

# SANJO

広報  
さんじょう

11.1 | 2014  
No.218

特集

## 旬の 野菜の チカラ



# プロが語る 地場野菜の 魅力

地場野菜は多くが露地栽培だ。太陽の恵みを直にたっぷり浴びた野菜は、やはり味が良く栄養価も高い。季節を問わずいろいろな野菜が楽しめる今、その土地の気候がそのまま反映する地場野菜は、まさに自然の力が育んだ本来の野菜であるといえるだろう。



地場野菜の豊富な知識を持つ  
三条中央青果卸売市場  
蔬菜部長の山田毅さん

この地域のこれからの目玉は、キャベツ、白菜、長ねぎ、葉物野菜、大根。多くは信濃川河川敷で作られたものだ。肥沃な土地は野菜づくりに適し、肥料をやらなくても質のよい野菜が育つ。「健康ブームで、ここ数年、鍋の需要が大きく伸びているでしょ。もう少し寒くなると、冬野菜が大量に使われるようになるんですよ。」全国各地から届く野菜を毎日扱っている、三条中央青果卸売市場蔬菜部長の山田毅さんが、鍋物に欠かせない長ねぎを紹介する。

ここがすごい！  
地場野菜

# ねぎ

# 旬の野菜のチカラ

特集

少しずつ寒さが増すこの頃、食卓も秋から冬へと変化する。甘みとみずみずしさを増し、エネルギッシュに登場する冬野菜は、鍋や煮物など、熱々料理で活躍し、私たちに幸せな気分にしてくれる。

健康づくり課 食育推進室 ☎内線 242

## おすすめの 食べ方

これからの時期はやっぱり鍋！  
ねぎはどんな味の鍋にも合う！  
ねぎ本来の味を味わいたいのなら、  
醤油ベースのあっさり味がおすすめ。  
山田さんのお気に入り入りはトマト鍋。

## 目利き

実は白い部分も葉っぱ。白い部分と緑の部分の色の違いがはっきりしているものが、より新鮮でおいしい。

地場産の最大の良さは「鮮度」。地場の新鮮なねぎは、みずみずしく、軟らかい。葉の部分にゼリー状のものが多いのも特徴で、これはねぎの持つ糖分が固まったものです。火を通すと一層甘みを増し、煮込んだスープまでおいしくしてくれます。

新潟では、白い部分が多いものが好まれるため、土を盛り、日に当たる部分を減らして作る。関西では逆に緑の部分が多いねぎが好まれる。



ここがすごい！  
地場野菜

# 大根

豊富なメニューと、食材を生かした本格的な和食が人気の地産地消推進店、須頃にある「和旬喰爛魚家」店長の金子啓治さんが地場食材にこだわる理由とは？

「特にこだわっているわけじゃなく、市場で安い野菜を選ぶと、自然と地場産になっちゃうんだよね。少しくらい形が悪くても、新鮮だし、味には問題ない。それなら安い方がいいですよ。」

料理はほぼ、素材を見てひらめきで作るという金子さんが、大根まるごと一本の変身技を披露。



華麗な包丁さばきを披露する魚家店長 金子啓治さん

「おいしい大根かどうかって？持っただけで分かるよ。硬さが全然違うからね。新鮮な大根は表面が硬くてしっかり重みもある。」

そんな話をしながら、わずか10分でメニューが決定。大根がおいしいフルコースへ大変身！



大根はこれからが旬！  
おいしいよ！

## 葉っぱ

### オイスターソース炒め

鉄分やカルシウムが豊富な葉っぱは、ザクザク1cm幅に切る。油を引いたフライパンに、鷹の爪を入れ、切った葉っぱを入れてさっと炒める。  
オイスターソース、塩、しょうゆで味付け。強火で一気に炒めるのがポイントだ。ご飯にピッタリの超簡単絶品おかずをお試しあれ。



### ぶり大根

ぶり大根は「大根」が主役！大根がぶりのうま味をたっぷり吸って、これぞ冬のこちそう。

大根は筋が残らないように、厚めに皮をむき、面取りもしっかりする。米のとぎ汁などで下ゆですると、下準備OK。  
下ゆでしたぶりと一緒に、コトコトと40分ほど煮ていく。シウウガとねぎの葉もたっぷり入れるのがポイント。調味料は酒と塩だけというのが魚家流だ。大根が透き通ってきたところで火を止めて、「これかね、冷めると味が染み込んでおいしいんだよ」と、金子店長自慢の一品だ。



