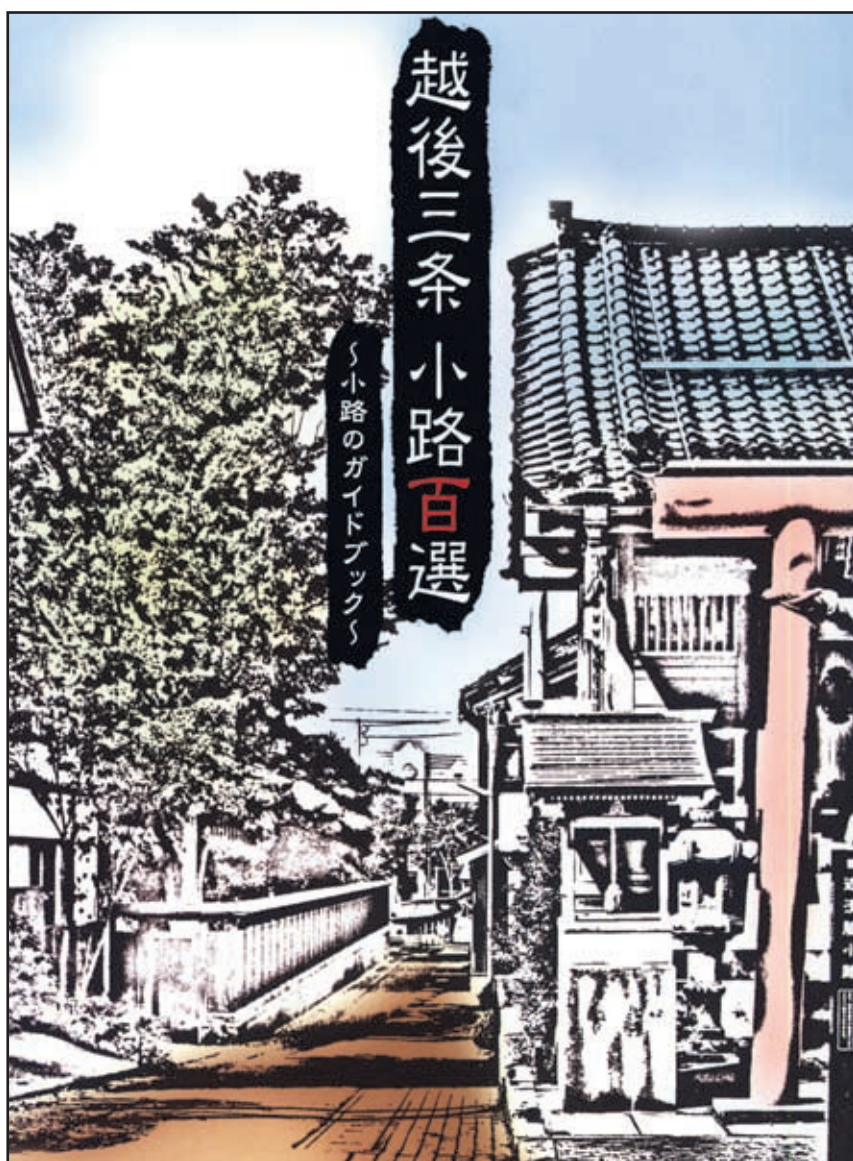




越後三条小路百選

小路のガイドブック

小路の名前の由来となった歴史や出来事などを知っていますか？
この本には、その興味深い物語が詰まっています。便利な地図も付いていますので、歴史を感じるまちあるきも楽しめます。

価格… 300円

取扱場所… 中央・栄・下田公民館、図書館、歴史民俗産業資料館



ホームページ

イベント情報やデータが満載

www.city.sanjo.niigata.jp



FM放送 76.8MHz

7:35、12:10です。再放送もあります。

ピックアップさんじょう



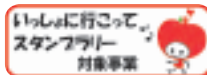
市の花
ヒメサユリ



市の木
五葉松



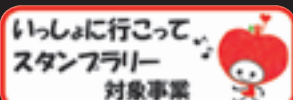
市の鳥
芝地鶏



この印がある行事に参加する場合は「健幸マイレージ手帳」を持参ください。スタンプ1個を差し上げます。

中央公民館イベント情報

中央公民館 ☎ (32) 4 8 1 1



中央公民館で学ぶ新潟大学公開講座

東アジアの歴史遺産と文化

定員…先着 50 人

参加費…500 円

申込方法…申込書を中央公民館に提出ください。

申込期限…11 月 26 日(月)



と き	内 容
11 月 27 日(火)	越後安国寺と朝鮮大蔵經 韓国の世界遺産から日朝交流を考えます。
12 月 4 日(火)	朝鮮の文学と歴史散歩 「韓流」のルーツとなっている文学作品をひも解きながら、歴史を散策します。
12 月 11 日(火)	『論語』と儒教の儀礼 『論語』の記事を通して、当時の死生観などを考えます。
12 月 18 日(火)	中国の「かまどがみ龍神の話」と年越しまつの祀り 中国の年越し行事を、昔話とともに紹介します。

* 時間はいずれも午後 7 時～8 時 30 分

子育て事情 いま・むかし

子育てについて、いろいろな角度から学んでみませんか。乳幼児の父母、祖父母や子育てに関心のある方を対象に、家族で子育てを楽しむヒントを探ります。講座は複数申し込みできます。

申込期限…11 月 28 日(水)

◆保育ルーム (事前申込が必要)

定員…各回 10 人程度

利用料…1 人 100 円 (おやつ代)



と き	内 容	定員
12 月 1 日(土) 午後 2 時～ 3 時 30 分	助産師さんから見た いま・むかしの赤ちゃん事情 ・受講料…200 円 (資料代)	先着 40 人
12 月 16 日(日) 午後 2 時～ 3 時 30 分	保育士さんから見た いま・むかしのこども事情	
1 月 19 日(土) 午前 10 時～ 午後 1 時	みんなで食べる 『たのしいごはん・おいしいごはん』 世代間で好まれる料理方法を学びます。 ・ところ…総合福祉センター ・受講料…1,000 円 (材料費)	先着 30 人

知っ得講座

聞いてなっとく！ くすりのお話

治療のための薬やサプリメント (栄養補助食品) のことを薬剤師の方からお話しいたします。

とき…11 月 28 日(水)

午後 7 時～8 時 30 分

対象…20 歳以上の方

定員…先着 30 人

申込期限…

11 月 28 日(水)



ものづくり講座

畳のへりでポーチ作り

日本の伝統を受け継ぐ小物を作ってみませんか。

とき…12 月 7 日(金)、14 日(金)、21 日(金) 午後 7 時～9 時 30 分

対象…18 歳以上の方

参加費…1,200 円 (材料代)

定員…

先着 20 人

申込期限…

11 月 30 日(金)



料金の記載がないものは無料です。
申込方法の記載がないものは電話で申し込みください。
・市役所 TEL (34) 5511 にかけて、交換手にその内線番号を教えてください。

講座・催し

さんじょう親子読書の日 特別イベント

図書館

☎ (32) 0 6 5 7

毎月 23 日は「さんじょう親子読書の日」です。この日に合わせ、読み聞かせボランティア「幹の会」による絵本の読み聞かせや、子ども向けの読書相談会を開催します。また、大型絵本の展示なども行います。申し込みは不要です。

