

人とまちをつなぐ広報紙

広報みつけ

9

September

2026

NO.793

Public Relations MITSUKE

伝統をつなぐ



●フォトレポート
見附まつり

●特集
知っておきたいMCI(軽度認知障害)

秋のみつけイングリッシュガーデンを楽しもう！

オータムフェア&ガーデンハロウィン開催

開催期間

10/3(土)～11/3(火・祝)

ハロウィンの撮影スポットも！



＼仮装してきてね／

ハロウィンこどもDAY！

10/18(日)

- ▶ 森の仲間の木工クラフト
(子ども 100 円、大人 200 円)
- ▶ ほっとマルシェ (ほっと me)
雑貨販売やキッチンカーが出店します。
- ▶ ガーデンクイズラリー (無料・先着順)
全問正解者におみやげプレゼント！
- ▶ ホテルレアント・MEG CAFE 511 のスタッフに、「ハッピーハロウィン」
と声をかけた子どもにプチプレゼント！ (先着順)
- ▶ センニチコウ摘み取り体験 (有料)



※詳しくは、市ホームページ (→) をご確認ください。



園みつけイングリッシュガーデン ☎ 66-8832
建設課 ☎ 62-1700 (内線 249、250)

・・・ 期間中は楽しいイベントが盛りだくさん！ ・・・

青空マーケット

10/10(土)・11(日)・12(月・祝) 10:00～15:00

アクセサリ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。



きまぐれ演奏会

10/4(日)・10(土)・11(日)・12(月・祝) 10:00～15:00

生演奏の心地よい音楽を園内で楽しみませんか。

※実施スケジュールはホームページおよび園内ポスターをご確認ください。



見附市錦鯉品評会

10/11(日) 9:30～14:00

「見附市錦鯉組合」によるイベント。見附ナンバーワン錦鯉を決定します。錦鯉の優雅な姿をご覧ください。会場は第3駐車場です。



I hope your growth!

大きくなってね

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(→)からもご応募できます。



こばやし ゆうご

小林 佑護 くん (学校町)

令和5年2月11日生まれ



7月10日に保健福祉センターで。お父さんのけんすけと一緒。

名前の由来は？

仲間を助けてあげることができ、誠実で信頼される子になってほしいと願いを込めました。

佑護くんはどんな子？

生まれた時から、女の子と間違えられるほどかわいらしい男の子です。最近の特撮が好きで、男の子らしくなってきました。特にミツケンバーが大好きで、繰り返し動画を見て変身して遊んでいます。走り回ることも好きで、休みの日は公園で体を動かしています。

お父さんから佑護くんへ一言

自分と周りの人を大切にして、困っている人を助けることができる強い人になってください。

CONTENTS / 目次

2026 . September

- | | | | |
|----|-------------------------|----|----------------------|
| 3 | ガーデンオータムフェア | 20 | 健幸だより |
| 4 | 見附まつり ふおとれぽーと | 21 | お知らせ広場 |
| 6 | 正しく知る MCI (軽度認知障害) | 26 | 相談 / 休日の窓口 / 施設のお知らせ |
| 12 | 誰も自殺に追い込まれない見附へ | 27 | こどもとおでかけ / お悩み相談 |
| 14 | Pick Up お知らせ広場 | | 母子保健事業のお知らせ |
| 16 | アルカディア・ギャラリー | 28 | 見附でみつけた 1 枚 / 広報クイズ |
| 17 | 求人情報 | | 休日・夜間のお医者さん |
| 18 | まちの話題 town topics/ お店紹介 | | |

今月の表紙



伝統をつなぐ

今月の表紙は、見附まつりの民踊流し・神輿渡御と小栗山の獅子舞。両行事ともに、多くの子どもたちや若者が参加していました。伝統は、上の世代から下の世代へと受け継がれ、未来へ続いています。まちを盛り上げる皆さんの熱い想いが紡がれ、見附の誇りはこれからも輝き続けます。

人口の動き

- 人口 37,161 (－460)
 - ▶ 男 18,149 (－224)
 - ▶ 女 19,012 (－236)
- 世帯 15,385 (+64)

令和8年8月1日現在

火災・救急・交通事故発生状況

- 火災 9件 (+5)
- 救急 1,058件 (－73)
- 交通事故 19件 (+5)
- 交通事故死者数 1人 (+1)

令和8年1月1日～7月31日

※()は対前年比

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

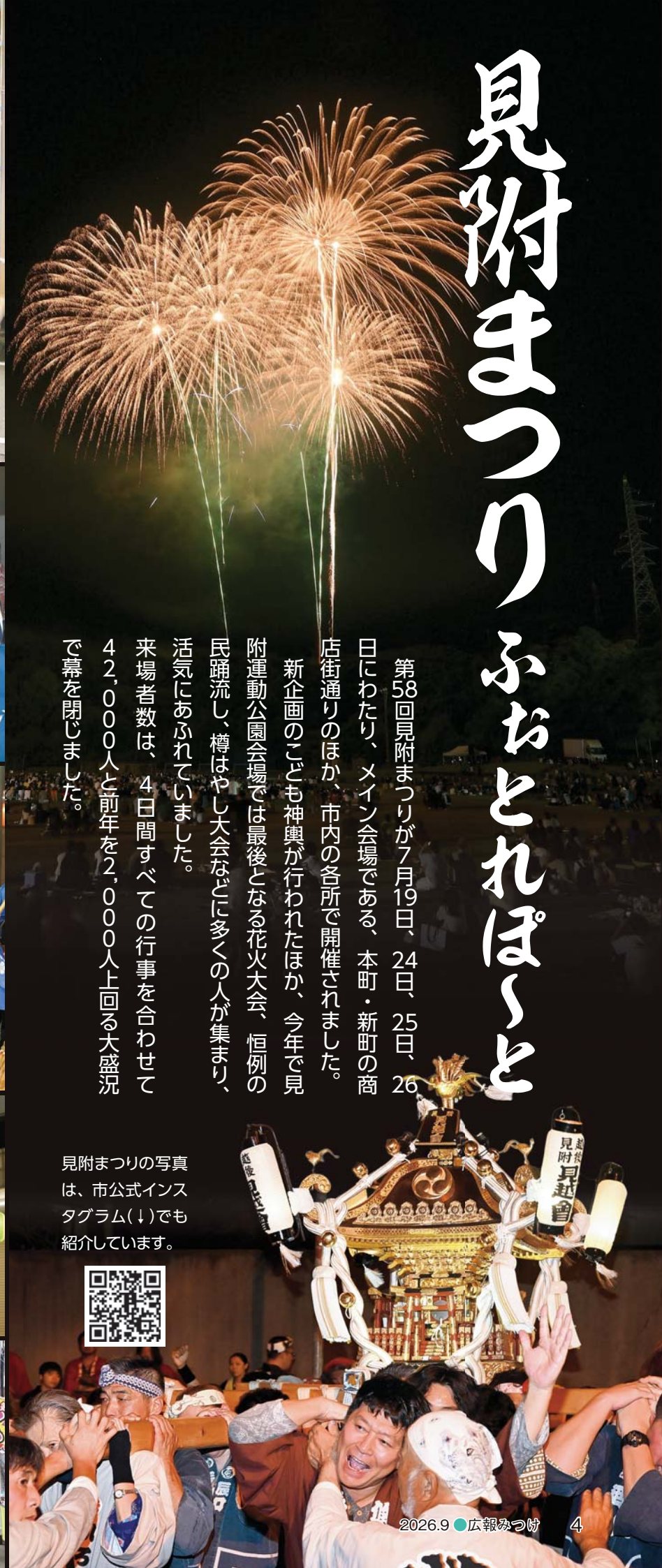
子育て・健診・イベントなどから欲しい情報を選んで受信できます。

見附まつりふおとればくと

第58回見附まつりが7月19日、24日、25日、26日にわたり、メイン会場である、本町・新町の商店街通りのほか、市内の各所で開催されました。新企画のことも神輿が行われたほか、今年で見附運動公園会場では最後となる花火大会、恒例の民踊流し、樽はやし大会などに多くの人が集まり、活気にあふれていました。