## 上の部分

## 真ん中

### 大根ステーキ ネギソースかけ

大根ステーキ ネギソースかけ  
程よく水分を含む真ん中の部分は、焼き物に最適。表面に隠し包丁を入れて皿に並べ、だしをかけて電子レンジで3分。くしが通れば後は焼くだけ。表面に片栗粉をつけ、油を引いたフライパンでこんがり焼き上げる。ねぎの葉としょうが、めんつゆ、ゴマ油で作ったネギソースをたっぷりかけて完成！このソースは1か月は持つよ。」と、万能ソースも伝授。



### 大根の天ぷら

「大根の天ぷらなんて、あんまり食べたことないでしょ？下の部分は水分が少ないから、揚げてもおいしいんだよ。」

縦に切ったのりで巻き、小麦粉をうすめに溶いた衣をつけて油の中へ、いい音を立ててカラッと揚がった天ぷらは、薬塩をつけて召し上がれ。のりの香りと大根のほのかな苦み、歯切れのよい食感が、何とも言えないほっとするおいしさ。

### 浅漬け

食感を楽しむため、厚めの千切りに。乾燥昆布とともに食品保存用袋へ。全体になじむくらい醤油を入れ漬け込む。途中で大根の水分が出るので、2〜3回捨てながら一晩おくと、カリカリのおいしい浅漬けに。

### 大根の天ぷら



# キャベツ

ここがすごい！  
地場野菜

素朴な家庭料理を気軽に、しっかりと学べると、子育て世代に人気の料理教室がある。大崎の自宅を開放した「のんちゃんの家料理教室」だ。主宰の神保のぶえさんが教える料理には、いつも旬の野菜や魚がいっぱいだ。

「スーパーでも地場の食材が手に入るでしょ。それってとても幸せなことよって、生徒のみんなにはいつも言っていますよ。」

東京出身の神保さんだからこそ感じる、旬を身近に味わえる喜びを、キャベツを使った絶品料理とともに紹介する。



地場野菜の魅力を語るのんちゃんの家料理教室 主宰 神保のぶえさん

## 冬のキャベツは味が濃く甘い

春キャベツは巻きがふんわりし、食感が良いのに対して、これからのキャベツはキュッと実がつまり、ずっしり重く、甘みが強い。うまみもたっぷり味で濃いので、そのまま食べても本場においしい！

いろいろな料理で活躍するキャベツ。今回は、本来の食感と味を生かした簡単サラダをご紹介します。



## シャキシャキキャベツとリンゴのコールスローサラダ

1.キャベツは千切りにし、さっと水で洗い、水を切る  
ポイント 切ってから洗うと栄養が逃げないように、洗うのはさっと1回。水切りはふきんを使い軽く切る。

### 2.ドレッシングをつくる

材料を混ぜ合わせる。分量は味見をしながらお好みで。  
〈材料〉塩、ハーブソルト、こしょう、オリゴ糖(または、はちみつ、ガムシロップ)、マヨネーズ、粉チーズ、おろしにんにく、オリーブオイル、穀物酢、バルサミコ酢

ポイント 作り過ぎても、2〜3日は冷蔵庫で保存OK

### 3.リンゴをいちよう切りにする。

ポイント 直前に切ることで、色が変わるのを防ぐ。

### 4.キャベツ、リンゴをドレッシングであえる。

お好みで、ホールコーンやレーズンを加えても、おいしい！



## 行きつけのお店をつくらう

よく二・七の市へも買い物へ行くという神保さん。

「トマトはこのがおいしいとか、魚はこのが好きとか。いろいろと食べ比べて、行きつけのお店を持つと、旬の食材とも上手に付き合えるようになりますよ。」

三条には、こんなにおいしい食材が豊富だということを知らない人も多い。旬の食材に興味を持ってたくさん食べて、もっとも旬のおいしさを感じてもらいたいと、神保さんは言う。

## 次の季節を元気に過ごす強い味方

例えば、さといものぬめりや、ねぎの辛みは、風邪予防に効果的。でも、風邪をひいてから食べるのではなく、元気なときにしっかり食べることで、免疫力が高まり、風邪をひきやすい季節の変わり目を元気に過ごすことができる。

その土地の旬をしっかりといただくことは、次の季節の元気につながる、そう思って、神保さんは毎日料理に取り入れている。



# その土地の、 その時期のものを 食べることに

私たちの体は、その土地と一体化する。  
明治時代から伝わる「身土不二」の教えは、今もなお、  
健康の秘訣に違いない。

新鮮な野菜そのものを  
味わう魅力を伝え、  
安全、安心な農産物、  
それらを育む環境を  
次世代に残していきたい。  
(山田さん)

