました。



障がい者雇用について理解を深める

障がい者雇用研修会

5月8日、障がい者雇用に取り組んでいる第一ニットマーケティング株式会社で、障がい者雇用研修会が開催されました。

「障がいがある人の地域生活研究会」が主催し、保護者や、障がい者雇用に関心のある企業が参加。工場では、工場内での作業工程や、障がいのある人がアイロン作業をしている姿を見学しました。工場見学後、参加者同士で障がい者雇用について意見交換を行い、情報共有しました。



田井小児童が田植えに挑戦 稲苗をキャッチ！

5月8日、田井小学校の児童たちが、田植えに挑戦しました。同校では、田植えから稲刈りまで米作りの授業を毎年実施。児童たちは、地域農家に教えてもらいながらもち米の稲苗を手植えました。

当日、田んぼに足を踏み入れた途端、「つめた〜い」、「足が動かない〜」と声をあげる児童たち。手持ちの稲苗がなくなり、追加の稲苗を投げてもらうと見事にキャッチするなど、仲間と一緒に楽しそうに植えていました。



おさがりフリマとママのための運動教室を開催 ほっとフリマと MOM UP PARK がコラボ

5月19日、プレイラボみつけで「ほっとフリマ」が開催されました。同イベントは、子育て応援と地域の魅力発信イベント「ほっとマルシェ」が、おさがりフリーマーケットを実施。今回は、妊婦やママ向けの健康運動教室「MOM UP PARK」とコラボし、見守りスタッフが子どもをみている間にママたちはストレッチなどの運動を楽しみました。

※「MOM UP PARK」は毎月1回、プレイラボみつけで実施しています。

募集 【大人の食育講座】
高血圧予防の毎日ごはん

- お肉料理をメインに、食事作りに役立つ簡単バランスレシピを紹介します。
- 日時 7/18(金)10:00～12:30
 - 場所 ふあみりあ
 - 講師 山川琴栄氏やまかわことゑ(管理栄養士)
 - メニュー もち麦ごはん、ハニーマスタードポーク、夏野菜のお浸し、豆乳みそスープ、ヨーグルトのプルーンソースかけ
 - 参加費 1,500円
 - 参加特典 健康ポイント50pt(健康ポイント参加者のみ)
 - 定員 12人
 - 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、飲み物
 - 申込み・圓 7/10(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。

その他 小型家電の回収ルールを守りましょう

- 小型家電の回収場所で、回収ボックスに入らない家電の投棄が増えています。サイズを守って利用しましょう
- 回収できる小型家電のサイズ
縦15cm×横35cm×奥行20cm
- 小型家電回収場所
▷葛巻資源回収棟 ▷ネーブルみつけ
▷葛巻地区ふるさとセンター
▷市役所都市環境課窓口(6/2月～)
▷ノジマ見附店(6/30月)で回収終了)
岡都市環境課☎内線172

有 料 告 告

カーポート・駐車場舗装
☎ 0120-474-518
無料でお見積り致します
親切丁寧 スカイガーデン
田上町羽生田19-1 担当酒井 090-2419-1628

募集 令和7年度見附市奨学金の
奨学生を追加募集します

- 経済的理由で就学が困難な学生に、奨学金を貸与します。
- 対象者(以下のすべてに該当する人)
・専門学校、短期大学、大学、大学院(前期課程)の学生。
 - ・市内に1年以上居住する世帯の子弟。
 - ・就学意欲が旺盛で心身ともに健康な人。
 - 貸与額 月額3万円(無利子)
 - 募集人数 9人程度
 - 返還 卒業した年の12月から返還開始。※卒業後、市内在住の奨学生を対象に返還特別免除制度あり。
 - 申請・圓 申請書を6/27(金)までに学校教育課(☎内線432)へ提出してください。募集要項と申請書は市役所4階学校教育課で配布または、市ホームページ(→)に掲載しています。

その他 償却資産(固定資産税)の
実地調査を行います

- 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。
- 該当する事業者(個人事業主を含む)には、7月から随時、調査書類を郵送します。
- 未申告者にも調査を実施
調査実施後、市へ償却資産の申告を行ってください。
岡市民税務課☎内線128

