

# SANJO

2013  
10.16  
No. 0195

広報さんじょう

## 二・七の市で朝ごはん 召し上がれ

詳しくは  
2ページ





# 二・七の市で朝ごはん召し上がれ

健康づくり課 食育推進室 ☎内線 242

市民の台所、朝市の会場に、新米を使った朝ごはんが登場します。買い物ついでに美味しい朝ごはんをゆっくりと味わってみませんか。

当日は今年最後の「二・七の市×三条マルシェ」も開催されます。

とき…10月27日(日) 午前7時～9時30分頃

ところ…中央市場

提供…まちなかの地産地消推進店数店

内容…新米ごはんいろいろ、季節のおかず、お汁などがお手頃価格でお楽しみいただけます。



## 図書館イベント情報

図書館 ☎0256・32・0657

### これがオススメ

「日本語を味わう名詩入門1〜17」  
あすなろ書房 91・1/N/1〜17



「きれいな言葉だな」「なんだかいい音楽を聴いているみたい」「きれいな絵を見ているような気がする」そんな風を感じる詩に出会えるかもしれない。宮沢賢治、金子みすゞなどすぐれた詩人たちのつくった心の音楽、心の絵に会いに出掛けてみませんか。



### 秋の夜長の朗読会「旅する図書館」

旅にまつわるエッセイや物語を朗読します。

とき…10月25日(金)午後7時〜7時40分

### 古本リサイクル大会

図書館で使われなくなった本や雑誌を無料で提供します。持ち帰り用のかばんを持参してください。

とき…11月2日(日)午前9時30分〜正午

### 家族でじっくりおはなし会2013

赤ちゃんから小学校低学年まで、そしてお父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんも一緒に楽しめるおはなし会です。この機会に男性ならではの読み聞かせやふれあい遊びを体験することができます。

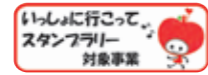
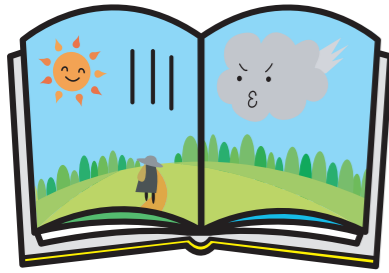
とき…11月10日(日)午前10時30分〜11時15分

講師…つくし保育園 保育士 外山 信男

定員…先着20組

申込方法…電話または図書館本館、栄分館、下田分館で直接お申し込みください。

申込開始日…10月26日(土)



## 募集

### 平成26年度 公民館入門講座講師

中央公民館

☎0256・32・4811

#### 募集内容

- ・中央公民館
- (昼間) エッセイ、楽器
- (夜間) 陶芸、フランス語
- ・嵐南公民館
- (夜間) 着付け、コーラス
- ・栄公民館
- (昼間) 手編み、切り絵
- ・下田公民館
- (昼間) フラワーアレンジメント、川柳

開催回数…年間10〜20回程度

応募条件…20歳以上で講師として熱意や経験のある方

応募方法…住所、氏名、生年月日、性別、連絡先、指導の資格、経歴、希望事項(曜日・時間・回数・カリキュラムなど)をA4の用紙1枚程度の横書きで記載し提出ください。審査のうえ後日連絡します。

募集期限…11月20日(木)

提出先…中央公民館

〒955-0072 三条市元町13番1号  
ファクス 0256・32・5476

## 講座・催し

### かんきょうイベント情報

かんきょう庵

☎0256・45・7040

### 大谷地和紙と手づくりハンコで年賀状づくり

かつて村上藩の御用紙として使われていた大谷地和紙と自分の好きな絵柄を彫ったハンコで年賀状を作ります。

とき…11月10日(日)午後1時〜3時

対象…小学生以上

(彫刻刀を使える方)

参加費…500円

定員…抽選10人

申込期限…10月31日(木)

10月31日(木)

### らくらくスマートフォン

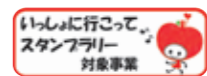
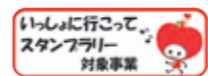
#### 体験講座

とき…11月14日(木)午後1時30分〜3時30分

定員…抽選15人

申込期限…10月31日(木)

その他…使っていない携帯電話の回収も行います。資源のリサイクルにご協力ください。



# MiiKe参上!! 第2回 全国大会

健康づくり課 スポーツ振興室 ☎内線 288

今回の舞台はまちの歴史と文化の凝縮した八幡公園とその周辺です。あなたたちは数々のミッションをクリアできるか!?

とき…11月2日(日)午前9時30分〜11時30分  
(集合 午前9時) (雨天中止)

集合場所…八幡公園 (駐車場は六ノ町河川緑地をご利用ください。)

対象…小学生以上の個人もしくはペア (小学生は保護者同伴のペアであること)

持ち物…水筒、タオル、筆記用具、雨具、携帯電話



歩いて暮らせるまちを目指すスマートウエルネスのプログラムの1つです。みんなで楽しくまちの中でかくれんぼをしませんか?

参加費…小学生 100円、中学生以上 200円 (保険代など)

定員…先着70人 (組)

申込方法…直接お申し込みください。

\*携帯電話のメールアドレスを忘れずにお伝えください。

申込期間…10月17日(木)〜24日(木)

表彰…1位から6位までを表彰 (副賞があります。)

詳細はホームページをご覧ください。



家庭園芸講座

サンファーム三条

☎0256-38-2556

●野菜コース

とき：11月3日(日・祝) 午前10時～11時30分

内容：オータムボエム、モロヘイヤ、メキャベツ、コールラビー、中国野菜などの作り方

●果樹コース

とき：11月10日(日) 午前10時～11時30分

内容：キウイフルーツ、ビワの作り方

◆共通事項

定員：各コース先着40人

申込開始日：10月18日(金)

遺跡めぐり

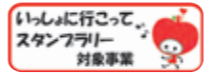
「紅葉が織りなす縄文の絶景」

生涯学習課文化財係

☎0256-46-5205

縄文の華、火焰型土器が出土したただ郷の紅葉に囲まれて、縄文遺跡の散策をします。

とき：11月9日(土) 午前9時～午後4時  
見学先：下田郷資料館、成就院協遺跡、藤平遺跡、リバーパーク八木ヶ鼻など  
参加費：1000円  
定員：抽選15人



申込期限：10月31日(木)

\*当日は、歴史民俗産業資料館と下田郷資料館からバスにご乗車いただけます。

文化財めぐり

路傍のいしづみと県立歴史博物館

企画展「石仏の力見学」

生涯学習課文化財係

☎0256-46-5205

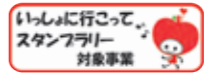
とき：11月15日(金) 午前9時～午後4時  
見学先：歴史民俗産業資料館、海蔵院、新潟県立歴史博物館など

参加費：800円

定員：抽選15人

申込期限：10月31日(木)

その他：当日は、歴史民俗産業資料館からバスに乗車いただきます。



簡易血糖測定

健康づくり課保健指導係

☎内線488

とき：11月3日(日・祝) 午前9時～午後3時

ところ：下田体育館

対象：市内在住の20歳以上(現在糖尿病で受診中の方を除く)

定員：先着100人

内容：糖尿病に関するパネル展示、健康相談も行います。



検査のイメージ

ふるさと映画村

中央公民館

☎0256-32-4811

申込不要です。

とき：10月23日(水) 午後1時30分

上映作品：ワイルド・チャイナ3 (118分)

パンダの住む地、変化のうねり

三条歴史講座2013秋

歴史民俗産業資料館

☎0256-33-4446

とき・テーマ：

・11月4日(月・休) 午後2時

三条鍛冶の歴史について(古代～近代)

・11月24日(日) 午後2時

三条鍛冶道場とその周辺について(近代～現代)