来場者数は、4日間すべての行事を合わせて42,000人と前年を2,000人上回る大盛況で幕を閉じました。

見附まつりの写真は、市公式Instagram(↓)でも紹介しています。



9月は「認知症月間」 ～認知症を正しく知り、ともに支え合う地域へ～

MCIは、認知症への最初の
気付きにつながる大切なサインの
一つです。「最近、少し変わった
かもしれない」と感じたときに、
早めに相談し、必要な支援につな
がることは、これからの暮らしを
安心して過ごすための第一歩にな
ります。

もう一つ大切なことは、認知症
を正しく理解することです。認知
症の人やその家族の思いを尊重
し、支え合いながらともに暮らし
「共生社会」の実現を目指すため、
国は2024年1月に「共生社
会の実現を推進するための認知症
基本法（認知症基本法）」を施行
しました。法律では、9月を「認
知症月間」、9月21日を「世界ア
ルツハイマーデー（認知症の日）」
と定め、認知症への理解を深める
取り組みを進めています。

認知症は、誰もがなりうる身近
な病気です。だからこそ、認知症
を正しく知り、これまでの認知症
に対するイメージを「新しい認知
症観」へ転換していくことが大切
です。認知症の人やその家族の気
持ちに寄り添い、地域とともに支
え合える社会をつくっていきま
しょう。

「新しい認知症観」とは？

認知症になったら何もできなくなるわけではありません。「新しい認知症観」は、認知症になっても、個人として出来ること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間とつながりながら希望をもって自分らしく暮らし続けることができる、という考え方です。認知症と診断された後も、自分らしく暮らし、活躍する人が増えています。

これまでの認知症観

- ☐ 他人事、なりたくない、目をそらす
- ☐ 何も分からなくなる、出来なくなる
- ☐ おかしな言動で周りが困る
- ☐ （判断できないから）周りの人が決める
- ☐ 助けてあげないといけない
- ☐ 地域で暮らしていけない
- ☐ 恥ずかしい、隠す
- ☐ 認知症になったら終わり、諦める

NEW 新しい認知症観

- ☒ 自分事、お互い様、向き合う、備える
- ☒ 分かる事、出来る事がたくさんある
- ☒ 本人が一番困っている
- ☒ 本人が決める、決められるようにサポートする
- ☒ 本人も支えの1人、一緒に支え合う
- ☒ 地域の一員として暮らし、活躍できる
- ☒ 認知症でも自分は自分、自然体でオープン
- ☒ 出来る事はたくさんある、希望をもって過ごす

認知症介護研究・研修東京センターの資料をもとに作成

認知症フォーラム in みつけ

～認知症になっても自分らしく暮らせるまちへ～

認知症フォーラムの第1部では、新潟大学 脳神経内科の石黒敬信先生から「認知症を知り、共に生きる時代に大切なこと」をテーマに講演いただきます。第2部では、地域で暮らしている認知症の人の様子を、地域の支援者から紹介いただきます。

- 日 時 10/15 (木) 13:30～15:30
- 場 所 文化ホール アルカディア小ホール
- 定 員 250人
- 申込み 申込みフォーム (→) からお申し込みください。



普段の生活でこんなことはありませんか？

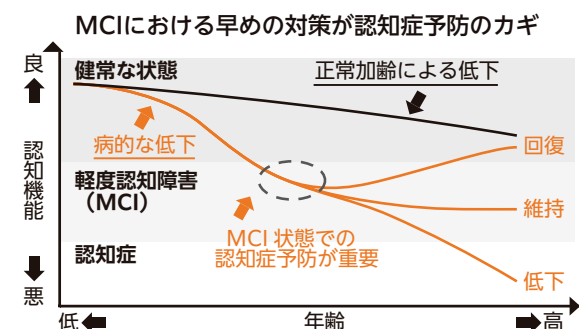
- ☐ 最近の出来事や約束を忘れることが増えた気がする
- ☐ 買い物や支払いなどに以前より時間がかかるようになった
- ☐ 財布、鍵、携帯電話など、よく使うものを探すことが増えた気がする
- ☐ 外出や趣味などで人と会うことが以前より少なくなった
- ☐ 家族や友人から「最近、もの忘れが増えたかな？」と言われたことがある



その変化、MCI (軽度認知障害) のサインかもしれません。



MCIの詳細は
厚生労働省ホーム
ページへ。



国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター「あたまとからだを元気にするMCIハンドブック」のグラフをもとに作成

MCI (軽度認知障害) とは「健康な状態」と「認知症」の中間の段階のことです。日常生活に大きな支障はありませんが、記憶力や判断力などの低下が少し見られる状態です。65歳以上の約3人に1人が認知機能に何らかの症状があらわれていると言われています。認知機能の変化は誰にでも起こりうる身近なものです。

MCI (軽度認知障害) とは

MCIの段階から、早めの気付き・対応が重要です。MCIの段階から、すべての人が認知症に進行するわけではありません。生活習慣の見直しや、適切な支援につながることで、その後の1年間で約16～41%の人が健康な状態になることが分かっています。現在、MCIや認知症初期の人に有効な新薬も登場しています。「まだ受診するほどではないかな」「これくらいで相談するのは…」と相談をためらう人も少なくありません。しかし、相談をすべくにMCIや認知症と診断されるわけはありません。まずは、現在の自分の状態を正しく知ることが大切です。普段の生活の中で、「気になることが増えてきた」と感じた時は、一人で抱え込まず、地域の相談窓口である地域包括支援センター（詳細は8ページ）に相談ください。小さな気付きが、これからの「自分らしい生活」の大切な一歩になります。

正しく知るMCI (軽度認知障害)

年齢を重ねると、心や体にさまざまな変化が表れます。早めに変化に気付き、適切な対応をすることが大切です。MCI (軽度認知障害) や認知症を正しく理解し、住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けるためのヒントをご紹介します。

図 健康福祉課 ☎ 61・1350

地域の相談窓口

地域包括支援センター

高齢者を広く支援

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で自分らしく安心して生活を続けられるように支援する総合相談窓口です。主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などの専門職が、認知症や介護、健康など、生活上の不安について相談を受け、必要なサービスへつなぎ、医療機関との調整などを行います。

小さなことでも気軽に相談を

MCIの段階からの気づきや早めの相談は、これからの暮らしを考える大切な一歩です。本人はもちろん、家族や地域の人からの相談も受け付けています。「話だけでも聞いてほしい」という気持ちで構いません。小さなことでも、気軽に地域包括支援センターへ相談ください。相談は無料、個人の秘密は守ります。



相談者と話をする、地域包括支援センター西の小野塚センター長

担当地域	名称・お問合せ先（月～金、8:30～17:30）
見附 中学校区	地域包括支援センター中央 ☎ 63-3555 （特別養護老人ホーム大平園内）
南 中学校区	地域包括支援センター南 ☎ 62-1750 （特別養護老人ホーム古志乃里内）
西 中学校区	地域包括支援センター西 ☎ 62-3345 （特別養護老人ホームいいねか邸内）
今町 中学校区	地域包括支援センター今町 ☎ 61-5221 （デイサービスセンター坂井園内）

将来の安心を支える

中核機関

権利擁護のエキスパート

中核機関は、認知症などで将来の生活や財産管理に不安を感じた時、安心して暮らし続けるための支援を行う相談窓口です。成年後見制度についての相談や、相談者にとって必要な支援を行います。

また、「支援チーム」をつくり、地域包括支援センター、ケアマネジャー、親族、近所の人などがそれぞれ役割を持つことで、相談者を支えます。本人や家族にとってより良い支援が実現できると考えています。