地域のものを選ぶことが、  
まちの活性化にもなって、  
巡り巡って自分や子どもたちに  
返ってくる。  
そんなことも考えて  
くれる主婦が増えるといいわね。  
(神保さん)

同じ値段なら  
絶対地元のものを買うよ。  
理由？そりゃ農家さんへの  
貢献さ。(金子さん)

私たちが地場の旬を選び、食べることは、  
私たちの健康だけでなく、この土地の元気にもつながる。

旬の野菜のチカラをいただき、  
心も体も元気いっぱいにごさう

## 旬の野菜のチカラ

### 「春野菜のチカラ」

**春野菜は  
苦い**

ほろ苦さが体の細胞を  
活性化し、目覚めさせてくれる

春野菜の特徴の一つである苦味の正体は、植物性アルカロイドという成分。これは、代謝が下がる冬の間に溜まった体内の老廃物や有害な物質を排出し、肝臓の機能を高めてくれる。また、冬眠モードの体に刺激を与え、細胞を活性化し目覚めさせてくれる。

菜の花やタケノコ、フキノトウやタラの芽などの山菜に多く含まれる。ただし、食べ過ぎると下痢を起こすことがあるので注意が必要。さつとゆでたり、油で炒めたりすると、大事な成分をほとんど壊すことなく食べることができる。



タケノコ



菜の花

### 「夏野菜のチカラ」

**夏野菜は  
濃い**

自ら蓄えた抗酸化成分が、  
日焼けなどの回復を助ける

夏はトマト、ナス、ピーマン、キュウリ、カボチャなど鮮やかで色の濃い野菜が揃う。夏の強い紫外線から身を守るために自身の色を濃くして、ビタミンAやビタミンC、カロテンなどの抗酸化成分を多く蓄えている証拠。この抗酸化成分が私たちの日焼けや疲労の回復に大いに役立ってくれる。また、夏野菜は水分やカリウムが豊富。汗で失われた水分の補給や、余分なナトリウムの排出を促して、火照った体をクールダウンさせてくれる。



トマト



ナス

### 「秋野菜のチカラ」

**秋野菜は  
辛い**

程よい辛みは夏に疲れた胃腸  
を元気にしてくれる

同じ大根でも、秋の大根は辛みがあり、冬が深まるにつれ甘みが増す。秋の辛みは、夏の暑さで弱った胃腸によい刺激を与え、元気にしてくれる。

それに、秋の味覚は冬に向けての体づくりに欠かせない。新米をはじめ、サツマイモやサトイモ、クリ、レンコンなどは糖質が多く、冬の寒さに備えて私たちがしっかりとエネルギーを蓄えられるように、という自然の恵み。ビタミンやミネラルが豊富なきのこ類は抵抗力を増し、一緒に食べると効果倍増。



サツマイモ



葉ショウガ

### 「冬野菜のチカラ」

**冬野菜は  
甘い**

糖度を高めて、  
冷えた体を温めてくれる

根菜も葉物野菜も寒さが増すにつれて甘くなる。これは、野菜が寒さで凍らないように自分で糖度を上げるため。そして、それを食べる私たちの体も冷えにくくしてくれる。

また、冬野菜は他の時期の野菜に比べ、ナトリウムが少し多い。ナトリウムにも体を温める働きがある。大根やカブの葉には、鉄分も豊富。貧血が原因の冷えの改善に役立ってくれる。他にも、風邪予防に役立つビタミンCが豊富な野菜も多く、免疫力を高める働きにも注目したい。



大根



カブ

# 職員採用試験(期限付任用職員)

行政課 人事厚生研修室 人事・育成係 ☎内線407

## 期限付任用職員とは…

正職員に比べ重い責任やスキルを求められない職種ですが、自らの担当業務を担うやりがいのある職種です。

### ●正職員並みの報酬額を支給

一般事務職および栄養士職は大卒、保育士職は短大卒の正職員初任給に準じた報酬額です。このほか特別賃金(賞与6月期、12月期)や諸手当の支給があります。

### ●安心の休暇制度、福利厚生制度

年次有給休暇のほか、夏季休暇、看護休暇などの特別休暇が付与されます。また、定期健康診断、胃がん検診などの福利厚生も受けられます。

### ●勤務成績に応じた任期更新

勤務成績に応じて任期が更新される場合があります。また、任期更新により、報酬が引き上げされる場合があります。

～特に保育士免許をお持ちの方～  
前職退職後ブランクのある方、保育業務の経験が浅い方など、もう一度資格を生かしてみませんか。

## 実施概要

### ●任期

- (1) I 類期限付任用職員(一般事務職および栄養士職) …平成27年4月1日～平成30年3月31日(3年任期)
  - (2) II 類期限付任用職員(保育士職) …平成27年4月1日～平成28年3月31日(1年任期)
- \*勤務成績に応じて、任期が更新される場合があります。