ところ：図書館本館

参加費：各回1000円

定員：各回先着40人

申込期限：各開催日の前日

第9回 三条市音楽祭

生涯学習課文化振興係

☎0256-47-0048

市内で音楽に親しむ皆さんが4部門に分かれて多彩な演奏をします。



器楽の部



合唱の部

とき：

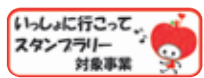
・合唱の部：11月3日(日・祝) 午後1時20分

・ロック・ポピュラーの部：11月10日(日) 午後1時

・器楽の部：11月17日(日) 午後1時

・フリーの部：11月24日(日) 午後1時

ところ：中央公民館



2013ソレイユ祭

ソレイユ三条

☎0256-32-3362

とき：10月27日(日) 午前10時～午後4時  
内容：ソレイユ三条の講座受講者によるステージショー、お茶席(二席3000円)、作品展示、ハンドトリートメント

体験コーナー、喫茶アンアン

開店、野菜・果物の即売



ヒップホップダンス講座受講者によるダンス

公民館秋の文化祭・作品展

●栄公民館展

とき：10月25日(金)～27日(日)

ところ：農村環境改善センター

内容：書道、日本画、写真などの展示

27日(日)のみお茶席あり(3000円)

問い合わせ：栄公民館

☎0256-45-5685

●大島地区文化祭

とき：10月25日(金)～27日(日)

ところ：大島公民館

内容：書道、手芸、工芸などの展示

25日(金)午前中のみお茶席あり(3000円)

問い合わせ：大島公民館

☎0256-33-0097

●嵐南地区文化祭

とき：10月26日(土)、27日(日)

ところ：嵐南公民館

内容：書道、絵画、手芸などの展示

各日午前中のみ呈茶あり(無料)

問い合わせ：嵐南公民館

☎0256-35-2011

●下田文化祭

とき：11月2日(土)、3日(日・祝)

ところ：下田体育館

内容：絵画、写真、書道などの展示

3日(日・祝)のみお茶席あり(一般3500円、学生3000円)

問い合わせ：下田公民館

☎0256-46-5911

●本成寺地区作品展

とき：11月1日(金)～3日(日・祝)

ところ：本成寺公民館

内容：書道、絵手紙、編み物などの展示

2日(土)のみお茶席あり(3000円)

問い合わせ：本成寺公民館

☎0256-33-0152

●井栗地区作品展

とき：11月2日(土)、3日(日・祝)

ところ：井栗公民館

内容：書道、生花、絵画などの展示

3日(日・祝)のみお茶席あり(3000円)

問い合わせ：井栗公民館

☎0256-38-3835

●三条東公民館文化祭  
とき：11月9日(土)、10日(日)  
ところ：三条東公民館  
内容：書道、折り紙、生花などの展示  
10日(日)のみお茶席あり(2000円)  
問い合わせ：三条東公民館  
☎0256-35-1200

●大崎地区文化祭  
とき：11月9日(土)、10日(日)  
ところ：大崎公民館  
内容：書道、生花、手芸などの展示  
問い合わせ：大崎公民館  
☎0256-38-2175

小松シェフ×三条産食材×若手生産者

三条産食材の魅力が引き出された美しい料理を召し上がれ♪



\*写真はイメージです。

営業戦略室 営業戦略係 ☎内線482

東京で活躍する三条市出身のイタリアンシェフ、小松岳史さんが料理する三条産の食材を使ったディナーを堪能しませんか。食材を提供する若手生産者との交流もあります。

とき…11月4日(月・休) 午後4時  
ところ…庭月庵 悟空(道の駅 漢学の里しただ)  
参加費…3,500円程度(お土産付)  
定員…抽選40人

申込期限…10月21日(月)

申し込み・問い合わせ…

道の駅 漢学の里しただ ☎0256(47)2230



小松 岳史

どなたでも参加できます!



# 平成 25 年度 三条市表彰式

行政課 庶務係 ☎内線 300

市政の進展、産業の振興、文化の向上、  
そのほか市民の福祉の増進に尽力された  
115人、9団体の功績をたたえて表彰します。  
とき…11月3日（日・祝）午前9時  
ところ…中央公民館



- 産業功労
  - ・伝統技術の伝承者  
松永 繁（仏壇製造）  
鶴巻 興市（鎌製造）
  - ・産業関係団体役員  
岡田 久徳  
（三条商工会議所役員）
  - 加藤 敏敦  
（三条商工会議所役員）
  - 近藤 雄介  
（三条商工会議所役員）
  - 兼古 耕一（新潟県作業  
工具協同組合役員）
- 教育または体育功労
  - ・オリンピックおよびそれ  
に準ずる国際大会に出場  
または国体などの全国  
大会において上位入賞を  
したものを  
大谷 竜輝  
（銃剣道・国民体育大会）
  - 刈屋 祐誠  
（ボウリング競技・全国  
障害者スポーツ大会）
  - 佐藤 秀一  
（陸上競技・全国障害者  
スポーツ大会）
  - 渡邊 健斗  
（銃剣道・国民体育大会）

- 渡邊 菜月  
（陸上競技・全国障害者  
スポーツ大会）
- 青少年指導委員  
菲澤 正和  
服部 美保子
- 科学、芸術または文化  
功労
  - ・三条神楽など当市固有の  
文化の伝承者  
栗山 佳明（木場神楽）  
宮島 正一郎（栄神楽）
  - ・文化団体協会などの関係  
団体役員  
土田 義郎  
（三条市文化団体協会役員）
  - 佐野 十九一  
（三条市文化団体協会役員）
  - 椛澤 作治  
（三条市文化団体協会役員）
  - 佐藤 伊久雄  
（三条市文化団体協会役員）
  - 黒坂 悟  
（三条市文化団体協会役員）
  - 高波 久雄  
（三条市文化団体協会役員）
  - 野崎 久次  
（越後警女文化継承活動）

- 防犯または防災功労
  - ・消防団員  
川村 政夫  
外山 靖  
田邊 英司  
野島 清志  
長谷川 仁志  
小幡 定市  
井口 優  
土田 貴史  
涌井 信光  
五十嵐 博宣  
長橋 和弘  
佐藤 正人  
吉田 吉男  
松尾 隆  
村澤 崇史  
佐藤 雅道  
大口 淳  
安井 悟  
坂井 英幸  
西川 彰  
小柳 健史  
佐野 常貴  
山井 雅教  
小林 良幸  
富澤 誠  
藤塚 利彦  
渡辺 和成  
難波 美初

- 保健衛生功労
  - ・健康推進員  
鈴木 清美  
山井 佐恵子  
高野 恵子  
五十嵐 富士子  
樋口 美枝子
- 社会福祉功労
  - ・保護司  
久住 富士子
  - ・社会福祉法人などの関係  
団体役員  
鈴木 守男  
西本成寺 有志会  
（地域奉仕活動）
- 地方自治功労  
（敬称略・順不同）
  - ・市議会議員  
吉田 進一郎  
佐藤 宗司  
島田 伸子  
小林 誠  
自治会長  
土田 豊
  - ・統計調査員  
片山 與喜雄  
植木 陽一
- 防犯関係ボランティア  
（地域防犯活動）
  - 吉田 徹  
飯塚 隆  
渡辺 竜哉  
渡辺 和義  
小柳 寿樹  
西川 公之  
藤田 和広  
藤田 勝也  
鳶田 建  
渡邊 正綱  
坂井 利夫  
難波 鎌一  
渡邊 一義  
小柳 良路  
五十嵐 龍太  
長谷部 潔  
堀江 寛昭  
木村 義重  
蝶名林 裕  
高野 史紀  
瀧澤 和久  
横田 薫  
土田 耕策

- ◎表彰を受けられる方々  
（敬称略・順不同）
- 生活環境功労
  - ・生活環境関係ボランティア  
小林 市夫  
（地域環境美化活動）
  - 江口老人会  
（地域環境美化活動）
  - 上谷地老人会  
（地域環境美化活動）
  - サントピア緑友会  
（地域環境美化活動）
  - 新自治会 新和会  
（地域環境美化活動）
- 食生活改善推進委員
  - 三上 美津栄  
関 喜恵子  
早川 幸江  
内藤 良子  
武田 敏子  
大竹 正子  
大竹 キヨノ  
栢森 秀美
- 生活環境功労
  - 高坂 五百子  
松澤 良子  
小柳 壽美子  
田中 フミ  
内山 俊子  
田邊 裕子  
川崎 光枝  
鈴木 菊江