市民後見人の養成

親族以外の市民による成年後見人「市民後見人」の養成にも取り組んでいます。毎年、市民後見人養成講座を開催し、地域で活躍してくれる人を育成しています。定年退職後の人など、経験や知識を生かして活動してくれる人が増えていくことを期待しています。



代表 小林 克太郎さん

見附市中核機関

保健福祉センター内
月～水、金
8:30～17:15
☎ 080-8095-0268

成年後見制度について「自分には関係ない」と思うかもしれませんが、気になることは早めに相談ください。将来に向けた準備や安心につながります。

元気なうちに、自身の希望や意思を家族へ伝えておくことも大切です。法務局で遺言書を保管できる「自筆証書遺言書保管制度」などの制度を活用することで、自身の思いを将来へつなぐことができます。

中核機関 Q & A

Q1 成年後見制度は、どのような制度ですか。
A 認知症、知的障がい、精神障がいなどで判断能力が十分ではなくなった人を支援する制度です。財産管理や契約手続きなど、本人だけでは難しいことを支援し、不利益を受けることなく、安心して生活できるようにサポートします。

Q2 どのような人が成年後見人になるのですか。
A 親族や市民後見人、福祉や法律の専門家がなります。被後見人の利益を守るため、家庭裁判所が成年後見人にふさわしい人を選任します。

Q3 どのような相談が多いですか。
A 本人や家族から、財産管理や今後の生活についての相談が多いです。相談内容は一人一人異なるため、「本人が何を望んでいるか」、「どのような支援が必要か」を丁寧に整理し、一緒に考えていきます。

Q4 相談すると、どのような支援を受けられますか。

Q4 中核機関（詳細は9ページ）とは、どのように連携していますか。
A 金銭管理など、包括支援センターだけでは対応が難しいケースを中核機関へ相談しています。成年後見制度が必要な場合は、それぞれの役割を分担し、支援を進めています。（中央センター長）

Q5 認知症の人が自分らしく暮らすために大切なことは、どのようなことですか。
A 好きなことや大切にしていることを、家族や周囲の人に伝えておくことが大切です。本人の「やってみたい」という気持ちを尊重し、無理のない範囲で外出や趣味、地域活動などを勧めています。（南センター長）

Q6 認知症の人のために、家族、地域の人は何ができますか。
A 温かく見守り、優しく声を掛けられることが大切です。「少し様子が気になる」と感じたら、気軽に相談ください。早めの支援につながります。家族だけで抱え込まず、地域全体で支えていくことが、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりにつながります。（今町センター長）

A 成年後見制度の利用だけでなく、本人や家族が安心して生活できるよう、一緒に支援方法を考えます。

Q5 相談対応で大切にしていることは、どのようなことですか。
A 相談者が困っていることを的確に把握し、その人に合った支援を見通すことが大切です。対面、手紙、メールなど、その人に合った方法でコミュニケーションを取り、小さな変化や大切な情報を見逃さないように心掛けています。

Q6 認知症の人が自分らしく暮らすために大切なことは、どのようなことですか。
A 認知症になると、本人も家族も周囲へ遠慮してしまうことがあります。地域の支援や制度を上手に活用し、負担を分散することが大切です。私たちは周囲の支えを受けながら生活しています。介護や支援の負担が一人に集中せず、地域資源や支援チームを活用し、本人と家族が安心して暮らせる環境を整えることが重要です。

オレンジカフェ

「カフェ」のように、気軽にお茶を飲みながら認知症について語り、認知症を地域で支える場所です。地域包括支援センターが主催し、中学校区ごとに月1回程度開催しています。子どもから大人まで、誰でも参加できます。開催日程や詳細は、お近くの地域包括支援センターへご確認ください。



いつまでも元気に過ごすため、楽しく体を動かす参加者

見附市認知症 あんしん生活ガイドブック

認知症についての正しい知識や、相談窓口、支援体制などをまとめたガイドブックです。



※「見附市認知症あんしん生活ガイドブック」、「マイ・ライフ・ノート」は、65歳の誕生日を迎える人に郵送で配布しているほか、保健福祉センター、みらい市場で販売をしています。市ホームページからもダウンロード(→)できます。



見附市認知症
あんしん生活
ガイドブック



マイ・ライフ・
ノート

チームオレンジ

地域の認知症サポーターと関係者が連携し、認知症の人やその家族を支え合うチームです。市では、地域コミュニティを拠点に3チームが活動しています。地域の見守り、居場所づくり、認知症の普及啓発活動、勉強会などを開催しています。



イベントで参加者に配付するお菓子の袋詰めを行う西地区のチームオレンジメンバー

マイ・ライフ・ノート

自身のこと、これからのこと、大切にしていることなどを書きためておくノートです。もしものとき、あなたの希望を家族や大切な人へ、伝える時にも役立ちます。



脳の健康教室

週1回、認知症予防のための簡単な読み書きや計算、参加者同士の交流を楽しむ教室です(7月～12月開催)。
 図 健康福祉課 ☎ 61-1350



誰もが安心して
暮らすために



認知症高齢者 見守りワッペン

認知症により、見守りが必要な高齢者などへワッペン・ステッカーを交付しています。市と警察、地域包括支援センターは登録情報を共有し、行方不明時の捜索活動に役立てます。



認知症サポーター 養成講座

「認知症はどんな病気?」、「こんな接し方をすると安心する」、「認知症の人ってどんな気持ちなんだろう」などを一緒に学び、考える講座です。市では地域の集まり、職場、学校などに出向き、講座を開催しています。



県認知症 コールセンター

本人や家族が抱える悩みに、福祉の有資格者、介護経験者などが相談に応じます。
 ☎ 025-281-2783
 (月～金、9:00～17:00)



認知症行方不明者 捜索模擬訓練

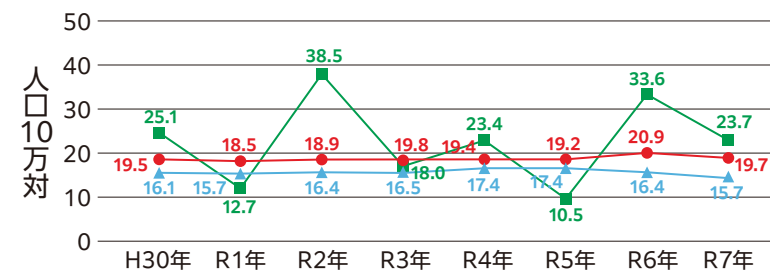
年に1回、地域コミュニティで認知症高齢者の行方不明を想定した捜索、声掛け訓練を実施し、地域住民が見守りの大切さや発見時の対応などを学びます。



誰も自殺に追い込まれない見附へ

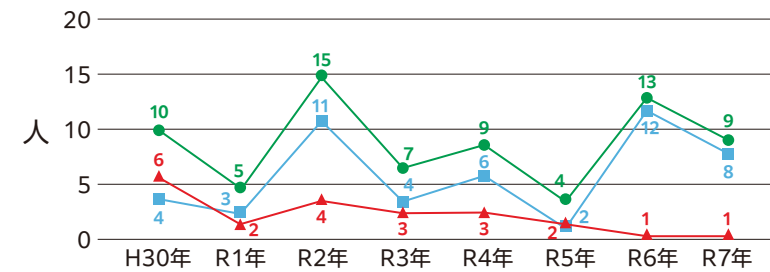
▶自殺死亡率の推移

(出典：人口動態統計 ※R7年のみ地域における自殺の基礎資料)



▶自殺者数の推移

(出典：人口動態統計 ※R7年のみ地域における自殺の基礎資料)