### ●試験職種、採用予定人数など

| 試験職種 | 職務内容  | 採用予定人数 | 受験資格   | 原則的な勤務時間など                | 報酬額        |
|------|-------|--------|--|---------------------------|------------|
| I 類  | 一般事務職 | 30人程度  | 普通自動車運転免許を有する方   | 午前8時30分～午後5時の間で1日7時間30分勤務 | 月額166,600円 |
|      | 栄養士職  | 若干名    | 普通自動車運転免許を有する方<br>・管理栄養士の資格を取得している方または平成27年3月31日までに取得する見込みの方               |                           |            |
| II 類 | 保育士職  | 35人程度  | 保育士の資格を取得している方または平成27年3月31日までに取得する見込みの方(児童福祉法第18条の18に基づく保育士登録済みまたは登録見込みの方) |                           | 月額147,800円 |

### ●試験日程および内容

| 試験職種 | 第1次試験                       |  | 第2次試験     |           |
|------|-----------------------------|--|-----------|-----------|
|      | 作文試験(800字程度)および基礎能力試験(高卒程度) |  | 第1次面接     | 第2次面接     |
| I 類  | 一般事務職                       | 11月30日(日)<br>* II 類期限付任用職員(保育士職)は基礎能力試験を行いません(作文試験のみ実施)。 | 平成27年1月中旬 | 平成27年1月下旬 |
|      | 栄養士職                        |  |           |           |
| II 類 | 保育士職                        |  |           |           |

### ●申込方法

詳しくは受験案内をご覧ください。  
\*受験案内は、行政課、栄・下田サービスセンターで配布しているほか、ホームページにも掲載しています。

### ●申込期限

11月17日(月)午後5時30分(必着)

### ●申込先

〒955-8686 三条市役所 行政課 人事厚生研修室 人事・育成係(住所不要)

## 採用説明会を開催します

期限付任用職員の採用などに関する問い合わせにお答えします。  
とき…11月8日(土)午前10時  
ところ…総合福祉センター  
内容…採用までの流れや業務の内容、勤務条件、福利厚生制度などの説明および個別相談

## 募集

### 図書館栄分館の愛称

生涯学習課 文化振興係 ☎0256・47・0048

めざせ!しかけ絵本日本一プロジェクト実行委員会では、図書館栄分館の愛称を募集します。図書館栄分館は、子どもたちが利用しやすい、子育て世代にやさしい図書館を目指しています。小さな子どもでも、呼びやすく、分かりやすい名前を募集します。

**応募作品の内容**: 図書館栄分館のイメージを表現した、誰もが分かりやすく、親しみやすい愛称(自作未発表作品に限る)

**応募方法**: 施設の愛称(ふりがな)、愛称の意味、考えた理由、氏名(ふりがな)、年齢、性別、郵便番号、住所、電話番号、(学生の場合)学校名、学年を記入の上、次のいずれかの方法で応募してください。

- ・郵送 〒955-0072 三条市元町13-1 生涯学習課 文化振興係 ファクス 0256-32-5476
  - ・メール shougaigakushu@city.sanjo.niigata.jp
- \*一人何点でも応募できますが、一通につき1点までとします。

**応募期間**: 11月1日(土)～12月10日(水)  
**選考および表彰**: 実行委員会により名づけ親大賞を決定し、愛称として採用します。なお、同一作品の応募が複数あった場合は、愛称の意味や考えた理由などの想いにより決定します。

- ・名付け親大賞1点 賞状+副賞(図書カード)
- \*選考結果は、平成27年1月中旬に連絡し、2月1日のイベントにて表彰します。

**その他**:  
・採用作品に関する諸権利は三条市に帰属するものとします。

・応募愛称の著作権などに係る問題が発生した場合は、全て応募者の責任となります。  
・応募の規程に反するものは、審査の対象になりません。  
・応募愛称は返却しません。



## クラウドファンディングでしかけ絵本購入の支援を

生涯学習課 文化振興係 ☎0256・47・0048

めざせ!しかけ絵本日本一プロジェクト実行委員会では、クラウドファンディングでしかけ絵本購入の支援を募集しています。

クラウドファンディングでは、クラウドファンディングを使って支援金を集めています。クラウドファンディングは、インターネットを介して不特定多数の個人から支援金を集めるサービスです。