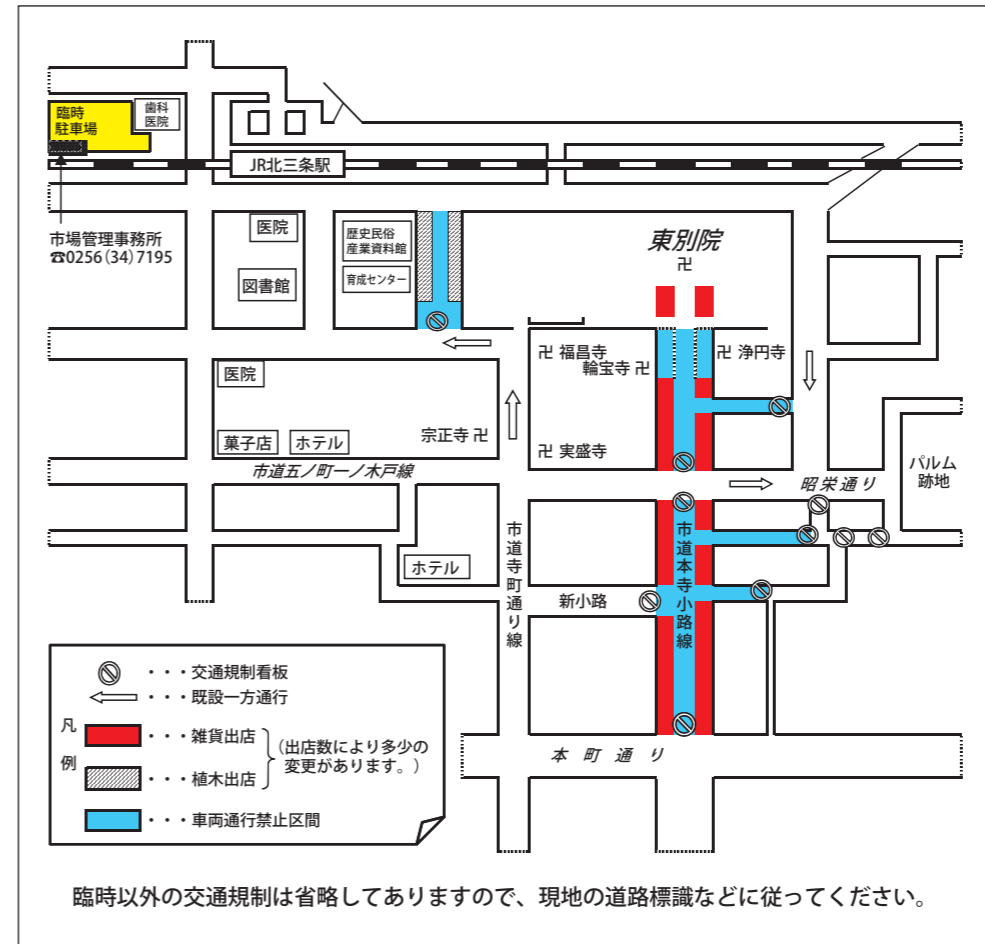
- 交通安全功労
  - ・三条市交通安全協会役員  
小林 定治  
石井 紀子  
梨本 正雄  
牛腸 育男  
深澤 圭介  
熊倉 エイ子
- 市民の模範となる善行
  - ・人命救助を行ったもの  
塩原 香織  
星 純一
- 寄附功労
  - 梨本 清一  
大山 治郎  
株式会社高儀  
三光総業株式会社  
日新商事株式会社
- 特別表彰
  - 協同組合三条工業会  
（産地のイメージアップ、  
伝統地場産業の振興に  
多大な貢献）

## お取越臨時露店市場 臨時交通規制

営業戦略室 観光係 ☎内線418

規制時間：11月5日(火) 午後1時～7日(木) 午後10時  
臨時駐車場：中央市場駐車場(夜間は)

駐車できません  
その他：11月7日(木)の中央市場は平常通り行われます。



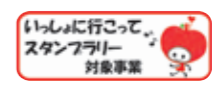
臨時以外の交通規制は省略してありますので、現地の道路標識などに従ってください。

## 成人大学講座 「脳の基礎研究最前線」

中央公民館 ☎0256-32-4811

「脳みそのしわが多い人は賢い？」  
こんな疑問を入口に、脳研究の最前線で活躍する先生から、脳の世界をお話しいただきます。

とき・内容：  
・10月29日(火) ヒトの脳とは  
・11月5日(火) すこやか脳、病める脳  
・11月12日(火) 脳も体の一部  
・11月19日(火) 物忘れと認知症  
\*時間はいずれも午後7時～8時30分  
定員：先着50人  
参加費：500円  
申込方法：電話または申込書を提出してください。  
申込開始日：10月16日(水)



## かんきょう庵 フリーマーケット出店者募集

環境課 生活環境係 ☎0256-45-4868

とき：11月24日(日) 午前10時～午後3時  
募集小間数：先着15小間程度(1小間2畳×2畳)  
出店できるもの：家庭で使わなくなった

## スポーツ

### 健康運動教室 3カ月お試しキャンペーン

健康づくり課 スポーツ振興室 ☎内線288

健康運動教室のプログラムを体験してみませんか。3カ月続けていただいた方には特典があります。

ところ	曜日	とき	定員(先着)
総合福祉センター	毎週水曜日	午後3時～5時	15人
	毎週木曜日	午後1時～3時	15人
体育文化センター	毎週土曜日	午前10時～正午	25人
		午後7時～9時	25人
グッデイいきいきサポートセンター	毎週土曜日	午後3時～5時	15人
栄保健センター	毎週木曜日	午前10時～正午	15人
下田保健センター	毎週月曜日	午後1時～3時	15人

\*上記時間帯以外を希望される場合はご相談ください。

## みそ作り体験交流会

農林課 農政係 ☎内線220

とき・内容：  
・11月13日(水) 午前9時～10時 米洗い  
・11月14日(木) 午前11時～午後2時 こうじ作り  
・11月15日(金) 午前9時～10時 切り返し、豆洗い  
・11月16日(土) 午前9時～11時30分 みそ作り

ところ：農産物加工施設(荒沢2030)  
対象：14日(水)～16日(土)の連続3日間参加出来る方(初日の米洗いは希望者のみ)  
定員：先着15人  
参加費：3500円(みそ10kg持ち帰り)  
持ち物：みそ10kgが入るたる(ビニール袋)、エプロン、三角巾、ビニール手袋  
申込期限：10月28日(月)

対象：市内在住の40歳以上で医師から運動を禁止されていない方  
実施期間：11月1日(金)～平成26年1月31日(金)(3カ月)  
教室内容：個別プログラムによる運動(エアロバイクによる有酸素運動・らくらく筋トレ)

申込期間：10月21日(月)～11月1日(金)  
申込方法：「申込書兼問診表」を記入の上、次の書類を添えてお申し込みください。  
① 健診結果などの写し  
② 服薬処方説明書(服薬中の方のみ)  
\* 問診の結果に応じて、医師の診断を受けていただく場合や、参加できない場合もあります。  
\* 「申込書兼問診表」は申込先、各会場にあります。  
申込先：土・日曜、祝日を除く  
健康づくり課  
午前8時30分～午後5時  
体育文化センター内健康運動教室  
スタッフルーム(☎0256-32-2156) 午前10時～午後8時  
\* 栄・下田保健センターで申し込みを希望する方は事前にお問い合わせください。  
\* 教室参加期間中はアンケートや各種調査などにご協力ください。



## しらさき荘 イベント情報

☎0256-45-0888

●秋の里山散策とキノコ観察  
とき：11月2日(土) 午前9時～午後3時(雨天中止)  
\* 中止の確認は、午前8時30分までにお問い合わせください。

集合場所：午前8時50分までにしらさき森林公園駐車場  
定員：先着15人(小学生以下保護者同伴)  
持ち物：雨具、軍手、小さなダンボール箱またはかご、飲み物、昼食  
申込期間：10月19日(土)～31日(木)  
その他：長靴を用意し、散策に適した服装でお越しください。

●星空ウォッチング  
明るい宵の明星(金星)を見よう!  
とき：11月2日(土)