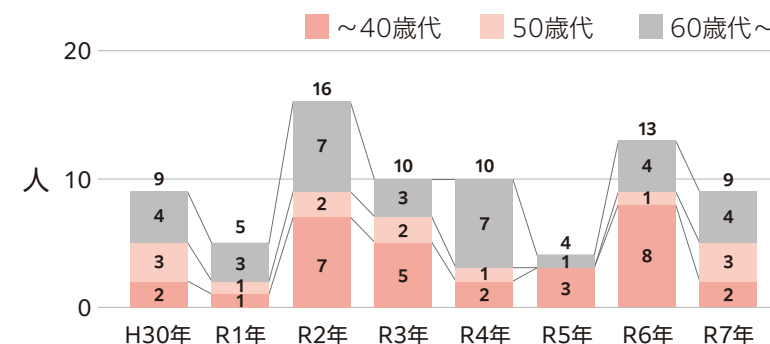


平成10年に、国の自殺者数が3万人を超え、国全体で「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を目指す取り組みが進められました。令和元年には、2万169人と統計開始以来、最少となりましたが、コロナ禍の令和2年、全国的にも見附市でも自殺者数が増加しました。

見附市ではその後減少に転じましたが、令和6年以降、再び増加傾向に推移しています。

コロナ禍以降、働き盛り世代の自殺が増加傾向

▶年代別自殺者数の推移 (出典：地域における自殺の基礎資料)



コロナ禍以降、働き盛り世代の男性自殺者が多くなっています。働き盛り世代へのメンタルヘルス対策の拡充が必要です。

自殺は、その多くが「追い込まれた末の死」と言われています。私たちに起こり得る身近な要因には、体の病気やうつ病などの「健康」、失業や生活苦、多重債務などの「生活・経済」、家族の不和などの「家庭」、過労や人間関係などの「仕事」、いじめや学業不振などの「学校」に関するものなどがあります。

また、自殺の直前には、うつ状態をきたしている人がとても多いです。市では、一つ一つの要因に対応できる相談・支援体制を整備するとともに、うつ状態をきたした人が身近にいる場合、目を向けられる市民を増やす取り組みを進めます。自殺対策推進月間を機に、私たちができることを考えてみましょう。



あなたや周りの人は大丈夫？ うつ病のサイン

- ☐ 眠れない、睡眠不足に見える
- ☐ ひどく疲れる、疲れているように見える
- ☐ 怒りやすくなった
- ☐ 口数が減った
- ☐ 食欲がない
- ☐ お酒の量が増えた
- ☐ ため息が増えた
- ☐ 気分が沈む
- ☐ やる気が出ない
- ☐ 何をしても楽しめない
- ☐ 不安に感じる
- ☐ ひきこもりがち

※心身の不調が2週間以上続くようなら、早めに医療機関や相談窓口へ相談しましょう。

あなたは今、悩みやストレスを抱えていますか。誰もが日常的なストレスからくる悲しみや不安で憂鬱な気分になったり、体調がすぐれなかったりしますが、大抵の場合は、時間の経過や適切な対処で元に戻ります。しかし、その状態が長く続くことで心身のバランスを崩し、日常生活に支障をきたす「うつ病」になることがあります。「うつ病」は、単なる気分の問題ではなく、治療が必要な病気です。十分な休養と適切な治療で回復しますが、病気の症状で自殺を考えることがあるため、うつ病を予防することが自殺予防にもつながります。

うつのサインに気付く

悩んでいる人へ 周りの人ができること

ストレスや不調をきたすと、自分で何とかしようとして抱え込んでしまうことがあります。特に男性は、悩みを抱えると、「男が弱音なんか吐いちゃいけない」、「自分自身でなんとかしない」と、「そのうちに治る」などと考え、周りに助けを求めない傾向があると言われています。その際、周りの人の気付きが大切になります。いつもと様子が違う人がいたら、まずは「元気がなくて心配」、「眠れてる？」など体調面を聞き、その後、「悩んでいることはない？」など、相手の気持ち聞いてみましょう。相手が話してくれたら、ただ話を聞き、気持ちを受け止め、ねぎらいましょう。悩んでいる人の気持ちが軽くなる場合があります。

こころのつらさは人それぞれです。「こんなことくらいで…」と思わず、話してください。

1人で悩まず、まずは話をしてみませんか

電話相談	受付時間	電話番号
ホットライン こころ	月～金（祝日除く） 9:00～16:00	☎ 62-7830
新潟いのちの電話	24時間 365日	☎ 025-288-4343
新潟県こころの 相談ダイヤル	24時間 365日	☎ 0570-783-025

・・・ 来所相談 ・・・

所 健康福祉課予防医療係
時 8:30～17:15
(月～金※祝日を除く)
☎ 61-1370

生きづらびっと

LINE / チャット
で相談 (→)



いのち SOS

相談
サイト (→)



こころの耳

厚生労働省
サイト (→)



相談以外の選択肢

ライフリンク
サイト (→)



こころの相談会

臨床心理士が、無料で心身の不調や悩みについて相談にのります。

- 日時 9/16(水)、10/20(水)、11/16(月) 13:30～16:20 (1組 50分) ※毎月1回実施しています。
- 場所 保健福祉センター
- 申込み・問 開催日の3営業日前までに、健康福祉課予防医療係 (☎ 61-1370) へ。



ひきこもりから社会参加へ

「3人の家族の体験と専門家との対話」

ひきこもりの原因や背景はさまざまで、ふとしたきっかけで誰もがひきこもりの状態を選択する場合があります。周囲の人は、ひきこもりの状態になった人にどう接すればよいかわからず、追い詰めたり孤立させたりしてしまうこともあります。

今回、ひきこもりの状態から社会参加したお子さんをお持ちのご家族3人をお招きします。体験談を通して、ひきこもり状態にある人やそのご家族などが安心して暮らせるために、皆さんと一緒に考えませんか。

【第1部 家族の体験と専門家との対話】

●日時 10月10日(土)13時30分～15時10分(受付13時～)

●対象者 ひきこもりに関心のある人

●内容 彩和会家族3人の体験談と専門家との対話

●話し手 彩和会家族 穂刈厚子さん(トモニナー)ながお

か)、関口美智江さん(フォルトネット)、柳田君枝さん(フォルトネット小千谷)

●ファシリテーター 齋藤まさ子氏(長岡崇徳大学客員教授)

【第2部 家族の集まり】

市ではひきこもり家族の集まりを年3回開催しています。同じ立場の家族と思いや経験を共有することで不安が軽減し、当事者との関わり方のヒントが見つかるかもしれません。初めての人もぜひ、日頃の悩みや思いを語り合いませんか。

●日時 10月10日(土)15時15分～16時30分

●対象 ひきこもり当事者の家族 ※詳細は、市ホームページ(←)をご覧ください。

【1部・2部共通】

●場所 保健福祉センター

●参加費 無料(申込み不要) 圏健康福祉課 ☎61・1370



みんなで歩いて健幸になろう

見附ウォーキングまつり2026

秋の見附を歩いて健康づくりをしませんか。自分の体力に合わせた距離のコースを選ぶので、初めての人でも安心して参加できます。当日は、子どもが楽しめるスポーツ体験会や縁日コーナー、豪華景品が当たるガラポン大抽選会を行います。

●日時 10月4日(日)8時～12時30分 ※雨天決行

●参加資格 コースを完歩できる人

●参加費 一人700円(未就学児は無料、団体申込割は、10人以上で申込み人数×100円引き)