支援いただいた方には、お礼をします。10万円を支援いただいた方には、平成27年2月1日開催予定のイベントで三条市長から感謝状を贈呈します。

**実施期限**: 11月29日(土)  
**支援金額とお礼の内容**:

- ・3千円 サンクスレター
  - ・1万円 サンクスレター+絵本1冊に名前を記載
  - ・3万円 サンクスレター+絵本5冊に名前を記載
  - ・10万円 サンクスレター+絵本10冊に名前を記載+感謝状贈呈
- 申込方法**: 詳しくは市ホームページまたは実行委員会フェイスブックをご覧ください。



## 講座・催し

### 今年最後の まちなかで朝ごはん

健康づくり課 食育推進室 ☎内線498

新米の炊きたてごはんをはじめ、秋野菜たっぷりのおいしい朝ごはんを提供します。買い物ついでにお越しください。  
とき: 11月7日(金)午前7時～8時30分頃(無くなり次第終了)  
ところ: 二・七の定期露店市会場(北三条駅付近)

**内容**: 旬の食材を使った和食(70～100食)  
**料金**: 1食500円  
**その他**: 荒天の場合は中止することがあります。



### かんきょう庵イベント情報

かんきょう庵 ☎0256・45・7040

**●オリジナル消しゴムはんこで年賀状作り**  
今年はオリジナルの年賀状を作りませんか。

## 講座・催し

### 今年最後の まちなかで朝ごはん

健康づくり課 食育推進室 ☎内線498

とき: 11月16日(日)午後1時～3時  
対象: 市内在住の小学生以上で、彫刻刀を使える方(小学校低学年は保護者同伴)  
参加費: 800円  
定員: 抽選10人  
申込期限: 11月10日(月)

**●かんきょう庵 DE 四季を感じ NIGHT★第2弾**

**秋の夜長を楽しむワインの調べ**  
ワインのすてきなお話とジャズ演奏をお楽しみください。  
とき: 11月22日(土)午後6時～8時30分  
内容: ワインアドバイザーによるお話会、ワインに合う料理の試食、ジャズの演奏、ワインなどの販売、アロマフラット製作体験コーナーなど  
定員: 50人(成人に限ります)  
チケット: 2千円(1ドリンク付き)  
販売開始日: 11月5日(水)  
販売場所: 環境課



## 野村万作・萬齋 狂言公演

生涯学習課 文化振興係 ☎ 0256 (47) 0048

芸術鑑賞  
ツアー

**とき**…12月7日(日) 午前11時30分～午後4時30分  
**行先**…りゅーとびあ 新潟市民芸術文化会館（新潟市中央区）  
**参加費**…6,100円  
**定員**…抽選22人  
**集合場所**…市役所三条庁舎  
**申込期限**…11月11日(火)（必着）  
**申込方法**…往復はがきに参加者名（2人以内）の郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、生年月日、電話番号を明記し、お申し込みください。  
**申込先**…〒955-0072 三条市元町13-1 三条市生涯学習課「芸術鑑賞ツアー」係  
**注意事項**…



野村 万作



野村 萬齋

**ポイント**

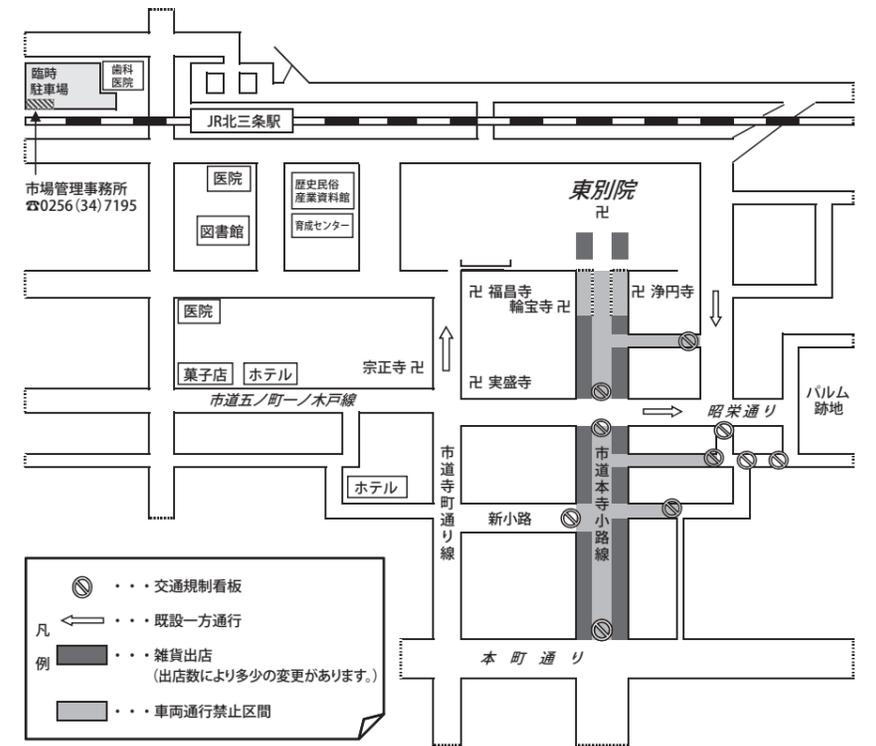
- ・ 1人2通以上または、1家族2通以上の応募、市外に在住の方の応募や必要事項の記載がないものは無効です。
- ・ 応募者多数の場合、過去の芸術鑑賞ツアーに参加したことのある方はご遠慮いただく場合があります。
- ・ パスツアーのため、個人の都合による途中下車はできません。
- ・ 初めての方を優先します。