・1回目 午後7時～  
・2回目 午後7時50分～  
定員：各回先着20人(小学生以下保護者同伴)  
申込開始日：開催日の2週間前  
その他：曇天、雨天時は室内で星にまつわるお話をします。

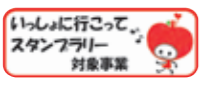
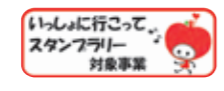
## 生活習慣病に関する講座・教室

健康づくり課 保健指導係 ☎内線488

●健康アップ講座 「血糖値 ちょっと高めを改善編」  
申込不要です。  
とき：11月7日(木) 午後1時30分～3時30分(受け付け午後1時15分)

●生活習慣病予防教室 「運動編」  
とき：11月14日(木) 午後1時30分～4時

ところ：体育文化センター  
対象：生活習慣病予防に効果的な運動を知りたい方  
定員：先着30人  
申込期限：11月5日(火)





子育て支援に関する知識や技術を学び、ボランティアとして活動を行う人を養成します。現在、ファミリーサポーターとして活動中の方もスキルアップの機会として参加してください。  
ところ…栄庁舎

**子育て支援課 子育て支援係**  
☎0256-45-1113

**ファミリーサポート 提供会員養成講座**

**妊婦歯科健診**  
マイナス1歳から始まる歯とお口の健康づくりとして、妊婦歯科健診を行います。  
とき…11月7日(木)午後1時30分(受け付け 午後1時)  
ところ…総合福祉センター  
内容…歯科講話、歯科健診、ブラッシング指導  
対象…平成26年1月以降に出産予定の妊婦  
持ち物…母子健康手帳  
申込期限…10月31日(木)  
その他…保育ヘルパーはありません。

**子どもの育ちサポートセンター**  
☎0256-45-1114

妊婦歯科健診

子育て

**応急手当を身に付けましょう**  
消防本部 ☎0256-34-1111  
とき…  
・普通救命講習Ⅰ(成人の心配蘇生法など)

回	とき	テーマ
1	11月13日(木)	子育て支援に関する知識と技術について
2	11月21日(木)	乳幼児の発達と食事について
3	11月28日(木)	子どもの健康について
4	12月5日(木)	緊急時の対応について
5	12月10日(火)	保育の環境と遊びについて
6	12月19日(木)	三条市の子どもの預かりについて

\*時間はいずれも午後1時30分～3時30分

**対象…**市内に在住または通勤する子育て支援に関心のある方で、講座修了後、有償ボランティアとして活動できる方または活動中の方  
**定員…**抽選40人  
**申込期限…**11月1日(金)  
**保育ルーム…**  
・対象…生後6カ月～未就園児  
・利用料…1人200円(保険料など)

**公営住宅(市営・県営) 入居者受け付け**  
福祉課 生活支援係 ☎内線290  
申し込みできる方…  
・市内に在住または通勤する方。ただし、県営住宅は市外の方でも申し込みできます。  
・住宅に困っていることが明らかかな方  
・同居する親族がある方。ただし、単身の方でも条件により入居できます。  
・暴力団員、暴力団関係者でない方  
\*収入基準がありますので、詳しくは問い合わせてください。  
**申込方法…**入居申込書、公営入居希望確認書、所得・課税(世帯)証明書を提出してください。  
\*随時受け付けています。

11月10日(日)、12月8日(日)  
・普通救命講習Ⅲ(小児・乳児・新生児の心配蘇生法など)  
10月27日(日)、11月24日(日)  
\*いずれも午前9時～正午  
\*修了証をお渡しします。  
**受講資格…**市内に在住または通勤する中学生以上  
**定員…**各日先着20人  
**申込期限…**開催の1週間前  
\*町内会や事業者などの団体で開催予定があれば、出向きますのでお問い合わせください。

空いている公営住宅(10月1日時点)

団地名	戸数	階層	間取り	家賃	駐車場
島田建替住宅(市営)	9戸	2～5階	3K	10,100円～27,100円	なし
曲渕住宅(市営)	1戸	5階	2DK	21,200円～56,200円	3,500円
月岡百刈住宅(市営)	1戸	1階	3LDK	25,700円～68,200円	3,500円
北入蔵住宅(県営)	2戸	3階	3DK	15,500円～34,900円	3,000円
西大崎住宅(県営)	15戸	1～5階	3DK	16,300円～40,400円	2,800円
三竹改良住宅(市営)	18戸	1～5階	2K	8,500円・9,000円	なし

\*家賃は収入に応じた金額となります。(三竹改良住宅は定額)

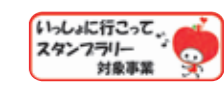
申込先…福祉課、栄・下田サービスセンター  
入居者の選考…奇数月の10日

# 第9回 三条市元旦マラソン大会

健康づくり課 スポーツ振興室 ☎内線288

種目	区分No.	対象	
3kmコース	①	小学生男子	
	②	小学生女子	
	③	中学生男子	
	④	中学生女子	
	⑤	高校生以上 29歳以下男子	
	⑥	30歳以上 49歳以下男子	
	⑦	50歳以上 64歳以下男子	
	⑧	65歳以上男子	
	⑨	高校生以上 29歳以下女子	
	⑩	30歳以上 49歳以下女子	
	⑪	50歳以上女子	
仮装3kmコース	⑫	小学生以上(仮装)	
5kmコース	⑬	高校生以上 29歳以下男子	
	⑭	30歳以上 49歳以下男子	
	⑮	50歳以上 64歳以下男子	
	⑯	65歳以上男子	
	⑰	高校生以上 29歳以下女子	
	⑱	30歳以上女子	
	10kmコース	⑲	高校生以上 29歳以下男子
		⑳	30歳以上 49歳以下男子
㉑		50歳以上 64歳以下男子	
㉒		65歳以上男子	
㉓		高校生以上 29歳以下女子	
㉔		30歳以上女子	
歩け歩けコース(3km)		どなたでも参加できます。	

とき…平成26年1月1日(元日)  
・受け付け 午前7時30分～8時  
・スタート 午前9時～  
ところ…総合体育館(スタート・ゴール)  
**申込方法…**1人1種目とし、次のいずれかの方法でお申し込みください。  
・専用の参加申込書に必要事項を記入し、申込受付窓口へ持参  
・往復はがき(歩け歩けコースは普通はがき)に必要な事項を記入し、申込受付窓口へ郵送  
・ホームページから電子申請  
**申込受付窓口…**体育文化センター  
〒955-0083 三条市荒町2丁目1番8号  
☎0256(32)5211  
**申込期間…**10月25日(金)～12月2日(月)  
(土・日曜、祝日を含む)  
午前9時～午後10時  
**申込書設置場所…**健康づくり課、栄・下田サービスセンター、体育文化センター、栄・下田体育館、各公民館  
**その他…**  
・10kmコースは、7.5km地点を1時間以内に通過しない場合、競技終了とします。  
・記録集計は「ランナーズチップ」により行います。  
・当日オープン参加を受け付けますが、その場合タイムは各自で計測してください。  
・仮装3kmは、仮装についてのガイドラインを設けています。詳しくは、ホームページをご覧ください。



往復はがき記載例



(返信用)	(申込用)
郵便番号	第9回三条市元旦マラソン大会参加申込書
現住所 本人氏名	1 種目 km 区分No
	2 氏名(フリガナを忘れずに記載願います。)
	3 生年月日 (男・女) *学校名・学年について記載すること。
	4 満年齢 (平成26年1月1日現在)
	5 現住所
	6 電話番号
	7 参加回数(今回の参加も含めて)
	8 小中学生の出場に同意する保護者の署名・捺印
	保護者氏名



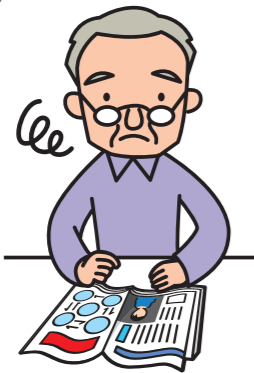
# 趣味につけ込む商法

ストップ消費者被害 第34回 市民窓口課 市民なんでも相談室 ☎内線712

## 相談事例

私の短歌を文芸誌で見たという出版社から「すばらしい作品なので雑誌に掲載しませんか。」と電話がありました。ほめられたのがうれしくて承諾し、掲載料として5万円支払いました。その後も、次々に新たな掲載を勧められ断り切れずに承諾し、結局100万円支払ってしまいました。