※参加者には、完歩賞、記念バッジ、飲み物、おにぎり、美都景まんじゅうの配布あり。

●持ち物 飲み物、タオル、雨具
●コース 3km・5km・8km・13kmのコースがあります。田園風景を楽しめるコースや街中を歩くコースなどがあります。各



コースの詳細は、市内公共施設などに設置してある要綱または総合体育館ホームページ(↓)へ。



●申込み 9月14日(月)までに総合体育館、今町地区体育館、ネーブルみつけにある申込書に参加費を添えて各施設へ。

圏総合体育館 ☎62・3661

令和9年4月採用

見附市で働く職員を募集します

試験職種	採用予定数	受験資格(受験する職種の受験資格をすべて満たすこと。令和9年卒業・免許資格取得見込み含む)
保健師	若干名	昭和57年4月2日以降に生まれ、保健師免許を有する人。または、令和8年度に行われる国家試験により免許取得見込みの人。 ※今年度実施の採用試験を受験した人は受験できません。
消防職員	若干名	平成9年4月2日以降に生まれ、学校教育法による高等学校以上を卒業した人、または令和9年3月卒業見込みの人で、次のいずれにも該当する人。 ▶採用後は原則として見附市内に居住できる ▶聴力が正常であり、赤色、青色、黄色の区別ができる

●第1次試験 9/27(日)9時集合

●第2次試験 10月下旬

●第3次試験 11月中旬

圏総務課 ☎62-1700 (内線 324)



※詳細は、市ホームページ(↑)へ。

市へ棟方志功作品を寄附

株式会社タツミが紺綬褒章を受章

7月28日、株式会社タツミが紺綬褒章を受章しました。公益のため、多額の私財を寄附したことに

対して国から授与される紺綬褒章。令和7年春、株式会社タツミは、市に棟方志功作「いろは板画柵屏風」を寄附しました。

同社相談役の山口龍一さんは「市民のみなさん、特に子どもたちに

見てもらい、棟方志功の作品を知



左から、株式会社タツミ常務執行役員の梨本文也さん、創業者相談役の山口龍二さん、稲田市長。

る機会にしてほしい」と話していました。

小・中学生対象

学校給食費を補助します

圏学校給食センター ☎62-2244

補助事業	補助額	対象者
小学生非喫食者負担軽減事業	小学生 1人当たり 5,200円(月額)	次のすべてに該当する保護者 ▶市内の小学校に在籍している小学生がいる ▶以下のいずれかの理由で、恒常的に全ての給食の喫食を停止している児童がいる ・重度のアレルギーやその他の疾患がある ・不登校である ・宗教上の配慮が必要
中学生(市外通学者)負担軽減事業	中学生 1人当たり 上限 15,000円(年額)	市内在住で、市外中学校・特別支援学校中学部に在籍している中学生がいる保護者
多子世帯給食費負担軽減事業	中学生 1人当たり 上限 65,000円(年額)	中学生以下の子どもが3人以上いて、そのうち中学生が1人以上いる保護者

※次のいずれかの条件に該当する場合は、補助対象外です。

- ・学校給食費の滞納がある
- ・生活保護、就学援助の認定、就学奨励費などで学校給食費相当額の給付を受けている

●申込み 9月中に、対象者へ申請書を郵送します。必要事項を記入し教育総務課へ提出(郵送可)ください。

●申請期限 10月30日(金)必着

●注意点
・学校への提出は受付できません。・申請書は毎年提出する必要があります。
・9月30日(水)までに書類が届かない場合は、学校給食センターまでご連絡ください。

見附市のお仕事情報

市内には魅力ある働く場がたくさんあり、中部産業団地をはじめ多くの市内企業がさまざまな求人を出しています。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。

見附市内の就業相談はこちら
ネーブルみつけ雇用情報コーナー
▷平日9:00～17:00



市内求人をすべて閲覧でき、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)

☎ネーブルみつけ雇用情報コーナー☎62-7805

市内 求人情報

8/10月時点で、勤務地が見附市内の求人人数は**748**人(求人件数:**444**件)です(※)。
求人情報の詳細は、ハローワークインターネットサービス(→)をご確認ください。

(※)求人情報が更新されている場合があります。 ☎ハローワーク三条☎0256-38-5431



フルタイム (求人人数: **466**人)

社名	職種	月給(基本給+手当など)	人数	就業時間
見附ひかりクリニック	看護師(常勤)	230,000円～290,000円	1人	①8:30～18:00、②8:30～12:30
(株)コムヴィ	重度訪問介護のサービス責任者 (勤務地:見附市)	225,000円～265,000円	2人	0:00～23:59の間で8時間程度 (変形※)
(株)エム・ワールド すまいる保育園	保育スタッフ	215,000円～320,000円	1人	①7:00～16:00、②8:30～17:30 (変形※)
(株)フュージョン	プラント等運転保守管理	205,000円～305,000円	1人	①8:30～17:30、②17:00～2:00、 ③16:30～8:30

パート (求人人数: **282**人)

社名	職種	時給	人数	就業時間
里味食品加工(株)	食材加工員(パート)	1,100円	2人	0:00～4:00
(株)サニー	青果物卸業務スタッフ	1,050～1,300円	2人	4:00～8:00
(株)安武商事	客室清掃(勤務地:見附市)	1,050円	1人	9:30～15:00の間で5時間程度
(株)すかいらくレストランツ	接客(ガスト見附店)	1,050円	2人	①7:30～10:30、②17:00～23:00

※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 / 株式会社ひまわり食品

職種	月給	人数	就業時間	所在地
営業スタッフ (法人向け)	250,000円～ 350,000円	1～2人	8:30～17:30	新幸町2-8
☎担当: 総務部 高野 ☎66-0866 ✉a-takano@himawari-foods.co.jp				



【会社紹介】当社は、惣菜、弁当、寿司などを製造し、県内や東北・関東・信越などのスーパーマーケットへ提供しています。近年は、米飯類を最新の技術で凍結した冷凍食品を販売。また、市学校給食センターの調理を受託し、安心・安全な給食を提供しています。「食を通じて世界

の人々に喜びと豊さを」。当社は「おいしい」の声を聞くため、商品開発を繰り返しています。お客様のニーズに合った商品、季節感を味わえる商品を作り、豊かな食生活に貢献します。目標を持って努力し、チームで協力して仕事を進められる人を募集しています。



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:9月7日(月)、24日(木)
開館時間 9:00～22:00(受付は9:00～20:00または21:00)

発売中

きたにかおり
岸谷 香 KAORI PARADISE 2026
～10回目のひとり旅～

9/13(日) 15:00開場 15:30開演

プリンセス プリンセスのボーカリスト岸谷香のソロライブ。
ピアノとアコースティックギターでお贈りします。

☎ 大ホール(全席指定) ¥ 6,500円

※車椅子席をご希望の人は、会場へお問合せください。

※2歳以下は大人の膝の上で1人まで無料(席が必要な場合は有料)。
3歳以上はチケットが必要。

アルカディア フレンズ アンサンブル 舞台の上の音楽会vol.4 ピアノトリオ

9/26(土) 13:30開場 14:00開演

☎ 大ホール舞台上(全席自由) 定 120人

¥ 1,000円(当日1,300円)※未就学児入場不可

客席はなんと大ホールのステージの上! いつもよりアーティストに近い空間で聴ける、各楽器の名手たちの演奏とお話。アットホームな1時間をお楽しみください。

【演奏曲(予定)】フォーレ「ピアノ三重奏第1番より第1楽章」、
シュトラウス「美しく青きドナウ」ほか

【出演】金子陽子(ピアノ)、佐々木友子(ヴァイオリン)、片野大輔(チェロ)

発売中

アルカディアピアノコンサート プレ公演
ふなばしようすけ
指揮者 船橋洋介 講演会

10/18(日) 13:00～14:00(予定)

講演テーマ「ショパン」
ショパンをテーマに、その魅力に迫ります。ピアニスト三船優子による演奏も併せてお楽しみください。同日14:30からの「ピアニスト・三船優子公開レッスン」も聴講できます。

☎ 大ホール(全席自由) 対 5歳以上 ¥ 500円

【出演】船橋洋介(指揮者)、三船優子(ピアノ)



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

市所蔵

むなかたし こう ばんがさくびょうぶ
棟方志功「いろは板画柵屏風」公開

9/18(金)～10/18(日) 10:00～20:00

☎ 展示室2(入館受付は19:30まで 最終日は17:00まで)