とき…11 月 23 日(金・祝) 午後 2 時



保内公園イベント情報

保内公園 緑の相談所

☎ (38) 5 2 4 0

●定例「お呈茶」炉開き茶会

とき…11 月 24 日(土) 午前 10 時～午後 3 時

ところ…保内公園お茶室「松濤庵」

定員…先着 50 人

参加費…大人 500 円、小学生以下 200 円 (2 服目から 100 円)

被爆体験講話会

行政課 庶務係

☎ 内線 3 1 6

広島県から被爆体験された方を招き、未来を託す子どもたちに平和の尊さを継承するために講話会を開催します。保護者、地域の皆さんもぜひ参加ください。

とき・ところ…

●12 月 3 日(月)

午前 9 時 45 分～10 時 55 分

第四中学校

午後 2 時～3 時 10 分

大崎中学校

●12 月 4 日(火)

午前 9 時～10 時 10 分

第一中学校

講師…長尾 ナツミさん (82 歳・

広島県広島市在住)

さんじょう遺跡物語展示会

五十嵐川流域を歩いた 考古学者

生涯学習課 文化財係 ☎ (46) 5 2 0 5

五十嵐川流域では、古くから著名な遺跡の学術調査が越後の考古学者中村孝三郎先生によって行われてきました。

この展示会では、写真パネルや出土品、先生が愛用した発掘道具などを展示し、先生の業績と調査された五十嵐川流域の遺跡を紹介します。

とき…12 月 1 日(土)～

平成 25 年 1 月 20 日(日)

ところ…歴史民俗産業資料館

◇遺跡講演会

「五十嵐川流域を歩いた考古学者」

とき…12 月 9 日(日) 午後 2 時～4 時

ところ…図書館

定員…先着 50 人

申込開始日…11 月 19 日(月)



講師：中島 栄一 さん

お知らせ

スポーツ

健康づくり課 スポーツ振興室

☎内線 288

●総合体育館

とき…12月10日(月)午後6時～9時



応急手当講習会

消防本部 ☎(34) 1111

とき…12月2日(日)午前9時～正午

内容…主に新生児、乳幼児に対する応急手当

*講習修了者には「修了証」を交付します。動きやすい服装で参加ください。

定員…先着20人

受講資格…中学生以上で市内に在住または通勤している方

申込期限…11月25日(日)

その他…自治会や会社などで受講の希望があれば、出張講習も行います。問い合わせください。

体育施設の無料開放

健康づくり課 スポーツ振興室

☎内線 288

●総合体育館

とき…12月10日(月)午後6時～9時

三條鍛冶道場

☎(34) 8080

料理に欠かせない包丁。家庭料理に幅広く使用できる三徳包丁を自分で作ってみませんか。切れ味を保つのに欠かせない日常のお手入れなど、刃物の豆知識も現役鍛冶職人が伝授します。

とき…12月16日(日)午前9時～午後4時(受け付け…午前8時30分)

対象…女性

しみん食育と農業のつどい

健康づくり課 食育推進室 ☎内線 242

農業に関心のある人は注目です。わずか2年でみやじ豚を神奈川県トップブランドに押し上げ、2008年に農林水産大臣賞を受賞した農家からお話いただきます。参加者には素敵なプレゼントとして、人気のみやじ豚と三條の食材を使った料理を試食できます。

とき…12月15日(土)午前10時30分～午後0時30分(受け付け…午前10時～)

ところ…三條東公民館

講演…「湘南の風に吹かれて豚を売る」

定員…先着150人

申込開始日…11月19日(月)

*保育ルーム・要約筆記があります。

◇保育ルーム(事前申込が必要)

定員…10人

利用料…200円

申込期限…12月7日(金)

参加費…4千円(昼食、軽食付き)

定員…抽選20人

申込期限…12月11日(火)

女性のための包丁づくり講座

新潟県知事選挙の結果

選挙管理委員会事務局 ☎内線 320

10月21日(日)に行われた新潟県知事選挙の当市の開票結果は次の通りです。

届け出順

- いずみだ裕彦…3万6825票
- ひわたししじお…1999票
- マック赤坂…777票

投票総数…4万193票

有効投票数…3万9601票

三條機械スタジオ

とき…12月16日(日)午後6時～9時

場所…屋内練習場(三聖側)

対象…小・中学生

*グローブのある方は持参ください。また、硬式球の使用はできません。

利用種目…バドミントン・卓球

*スポーツ推進委員が担当します。

●市民プール

とき…毎週土曜日 午前10時～午後8時

対象…幼児、小・中学生

*水泳キャップとロッカー代20円を持参ください。

プロがお答え 介護の悩みや疑問

高齢介護課 高齢福祉係 ☎内線 465

介護のこつを学んだり、情報交換を行います。介護の悩みを解決して、心も身体もリフレッシュしましょう。

ワークサポート三条 出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

諸橋徹次記念館

リピーター割実施中

諸橋徹次記念館 ☎(47) 2208

諸橋徹次記念館では、再度入館されるお客様のために入館料の「リピーター割」をはじめました。半券をお持ちの方の入館料を通常500円(一般)のところ300円に割引します。リニューアルした企画展示コーナーでは定期的に展示替えを行っており、漢字塾コーナーは、親子で楽しめる内容になっています。何度来館されても楽しめる諸橋徹次記念館へぜひお越しください。

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

プロがお答え 介護の悩みや疑問

高齢介護課 高齢福祉係 ☎内線 465

介護のこつを学んだり、情報交換を行います。介護の悩みを解決して、心も身体もリフレッシュしましょう。

ワークサポート三条 出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先

ワークサポート三条

出張相談

とき…12月4日(火)、18日(火) 午前10時～午後3時

ところ…ハローワークプラザ三条(イオン三条店内)

こんな相談を受けします…

- 初めての、数年ぶりの就職活動で不安
- どんな仕事に向いているのか知りたい
- 履歴書や職務経歴書、添え状はどのように書くのか
- 面接がうまくいかない など

*就職先の斡旋は行っていません。

予約先…ハローワークプラザ三条 ☎(33) 5211

*予約優先



明るく 楽しく 元気よく 健康ドットコム

どのように見えていますか？ あなたの健診結果

健康づくり課 保健指導係 ☎内線488

「健康診断を受診したから安心」だと思い、健診結果は興味なし、なんてことはありませんか。
きちんと結果を確認し、体の変化に気付きましょう。今回は内臓脂肪型肥満(メタボリック・シンドローム)の数値に着目します。

①メタボに関連する健診結果を見てみよう

健診項目	基準値	H23	H24
体重	—	67	70
BMI (肥満度)	18.5 ~ 25.0 未満	* 25.0	* 26.2
腹囲	男性 85 cm 未満 女性 90 cm 未満	* 88	* 91
血圧	収縮期血圧	* 130	* 139
	拡張期血圧	* 86	* 88
脂質	中性脂肪	* 164	* 189
	HDL コレステロール	45	* 38
血糖	HbA1c	5.1	* 5.3
	空腹時血糖	88	95

* は、基準値から外れている項目 (男性の場合)