もうこれ以上勧誘されたくないのですが、どうしたらいいでしょうか。



## 市民なんでも相談室から

### アドバイス

- 1 勧誘されたくない場合は、きっぱりと「契約しません。」と断りましょう。断ったのに掲載されたり、請求書が送られてきても契約は成立していないので、支払わないようにしましょう。
- 2 電話勧誘による契約の場合、書面を受け取った日を含め8日以内は無条件で解約することが可能です。

## 一口メモ

- 1 一度契約すると次々に勧誘されることがあります。また、「結構です。」など、あいまいな言葉ではつけ入られてしまうので、「必要ありません。」など、はっきりと拒絶の意思を示しましょう。
- 2 トラブルが発生した場合には、すぐに家族やまわりの人に相談したり、市民なんでも相談室へご連絡ください。

## 消費者トラブル情報メールにご登録ください

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。



下記アドレスに空メールを送信し、登録してください。

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。事前の相談が必要ですので、詳しくは市民なんでも相談室へお問い合わせください。

# 第5回 健康さんじょう21 乳がん 2cm以下のしこりを発見しよう

健康づくり課 健診係 ☎内線442

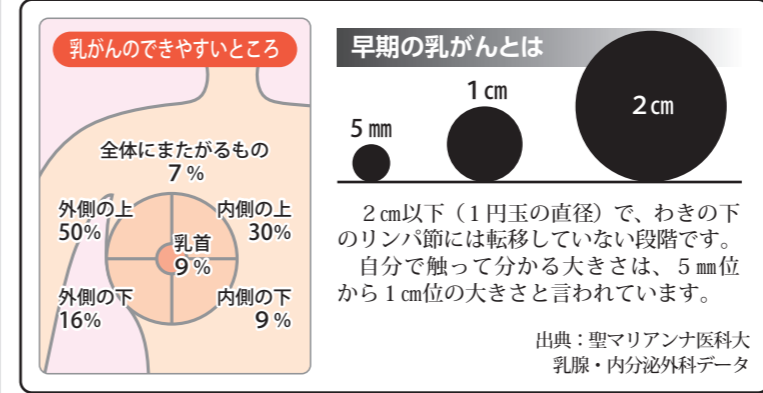


「忙しいから」、「マンモグラフィは痛い」と聞いたから」という理由などで乳がん検診を受けていない人はいませんか。乳がんにかかる女性は年々増加し、今では乳がんは日本人女性が最も多くかかる「がん」となりました。

乳がんは、30代後半から増え始め、40代後半が最も多くなっています。でも心配はいりません。乳がんは、早期であれば90%以上が治ります。そのためには、早く異常に気づくことが大切です。その方法として、毎月の自己検診と定期的な乳がん検診（マンモグラフィ）があります。マンモグラフィは、触っても分からないごく早期の小さなしこりが分かります。40歳以上の方は、定期的に検診を受けましょう。



バスの中でマンモグラフィ検査を実施



## 自己検診とは

自分で乳房のしこりなどを調べる検査です。毎月、乳房の張りの少ない月経終了後1週間位の間にしこりが分かりやすいです。閉経後の人は毎月、日にちを決めて行いましょう。

## 乳がんひとくちメモ

乳がんの治療は、婦人科と思う人が多いのですが、外科が担当です。しこりに気づいたり、精密検査が必要になった場合は、外科、乳腺外科、乳腺内科、乳腺内分泌外科を受診しましょう。

## 乳がん検診受付中

## 11月の休館日

施設名	休館日
図書館	18日(月)、29日(金)
すまいるランド	
緑の相談所	毎週火曜日
中浦ヒメサユリ森林公園	毎週木曜日
よつてげ邸	毎週水曜日
大谷ダムふれあい資料館	
グリーンスポーツセンター	5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)
サンファーム三条	
諸橋轍次記念館	
三条鍛冶道場	
歴史民俗産業資料館	11日(月)、18日(月)、25日(月)
市民プール	

**事業主の皆様へ 従業員の個人住民税は特別徴収して納めましょう**

給与所得者の個人住民税は、給与からの特別徴収（給与から天引きして市町村に納めること）が法律などで義務付けられています。事業主（給与支払者）で、個人住民税の特別徴収をこれから実施する方を対象に説明会を開催します。

**●特別徴収制度等合同説明会**

とき・ところ：

- ・10月30日(木)午後2時～3時30分 老人福祉センター1ゆきつばき荘（加茂市）
- ・10月31日(金)午後2時～3時30分 吉田産業会館（燕市）
- ・11月1日(土)午後2時～3時30分

体育文化センター  
申込期限：開催日の3日前

**赤十字救急法救急員 資格継続研修**

福祉課 福祉政策係 ☎内線276

救急員認定証の有効期限が1年未満の方は、この資格継続研修を受講することにより資格を3年間継続することができます。

とき：11月16日(土)午前9時～午後2時

ところ：総合福祉センター

対象：救急員認定証の資格を取得して2年以上経過した方

参加費：1000円

持ち物：認定証、筆記用具、動きやすい服装、昼食、返信用封筒（住所などを書き、切手を貼ったもの）

申込期限：11月11日(月)

# 税トピ!

税の話題を毎月お届け

**●家をとり壊した時は届け出が必要**

平成25年中に取り壊した家は、平成26年度から固定資産税は課税されません。該当する家屋がある方は、平成26年1月31日(金)までに届け出をしてください。

届出場所：税務課、栄・下田サービスセンター

問い合わせ：税務課 資産税係 ☎内線208

## 今月の納期限：10月31日(木)

- 市・県民税.....第3期
  - 国民健康保険税.....第7期
  - 後期高齢者医療保険料.....第4期
  - 介護保険料.....第7期
  - 保育料.....10月分
  - 市営・県営住宅使用料（駐車料）.....10月分
  - 水道料金・下水道使用料.....10月分
  - \*水道料金・下水道使用料については水道お客さまセンター
  - ☎0120-25-0015
- 夜間納税相談**
- とき：毎週火曜日（祝日は除く）午後5時30分～8時
- ところ：収納課
- 問い合わせ：収納課 ☎内線200



# 三条市 人事行政の 運営状況

行政課 人事厚生研修室 ☎内線407

三条市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例に基づき、市職員の任免、給与、勤務状況などについてお知らせします。詳しい内容は市役所、栄・下田サービスセンターおよびホームページをご覧ください。

## (4) 職員の手当 期末手当・勤勉手当

支給職員一人当たり平均支給年額	期末手当	勤勉手当
1,364千円	2.60月分	1.35月分

## (5) 特別職の報酬など（平成25年4月1日現在）

給料月額				報酬月額			期末手当
市長	918,000円	議長	458,000円	議長	議長	議長	2.95月分
副市長	707,000円	副議長	397,000円				
市副市長		議員	369,000円				

## 3 職員の勤務時間その他の勤務条件

休暇の取得状況など

年次有給休暇は、1年ごとに20日付与され、20日を超えない範囲の残日数は、翌年に繰り越すことができます。

区分	平成23年	平成24年
平均取得日数	8.0日	9.4日
平均取得率	20.4%	23.5%

注 1 取得率は、取得日数を前年からの繰越分を含む総付与日数で除したものです。

2 市職員の休暇制度としては年次有給休暇のほかに夏季休暇、忌引などの特別休暇があります。

## 4 職員の分限および懲戒処分

### (1) 分限処分（平成24年度）

分限処分とは、一定の事由により、職員がその職責を十分に果たすことが期待できない場合などに行う処分であり、降任、免職、休職および降給の4種類があります。

降任	免職	休職	降給	合計
0人	0人	49人	0人	49人

注 同一の者が複数回にわたって処分された場合、その数を重複して計上しています。

### (2) 懲戒処分（平成24年度）

懲戒処分とは、職員の一定の義務違反に対して、その責任を追究して科する制裁であり、戒告、減給、停職および免職の4種類があります。

戒告	減給	停職	免職	合計
3人	1人	0人	0人	4人

## 5 公平委員会の業務

職員の利益は、勤務条件に対する措置要求制度および不利益処分に対する不服申立て制度によって保護されています。

勤務条件に対する措置要求制度は、給与、勤務時間その他の勤務条件に関し、公平委員会に対して地方公共団体の当局が適切な措置を講じるよう要求する制度であり、不利益処分に対する不服申立て制度は、不利益な処分を受けた職員が公平委員会に対して不服申立てを行うことを認める制度です。