※10/9(金)～13(火)は9:00～20:00

市所蔵、いろは47字に「ん」を足した48枚の装飾性の高い版画を貼り込んだ、貴重な屏風作品を公開。戦後の日本を代表する美術作家、棟方志功の作品をお楽しみください。



『いろは板画柵屏風』(部分)

見附の作家たち展2026 vol.2

9/19(土)～27(日) 10:00～20:00

☎ 展示室1(最終日は15:00まで)

市内で創作活動を行う作家たちと作品を紹介します。

【出品作家】いぐちみさお 井口幹雄(洋画)、
いけの ゆきこ 池野由紀子(洋画)、
さとうりなこ 佐藤秀紀(洋画)



前回の展示の様子

よこやまみさお ゆうばりたんこう
横山 操 「夕張炭鉱」

通年展示

☎ 常設展示室

戦後の日本を代表する日本画家の横山操(燕市出身、1920-1973)。通年、ギャラリーみつけで代表作「夕張炭鉱」を公開しています。同作品は、戦後、参議院議員や県知事を務めた北村一男(市内出身、1897-1965)が市に寄贈した作品です。子どもたちのギャラリー鑑賞では、必ず紹介しています。



『夕張炭鉱』



※まちの話題は、市ホームページ(←)からご覧いただけます。



学んでエコを実感！ エコアクション in みつけ 2026

8月9日、ネーブルみつけでエコアクション in みつけ 2026 が開催され、市内外から約 1,800 人の親子連れなどが訪れました。当日は、企業や市民団体が 35 か所のブースを設け、環境やエコをテーマにした催しを実施。「～はじめよう～コンポストのある暮らし」をテーマに環境講座を実施した NICO さんは、ごみをなるべく排出しない生活の大切さや、生ごみを堆肥にできるコンポストを使ったエコな暮らしを伝えました。



小さな議員の大きな一歩 見附こども議会

8月24日、見附青年会議所主催で、見附こども議会が開催されました。市内小中学生 7 人がこども議員として、まちづくりの提案や質問を稲田市長へ直接投げかけました。

当日、緊張感の漂う議場で、子どもたちは堂々と質問を重ねました。商店街の活気を取り戻すための工夫や、パティオにいがた、見附駅の魅力を高める施策など、柔軟で具体的なアイデアが次々と飛び出しました。

夏休みに貴重な体験を 小学生が「わくわく体験塾」に参加

夏休みの小学生を対象に、毎年実施している「わくわく体験塾」。学校や市民団体、企業などが講座を開設し、子どもたちは、普段は学ぶことができない分野を体験することができます。

伝統文化やスポーツ、工作など約 140 の講座に、市内小学校・特別支援学校（小学部）に通う子どもたち約 1,600 人が参加。子どもたちはさまざまな講座を通して、夏の思い出作りを楽しんでいました。地元の商店や起業家などが主催の講座も開催されるなど、地域一体で子どもたちを育てる取り組みが進められています。



絵の具やクレヨンを使い、古いレコードに自由にイラストを描きました。



俳句の基礎を学び、作った一句をうちわに書いてカラフルに装飾。最後に、参加者全員の前で作品を発表しました。



工事現場で出た端材を使って組椅子を制作。のこぎりの使い方を学びました。



手話で、クイズや自己紹介を行いました。最後はディズニーの「小さな世界」を手話で表現しました。

第20回 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)

クチュール リーブル モカ couture libre moca

今町で、オーダーメイド服の製作を行う couture libre moca。オーナーの浅野萌香さんは、服作りの設計図である型紙を作成するパタンナーとして市外、県外で活躍しました。今年の 7 月に同店をオープンし、独立するという夢を地元で実現。「お客様の要望を聞きながら、世界に 1 つだけの服を製作します。入念な打ち合わせを経て、完成した衣服をお客様が喜んでくれた時にやりがいを感じます」と話す浅野さん。

同店ではお直しも行っており、ジーンズをデニムジャケットにリメイクするなどの難しい仕立てにも対応可能。

「枠にとらわれず、あなたの『好き』をカタチに。自由な仕立てで、日々の特別を」がコンセプトの同店。浅野さんの仕立てる一着は、日常に彩りを添えてくれます。



1 お客様との会話を大事にしている浅野さん。貸出用のウエディングドレスは手作業で製作 2 大学時代は、1 点物の衣服を製作するオートクチュールを専攻 3 店内ではオリジナルの雑貨も販売中



couture libre moca
Instagram (→)

所 今町 3-11-12
営 10:00 ~ 19:00
☎ couture.libre.moca@gmail.com

地域の感性が集う場所 ギャラリーみつけ 来館者 50 万人達成

8月16日、ギャラリーみつけの来館者が50万人に達し、記念セレモニーが開催されました。

来館者 50 万人目となったのは、うえはら きろ てん ようかいだいこう「上原木呂展 妖怪大行進 一万鬼夜行」に訪れていた、市内在住の桜井寛士さん家族。上原木呂さんの過去の展覧会の図録や、館内で販売している手作りお菓子の詰め合わせなどが贈られました。

桜井さんは、「ギャラリーには毎年来ています。娘が学校で作ったものが展示されることもあり、気軽に訪れやすいです。」と話していました。



人・物・情報の交流拠点ネーブルみつけ 来館者 1,000 万人を達成

8月5日、ネーブルみつけが来館者数 1,000 万人を達成し、記念セレモニーが開催されました。

来館者 1,000 万人目となったのは、あらかわ長岡市在住の荒川さやかさん家族。記念セレモニーでは、稲田市長から記念品と花束の贈呈が行われました。

荒川さんは「長女が保育園に入園するまで、ネーブルみつけ子育て支援センターを頻繁に利用していました。季節を問わず、快適に子どもと過ごせる素敵な場所なので、今後も利用したいです」と話していました。

その他 屋外広告物の設置には申請が必要ですよ

広告物は、町ににぎわいや活気をもたらす反面、無秩序に氾濫すると、景観を損ねてしまうなどの恐れがあります。また、管理がおろそかになると、落下事故などの危険もあります。

市内で屋外広告物を設置する場合は、許可を受ける必要があるため、あらかじめ建設課にご相談ください。

図建設課☎内線249

募集 【参加者募集】不動産フェア、空家セミナー

不動産フェア

(公社)新潟県宅地建物取引業協会三条支部見附地区が、空き家や空き地など、不動産に関する困りごとの相談に無料で応じます。

●日時 9/23(水・祝)10:00～16:00

●場所 ネーブルみつけ

※市の住宅関連補助金や、耐震関連の資料の展示・配布も実施します。

※詳細は、市ホームページ(→)へ

空家セミナー

県都市政策課が、空き家問題に関する講演をします。

●日時 9/23(水・祝)14:00～15:00

●場所 ネーブルみつけ

●参加費 無料(事前申込み不要)

※詳細は、市ホームページ(→)へ

図都市環境課☎内線163



健康 歯周病検診・後期高齢者歯科健診を受診しましょう

健(検)診の各対象者で、7月末時点で未受診の人に案内を送ります。この機会にぜひ受診をご検討ください。

歯周病検診

●対象 令和9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9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(月)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院(要予約)

図健康福祉課☎61-1370

その他 小学校入学予定者の健康診断を実施

●対象 令和9年4月に新しく小学校に入学するお子さん(令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ)

●日時・対象学区・健診会場

日 時	対象学区	健診会場
9/29(火)	新 潟 小	新 潟 小
9/30(水)	名 木 野 小 田 井 小 上 北 谷 小	名 木 野 小
10/5(月)	見 附 小 見 附 第二小	見 附 小
10/7(水)	葛 巻 小 今 町 小	葛 巻 小 今 町 小