前回から数値が高くなった検査の
項目数が増えている！
でも…自覚症状はないから大丈夫？



高血圧や糖尿病などの生活習慣病は、初期
の自覚症状はなく、体の変化に気付きにく
い特徴があります。

この状態が意味していることは…
腹囲が基準値を越え、メタボが疑われます。内臓脂肪が
血圧、脂質、血糖値を上昇させる原因となっています。

②このままだと、今後どうなるでしょう
動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞などの重大な
病気を引き起こす危険性が高まります。

★「結果の見方」のポイント

1. 基準値と比べよう
2. 経年の数値の変化を知ろう



生活習慣病を防ぐ秘訣を学ぼう

健康づくり課 保健指導係 ☎内線710

市民健康アップ公開講座

生活習慣病の原因や特徴、予防の方法などを医師が
分かりやすくお話しします。申し込みは不要です。

テーマ	と き	と ころ	内 容
血糖値 ちょっと高めを改善	12月6日(木) 午後7時～9時 (受け付け：午後6時45分～)	三条東公民館	・医師講話 ・食事と運動のミニ講座
知って防ごう！動脈硬化	12月7日(金) 午後7時～9時 (受け付け：午後6時45分～)		

生活習慣病予防教室「食事編」

食事を改善して糖尿病を予防する方法が詳しく学べます。

とき…12月16日(日) 午前9時～午後0時30分
ところ…総合福祉センター
ヘモグロビンエーワンシー
対象…血糖値やHbA1cの値が高い方または
気になる方およびその家族(糖尿病で内服および
インスリン治療中の方を除く)
参加費…500円

申込期限…12月7日(金)
内容…
・知って予防！糖尿病
・生活習慣の改善やコツを考えよう
・あなたの食事のバランスをチェック
・食べて実感！バランスのとれた食事



料金の記載がないものは無料です。
申込方法の記載がないものは電話で申し込みください。
・市役所 TEL (34) 55111に掛けて、交換手にその内線番号を教えてください。

国民年金の付加保険料を ご存知ですか

市民窓口課 市民総合窓口係

☎内線291

老後に、より高い額の老齢基礎
年金を希望される場合、定額保険料
(平成24年度は月額1万4980円)
に付加保険料月額400円を加算
して納付することで「200円×付加
保険料納付月数」が老齢基礎年金に
上乗せして支給される制度です。
付加保険料を納付できる方は、
国民年金の保険料を納めている第1
号被保険者または任意加入被保険者
の方です。

希望される方は、年金手帳(または
基礎年金番号が分かるもの)と印鑑を
持参し、手続きください。

ただし、次のいずれかに該当する
方は利用できません。

- ・国民年金基金に加入されている方
- ・免除などの承認期間中の方
- ・会社員・公務員などに扶養されて
いる配偶者の方(第3号被保険者)

問い合わせ・申し込み…

・市民窓口課

・栄、下田サービスセンター

・日本年金機構三条年金事務所

☎(32) 22339

四種混合予防接種のお知らせ

子育て支援課 総合支援係

☎(45) 11114

11月1日から四種混合(ジフテ
リア・百日せき・破傷風・ポリオ)
ワクチンの定期予防接種が始まりま
した。対象者はかかりつけの医師と
よく相談の上、接種ください。

対象…三種混合ワクチンおよびポリ
オワクチンの予防接種を1度も接種
したことがない生後3カ月から7歳
6カ月未満の子ども

さんじょうご用聞き笑店街の 宅配エリアが拡大

地域経営課 中心市街地活性化推進室

☎内線727

市内商店主の有志による商品宅配
サービス「さんじょうご用聞き笑店
街」の宅配エリアが三条地区全域と
なりました。

荷物が重くて大変、買い物の時間が
取れない方、電話1本で自宅や職場
まで商品を届ける「さんじょうご用
聞き笑店街」をぜひ利用ください。
電話でも会員登録(登録料・年会費
無料)ができます。詳しくは、さん
じょうご用聞き笑店街事務局まで
問い合わせください。

申し込み・問い合わせ…

さんじょうご用聞き笑店街事務局

☎(46) 8350

便利でお得！

住基カード証明書

コンビニ交付サービス

市民窓口課 市民総合窓口係

☎内線295

市では、住基カードを利用した
証明書のコンビニ交付サービスを行
っています。

全国のセブン・イレブン店舗で
取得でき、市役所の閉庁時でも利用
できます。交付手数料も通常より
減額されて、とてもお得です。ぜひ
利用ください。

手数料がこんなにお得！

・住民票の写し…200円

(通常300円)

・税証明書…200円

(通常300円)

・印鑑証明書…200円

(通常300円)

・戸籍証明書…300円

(通常450円)

全国のセブン・イレブンで利用可能

毎日午前6時30分～午後11時
(12月29日～1月3日を除く)

* 証明書コンビニ交付サービスを利用
するためには、住基カードと

くらし・子育て

利用登録が必要です。住基カード
をお持ちでない方は、新規申請を
してください。なお、住基カードの
交付には数日かかります。
* 住基カードをお持ちの方は、サービス
の利用登録申請をしてください。

選挙人名簿の縦覧

選挙管理委員会事務局

☎内線320

12月1日現在で新たに登録される
方の選挙人名簿の縦覧を行います。

とき…12月3日(月)～7日(金) 午前8時
30分～午後5時

ところ…選挙管理委員会事務局、
栄、下田サービスセンター

◇新規登録者

・平成24年7月4日～平成24年9月
1日に三条市に転入した方で、
引き続き3カ月以上住民基本台帳
に記録されていて、本年12月1日
現在で満20歳以上の方

・平成4年10月23日～平成4年12月
2日に生まれた方で、引き続き
3カ月以上住民基本台帳に記録
されている方

・平成24年9月3日～平成24年12月
2日に在外選挙人名簿に登録され
た方

暮らしに役立つ
情報まんざい！

三二情報

労働トラブル110番

新潟県司法書士会では、職場内
や会社とのトラブルに関する
「労働トラブル110番」として
司法書士による電話での無料相
談会を実施します。賃金の未払い、
サービス残業、不当解雇だけで
なくパワハラ、セクハラ、いじめ
などの相談にも応じます。
とき…11月23日（金・祝）午前
10時～午後3時
電話番号…025・243・
9001（平日限り）
問い合わせ…新潟県司法書士会
025・244・5121

公的年金などを
受給されている方へ

公的年金などの収入金額の合
計額が400万円以下で、かつ、
公的年金などに係る雑所得以外

市民なんでも
相談室から

アドバイス

相談事例

見知らぬ男性が「トイレを貸してください。」と言って家に来ました。
家に上げると用を済ませても帰らず「今、県外からみかんの販売に
来ているんです。試食してください。」と言ってみかんを持って
きました。試食すると「1箱1万円です。食べたんだから
買ってください。」と玄関に箱を置かれ、請求書を
渡されてしまいました。
**結局断れず代金を支払いましたが、強引に買わ
されたのでお金を返してほしいのですが…。**

1 これは販売目的を告げずに家に上がりこみ、強引に商品売りつける悪質な
手口です。8日以内であればクーリング・オフが可能ですので、すぐに手続
きをして、返金してもらいましょう。クーリング・オフの方法については、
市民なんでも相談室に相談ください。
2 悪質業者を一旦家に上げてしまうと、契約するまで帰らず、長時間の勧誘
に疲れて契約してしまうこともあります。どんな場合でも知らない人は家に
上げないようにしましょう。