有 料 告 告

庭木1本から承ります!
植木のプロフェッショナルがお伺いします!
お客様へのお約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します
広報みつけをご利用の方に
生垣の剪定 長さ1m
通常2,200円を
1,100円
ガーデニングスタジオ 新潟長岡店
カクワ(電話スタッフ)と上島(総務) 長岡市大町3-4-4
☎ 9:00～17:00 ☎ 0120-61-4128

募集 参議院議員通常選挙の
投票立会人を募集

- 参議院議員通常選挙(7/28月)任期満了)の投票立会人を募集します。※期日未定
- 応募資格 選挙権のある人
 - 仕事内容 投票が公正に行われるよう、有権者を代表して投票に立ち会います。
 - 申込み方法(①、②のいずれか)
①申込フォーム(→)から申込み
②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、各窓口へ持参または選挙管理委員会へFAXで送信
 - 申込み期限 6/13(金)
 - その他
・応募者多数の場合は抽選となります。
6月下旬に、応募者全員に結果を通知します。
・報酬から所得税を源泉徴収します。
・食費および交通費は支給されません。
選挙管理委員会(市役所総務課内)
☎内線322、FAX 63-1006



有 料 告 告

消雪組合の皆様必見!
迅速 安心 効果大
工期短縮 4日 薬品 不使用 98%の回復率
消雪井戸は
特殊洗浄技術で再生を!
熱田町 実績
井戸消雪組合様
ユニバーサル洗浄工法

募集 第40回見附市美術協会展
(美協展)の作品募集

- あなたの作品をギャラリーみつけで発表してみませんか。初心者の方も大歓迎です。応募作品はすべて展示します。
- 受付 7/6(日)17:00～19:00
 - 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(→)をご覧ください。
- ※最終日は17:00まで
岡見附市美術協会事務局(まちづくり課)☎62-7801

その他 危険箇所を見つけたらご連絡を
6月は「土砂災害防止月間」

- 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。
岡建設課☎内線244

有 料 告 告

消雪組合の皆様必見!
迅速 安心 効果大
工期短縮 4日 薬品 不使用 98%の回復率
消雪井戸は
特殊洗浄技術で再生を!
熱田町 実績
井戸消雪組合様
ユニバーサル洗浄工法

その他 【国民年金保険料】産前産後期間
の免除制度をご利用ください

- 国民年金第1号被保険者が出産した際、出産前後の国民年金保険料が免除されます。
- 対象者 国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の人。
 - 免除期間 出産予定月の前月から、4カ月間の国民年金保険料が免除され、納付されたことになります。多胎妊娠の免除期間は、出産予定月の3カ月前から6カ月間です。
- ※産前産後期間は、付加保険料の納付ができません。
- 申請方法 以下の方法から申請ください。
▷マイナポータルからの電子申請
▷市民税務課に以下の書類を提出
・国民年金被保険者関係届書(市民税務課に置いてあります)
・出産予定日が確認できる書類(母子手帳の写しなど)
・マイナンバーが確認できるもの(マイナンバーカード、通知カードなど)
岡市民税務課☎内線153

健康 6月の献血日程

- 21(土)
●ウオロク見附店
▷受付時間 10:00～12:00
13:30～16:00
岡健康福祉課☎61-1380

有 料 告 告

チェックシート
□水位が低下している。 □修繕工事の効果がなかったと感じられる。
□ポンプを下げて。 □井戸の掘り直しを計画中である。
□散水ノズルからの水の出が悪い。 ※ひとつでも当てはまれば、点検を。
みえないところほど美しく
VEEma株式会社
■新潟営業所 〒944-0013 新潟県高田市長町1丁目17-11
TEL.0255-77-2729 https://www.veema.jp

その他 車検時に軽自動車税(種別割)の納税証
明書の提示が、原則不要になりました

- 軽自動車税納付確認システム(軽JNKs)の運用により、車検窓口での納税証明書の提示が、原則不要になりました。令和7年4月から、小型二輪自動車も対象になりました。
- ※口座振替やスマホ決済で納付した人への納税証明書の郵送は、原則行いません。詳細は、市のホームページ(→)をご覧ください。
- 岡市民税務課☎内線123