人間国宝・野村万作、狂言だけでなくテレビや著作、舞台イベントなどで活躍をみせる野村萬齋による大好評の狂言シリーズ。  
 檜床の舞台、椀皮葺の屋根。能の上演にふさわしい伝統的な形式を持ちながら、幽玄の闇に能舞台の屋根が消えていきりゅーとびあ能楽堂で極上の狂言をお楽しみください。

## 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

**規制区間**…三条別院周辺道路の一部  
**規制時間**…11月5日(水) 午後1時～7日(金) 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(金)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。

### 図書館 イベント情報

☎0256-34-0657

●図書館スタッフのおススメ本  
 「かえりの合図、まっけた食卓、そこ、きつと、しおふる世界。」



藤田 貴大 / 著 白水社

演劇団体「マームとジプシー」を主宰する藤田貴大による「第56回岸田國士戯曲賞」受賞作品です。ページを開くと「姉ちゃん、胃薬、持った、っ」といった句読点が重ねられた特異なセリフにまず目を奪われます。やがて、その文体で反復して描かれる場面

### 講演会 「あなたも美文字家 一人にやさしい文字を書く」

諸橋敏次記念館 ☎0256・47・2208

美文字王子と言われる横浜国立大学教授青山浩之氏を講師に迎え、実技を取り入れた講演会を開催します。

**とき**…11月29日(土) 午後1時30分  
**演題**…「あなたも美文字家 一人にやさしい文字を書く」  
**講師**…横浜国立大学 教育人間科学部教授 青山 浩之



**定員**…先着100人  
**申込方法**…電話またはファクスでお申し込みください。  
**電話・ファクス** 0256・47・2208  
**申込開始日**…11月5日(水)  
**マイクロボスの運行** 希望者に対し、中央公民館からマイクロボスを運行します。申込時にお伝えください。  
**定員**…先着25人

### 健康づくり課 食育推進室 ☎内線498

三葉まき塾 気軽に農業体験

消費者の皆さんに農業をより身近に感じてもらうため、気軽にできる農業体験を実施します。農家から農産物の作り方や新鮮な野菜などの情報を学んでみませんか。

●秋じゃがいもの収穫  
**とき**…11月上旬  
**人数**…1日2人程度

井栗地区は、近世、各藩の藩士に対し年貢の徴収権を認められた土地である知行地に分かれていました。町や村の中の一区画の名である小字も、井栗地区の新しい住居表示ではほとんど見られなくなっています。井栗の小字や近世の地名について興味のある方はお越しください。申込不要です。  
**とき**…11月2日(日) 午後2時～3時30分

●三葉歴史研究会公開講座 「井栗の小字」  
 井栗地区は、近世、各藩の藩士に対し年貢の徴収権を認められた土地である知行地に分かれていました。町や村の中の一区画の名である小字も、井栗地区の新しい住居表示ではほとんど見られなくなっています。井栗の小字や近世の地名について興味のある方はお越しください。申込不要です。  
**とき**…11月2日(日) 午後2時～3時30分

が独特なリズムを生み出します。現在の演劇世界を本（戯曲）で味わってみませんか。

●ほっと映画会 お休みのお知らせ  
 毎月第2土曜日に図書館本館で上映しているほっと映画会ですが、11月はお休みとなります。

●三葉歴史研究会公開講座 「井栗の小字」  
 井栗地区は、近世、各藩の藩士に対し年貢の徴収権を認められた土地である知行地に分かれていました。町や村の中の一区画の名である小字も、井栗地区の新しい住居表示ではほとんど見られなくなっています。井栗の小字や近世の地名について興味のある方はお越しください。申込不要です。  
**とき**…11月2日(日) 午後2時～3時30分