講師…にいがた観光カリスマ
なぐも友美さん
参加費…無料
申込期限…11月26日（月）
問い合わせ…
燕三条地場産業振興センター
デザイン企画課
025・5806
とき…12月8日（土）、9日（日）
各日 ①午前10時30分～②午後
1時30分～③午後3時～
いずれも1時間程度
ところ…燕三条地場産業振興
センター メッセピア
内容…
・竹細工工房
竹を材料に切り出しなどを
使いオカリナや笛を作ります。
・包丁研ぎ教室
正しい包丁の研ぎ方を鍛冶
職人が教えます。自宅でお使い
の包丁を持参ください。
対象…小学4年生以上
参加費…500円
定員…各回先着6人
申し込み・問い合わせ…
燕三条地場産業振興センター
物産観光課 025・2311

にいがた観光カリスマ
なぐも友美 講演会

地域の魅力再発見のこつ、
地域を応援してくれるファン
をつくる伝え方のヒントなど、
今後の燕三条のまちあるきや
観光について考えます。
とき…12月3日（月）午後7時～
8時30分（開場…午後6時30分）
ところ…燕三条地場産業振興
センター リサーチコア
講演…ファンをつくる伝え方

「いのち・愛・人権」柏崎展

部活差別をはじめ、子ども、
女性、障がい者、外国籍、水俣
病などに対する差別の実態を明
らかにし、差別の撤廃と人権の
確立を広く県民に訴えるため、
開催します。
とき…12月5日（水）10日（月）午前
9時～午後5時
*5日（水）は午後1時から、10日（月）
は午後1時まで
ところ…柏崎市文化会館アル
フォーレ
内容…
・パネル展示
・記念講演会
とき…12月5日（水）午後3時
～4時50分
講師…作家・ルポライター
川元 祥一さん
演題…私たちの生活に見る
被差別部落の技術と文化
入場料…無料
問い合わせ…柏崎市役所 市民
活動支援課 生活安全係
0257・23・5111

モノづくり体験工房

講師…にいがた観光カリスマ
なぐも友美さん
参加費…無料
申込期限…11月26日（月）
問い合わせ…
燕三条地場産業振興センター
デザイン企画課
025・5806
とき…12月8日（土）、9日（日）
各日 ①午前10時30分～②午後
1時30分～③午後3時～
いずれも1時間程度
ところ…燕三条地場産業振興
センター メッセピア
内容…
・竹細工工房
竹を材料に切り出しなどを
使いオカリナや笛を作ります。
・包丁研ぎ教室
正しい包丁の研ぎ方を鍛冶
職人が教えます。自宅でお使い
の包丁を持参ください。
対象…小学4年生以上
参加費…500円
定員…各回先着6人
申し込み・問い合わせ…
燕三条地場産業振興センター
物産観光課 025・2311

「いのち・愛・人権」柏崎展

部活差別をはじめ、子ども、
女性、障がい者、外国籍、水俣
病などに対する差別の実態を明
らかにし、差別の撤廃と人権の
確立を広く県民に訴えるため、
開催します。
とき…12月5日（水）10日（月）午前
9時～午後5時
*5日（水）は午後1時から、10日（月）
は午後1時まで
ところ…柏崎市文化会館アル
フォーレ
内容…
・パネル展示
・記念講演会
とき…12月5日（水）午後3時
～4時50分
講師…作家・ルポライター
川元 祥一さん
演題…私たちの生活に見る
被差別部落の技術と文化
入場料…無料
問い合わせ…柏崎市役所 市民
活動支援課 生活安全係
0257・23・5111

いのち・愛・人権 柏崎展

部活差別をはじめ、子ども、
女性、障がい者、外国籍、水俣
病などに対する差別の実態を明
らかにし、差別の撤廃と人権の
確立を広く県民に訴えるため、
開催します。
とき…12月5日（水）10日（月）午前
9時～午後5時
*5日（水）は午後1時から、10日（月）
は午後1時まで
ところ…柏崎市文化会館アル
フォーレ
内容…
・パネル展示
・記念講演会
とき…12月5日（水）午後3時
～4時50分
講師…作家・ルポライター
川元 祥一さん
演題…私たちの生活に見る
被差別部落の技術と文化
入場料…無料
問い合わせ…柏崎市役所 市民
活動支援課 生活安全係
0257・23・5111

お出かけ前、お買い物帰りなど どうぞお気軽にお立ち寄りください！

燕三条ローンプラザ
（イオン県央店となり）

土・日曜日ローン相談開催中！

お取引の有無、お取引いただいている店舗にかかわらずご相談を受付けております。

ローンなら みんなの さんしん

0120 - 67 - 3734

さんしん 三条信用金庫

ストップ 消費者被害 第24回

市民窓口課
市民なんでも相談室
☎内線712

～悪質なみかんの訪問販売～

相談事例

見知らぬ男性が「トイレを貸してください。」と言って家に来ました。
家に上げると用を済ませても帰らず「今、県外からみかんの販売に
来ているんです。試食してください。」と言ってみかんを持って
きました。試食すると「1箱1万円です。食べたんだから
買ってください。」と玄関に箱を置かれ、請求書を
渡されてしまいました。
**結局断れず代金を支払いましたが、強引に買わ
されたのでお金を返してほしいのですが…。**

1 これは販売目的を告げずに家に上がりこみ、強引に商品売りつける悪質な
手口です。8日以内であればクーリング・オフが可能ですので、すぐに手続
きをして、返金してもらいましょう。クーリング・オフの方法については、
市民なんでも相談室に相談ください。
2 悪質業者を一旦家に上げてしまうと、契約するまで帰らず、長時間の勧誘
に疲れて契約してしまうこともあります。どんな場合でも知らない人は家に
上げないようにしましょう。

一口メモ

訪問販売の場合は、購入時に事業者名、住所、連絡先、契約内容などを記載した
書面を交付することが法律で義務付けられています。書面をもらっていない場合は
業者が特定できず、クーリング・オフの手続きができません。購入する場合は必ず
相手の所在がわかる書面をもらいましょう。

消費者トラブル情報メールに登録ください

悪質商法などの消費者被害情報、相談
事例、関連セミナーの案内など、消費生活
に役立つ情報を配信しています。
下記へ空メールを送信し登録ください。
regist@anzen.city.sanjo.niigata.jp

無料弁護士相談を開催しています

市民なんでも相談室では毎月
2回（第2水曜日、第4日曜日）、
無料弁護士相談を開催しています。
事前に市民なんでも相談室への
相談が必要ですので、問い合わせ
ください。

今月の税金・料金

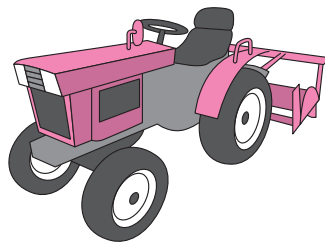
●国民健康保険税…第8期
●後期高齢者医療保険料
●介護保険料…第5期
●保育料…第8期
●市営・県営住宅使用料（駐車料）…第11月分
●下水道事業受益者負担金…第3期
●農業集落排水事業受益者分担金…第3期
●水道料金・下水道使用料…第11月分
11月30日（金）までに、忘れずに
納めましょう。なお、納税には
便利で確実な口座振替をぜひ
利用ください。