※実施通知書が届いていない場合は、学校教育課へご連絡ください。

※令和8年度から、就学予定者が10人未満の学区は、最寄りの小学校で就学時健康診断を実施します。

図学校教育課☎内線432

お知らせ広場

見附市役所 ☎ 62-1700
FAX 63-1006

今月の税の納期限

- 9月30日(水)
- 下水道受益者負担金、分担金
 - 国民健康保険税

その他 【10月～】国民年金保険料の育児免除制度が始まります

子を養育する国民年金第1号被保険者の、国民年金保険料の納付が免除になる制度が令和8年10月から始まります。

子育てしている人は、申請をすると、所得に関係なく国民年金保険料の納付が免除されます。

納付が免除された期間は、保険料を納付したものとして年金の受給額に反映されます。

●対象者 令和8年10月1日以降、1歳未満の子(実子・養子)を養育する国民年金第1号被保険者(実父母・養父母)

●対象期間 子が1歳になる誕生日の前月まで

●申請方法 次のいずれか

▷マイナポータルによる電子申請

※添付書類不要で申請できます。

▷届書(紙)による手続き

※産前産後免除該当届、育児免除該当届・終了届、マイナナンバーカードの写しなどが必要です。

※詳細は日本年金機構のホームページ(→)をご覧ください。

図市民税務課☎内線153



見附健康幸だより ※健康運動教室は、都合により日程・内容が変更、または中止となる場合があります。

参加者募集中

健康運動教室で体力アップ!!

- 対 象 30 歳以上の市民で、医師に運動を禁止されていない人。
- 教室期間 3 か月間 (教室期間以降も自分のペースで継続できます)
- 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。



会 場	ネーブルみつけ	武道館
会場ごとに、曜日の組み合わせと開始時刻を選択してください。() は初回の日です。		
コース 開始時間	【月・木】 14:00、19:00 (10/5 月) 【火・金】 19:00 (10/6 火) 【水・土】 19:00 (10/7 水)	【月・木】 10:00 (10/5 月)
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 ・健康福祉課健康づくり係☎ 61-1370 のいずれかへ、9/20 (日)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 図健康福祉課☎ 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白のテント】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
みつけ食育れしぴ

毎月 19 日 (食育の日) に発行しているみつけ食育れしぴは健康情報も満載！
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→



切り干し大根の焼きそば風炒め

調理：まちなか西地区保健委員



POINT!

- ・シャキシャキした歯ごたえで、自然と噛む回数が増える体にやさしいメニュー。
- ・彩り豊かな野菜をたっぷり使用し、見た目も good!
- ・焼きそば風の味付けで、子どもにも食べやすい一品。
- ・切り干し大根を使った料理の幅が広がります。

【1 食分の栄養価】 エネルギー 60kcal 食塩相当量 0.8g

■材料 (4 人分)

- ・切り干し大根 (乾燥) …40g ・青ピーマン…1 個
- ・キャベツ (細切り) …100g
- ・にんじん (せん切り) …1/4 本
- ・ツナ水煮缶…1 缶 ・ごま油…小さじ 2
- ・かつお節 (小袋) …1 袋 (2g) ・青のり…適量
- ・中華顆粒だし…小さじ 1/2
- ・ウスターソース…大さじ 1 と 1/2
- ・こしょう…少々 ×4 振り

■作り方 (約 10 分)

- ①切り干し大根は戻して水気を絞り、食べやすく切る (戻し汁を大さじ 5 とっておく)
- ②フライパンにごま油をひき、ツナ缶 (汁ごと)、切り干し大根・にんじんを入れ、中火でサッと炒める。
- ③切り干し大根の戻し汁、キャベツ、ピーマンを入れる。蓋をして弱火～中火で 5 分蒸し焼きにする。
- ④野菜がしんなりしたら、A を入れて混ぜ合わせる。
- ⑤皿に盛り付け、かつお節・青のりをトッピングする。

【9/7(月)～】今町出張所の営業日を変更します

証明書が必要な場合は、コンビニ交付や市役所1階窓口などをご利用ください。

●営業日 毎週火曜、木曜、金曜（祝日を除く）

●コンビニ交付できるもの

- ・住民票の写し
- ・印鑑登録証明書
- ・戸籍証明書（現在戸籍）
- ・戸籍の附票の写し（現在戸籍）
- ・所得証明書
- ・課税証明書（所得課税証明書）

※マイナンバーカードが必要。詳細は、市ホームページ(→)をご確認ください。



図今町出張所 ☎66-2010
市民税務課 ☎内線143、144

市民健康講演会2026～消化器疾患の最新の考え方～

きちんと食べる。元気に運動する。楽しくおしゃべりをする。そんな健康な毎日を支える「消化器」について、専門医がわかりやすくお伝えします。

●日時 10/10(土)13:00～15:00

●場所 中央公民館

●講師 寺井崇二先生



(新潟大学大学院医歯保健学研究科消化器内科学分野教授)

・横尾 健先生



(新潟大学大学院医歯保健学研究科消化器内科学分野講師)

・五十嵐健太郎先生(市立病院病院長)

●参加費 無料(申込み不要)

図市立病院 ☎62-2800

9月は「がん征圧月間」～健診・検診で未来の自分をみつめよう～

国民の2人に1人ががんになり、4人に1人はがんで亡くなっています。初期のがんは自覚症状がありませんが、検診の受診が早期発見につながります。

また、早期に適切な治療を受けることで、体への負担を少なくすることができ、生存率が高くなります。この機会に、ぜひ検診の受診をご検討ください。

●受診可能ながん検診

※年齢基準日：令和9年3月31日

▷胃がん検診

- ・対象 19歳以上
- ・内容 問診、胃部レントゲン撮影（バリウムによる検査）
- ・料金 1,000円※70歳以上無料

▷大腸がん検診

- ・対象 19歳以上
- ・内容 検便(便潜血検査)2日法
- ・料金 500円※41歳・70歳以上無料

▷子宮頸がん検診

- ・対象 19歳以上で、令和7年度に市の検診を受けていない女性
- ・内容 問診、視診、細胞診
- ・料金 600円(車検診)、1,700円(施設検診)※21歳・70歳以上無料

▷乳がん検診

- ・対象 40歳以上で、令和7年度に市の検診を受けていない女性
- ・内容 問診、マンモグラフィ
- ・料金 (車検診)40～49歳1,200円

50～69歳700円

(施設検診)40～49歳1,300円

50～69歳800円

※41歳・70歳以上無料

●申込み・図 健康福祉課 ☎(61-1370)へ電話するか、予約サイト(→)でお申し込みください。



【参加者募集】価値観の違いを理解するコミュニケーション講座

「自分の時代はこうだった」、「若い人はこうあるべき」と考えてしまうことはありませんか。「昔は当たり前」が通じにくくなっている今、無意識の思い込みに気付き、若い世代との関わり方のヒントを学んでみませんか。

●日時

①9/30(水)19:00～20:30
(受付18:30～)

思い込みが変わると人間関係が変わる～無意識の思い込みに気付く～

②10/14(水)19:00～20:30

(受付18:30～)

価値観の違いは、強みになる～違いを認め合うコミュニケーションを学ぶ～

※1回のみ参加も可能です。

共通

●場所 市役所

●講師 小西明彦氏



(小西労務管理事務所所長 社会保険労務士、行政書士)

●参加費 無料

●定員 各回20人

※生後6か月以上の未就学児をお預かりします(先着5人)。講座申込み時に予約ください(1人300円)。

●対象 市内在勤の人、若い世代との関わり方に関心のある人

●申込み・図 申込みフォーム(↓)、電話(市民税務課 ☎内線145、146)、または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。



※詳細は、市ホームページ(→)をご覧ください。



※①は9/18(金)、②は10/6(水)までにお申し込みください。

市内企業の新人・若手社員を対象に合同研修会を開催します

仕事に不可欠なビジネススキルを身につける研修会です。社会人としての基礎を磨いてみませんか。

●日時 10/22(木)9:15～17:00

●場所 市役所

●対象 市内企業の令和8年度新人社員、社会人経験3年以内程度の若手社員(おおむね10～20代)