平成24年度においては、勤務条件に対する措置要求および不利益処分に対する不服申立てはありませんでした。



## 1 職員数の推移（各年4月1日現在）

平成20年	平成21年	平成22年	平成23年	平成24年	平成25年	過去5年間の増減数(率)
1,075人	1,042人	1,019人	994人	962人	932人	▲143 (▲13.3%)

注 各年の定員管理調査において報告した職員数です。(職員数には教育長を含みます。)

## 2 職員の給与

### (1) 人件費（普通会計決算）

区分	住民基本台帳人口 (平成24年度末)	歳出額A	実質収支	人件費B	人件費率 B/A	(参考) 平成23年度の 人件費率
平成24年度	102,957人	50,212,913千円	3,367,338千円	8,398,898千円	16.7%	15.4%

### (2) 職員給与費（普通会計決算）

区分	職員数A	給与費				一人当たり給与費 B/A
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計B	
平成24年度	880人	3,321,093千円	547,375千円	1,188,558千円	5,057,026千円	5,747千円

注 1 職員手当には退職手当を含みません。

2 職員数は、平成24年4月1日現在の人数です。

### (3) 職員の平均給与月額、初任給など

ア 職員の平均年齢、平均給料月額および平均給与月額（4月1日現在）

区分	平成25年		
	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
一般行政職	44.6歳	324,009円	384,733円
技能労務職	49.7歳	316,632円	341,056円
うち清掃職員	51.1歳	318,398円	354,556円
うち学校給食員	49.7歳	311,956円	320,539円
うち用務員	49.0歳	318,113円	340,478円

注 1 「平均給料月額」とは、4月1日現在における各職種ごとの職員の基本給の平均です。

2 「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、時間外勤務手当などの諸手当の平均です。

イ 職員の初任給（平成25年4月1日現在）

区分	職員の初任給	
一般行政職	大学卒	172,200円
	高校卒	140,100円
技能労務職	高校卒	137,200円
	大学卒	200,000円
消防職	高校卒	158,100円





# 二情報

くらしに役立つ  
情報満載！

## がんを知る展 自分らしく生きるために

三条信用金庫では「がん対策推進企業アクション」の活動の一環として、多くの方にご覧いただくために、早期発見、治療により明るい生活を送っていただくためにパネル展を開催します。

とき：10月18日(金)まで  
10月21日(月)～31日(休)  
＊いずれも午前9時～午後3時  
問い合わせ：三条信用金庫 営業推進部  
☎0256343136

## 発達障がい支援セミナー

in 新潟  
発達障がいのお子さんへの正しい認識とその支援法について学びます。  
とき：10月22日(火) 午後1時30分～4時

## 第65回 全国植樹祭

いがた2014

全国植樹祭は、豊かな国土の基盤である森林・緑に対する国民的理解を深めるため、天皇皇后両陛下をお迎えして、毎年春季に開催される国土緑化運動の中心的行事です。参加希望者は申し込みが必要で、詳しくは新潟県ホームページをご覧ください。  
申込期間：10～11月  
定員：500人程度  
申し込み・問い合わせ：新潟県治山課  
☎0252805787

## 自閉症のドキュメンタリー映画「あじび」の上映・監督講演会

映画「あじび」は、自閉症の妹を持つ兄が、一年をかけて自閉症の妹千鶴と、母を撮り続けた家族の物語です。今回は、千鶴さんの兄であり監督でもある赤崎正和氏の講演も行います。  
とき：11月3日(日・祝) 午後1時30分～4時10分  
ところ：三条市総合福祉センター  
参加費：500円  
申込期限：10月31日(休)  
申し込み・問い合わせ：三条地区自閉症児・者を育てる会事務局  
☎0256386094

ところ：NPO法人 フリースクールP&T新潟校(新潟市)  
定員：30人  
申し込み・問い合わせ：NPO法人 フリースクールP&T新潟校  
☎0250257353  
メール mail@pandtor.jp

## 新潟経営大学公開講座

受講は無料です。  
とき：10月24日(木) 午後6時30分～8時  
ところ：新潟経営大学(加茂市) テーマ：会社法制のこれからと事業承継のポイント  
定員：先着48人  
申込期限：10月23日(休)  
申し込み・問い合わせ：新潟経営大学 総務課  
☎0256333000

## 大河津分水講演会2013

「東日本大震災、近年の豪雨災害の教訓に学ぶ」をテーマとした講演会です。参加費は無料です。  
とき：10月27日(日) 午後2時30分～4時50分(開場 午後1時30分)  
ところ：メディアシップ(新潟市)  
定員：先着230人  
申し込み・問い合わせ：信濃川大河津資料館友の会事務局 斎藤  
☎09019961256

## 第18回

新潟県MOA自然農法

研究発表会

とき：11月4日(月・休) 午後1時～4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  
定員：180人  
内容：・基調講演「自然農法との出会いと育種の取り組みについて」  
講師 静岡大学名誉教授 中井弘和  
・報告「三条市の完全米飯給食による子どもたちの変化」ほか  
申し込み・問い合わせ：MOA自然農法研究発表会実行委員会事務局  
ファクス0252311197

## 三条テクノスクール

第2種電気工事実技講習

第2種電気工事士実技試験受験のための実技講習です。複線図の書き方から、配線のポイントを学び、候補問題を実際に配線します。  
とき：11月5日(火)、7日(木)、12日(火)、14日(木)、19日(火)、21日(木)  
いずれも午後6時～8時30分  
ところ：県立三条テクノスクール  
対象：就業している方  
定員：10人

## 食欲の秋

おいしい収穫感謝祭

有機栽培米の日本酒「越乃しらさぎ」をつくる米然酒会主催のイベントです。

## ●収穫感謝祭(秋もち)

餅つき、神楽の舞などが楽しめます。つきたての餅、鴨汁、田舎料理などサービスがあります。  
とき：10月27日(日) 午前10時～午後1時  
ところ：栄寿荘(三条市)  
参加費：500円(小学生以下無料)

## ●清酒仕込み蔵見学

麒麟山酒造で仕込み、蔵の見学や、狐の嫁入り屋敷も見学します。  
とき：11月17日(日) 午前8時～午後5時  
集合場所：三条市役所三条庁舎  
参加費：2千円(昼食代込み)

## ●新酒初呑み切り20周年記念会

「越乃しらさぎ」新酒呑み放題、ミニコンサート、お楽しみ抽選会などを行います。  
とき：12月8日(日) 午後5時～8時  
ところ：割烹 加島屋(三条市)  
参加費：5千円  
申し込み・問い合わせ：栄然酒会事務局(近藤酒店)  
☎0256452036

## 金澤翔子席上揮毫・

金澤泰子講演会

ダウン症の天才書家として注目を集めている金澤翔子さんによる席上揮毫(揮毫パフォーマンス)と、その母である金澤泰子さんによる講演会を開催します。参加費は無料です。

## ●社会福祉法人 報徳福祉会

園児の発表や児童館・老人施設の紹介をします。  
とき：11月3日(日・祝) 午前9時  
ところ：大崎小学校体育館  
問い合わせ：つくし保育園  
☎0256385302

## 社会福祉法人 報徳福祉会

報徳フェスティバル

園児の発表や児童館・老人施設の紹介をします。  
とき：11月3日(日・祝) 午前9時  
ところ：大崎小学校体育館  
問い合わせ：つくし保育園  
☎0256385302



## 上越新幹線の夜間走行訓練

皆さまから安心して上越新幹線をご利用いただけるよう、上越新幹線において災害・異常時などを想定した夜間走行訓練を実施します。  
とき：11月7日(木) 午後10時30分頃～8日(金) 午前5時頃  
走行区間：上越新幹線 新潟新幹線車両基地～越後湯沢駅間  
問い合わせ：東日本旅客鉄道株式会社 新潟支社総務部安全企画室  
☎0252485181