税金を
納めてより良い
町づくり

（市内中学校標語入選作品）



450円分の新潟県収入証紙
が必要です。
その他：軽油引取税における
免税軽油の特例措置は、平成27年
3月31日まで延長されます。
問い合わせ：新潟県三条地域
振興局県税課 課税課 免税軽油
担当 ☎(36)23385



高齢者とその家族の 無料相談窓口

農業用軽油引取税 免税証の交付申請
農業用軽油引取税免税証を
農家の方が交付申請する場合は、
販売店（農業協同組合、石油販売
業者など）から関係農家分を
取りまとめて一括交付申請する
ことができます。
平成25年分の免税証の一括交付
を希望する農家の方は、販売店
での申請手続きをお願いします。
申請期限：12月14日(金)
必要書類：
・免税証交付申請書（販売店で
一括）
・耕作面積証明書（農業委員会
交付）
・免税軽油使用者証交付申請書、
印鑑など
＊農業用免税軽油使用者証の
新規交付および更新となる
方は、申請時に手数料として

高齢者やその家族の方々が
抱える悩みごとを無料で相談
できます。電話、面接いずれも
対応します。
●よろず相談
平日、午前9時～午後5時
●専門相談
予約が必要です。
・法律相談：11月19日(月)、26日(月)
・介護相談：11月27日(火)
相談・予約・問い合わせ：
新潟県高齢者総合相談センター
☎025・285・4165

**林業退職金共済制度
（林退共）からのお知らせ**
林退共に加入していたが、
退職金を受け取っていない方を
探しています。
以前、林業をしていたが、自
分が林退共に加入していたか分
からない方についても調べます。
また、被災された契約者など
の方に對し、共済手帳の紛失、
退職金の請求など手続きの必要
が生じた場合もできる限り対応
します。詳しくは問い合わせ
ください。
問い合わせ：勤労者退職金共済
機構 林業退職金共済事業本部
☎03・6731・2887

・県連名表彰
20年、30年、40年、50年
申請期限：12月14日(金)
必要なもの：免許証、印鑑、
会員証、お持ちの方は表彰ミニ
カード
＊交通安全協会会員以外の方は、
運転記録証明書代金630円
が必要です。
申し込み・問い合わせ：
財三条市交通安全協会事務局
☎(34)2263
あなたの近くにいませんか？
指名手配被疑者の捜査に
ご協力ください
警察では、警察庁指定重要
指名手配被疑者12人をはじめと
した指名手配被疑者の捜査を
行っています。
詳しくは、各施設などに掲示
された公開ポスター、警察庁
ホームページ「トップページ」から
「指名手配」などをご覧ください。
見かけた人は、今すぐ110番
どんな小さな情報でもお寄せ
ください。
問い合わせ：三条警察署
☎(33)0110



電波の安全性に関する 説明会 in 長岡

安全で安心な電波利用環境の
実現に向けて、電波の安全性や
電波が生体に及ぼす影響につい
て説明会を開催します。携帯
電話やスマートフォンが人体に
及ぼす影響などについて分か
りやすく話します。
とき：12月5日(水) 午後1時30分
～4時
ところ：長岡グランドホテル
定員：80人
参加費：無料
申し込み・問い合わせ：総務省
信越総合通信局 監視調査課
☎026・234・9975



裁判員制度に ご理解・ご協力を

裁判員候補者名簿は、市区町
村の選挙管理委員会が選挙人
名簿からくじで無作為抽出した
名簿を基に、全国の地方裁判所
で作成されます。平成25年分の
名簿に登録される人数は、全国
で25万9200人です。
平成25年の裁判員候補者名簿
に登録された方には、名簿記載

通知と調査票を送付します。
この通知は平成25年2月頃～
平成26年2月頃に、裁判員に
選ばれる可能性があることを
事前にお伝えするもので、具
体的な事件の裁判員候補者に選
ばれたわけではありませんので、
すぐに裁判所にお越しいただく
必要はありません。

また、通知にある調査票は、
裁判員候補者の方の事情を早期
に把握し、1年を通じて明らか
に辞退が認められる場合などに
裁判所にお越しいただくことの
ないよう負担を軽減するため
のものです。
詳しくは新潟地方・家庭裁判
所、裁判員制度ホームページを
ご覧ください。
問い合わせ：新潟地方裁判所
事務局 総務課広報係
☎025・222・4175

フリーストで イラスト作成

就業している方を対象とした
講習会です。無料で使用できる
iStock（インクスケープ）を
活用してイラスト作成を行
います。
とき：12月11日(火)、13日(木)、18日(火)、
20日(木) 午後6時～8時30分

会社・法人の登記事務の 取扱庁が変わりました

三條市に本店や主たる事務所
などを置く会社・法人の役員変更
などの登記の申請に関する事務
は、現在、新潟地方法務局法人
登記部門で取り扱っています。
お間違えのないよう注意くだ
さい。
なお、会社や法人の次の事務
については、三條支局において
も取り扱っています。
・登記事項証明書および印鑑
証明書の交付に関する事務
（動産・債権譲渡登記に係る
概要記録事項証明書の交付
事務を含む）



ところ：新潟県立三条テクノ
スクール
受講料：2400円
定員：各回先着10人
申込期限：11月27日(火)
申し込み・問い合わせ：
新潟県立三条テクノスクール
☎(38)3464

近所安心見守り隊講座

地域で見守り活動を実践して
いる能生地区町内会連合会・
能生地域防犯組合協議会の方を
招いて先進事例を学び、県央
圏域における今後の見守り
活動・支え合い活動のあり方を
考えます。
とき：12月4日(火) 午後1時30分
～3時30分
ところ：燕三条地場産業振興
センター メッセピア
問い合わせ：三条地域振興局
地域福祉課 ☎(36)2232



広報
さんじょう
kouhou sanjo

店舗紹介 求人募集 イベント紹介

市内全域にPRできる広告枠としてご利用ください。
問い合わせ：政策推進課 広報広聴係 ☎(34)5511(内線308)

広告募集

新潟県交通災害共済

新潟県交通災害共済見舞金の請求期間は、交通災害を受けた日から起算して1年以内となっています。当共済に加入し交通災害にあわれた方で、交通事故によるけがの実治療日数7日以上の場合は、見舞金支給の対象となる可能性がありますので、請求忘れがないかご確認ください。
新潟県市町村総合事務組合

生命保険・損害保険の相談

■専門家による無料相談会
「保険クリニック燕三条店」では12月30日まで三條市民の皆さんへ生命保険の無料相談会を開催します。保険のプロが中立的な立場で丁寧にアドバイスします。
■相談は完全予約制
保険クリニック燕三条店 募集代理店 (株)エフビーエム
三條市荒町 2-26-7 ☎0120-774-166
11月30日・12月1日に無料セミナーを開講いたします。
詳細はHPまで [エフビーエム](#) 検索

真剣に「結婚」を考える
あなたの婚活をサポート!