催し 「未来の花火職人あつまれ!~デザイン
花火を打ち上げよう~」を開催

- 見附まつり花火大会のプロの花火師から、花火の魅力を学びませんか。花火大会当日は、みんなでデザインした5号玉花火が打ち上がります。
- 日時 ①6/28(土)13:30～16:00
②7/12(土)13:30～15:30
③7/27(日)19:00～
④7/28(月)9:00～
 - 場所 ①、②中央公民館、③見附運動公園(花火大会観覧場)④市民の森学習管理棟「木々」
 - 対象 小学生(1、2年生は保護者同伴)
 - 参加費 1人1,000円
 - 定員 30人(先着順)
 - 講師 新潟煙火工業(株)
代表取締役 小泉欽一氏
- ※詳細は、市ホームページ(→)をご覧ください。
- 岡まちづくり課☎62-7801

オヤムちゃん 61話

ひらりみとある
作:村上 徹



現在は「ミスベリング三条」という多目的交流広場となっている三条競馬場跡。幸も見上げていた星空の下でキャンプ…最高でしょうね！
●出典 思潮社「矢沢幸詩集—光る砂漠」

◆令和7年度税務職員採用試験

国税局や税務署で「税のスペシャリスト」として働く税務職員(国家公務員)を募集します。

●受験資格

①令和7年4月1日時点で、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない人および令和8年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業見込みの人

②人事院が①に掲げる人に準ずると認める人

●試験の程度 高等学校卒業程度

●試験日 ▷1次試験 9/7(日)
▷2次試験 10/15(木)～24(金)の指定する日

●申込み 6/13(金)9:00～6/25(木)に、人事院ホームページ(→)からお申し込みください。

問人事院 ☎03-3581-5311

◆教科書展示会を開催します

教科書センター(三条市役所栄庁舎内)

●日時 6/13(金)～26(木)9:00～17:00
※土日は除く。

●展示内容 小・中・高等学校の教科書

見附市図書館

●日時 6/14(土)～26(木)9:30～21:00
※土日は18:30まで。火曜休館。

●展示内容 令和7年度使用小・中学校の教科書
問三条教科書センター ☎0256-45-1116

◆「新潟県多様で柔軟な働き方・女性活躍実践企業」に登録しませんか

県の「ハッピー・パートナー企業」に代わる新たな企業認定制度が創設されました。働きやすい職場づくりや女性活躍推進に取り組む事業者は、ぜひ登録ください。

●対象 県内に事業所または活動拠点を有し、事業活動を行う企業、法人、団体

●制度概要 「仕事と育児の両立支援」「働き方改革」など認定項目の達成状況に応じ、2段階の企業認定を行います。制度の詳細や登録方法は、県ホームページ(→)をご確認ください。

新制度の愛称・ロゴマークを募集

認定企業をイメージできる作品を考えてみませんか。プロ・アマ、居住地問わずどなたでも応募できます。

●応募締切 6/30(月)
※詳細は、県ホームページ(→)をご確認ください。

問県政策企画課 ☎025-280-5787

◆新潟県勤労者生活安定資金貸付金制度

県では、自己の責任によらない理由で離職した人、感染症の影響で収入が減少した人などに、低利率で生活資金などの貸付を行っています。

●申請・問 融資の相談や受付は最寄りの新潟県労働金庫へ。制度については、県産業労働部しごと定住促進課(☎025-280-5260)へ。

募集

わたしの朝ごはん大募集

ご家庭で食べている朝ごはんを募集します。書類選考(一次審査)を通過した朝ごはんは、6/29(日)の健康フェスタで展示し、来場者の投票で人気No.1を決めます。

●対象 見附市民(個人、家族、団体)
●応募条件 主食・主菜・副菜がそろっている

●申請・問 6/20(金)までに、応募フォーム(→)から申請するか、応募用紙を窓口へ持参または郵送で健康福祉課健康づくり係(〒954-0052見附市学校町2丁目13番30号 ☎61-1370)へ。
※当日必着。詳細は市ホームページ(→)へ。

◆市民プール監視員を募集

●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(予定) 週3～5日程度で9:30～17:30の8時間(休憩1時間含、シフト制)

●雇用期間(予定) 7月中旬～8月末頃

●時給 1,150円～1,250円(経験者優遇)