### 地域経営課 地域振興係 ☎内線403

#### 世界のキッチン

世界のキッチンは、いろいろな国の食文化を紹介しながらその国の一般的な料理を作る国際理解講座です。今回のテーマはフランスのお菓子です。メニューはシュークリームとフォンダンショコラ（中からとろりとチョコレイトが溶け出るリッチなケーキ）です。  
**とき**…11月28日(金)、29日(土) いずれも午前11時～午後2時  
**ところ**…ソレイユ三条  
**参加費**…600円  
**持ち物**…エプロン、三角巾、布巾  
**講師**…三条市国際交流員 ピーター・カーター  
**定員**…各回先着24人  
**申込期間**…11月4日(火)～26日(水)




### 地域：栗林

●小松菜、ホウレンソウの収穫  
**とき**…11月末まで  
**人数**…1日2人程度

●キャベツの収穫  
**とき**…11月末まで  
**人数**…1日2人程度

●梨の収穫、ルレクチエの選別  
**とき**…11月中旬  
**人数**…1日2人程度

●共通事項  
**作業時間**…午前・午後各2時間程度（午前または午後のみ可）  
**対象**…元気で農作業ができる方（年齢、性別は問いません）  
**参加費**…無料（労働に対する対価や農産物の提供は、原則ありません）  
**申込開始日**…11月4日(火)  
**その他**…保険に加入有り。当日は現地集合です。申込者には後日、詳細を連絡します。



気軽に農業体験、今月で終了となります。

\* ←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」を持参してください。スタンプ1個を差し上げます。

# 聞き逃せない！ 「慢性腎臓病」「がん」予防の最新知識

健康づくり課 保健指導係 ☎内線721 健診係 ☎内線409

## 慢性腎臓病（CKD）予防講演会

慢性腎臓病（CKD）は、年々増加している「新たな国民病」です。自覚症状が無く進行し、放置すると人工透析が必要になるばかりか、心筋梗塞や脳梗塞の危険性が高まることが分かってきました。健診による早期発見や生活習慣の改善により発症や重症化が予防できます。申込不要です。

とき…11月18日(火)  
午後1時30分～3時30分  
ところ…三条東公民館  
講演…「健康寿命を延ばす  
－腎臓にやさしい生活－」  
講師…新潟大学医歯学系  
腎・膠原病内科 教授  
成田 一衛



## がん対策推進事業講演会

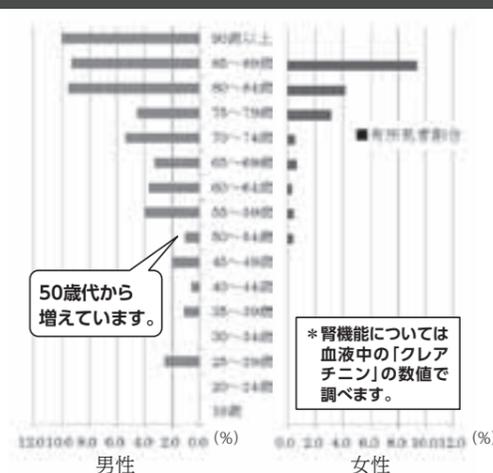
知っているようで知らない、がんの本当のこと、聞いてみませんか。申込不要です。

とき…11月30日(日)  
午後2時～4時  
ところ…中央公民館  
講演…「がんのひみつ  
－日本人とがん－」  
講師…東京大学医学部附属病院  
放射線科 准教授  
緩和ケア診療部長  
中川 恵一

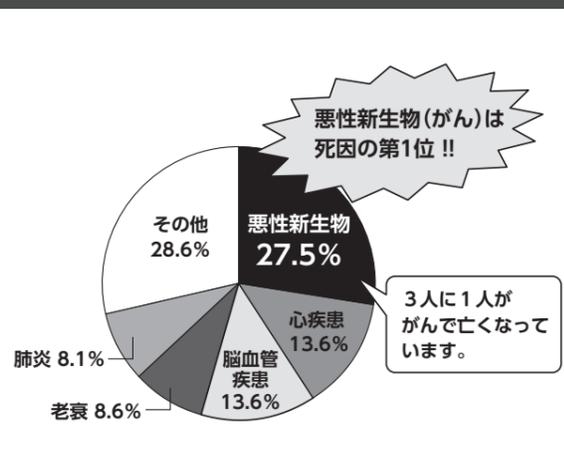


## 三条市の健康実態

### 特定健診・健康診査において腎機能低下が疑われる人の割合(平成24年度)



### 主な死亡原因(平成24年)



生涯を通じて漢学研究に情熱を傾け、「大漢和辞典」編さんの偉業を成し遂げた諸橋轍次博士の功績にちなみ、「日本漢字能力検定」で優秀な成績を収めた児童・生徒の皆さんに、諸橋轍次博士・漢字検定優秀賞を贈ります。