理想のお相手を想像し、幸せな結婚をイメージしてみてください。1人より2人、ハッピーの入り口はこんなところから始まるのかも…素敵な出会いはこちらにあります!
真剣にお見合いしたい方の写真&プロフィール掲載!
bmg niigataは業界大手ノツツエの加盟店です。お問い合わせ、ご相談はお気軽に下記までお電話ください。
460180@diginozze.com
結婚情報サービス
ビーエムジーニイガタ
新潟県高市佐渡5232番 グリーンノートA101号室 ●bmgid「Boy meets Girl」の意味です。
TEL.0256-47-1112

種別	相 談 名	と き	と こ ろ	相談員	内 容	問い合わせ
子育て・家庭	青 少 年 相 談	平日 午前9時～午後5時	青 少 年 育 成 セ ン タ ー	市 嘱 託 専 門 相 談 員	自分自身のこと、 子どもに関する相談	フリーダイヤル ☎ 0120-123970
		16 日(日) 午前9時～正午 *事前申込必要				sodan@city. sanjo.niigata.jp
		メール相談	—			
	家 庭 児 童 相 談・ 虐 待 相 談	平日 午前8時30分～午後4時	子 育 て 支 援 課	市 嘱 託 専 門 相 談 員	18 歳未満の子どもに 関する児童虐待を含む 心配などの相談	子育て支援課 ☎ (45) 1 1 2 3 *相談専用電話番号
	女 性 相 談				DV および 離 婚 問 題 など女性側からの相談	
健康・福祉	子 な ん で も 相 談	4 日(火)・11 日(火)・15 日(土)・ 25 日(火) 午後2時～5時	総 合 福 祉 セ ン タ ー	子どもなんでも 相 談 員	いじめや虐待など、子ど もの問題などの相談	社会福祉協議会 三条支所 ☎ (33) 8 5 1 1
	子ども発達相談室	平日 午後1時～4時30分	三条小学校内 子 ど も 発 達 相 談 室	言 語 聴 覚 士、 専 門 相 談 員	就学前の子どもの心身 や言葉の発達に関する 相談	子ども発達相談室 ☎ (33) 0 2 0 9
	心と身体に関する 健 康 相 談	毎週月曜日 午前8時30分～正午 *祝日の場合は翌日	健康づくり課 保 健 指 導 係	市 保 健 師 市管理栄養士	・心と身体の健康に 関する相談 ・食事に関する相談	健康づくり課 保健指導係 (☎内線722)
		5 日(火) 午前9時30分～11時30分	下 田 保 健 セ ン タ ー			
		20 日(木) 午前9時30分～11時30分	栄 保 健 セ ン タ ー			
	精 神 保 健 福 祉 相 談 会	7 日(金) 午後2時～4時 *事前申込必要	三条地域振興局 健康福祉環境部 相 談 室	森平 淳子医師 (白根 緑ヶ丘病院)	心の健康に関する いろいろな相談	三 条 地 域 振 興 局 地 域 保 健 課 保 健 指 導 担 当 ☎ (36) 2 3 6 3
	障がい者相談支援	平日 午前8時30分～ 午後5時15分	相 談 支 援 セ ン タ ー ハ ー ト	相 談 支 援 専 門 員	市内で生活している 障がいのある方や家族 が地域で生活する上で 困っていることや悩み などに関する相談、 支援	相談支援センター ハート ☎ (35) 0 8 1 5
		平日 午前9時～午後5時	相談支援事業 つなぐ			相談支援事業 つなぐ ☎ (47) 1 2 2 1
		平日 午前8時30分～ 午後5時30分	相 談 支 援 事 業 ひ め さ ゆ り			相談支援事業所 ひめさゆり ☎ (46) 5 6 7 7
		平日 午前9時～午後5時	相 談 支 援 セ ン タ ー 青			相談支援センター 青空 ☎ (47) 1 2 6 7
法 律	弁 護 士 に よ る 無 料 法 律 相 談	7 日(金)・14 日(金)・21 日(金) 午後1時～4時 *事前申込必要 (11月27日(火)午前9時～)	総 合 福 祉 セ ン タ ー	弁 護 士	法律に関する相談	社会福祉協議会 三条支所 ☎ (33) 8 5 1 1
	司 法 書 士 に よ る 無 料 法 律 相 談	8 日(土) 午後1時30分～4時 *事前申込必要		司 法 書 士		司法書士会 三条支部 ☎ (33) 1 6 1 7
そ の 他	行 政 相 談	17 日(月) 午後1時～4時	栄 寿 荘	行政相談委員	国の行政全般について の苦情や意見・要望	栄サービスセンター ☎ (45) 1 1 1 0
	特 設 人 権 相 談	5 日(火) 午前10時～午後3時	中 央 公 民 館	人権擁護委員	人権に関する相談を はじめ、日常の困り ごとなどの相談	新潟地方事務局 三条支局 ☎ (33) 1 3 7 4
			農 村 環 境 改 善 セ ン タ ー			
			産 業 開 発 セ ン タ ー			
	生 涯 学 習 相 談	平日 午前8時30分 ～午後5時30分	生 涯 学 習 課	市 担 当 職 員	生涯学習情報の提供や 学習相談	生涯学習課 ☎ (47) 0 0 4 8
		メール相談	—			gakusyusodan@ city.sanjo.niigata. jp
	緑 化 相 談	休館日を除く毎日 午前9時～午後5時	保 内 公 園 緑 の 相 談 所	保内緑の里 管 理 組 合 員	植物の育て方や病虫害 の予防方法などの指導、 助言	緑の相談所 ☎ (38) 5 2 4 0 fax (38) 5 5 6 0
	金 融 相 談	毎週火・木曜日 午前10時～正午 *事前申込必要	日 本 政 策 金 融 公 庫 支 三 条 支 店	担 当 職 員	資金繰りの相談や、 運転・設備資金の紹介、 斡旋	三条商工会議所 ☎ (32) 1 3 1 1

問い合わせ：市役所 ☎ (34) 5 5 1 1

日常の心配ごとや悩みごと、何でも相談ください

心配や不安を抱えている方がおられましたら、一人で悩まず、まずは「市民なんでも相談室」に相談ください。ただし、近隣トラブルなど相談内容によっては解決できない場合があります。



12 月の特設相談

市民なんでも相談室では、関係機関の相談を開催しています。

相 談 名	と き	と こ ろ	相談員	内 容	問い合わせ
行 政 相 談	18 日(火) 午後2時～4時	市民なんでも 相 談 室	行政相談委員	国の行政に関する苦情 や意見・要望	市民なんでも相談室 ☎内線711
消 費 生 活 相 談 「弁護士無料法律相談」	12 日(火)・23 日(日) 午後2時～4時		弁 護 士	悪質商法の被害や多重 債務など、深刻な消費 生活相談について弁護士 が応じます。 * 市民なんでも相談室 に事前相談が必要 です。	
無 料 公 証 法 律 相 談	20 日(木) 午後1時～4時		公 証 人	相続・遺言などの公正 証書に関する相談	