●研修 7/12(土)13:00～16:00※研修参加で時給+50円を支給します。

●対象 一定の泳力のある人(高校生以上)

●募集人数 10～15人
●申込み・問 市販の履歴書を6/30(月)までに総合体育館(☎62-3661)へ。※面接試験を行います。詳細は、施設ホームページ(→)をご覧ください。

募集

【参加者募集】タイムマネジメントとセルフマネジメント講座

自分らしい時間の使い方と、心の整え方を学ぶ講座を開催します。仕事や家庭、地域活動など、さまざまな役割を担う中で、上手に時間と心を整えるヒントをみつめてみませんか。

●日時・内容

①6/27(金)タイムマネジメント講座～時間がないあなたも輝ける！時間管理術～

②7/16(木)セルフマネジメント講座～自分を動かすチカラ セルフマネジメントで理想の自分へ～

●時間 18:30～20:00

●場所 市役所

●講師 若月一浩氏

(株式会社エム・エス オフィス 代表取締役社長)

●参加費 無料

●定員 20人(1回のみ参加可)

●託児 生後6か月以上の未就学児を先着5人まで預かりします。講座申込み時に要予約。1人に付き300円

●申込み・問 申込みフォーム(→)または、市民税務課(☎内線145、146)、公民館に設置してある申込書を市民税務課9、10窓口へご持参いただくか、メール(☎shiminzei@city.mitsuke.niigata.jp)で提出してください。

※申込書はホームページ(→)からもダウンロードできます。
※締め切り①6/19(木)、②7/8(火)

その他

毎年6/23～29は男女共同参画週間です

誰もが個性と能力を発揮できる社会を目指すため、一人ひとりの理解と行動が大切です。この機会に、男女共同参画について話し合ってみませんか。

男女共同参画パネル展

●内容 「新潟県男女平等社会の形成の推進に関する条例」の紹介パネルおよびフォトコンテスト入賞作品の展示

●日時 6/21(土)～27(金)9:00～21:45
※最終日は15:00まで。

●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本を展示・貸出します。

●日時 6/14(土)～6/30(月)9:30～20:00
※土日は18:30閉館。火曜休館。

●場所 見附市図書館

講演会サテライト会場の開設

「にいがた女と男フェスティバル2025」では、産婦人科医・高尾美穂さんを講師に、講演会を開催します。市では、講演会を中継する会場を開設します。

●日時 6/21(土)13:30～15:30

●場所 ネーブルみつけ

●定員 20人(先着順)※入場無料

●申込み・問 市民税務課(☎内線145、146)、公民館に設置してある申込書を市民税務課9、10窓口へご持参いただくか、メール(☎shiminzeimu@city.mitsuke.niigata.jp)で提出してください。

※申込書はホームページ(→)からもダウンロードできます。

有料広告

VIPシティホール 見附 見附市市野坪町1209 TEL 0258-63-4999

「さよなら」ではなく「ありがとう」で送る最期のお見送りを真心こめてお手伝いさせていただきます。

お子様の結婚が心配な方の交流会

親同士のお見合い

@ NOCプラザ 201号室

6月29日(日) 14:00～ 参加費 3,000円(税込)
※お申し込み後にもご来場でも可

お子様の身上書き(年齢や職業等)を元に、親御様同士でお見合いを行う会

主催:結婚相談所ムスベル新潟 新潟市中央区上戸1丁目1番24号 Nビル3階

025-212-2038

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。(応募方法は裏表紙中段に)

●イングリッシュガーデンは、大好きです。友だちが来ると必ず案内します。コスプレも楽しい企画ですね。花もイベントも楽しみたいです。70代

編集から▼コスプレイングリッシュガーデンは、見附の新しい文化が開花した気がします。コスプレイヤー、撮影者ともにイベントを存分に楽しんでいました!(70代)

●ズボラな男一人暮らしなので、食育レシピが助かっています。食卓に彩りが増えました。(40代)

編集から▼私も食育しげに掲載してある料理を作ることがあります。5月号の「見附産にらたつぷりの揚げ餃子」ポリュミーかつヘルシーでおいしかったです。ご飯のおかずとして、お酒のお供にもなるのでおススメです。今月号のナムルも、発行日前に作って食べちゃいました。ピーマンが入った新感覚のナムル、皆さんもぜひご賞味ください!(K)