## 新潟県農業大学校 学生募集

新潟県農業大学校では平成26年度の学生の募集を開始します。詳しくは新潟県ホームページをご覧ください。いただくか、お問い合わせください。  
問い合わせ：新潟県農業大学校  
☎0256723141

## 里山大薬校(秋編)

炭焼き体験と野外科理

炭焼きを体験しながら、炭やたき火を使ったおいしい野外科理づくりをします。  
とき：11月9日(土) 午前9時～午後4時  
集合場所：里山大薬校

## 生活衛生融資相談

とき：11月14日(木) 午後1時30分～3時30分  
ところ：三条保健所  
対象者：飲食店、理容業、美容業、旅館業、公衆浴場業、クリーニング業などで、店舗の内装・増改築、機械設備の更新増設、支店開設、新規開業などを計画されている方  
問い合わせ：新潟県生活衛生営業指導センター  
☎0253782540

## 多額の借金問題

一人で悩まずお電話を

新潟財務事務所では、借入などでお悩みの方の相談を無料で受け付けています。相談をお聞きした後すぐに法律専門家を紹介します。受付時間：月曜～金曜(祝日を除く) 午前8時30分～正午、午後1時～5時  
問い合わせ：財務省関東財務局新潟財務事務所  
☎0252817508

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) 《ご予約は不要》 午前9時～午後5時  
**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付けております。  
※祝日と重なった場合は休業日となります。  
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



種別	相談名	とき	ところ	内容	問い合わせ
子育て・家庭	子どもの発育・子育て相談	平日 午前8時30分～午後5時15分	子どもの育ちサポートセンター	子どもの発育の心配事や子育ての悩みに関する相談 *臨床心理士、言語聴覚士による相談は事前申込必要	子どもの育ちサポートセンター ☎(45)1114
	青少年相談	平日 午前9時～午後5時 17日(日) 午前9時～正午 *事前申込必要	青少年育成センター	自分自身のこと、子どもに関する相談	青少年育成センター フリーダイヤル ☎0120-123970 メール sodan@city.sanjo.niigata.jp
	家庭児童相談・虐待相談	平日 午前8時30分～午後5時	子どもの育ちサポートセンター	児童虐待を含む子どもや家庭の問題などの相談	子どもの育ちサポートセンター ☎(45)1123 *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		
	子どもなんでも相談	5日(火)、12日(火)、16日(土)、26日(火) 午後2時～5時	総合福祉センター	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)8511
健康・福祉	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 13日(火) 午前9時30分～11時30分 21日(木) 午前9時30分～11時30分	健康づくり課 保健指導係 下田保健センター 栄保健センター	心と身体の健康や食事に関する相談	健康づくり課 保健指導係 ☎内線722
	医師による精神保健福祉相談	20日(火) 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	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)2363
	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	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)0815
		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)1221
		平日 午前8時30分～午後5時30分	相談支援事業所ひめさゆり		相談支援事業所ひめさゆり ☎(46)5677
平日 午前9時～午後5時	相談支援センター青空	相談支援センター青空 ☎(47)1267			
法律	弁護士による無料法律相談	1日(金)、8日(金)、15日(金) 午後1時～4時 *事前申込必要 (10月22日(火)午前9時～)	総合福祉センター	法律に関する相談	社会福祉協議会 三条支所 ☎(33)8511
	司法書士による無料法律相談	9日(土) 午後1時30分～4時 *事前申込必要	司法書士会 三条支部		司法書士会 三条支部 ☎(33)1617
その他	行政相談	12日(火) 午前9時～正午	下田サービスセンター	国の行政全般についての苦情や意見、要望	下田サービスセンター ☎(46)5906
		18日(月) 午後1時～3時	栄寿荘		栄サービスセンター ☎(45)1110
	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	生涯学習情報の提供や学習相談	生涯学習課 ☎(47)0048 メール gakusyusodan@city.sanjo.niigata.jp
	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 三条支店	資金繰りの相談や、運転・設備資金の紹介、あつせん	三条商工会議所 ☎(32)1311

日常の心配事や悩み事、何でもご相談ください

問い合わせ：  
市役所 ☎0256(34)5511

心配や不安を抱えているなら、一人で悩まず、まずは「市民なんでも相談室」にご相談ください。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。



11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。

(市外局番 ☎0256)

相談名	とき	ところ	内容	問い合わせ
特設人権相談	6日(水) 午前9時30分～正午	市民なんでも相談室	人権に関する相談をはじめ、日常の困り事などの相談	市民なんでも相談室 ☎内線711
行政相談	19日(火) 午後2時～4時		国の行政に関する苦情や意見、要望	
消費生活相談「弁護士無料法律相談」	13日(火)、24日(日) 午後2時～4時		悪質商法の被害や多重債務など、深刻な消費生活相談 *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	21日(木) 午後1時～4時		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	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	日常の心配事や悩み事、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)1110 下田サービスセンター ☎(46)5906
	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	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)3374 fax(32)9898 メール saposute-sanjo@lagoon.ocn.ne.jp
	心配ごと相談	6日(水)、13日(水)、20日(水)、24日(日) 午後1時～4時 *専用電話相談あり ☎(34)1700	総合福祉センター	日常のさまざまな困り事、心配事などの相談	社会福祉協議会 三条支所 ☎(33)8511
		5日(火)、18日(月) 午後1時～4時	栄寿荘		社会福祉協議会 栄支所 ☎(45)6491
		12日(火)、26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)5506
	高齢者総合相談	月～土曜日 *祝日、年末年始を除く	地域包括支援センター嵐北(第二・第三中学校区)	介護に関する相談や悩み、健康・福祉・医療・生活に関する相談 (家族や地域の方からの相談にも対応)	地域包括支援センター嵐北 ☎(36)0620
			地域包括支援センター嵐南(第一・本成寺中学校区、須頃小学校区)		地域包括支援センター嵐南 ☎(36)5001
			地域包括支援センター東(第四・大崎中学校区、大島小学校区)		地域包括支援センター東 ☎(38)4455
	月～金曜日 *祝日、年末年始を除く	地域包括支援センター栄(栄中学校区)	地域包括支援センター栄 ☎(45)7600		
地域包括支援センター下田(下田中学校区)		地域包括支援センター下田 ☎(46)3193			
税理士会 無料税務相談	6日(水)、20日(水) 午前10時～正午 *事前申込必要	税理士会 三条支部事務所	税金に関する相談	税理士会三条支部 ☎(33)0380	
就労支援相談	平日 午前10時～午後6時	ソレイユ三条	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)5262	



# すまいるランド

## 申込不要の講座

講座名	とき	内容
七五三祝いDay	15日(金) 16日(土) 午前10時～午後2時	千歳あめの袋を作ります。お祝いのお土産もありますよ。*お土産の数がなくなり次第終了
作ってあそぼう 自由に作ってあそぼう	3日(日・祝) 17日(日) 午前10時～午後2時	びよんびよんバード 廃材を使って自由に工作できます。
えほんのしかん	5日(火) 午前11時～11時30分	絵本の読み聞かせや手遊び
えいごであそぼう	6日(水) 9日(土) 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。
親子ふれあいエクササイズ	8日(金) 22日(金) 午前10時30分～11時	ママと一緒にリフレッシュ! *講座の時間はおもちゃ、遊具が使えません。
すまいるシアター 三条っ子ママくらぶ	10日(日) 午前10時～11時30分頃 11日(月) 午前10時30分～正午	影絵つるのおんがえし、ぼくは王様ほか いっぱい積み木「童具」で作ってこわそう!
栄養士ぱくぱく相談	12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
助産師ひまわり相談	12日(火) 26日(火) 午前9時30分～11時30分	助産師による相談会
かみしばい出前講座	13日(水) 午前10時30分～11時	人権擁護委員会による大型紙芝居
いっしょに歌いましょう	19日(火) 午前10時30分～11時	親子で手遊びをしたり、ハンドベルやリングベルでリズムに乗って一緒に歌いましょう。
わらべ唄で遊ぼう	20日(水) 午前10時30分～11時	わらべ唄は言葉や感覚、感情や機能が育まれ、やさしく温かい子育てに役立ちます。
楽しいおりがみ	23日(土・祝) 午前10時30分～正午	季節のかわいい折り紙を作ませんか。
おはなしポケットのおはなし会	23日(土・祝) 午後1時30分～2時	大型絵本や紙芝居の読み聞かせ。 ろうそくに火を灯しおはなしの始まり…。
おもちゃの病院	24日(日) 午後1時～4時	診断無料。直ったら材料代(100～300円程度)をいただきます。不要なおもちゃがあればご寄付ください。