種別	相 談 名	と き	と こ ろ	相談員	内 容	問い合わせ
暮らし	市民なんでも相談 (消費生活相談)	平日 午前8時30分～午後5時	市民なんでも 相 談 室	消 費 ・ 生 活 相 談 員、 市 担 当 職 員	日常の心配ごとや悩み ごと、悪質商法の被害 や多重債務などに関す る相談	市民なんでも相談室 (☎内線711)
		平日 午前8時30分～午後5時 30分	栄 サ ー ビ ス セ ン タ ー 下田サービス セ ン タ ー			栄サービスセンター ☎ (45) 1 1 1 0 下田サービスセンター ☎ (46) 5 9 0 6
	夜 間 納 税 相 談	毎週火曜日(祝日を除く) 午後5時30分～8時	収 納 課	市 担 当 職 員	納付や納税に関する 相談	収納課 (☎内線200)
	税 理 士 会 無 料 相 談	5 日(火)・19 日(木) 午前10時～正午 *事前申込必要	税 理 士 会 三条支部事務所	税 理 士	税 金 に 関 する 相 談	税理士会三条支部 ☎ (33) 0 3 8 0
	青 少 年 の た め の 職 業 相 談	・ 平日 午前10時～午後5時 (木曜日は午後3時まで) ・ 第2・4土曜日 午後1時～3時 *事前申込必要	ソレイユ三条	厚 生 労 働 省 受 託 団 体 相 談 員	就労に関することから 対人関係まで、幅広い 悩みの相談	三 条 地 域 若 者 サ ポ ー ト ス テ ー シ ョ ン ☎ (32) 3 3 7 4 fax (32) 9 8 9 8
		メール相談	—			saposute-sanjo@ lagoon.ocn.ne.jp
	就 労 支 援 相 談	平日 午前10時～午後6時	ソレイユ三条	専 門 相 談 員	就職活動全般に関する 相談、アドバイス	ワークサポート三条 ☎ (32) 5 2 6 2
	心 配 ご と 相 談	5 日(火)・12 日(火)・19 日(火)・ 23 日(日) 午後1時～4時 *専用電話相談あり ☎ (34) 1 7 0 0	総 合 福 祉 セ ン タ ー	心 配 ご と 員 相 談 員	日常のさまざまな困り ごと、心配ごとなどの 相談	社会福祉協議会 三条支所 ☎ (33) 8 5 1 1
		3 日(月)・17 日(月) 午後1時～4時	栄 寿 荘			社会福祉協議会 栄支所 ☎ (45) 6 4 9 1
		11 日(火)・25 日(火) 午前9時～正午	下 田 公 民 館			社会福祉協議会 下田支所 ☎ (46) 5 5 0 6
子育て・家庭	電 話 育 児 相 談	平日 午前8時30分～正午	—	市 保 健 師	育児で気になることや 心配ごとに関する相談	子育て支援課 ☎ (45) 1 1 1 4
	すまいる心の相談会	21 日(金) 午後1時～4時 1 日 3 組 程 度 *事前申込必要	すまいるランド	臨 床 心 理 士	子どもの心の発達や 保護者の子育て相談	

●子育て支援センター

開催日	保育所（園）名	と き	内 容	備 考
5日(水)	保 内 保 育 所 ☎(39) 6 1 3 0	午前 10 時 30 分～ 11 時 30 分	ハッピーアドバイス 講師：開業助産師 西方 久子	【保育所（園）子育て支援センター育児相談】 平日午前 9 時～午後 4 時
11日(火)	田 島 保 育 所 ☎(33) 0 0 3 4	午前 10 時 30 分～ 11 時 30 分	なかよしクリスマス会	
13日(木)	千代が丘保育所 ☎(46) 5 5 6 0	午前 10 時 30 分～ 11 時 10 分	親子エアロビクス 講師：ガレッジ1	
18日(火)	月 岡 保 育 所 ☎(35) 1 5 8 5	午前 10 時 30 分～ 11 時 30 分	クリスマスお楽しみ会 講師：「いもっこクラブ」 土田 ゆき子	
21日(金)	あいあい保育園 ☎(45) 2 2 2 3	午前 10 時 30 分～ 11 時 10 分	クリスマス会	
25日(火)	きらきら保育園 ☎(31) 1 1 8 8	午前 10 時 30 分～ 11 時 30 分	クリスマスお楽しみ会	
	本 成 寺 保 育 園 ☎(32) 3 7 9 1	午前 10 時 30 分～ 11 時 20 分	クリスマスお楽しみ会	

～子育て支援センター～

- 子育て支援センターでは、主に乳幼児の親子を対象とした子育て支援事業を行っています。
- ◇主な内容
 - 子育て広場…保育所や幼稚園に通っていない子どもとその保護者の方に遊び場を開放しています。
 - 一時保育…仕事や介護、母親の出産、兄弟姉妹の学校行事などで育児ができないときに、子どもをお預かりします。
 - 育児講座…子育てに関する知識や情報に関する講座を開設しています。
 - 育児相談…育児に関する相談をお受けします。分からない事、知りたい事などは気軽に担当の保育士へ相談ください。

●愛の献血

12月	と こ ろ		と き
4日(火)	柳 沢	三 条 テ ク ノ ス ク ー ル	午前 10 時～正午 午後 1 時～3 時 30 分
9日(日)	西裏館二丁目	イ オ ン 三 条 店	午前 10 時～午後 0 時 15 分 午後 1 時 30 分～ 4 時
18日(火)	新 堀	栄 保 健 セ ン タ ー	午前 9 時 30 分～ 11 時 30 分
	吉 野 屋	北 陸 工 業 (株)	午前 1 時 30 分～ 3 時 30 分

* 県内の献血会場の問い合わせは「フリーダイヤル ☎ 0 1 2 0 - 7 8 - 8 2 2 4 」に電話ください。

●休館日

施 設 名	休 館 日
図書館	17 日(月)、28 日(金)～ 31 日(月)
すまいるランド	17 日(月)、30 日(日)、31 日(月)
緑の相談所	毎週火曜日、29 日(土)～ 31 日(月)
中浦ヒメサユリ森林公園	毎週木曜日（冬季休館については問い合わせください。）
よってげ邸	毎週水曜日、28 日(金)～ 31 日(月)
大谷ダムふれあい資料館	毎週月曜日（冬季休館については問い合わせください。）

施 設 名	休 館 日
グリーンスポーツセンター	3 日(月)、10 日(月)、17 日(月)、 25 日(火)、29 日(土)～ 31 日(月)
サンファーム三条	
諸橋轍次記念館	
三条鍛冶道場	
市民プール	3 日(月)、10 日(月)、17 日(月)、 29 日(土)～ 31 日(月)
歴史民俗産業資料館	



*参加費の記載のないものは無料です。☆は特別講座です。 問い合わせ：すまいるランド ☎(45) 5 6 8 7

講座・相談		と き		内 容	備 考
予約の必要な講座	☆ ス ク ラ ッ プ ブ ッ キ ン グ	3 日(月)	①午前 10 時～ 11 時 ②午前 11 時～ 11 時 30 分	子どもの写真をかわいくクリスマスデコレーションしましょう。	・各回先着 8 人 ・参加費 500 円
	足もみ肩もみサロン	6 日(木)	午前 10 時 30 分 ～ 11 時 30 分	子育ての疲れを癒します。	・対象：子育て中の家族 ・定員：先着 12 人・参加費：300 円
	☆ ム ー ラ と う 親 子 で 遊 ぼ う	9 日(日)	午前 10 時 30 分 ～ 11 時 30 分	詳しくは 11 月 1 日号をご覧ください。	
	コ コ ロ く す ぐ る エ コ カ フ ェ	12 日(火)	午前 10 時 30 分～正午	身近な節電エコを学ぼう！ 美味しいスイーツ付き！	・定員：先着 12 人 ・保育ルーム：あり ・申込期限：12 月 3 日(月) ・主催：東北電力
	ベビーマッサージ	13 日(木)	午前 10 時 30 分 ～ 11 時 30 分	わらべ歌でベビーマッサージ	・対象：4 カ月～ 1 歳 6 カ月 ・定員：各日先着 12 人・参加費：300 円
		26 日(火)		タッチケア（ベビマ教室）	
	ニコニコ工作くらぶ	19 日(火)	午前 10 時～正午	クリスマスツリーと星のサンタ	・定員：先着 15 人 ・参加費：500 円 ・保育ルーム：あり ・持ち物：エプロン ・申込期限：12 月 19 日(火)
	☆ み ん な で ハッピークリスマス	20 日(木)	午前 10 時 30 分 ～ 11 時 30 分	歌と演奏などプレゼント交換に サンタも登場	・対象：子育て中の親子 ・定員：先着 80 人 ・持ち物：プレゼント交換用の 100 円程度の物（食物や生き物は ご遠慮ください。）