その他45通いただきました。

こどもおでかけ

こども向け
イベントは
こちら→



子育て支援サイト
「スマイルみつ」
はこちら→



0歳～
おすすめ

アジサイ&ヤマユリ巡り

in 水道山公園、杉沢の森

見附では、みつけイングリッシュガーデンをはじめ、各地域でさまざまな花が咲き誇り、市民を和ませています。これからの季節には、アジサイとヤマユリが見頃を迎えます。子どもと一緒に散歩や写真撮影など、見附の景色を楽しんでみてはいかがでしょうか。

水道山公園

アジサイ巡り

6月頃、水道山から観音山をつなぐ観光道路のアジサイが見頃を迎えます。約10,000株のアジサイに囲まれながら散歩はいかがでしょう。



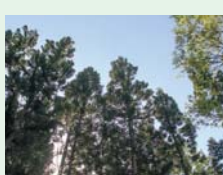
園建設課 ☎ 62-1700



杉沢の森

ヤマユリ巡り

杉沢の森では、自然を存分に堪能することができ、例年7月中旬～下旬はヤマユリが見頃を迎えます。杉沢の森を訪れると、心が浄化されること間違いなし！ヒーリング効果絶大です。



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水曜日の13:30～15:00。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・☎今町子育て支援センター ☎ 61-5010

Q 小さく生まれた赤ちゃんはいつから離乳食を始めたらいいい？
(5か月ママ)

A 首のすわりがしっかりしたら始めましょう

首がしっかりすると、赤ちゃんは食べ物を飲み込みやすくなり、誤嚥や窒息の危険性が減ります。月齢や修正月齢(当初の分娩予定日を基準とした月齢)も目安にしながら、赤ちゃんの発達の様子を観察して、離乳食開始のサインを判断しましょう。

他には寝返りができる、5秒以上座れる、スプーンなどを口に入れても舌で押し出すことが少なくなるなどの成長が見られます。また、食べ物に興味を示すなど「食べたがっているサイン」が出てくることもあります。開始時期やペースはゆっくりになることがありますが、発達段階に合わせ、時間をかけて段階をあげていくことが食べる力を育みます。(主治医に開始時期を指導されている場合は、指導に従いましょう。)

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
フェイス&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 446)

種類	対象	日にち	受付時間	ところ	持ち物・その他
1か月児健診	医療機関で個別実施 ※対象者には出生手続きの際、こども課で受診票をお渡しします。				
離乳食教室(申込制)	令和7年2月～3月生	7月3日(休)	13:30～13:45	保健福祉センター	テキスト(「離乳食のすすめ方」・「あんしん離乳食BOOK」)・母子健康手帳 ※対象者には、案内とテキストを郵送します。
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。				
7～8ヶ月児健診					
1歳6か月児健診	令和5年12月生	6月13日(金)	13:00～13:15	保健福祉センター	母子健康手帳・問診票・フッ素塗布希望書・パスタオル・オムツ
2歳児歯科健診(申込制)	令和5年3月～6月生	7月18日(金)	13:00～13:15		母子健康手帳・パスタオル ※対象者には、事前に案内はがきを郵送します。
3歳児健診	令和4年1月生 令和4年2月生	6月20日(金) 7月4日(金)	13:00～13:15		母子健康手帳・問診票・フッ素塗布希望書・朝いちばんの尿・目と目のアンケート・パスタオル・オムツ

(感染対策に関するご協力をお願い)

受診日の2日以内に風邪症状や感染症症状などがあった場合は、受診できません。欠席する場合は、次回以降の日程をご案内しますので、こども課までご連絡ください。最新の健診情報は、市ホームページ(→)からご確認ください。