●内容

- ・組織人としての心構え
- ・確かなビジネスマナーを身につける
- ・仕事におけるコミュニケーションの質を上げる
- ・今後に向けての目標設定
- ・見附市の紹介

●講師 岡田美栄氏(キャリアアドバンス)

●参加費 無料

●定員 30人(先着順)

●申込み・図 10/9(金)までに、申込みフォーム(→)または地域経済課(☎内線231)へ。

※詳細は、市ホームページ(→)をご覧ください。



【9/26(土)】一六市場感謝祭

キッチンカーのグルメを楽しめるほか、バルーンアートやガラポン抽選会を実施します。

●日時 9/26(土)8:30～12:00

●場所 一六市場会場(旧NTT東日本見附裏)

図地域経済課 ☎内線227

体力・運動能力調査に参加してみませんか

6種目の運動を通して、自分の体力や運動能力を知ることができます。調査結果は、国民の体力・運動能力の現状把握や体育・スポーツの指導に役立てられます。

●日時 ①9/24(木)19:00～21:00

②9/26(土)15:30～17:30

※どちらかにご参加ください

●場所 総合体育館(見附市月見台1-9-1)

●対象 市内在住の満20歳～79歳(令和8年4月1日現在)

●調査項目

▷20歳～64歳 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅跳び

▷65歳～79歳 握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行

●持ち物 運動着・室内用運動靴・タオル・飲み物

●申込み・図 9/17(木)までに、申込みフォーム(→)からお申し込みください。



図まちづくり課 ☎62-7801

子どもたちの意見を募集します

「見附市こども計画」の取り組みの一環として、インターネットフォームで子どもたちの意見を募集します。

●募集期間 9/30(水)まで

●対象 小学生～18歳までの子ども

●内容 見附の好きなところや、さらに見附が好きになるアイデアを募集します。

※詳細は、市ホームページ(→)へ。

図こども課 ☎内線441



結婚個別相談会「恋かふえ」

出会い・交際の悩みを、結婚相談の専門家に相談できる無料相談会を開催します。

●日時 9/28(月)13:00～19:00

11/29(日)10:00～16:00

●場所 ネーブルみつけ(オンライン相談可)

●対象 結婚を希望している人、独身の人がいる家族

●定員 各日5人(1人あたり45分程度の個別相談)

●料金 無料

●申込み わくわく(☎025-290-7606)へ電話またはホームページ(→)からお申し込みください。



同時開催(11/29(日)10:00～16:00)

【鏡を見たくなる講座】

●定員 5人(1人あたり45分程度)

●申込み わくわく(☎025-290-7606)へ電話またはホームページ(→)からお申し込みください。



【「ハートマッチにいがた」会員登録臨時サポートセンター】

県の婚活マッチングシステム「ハートマッチにいがた」の会員登録ができる臨時サポートセンターを開設します。

●場所 市役所

●対象 県内に在住・在勤で、結婚を希望する20歳以上の独身の人または、県内への移住を希望する人

●登録料 39歳以下の人は無料です。40歳以上の人は市の補助金を使うと登録料が割引されます。※詳細は、市ホームページ(→)へ

●申込み 「ハートマッチにいがた」ホームページ(→)で入会申し込み(仮登録)をしてください。



図地域経済課 ☎内線228

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
「スマイルみつけ」
はこちら→



親子うんどうあそび

10/2(金)

0歳～
おすすめ

お子さんと一緒に楽しく運動

親子で体を動かし、ふれあいながら楽しめる講座です。年齢にあった動きや運動機能のポイントを学べます。お子さんと一緒に体を動かしてリフレッシュしましょう！

🕒 10:45～11:20

📍 学校町子育て支援センター

👤 長谷川寛さん

(グリーン体操クラブ代表)

👤 未就学児（保護者同伴）

👤 不要

👤 飲み物



📍 学校町子育て支援センター ☎ 62-7803



アート講座

9/20(日)

3歳～
おすすめ

にゃん・わん展 10周年記念コラボ

ふっくらとしたネコちゃん・ワンちゃんの立体絵を作ります。完成した作品はにゃん・わん展に展示されます。自分のペットをモデルに作品を作りませんか？

🕒 9:30～11:30

📍 ネーブルみつけ

👤 村上智美さん

(こどもアートきょうしつセンス・オブ・ワンダー主宰)

👤 未就学の6歳児（保護者同伴）と小学生

※募集人数 15人（先着順）

📄 申込みフォーム（→）からお申し込みください

📄 写真（ペットの立体絵を作りたい人）、汚れてもいい服



📍 ネーブルみつけ駅長 ☎ 62-7802

お悩み

産後ケア事業の際に寄せられた
見附ママの悩みを紹介



おおむね生後1年までの乳児と母を対象に助産師が授乳や育児の相談にのります。予約制。保健福祉センターで月～金曜日9:00～16:30。📍ネウボラみつけ ☎ 63-2860

Q ミルク育児は愛情不足にならないか不安です

(生後3か月のママ)

A 安心して赤ちゃんにミルクをあげてください

心配なくて大丈夫です。ミルク育児の子が、母乳育児の子に比べて愛情不足になることは絶対にありません。大切なのは、母乳かミルクかではなく、授乳の時間を通じて赤ちゃんに注がれる愛情です。抱っこして、目を合わせ「おいしいね」、「お腹いっぱいになったね」と安心感を与えながら哺乳瓶を傾けましょう。

授乳の方法に正解はありません。ママが無理なく笑顔で過ごせることが、赤ちゃんにとって一番の幸せです。不安な時は、ネウボラみつけにご連絡ください。

スマイルみつけ
「こどもの食事
相談」

産後ケア事業
パンフレット

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 📍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ます。			
離乳食教室(申込制)	令和8年6月～7月生	11月6日(金)	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か月児健診					
1歳6か月健診	令和7年4月生	10月30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・バスタオル・オムツ
2歳児歯科健診(申込制)	令和6年7月～10月生	11月13日(金)	13:00～13:15		母子健康手帳・バスタオル ※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5年4月生	9月25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・目と耳のアンケート・バスタオル・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。

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、いいねか邸内）	☎ 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） 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（みつけワークス内）	☎ 090-1695-1350 ☎ 62-2181 ☎ 080-8728-6338
成年後見	専門の相談員による成年後見制度の相談	月～水、金曜日	8:30～17:15	ふくし後見ネット（保健福祉センター内）	☎ 080-8095-0268
心相談 (ホットラインこころ)	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9/10(木)まで	9/16(水)	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	月～金曜日	9:00～16:30	見附市役所 1 階市民税務課	全国共通 ☎ 188
		月～金曜日	9:00～16:30		
		土曜日	10:00～16:00		
		日曜・祝日	10:00～16:00		
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 歳の人の、その保護者の相談・就労支援	9/11(金)、9/18(金)、10/2(金)	13:30～16:20	中央公民館	健康福祉課 ☎ 61-1370
		10/28(水) (予約不要)	13:30～15:30	ネーブルみつけ雇用情報コーナー	
	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 商工 業者 (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)
		10/5(月)	10:00～12:00	見附商工会	☎ 62-1365
行政	国・県に関する業務についての困りごと相談	9/17(木) (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 9/16(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	☎ 62-7803
				新町子育て支援センター	☎ 62-7551
				今町子育て支援センター	☎ 61-5010
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	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
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	9:00～16:30	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	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）、マイナンバーカードの申請・更新
※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）

🏢 施設のお知らせ

●図書館 火曜日、第2金曜日は休館
9/22(火・祝)は開館

●ネーブルみつけ 9/29(火)は17:00閉館

●今町出張所(市民税務課)
毎週月曜、水曜、土日祝は休業