●下記の講座は申込不要です。時間までにお越しください。

え ほ ん の じ か ん	4 日(火)	午前 11 時～ 11 時 30 分	絵本の読み聞かせや手遊びを します。	
え い ご で あ そ ぼ う	5 日(水)	午前 11 時～ 11 時 30 分	国際交流員ピーターさんと英語 で触れ合いましょう。	
親子ふれあいトレーニング	7 日(金) 21 日(金)	午前 10 時 30 分 ～ 11 時 10 分	誰でも OK！ 動ける服装でお越しください。	* 講座の時間は遊具が使えません。
楽しい折り紙あそび	8 日(土) 22 日(土)	午前 10 時 30 分～正午	季節のかわいい折り紙を作って みませんか？	
助産師ひまわり相談	11 日(火) 25 日(火)	午前 9 時 30 分 ～ 11 時 30 分	助産師による相談会	栄保健センター、栄体育館の駐車場 も利用できます。
栄養士ばくぱく相談	11 日(火)	午前 9 時 30 分 ～ 11 時 30 分	お子さんの離乳食や食事に関する 相談会	
い ろ い ろ あ そ び	14 日(金)	午前 11 時～ 11 時 30 分	こどもと楽しむちょこっと遊び	
作 っ て 遊 ぼ う	16 日(日)	午前 10 時～午後 2 時	紙皿のくるくるリース	
いっしょに歌いましょう	18 日(火)	午前 10 時 30 分～ 11 時	親子で手遊びをしたり、リズムに 乗って一緒に歌いましょう。	
お 話 し ポ ケ ッ ト の お は な し か い	22 日(土)	午後 1 時 30 分～ 2 時	絵本の読み聞かせや紙芝居	
す ま い る シ ア タ ー	23 日(日)	午前 10 時 ～ 11 時 30 分頃	フランダースの犬	
お も ち ゃ の 病 院	23 日(日)	午後 1 時～ 4 時	直したいおもちゃをお持ちくだ さい。また、いらなくなっ たおもちゃも部品となります ので寄付ください。	診断無料、直ったおもちゃについ ては材料代として 100 円。実費 (200 円～ 300 円程度)をいただく場 合もあります。
三条っ子「ママくらぶ」 わらべ唄であそぼう	12 月はお休みです。			
保 健 師 育 児 相 談	平 日	午前 9 時～ 11 時 30 分	身体の発達、子育ての心配事 など相談ください。	* 気軽に職員に声を掛けてください。 保健師につなぎます。
子育てホットぽっと相談	平日随時受け付け。気軽に職員に声を掛けてください。			

救急診療

● **県央医師会応急診療所** 興野一丁目13番67号（三条地域振興局隣） ☎ (32) 0909
夜間・休日の応急診療は、「県央医師会応急診療所」を利用ください。

診療時間など		午 前	午 後	夜 間
月曜～土曜	受付時間	—	—	午後7時～10時
	診療時間	—	—	午後7時30分～10時30分
日曜、祝日 （年末年始 （12/31～1/3） お盆 （8/15）	受付時間	午前9時～正午	午後1時～4時30分	午後7時～10時
	診療時間	午前9時30分 ～午後0時30分	午後1時30分～5時	午後7時30分～10時30分
診療科目		内科、小児科、外科、整形外科		
利用上の注意		応急診療所は、休日や夜間に急に具合が悪くなった方に応急処置を施し、かかりつけ医に引き継ぐまでの役割を担う施設です。救急の患者さんが受診しやすい体制づくりにご協力をお願いします。 ・受診時間を守りましょう。 ・保険証を忘れずにお持ちください。 ・コンビニ受診（*）は止めましょう。 *「日中は用事があるから」「夜でもやっているから」などの理由で安易に夜間や休日に受診すること。		

* 駐車場が満車の場合は、応急診療所隣の三条地域振興局の駐車場を利用ください。

● 休日救急当番医（見附地域）（市外局番 ☎ 0258）

12月	内 科 系			外 科 系		
2日 （日）	杏 仁 堂 医 院	見附市本町1-2-50	☎ (62) 0123	金 井 医 院	見附市本町1-4-7	☎ (62) 0116
9日 （日）	さ え き 内 科	長岡市中之島569-6	☎ (66) 8500	星整形外科医院	見附市柳橋町274-6	☎ (66) 8808
16日 （日）	関 谷 医 院	見附市新町2-2-5	☎ (61) 0205	中 之 島 ク リ ニ ッ ク	長岡市中之島中条218	☎ (61) 2551
23日 （日）	石 川 医 院	見附市今町6-3-45	☎ (66) 2140	わたなべ皮フ科 ク リ ニ ッ ク	見附市昭和町2-21-22	☎ (62) 7750
24日 （月・祝）	林 俊 吉 ク リ ニ ッ ク	見附市柳橋町274-23	☎ (66) 3000	石 澤 医 院	見附市新町3-3-50	☎ (62) 2500
30日 （日）	村 上 医 院	見附市昭和町2-8-12	☎ (63) 4600	お 元 気 で ク リ ニ ッ ク	見附市学校町2-13-76	☎ (63) 3800

* 診療時間は午前9時～午後5時（正午～午後1時は事前に電話連絡をしてください。）

休日夜間の小児救急医療電話相談 ～子どもの急な病気に困ったら、まず電話を～

新潟県では、休日夜間の急な子どもの病気にどう対処したらよいのか、病院の診療を受けたほうがよいのかなど判断に迷った時に、小児科医師、看護師への電話による相談ができる「小児救急医療電話相談」を実施しています。

実施日 … 土曜、日曜、祝日および年末年始（12月31日～1月3日）
午後7時～10時

電話番号 … # 8 0 0 0（携帯電話・プッシュ回線から利用いただけます。）
または ☎ 0 2 5 - 2 8 8 - 2 5 2 5

* 相談は無料です。



**市役所
ホームページ
バナー広告募集**

●掲載場所…トップページ（年間約100万アクセス）
●料金…13,000円/月

問い合わせ：政策推進課 広報広聴係 ☎ (34) 5511・内線308

CHIHARA CLINIC

安らかな良いお産
医療法人社団 産科 婦人科

茅原クリニック

院長 茅原 保

三条市東本成寺12番14号 県央工業高校グラウンド向かい
☎ (0256) 31-1103