# 子育て情報 Pickup!

## 11月のおススメイベント

\*こちらの講座は予約が必要です。参加費の記載のないものは無料です。

### 赤ちゃんとお目合わせてスキンシップ

#### ベビーマッサージ

11月1日(金) 定員 各回先着12組  
午前10時30分～11時30分  
内容 わらべ歌(インストラクター 渋谷 めぐみ)

11月27日(水) 定員 各回先着12組  
午前10時30分～11時30分  
内容 タッチケア(インストラクター 谷 慶子)  
対象 4カ月～1歳6カ月  
参加費 400円

### 子育ての疲れを癒します

#### 足もみ肩もみサロン

11月7日(木) 定員 先着12人  
午前10時30分～11時30分  
内容 足や肩をクイックマッサージでリラックス  
対象 子育て中の家族  
参加費 400円

### ママ姿勢美人になりましょう

#### アロマストレッチ～骨盤エクササイズ～

11月14日(木) 10時30分～11時30分 (保育受付開始 午前10時)  
\*保育ルームをご利用の方は早めにお越しください。  
内容 天然100%の植物の香りを抽出したアロマオイルを使用し、芳香浴を行いながら産後の骨盤を調整するストレッチを行います。  
対象 お母さん(妊婦の方はご遠慮ください)  
\*お子さんの同伴は出来ません。  
参加費 400円 持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物

### 親子で心地よい時間を

#### ベビーヨガ

11月25日(月) 定員 先着8組  
午前10時30分～11時10分  
内容 肌と肌のふれあいが子どもの心を育てます。  
対象 3カ月～2歳位の子どもと保護者  
参加費 300円

### Christmasデコレーション

#### mocoroスクラップブック

11月28日(木) 定員 先着15人  
午前10時～正午  
内容 「Christmas」デザインでフォトをかわいくデコレーションして楽しもう!  
対象 子育て中の方  
参加費 500円  
持ち物 L版写真1～2枚

## 子育て支援センターイベント

開催日	保育所(園)	時間	内容
上旬	本成寺保育園 ☎0256(32)3791	—	作って飾ろう*保育園の作品展に飾る作品作り
6日(水)	保内保育所 ☎0256(39)6130	午前10時30分～11時30分	サトシ「おてて絵本」講師:絵本作家 佐藤伸
7日(木)	田島わくわく保育園 ☎0256(33)0034	午前10時45分～11時15分	栄養指導と試食会*申込必要
8日(金)	月岡保育所 ☎0256(35)1585	午前10時30分～11時20分	保健師ミニ講座「感染症の予防について」
14日(木)	千代が丘保育所 ☎0256(46)5565	午前10時30分～11時10分	ヨガでリラックス 講師:小浦方ひろ
15日(金)	あいあい保育園 ☎0256(45)2223	午前10時30分～11時	親子体操教室 講師:グリーン体操クラブ 相羽哲也
26日(火)	きらきら保育園 ☎0256(31)1188	午前10時45分～11時	体育あそび 講師:グリーン体操クラブ 相羽哲也

\*行事の日程、内容は都合により変更になることがあります。  
\*そのほかの行事についても、ホームページに行事カレンダーを掲載しています。

### 子育て広場

保育所・幼稚園に通っていない子どもに遊び場を開放

### 一時預かり

仕事や介護、母親の出産時などにご利用ください

### 育児講座

子育ての知識や情報を学びましょう

### 育児相談

お気軽に保育士へお声掛けください

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

### すまいるフォト

三條っ子ママくらぶ  
たくさん積み木で遊ぼう

たくさん積めたよ

### すまいるランド 講座をご紹介します!

アロマで癒され、ストレッチで体がスッキリ!

～アロマストレッチ～骨盤エクササイズ

### すまいるランドは 休日も開いています!

子どもの楽しい夢がいっぱい!

ママが作ったお弁当を持ってきたよ!

かみしばい出前講座(人権擁護委員会)  
大型紙芝居とゆるキャラが登場

七五三をお祝いしよう!  
顔出しパネルで記念撮影

■保健師育児相談 [平日] 午前9時～11時30分

■子育てホットはっと相談 平日随時受け付け

\*子育てに関する心配事など職員にお気軽にご相談ください。

11月の休館日 18日(月) 29日(金)

問い合わせ すまいるランド(市役所栄庁舎1階) ☎0256(45)5687 開館時間 午前9時～午後6時



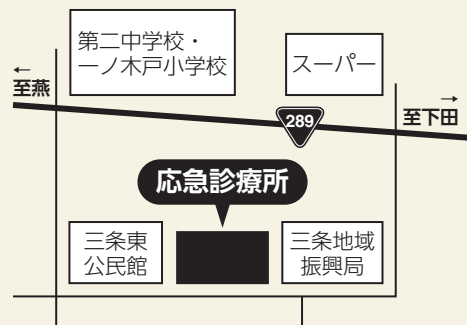
## 救急診療・献血

### 県央医師会応急診療所 (内科、小児科、外科、整形外科)

応急診療所は、休日、夜間の急病に、かかりつけ医に引き継ぐまでの応急処置を施す施設です。保険証を忘れずにお持ちください。「日中は用事があるから」などといった安易な理由で受診することはやめましょう。

診療時間	
月曜～土曜	午後7時30分～10時30分 (受け付け 午後7時～10時)
日曜、祝日、 8/15、 12/31～1/3	午前9時30分～午後0時30分 (受け付け 午前9時～正午)
	午後1時30分～5時 (受け付け 午後1時～4時30分)
	午後7時30分～10時30分 (受け付け 午後7時～10時)

三條市興野一丁目13番67号  
☎ 0256(32)0909



駐車場が満車の場合は、三条地域振興局をご利用ください。

新潟県小児  
救急医療  
電話相談

休日夜間に子どもの急な病気で相談したいときは  
#8000 または ☎025-288-2525 (午後7時～10時)  
\*相談は無料です。小児科医師、看護師が対応します。



### 休日救急当番医 (見附地域) (市外局番 ☎0258)

診療時間…午前9時～午後5時 (正午～午後1時は事前に電話してください。)

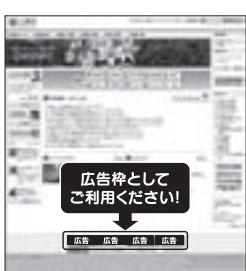
11月	内科系			外科系		
3日(日・祝)	星野医院	見附市本町4-2-37	☎(62)0998	金井医院	見附市本町1-4-7	☎(62)0116
4日(月・休)	山谷クリニック	見附市本所1-12-10	☎(61)1388	星整形外科医院	見附市柳橋町274-6	☎(66)8808
10日(日)	杏仁堂医院	見附市本町1-2-50	☎(62)0123	中之島クリニック	長岡市中条三之江218	☎(61)2551
17日(日)	さえき内科	長岡市中之島569-6	☎(66)8500	わたなべ皮フ科クリニック	見附市昭和町2-21-22	☎(62)7750
23日(土・祝)	関谷医院	見附市新町2-2-5	☎(61)0205	石澤医院	見附市新町3-3-50	☎(62)2500
24日(日)	霜島内科医院	見附市新町1-8-3	☎(62)0579	お元気でクリニック	見附市学校町2-13-76	☎(63)3800

### 愛の献血

11月	ところ		とき
6日(水)	三柳	(株)野島製作所	午前9時30分～11時
	柳川新田	シマト工業(株)	午後1時～4時
10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
29日(金)	上大浦	嵐北産業(株)	午前10時～午後0時30分
	荻堀	下田保健センター	午後2時～3時30分



\*県内の献血会場の問い合わせ フリーダイヤル ☎0120-78-8224



**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 ☎0256(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