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。

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
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) ②相談支援事業所すきつぽ 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
心相談(ホッパラインこころ)	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	保健福祉センター(健康福祉課予防医療係)	☎ 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6/12休まで	6/17(火)	13:30～16:20	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	8:45～17:15	見附市役所1階市民税務課	☎ 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 県消費生活センター 月～金曜日 国民生活センター 土曜日 日曜・祝日	9:00～16:30 9:00～16:30 10:00～16:00 10:00～16:00	見附市役所1階市民税務課	全国共通 ☎ 188
市民相談	相談員による多重債務、その他悩み事や心配事の相談	月～金曜日	8:45～17:15	見附市役所1階市民税務課	☎ 62-1700(内線 146)
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	6/13(金)、20(金)、7/4(金) 6/25(水) (予約不要)	13:30～16:20 13:30～15:30	中央公民館	健康福祉課 ☎ 61-1370
	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	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	第2・4火曜日(祝日は翌開庁日)	13:00～16:00	見附市役所1階相談室	☎ 62-1700(内線 146)
年金	(要予約)三条年金事務所による相談	6/25(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
行政	国・県に関する業務についての困りごと相談	6/19(水) (予約不要)	13:30～15:30	保健福祉センター(2階福祉団体活動室)	☎ 62-1700(内線 145)
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 6/18(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	☎ 38-0456
	女性相談支援員による女性の悩み事や心配事の相談	月～金曜日	8:45～16:30	見附市役所1階市民税務課	☎ 62-1700(内線 146)
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
	子育て相談(ヤングケアラーに関する事も含む)	月～金曜日	8:30～17:15	こども家庭センター(見附市役所4階こども課内)	☎ 62-1700
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				
青少年	いじめや不登校など青少年に関する相談	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

🏠 休日の窓口(市民税務課:市役所1階)

●とき 日曜日9:00～12:00

●内容 証明書発行(戸籍・住民票・印鑑・所得課税など一部の税証明)、印鑑登録、パスポート(受け取りのみ) ※市外の戸籍や住民票の広域交付は、不可。
※マイナンバーカードをお持ちの人は、コンビニでも住民票の写しなどを取得できます。(各種条件あり、毎日6:30～23:00)

一人で悩まず
困ったら

相談

🏢 施設のお知らせ

●図書館 火曜日、第2金曜日は休館

●ネーブルみつけ 6/24(火)は17:00閉館

●ほっとぴあ 6/10(火)は臨時休業



見附での素敵な一瞬

見附でみつけた 1 枚

妖精たちが出てきそうなチューリップ畑

投稿者：rabi_ayaka さん

撮影地：みつけイングリッシュガーデン

＼ 投稿募集中！ /

▶Instagram でハッシュタグ「# 見附でみつけた 1 枚」
を付けて投稿された写真を、広報みつけに掲載します。
詳しくは市公式 Instagram (→) へ。



広報クイズ & プレゼント

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】夏の冷やしておいしい！涼菓のススメ

入梅の頃、口当たりの良い冷たい菓子が目も心も和
ませてくれます。冷やしふくらまんじゅうは、こ
の時期ならではのおすすめの食べ方です。

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 316) まで。

広報クイズ

Q. 成人式の抽選会の景品数は？

〇〇点

ヒント：12 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 25 日(水)締め切り】
クイズの答え、「広報みつけ」への感想や意見、「広報みつけ」を
主に何で見ているか、氏名、住所、年齢を書いて、はがきで
の郵送、電子メールまたは申込みフォーム(→)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室」まで
✉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	8 内科	見附たなはしクリニック	新町3-8-7-1	(86)7227
	15 外科	星 整形 外科 医院	柳橋町274-6	(66)8808
	22 内科	星 野 医 院	本町4-2-37	(62)0998
	29 内科	田 崎 医 院	本町2-9-23	(62)1122
7 月	6 外科	中之島クリニック	長岡市中之島中条218	(61)2551
	13 外科	貝 瀬 皮 膚 科	柳橋町274-25	(66)8100
	20 内科	みつけこどもクリニック	新町3-8-5-1	(84)7900

●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～土曜日午後7時～9時30分

▶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～9時30分

●中越こども急患センター(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

救急車を呼ぶか迷った時は

救急医療電話相談 毎日夜間 18:00 ～翌 8:00

☎ # 7119 (15 歳以上) ☎ # 8000 (14 歳以下)

受診の必要性や対処法、受診可能な医療機関を看護師などがご案内します。

AI 救急相談アプリ 24 時間利用可

LINE で友達追加して利用 (→)

医療機関受診の必要性や対処方法などをチャットで相談できます。