対象：市内在住の小中学生のうち、次のいずれかに該当する方

- ・小学生
- ・中学生

日本漢字能力検定協会が行う検定で3級以上に合格した方

検定で2級以上に合格した方

申請方法：合格証明書の記載年度内に、本人または保護者、所属する学校が所定の申請用紙に必要事項を記入の上、合格証明書の写しを添えて、諸橋轍次記念館または生涯学習課へ申請してください。

申請用紙設置場所：諸橋轍次記念館、中央公民館、市内各小中学校

諸橋轍次博士・漢字検定優秀賞

諸橋轍次記念館 ☎0256・47・2208

## パソコン教室 「デジタルカメラで年賀状」

中央公民館 ☎0256・324811

とき…  
・昼の部：11月17日(月)、20日(木) 全2回  
・夜の部：11月17日(月)、20日(木)、27日(木) 全3回 午後7時～9時  
内容…デジタルカメラを使った年賀状作り  
使用するパソコン…ウィンドウズ7  
対象…市内在住の20歳以上で、文字入力のできる方  
参加費…800円  
持ち物…デジタルカメラと接続コード  
定員…先着12人  
申込開始日…11月4日(火)



## 家庭教育講座 親子関係 「心をつなぐコミュニケーション」

中央公民館 ☎0256・324811

「子どもの気持ちが分からない」、「話のきっかけがつかめない」、「そんな悩みはちよつとしたことで解消できます」  
親子、夫婦、友人と、今よりも

もっと良い関係になれるコミュニケーション術を学びます。  
とき…11月22日、29日 いずれも土曜日 午後1時30分～3時(2回連続)  
定員…先着30人  
●保育ルーム  
事前申込が必要です。  
定員…10人程度  
利用料…1人100円



## まちづくりサポート交付金 二次募集

地域経営課 地域振興係 ☎内線336

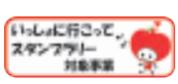
まちづくり活動を始めるきっかけや、地域課題を解決するために取り組む活動を充実させるため、まちづくりサポート交付金の二次募集をしています。

対象…市民の皆さんが進んで取り組み、市民にとって広く公共の利益になる活動で、平成26年10月1日～平成27年3月31日に行う活動  
申込方法…地域経営課、栄・下田サービスセンター、各公民館に設置の「応募の手引き」をご覧の上、申請書に必要な書類を添付して提出してください。申請書はホームページからもダウンロード

健康づくり課 保健指導係 ☎内線742

「うつ病とその対応」  
講師…医療法人崇徳会  
田宮病院 臨床心理室  
室長 中山 恵子

「うつの基礎知識やその対応方法などを学びませんか。申込不要です」  
とき…11月25日(火) 午後7時～9時  
ところ…三条東公民館  
講演…



| 申請区分  | 交付率        | 交付金限度額 | 交付回数        |
|---|------------|--------|-------------|
| はじめの一步事業<br>(これからまちづくり活動を始める団体の立ち上げを支援)               | 対象経費の3/4以内 | 10万円   | 同一団体につき1回限り |
| ステップアップ事業<br>(自治会、市民活動団体など、これまでまちづくり団体として活動していた団体を支援) | 対象経費の1/2以内 | 30万円   | 同一団体につき3回限り |

\*申請内容、応募状況などにより交付額は申請額から減額となる場合があります。

## 災害に強いまちづくりワークショップ

行政課 防災対策室 ☎内線339  
実習やゲームなどを楽しみながら防災を学び、地域や家庭での防災に役立ててみませんか。興味のある回にご参加ください。  
申込期限…各開催日の10日前まで



|     | とき                         | ところ      | 内容   | 定員(先着) |
|-----|----------------------------|----------|--|--------|
| 第1回 | 11月30日                     | 総合福祉センター | ●避難所生活を体験!<br>・限られた道具と材料でもできる、災害時に役立つ調理実習をして、試食します。<br>・カードゲームで避難所の運営を考えます。                      | 大人40人  |
| 第2回 | 12月7日<br>いずれも日曜日、午前9時～午後1時 | 消防本部 ほか  | ●地域を守る、地域で守る!<br>・排水ポンプ場や遊水地などの市内の治水施設をバス見学します。<br>・地図を使って地域の危険箇所や避難を考えます。<br>・災害時の救出、救護の演習をします。 | 大人40人  |
| 第3回 | 12月14日                     | 水防学習館    | ●親子で防災!<br>・種類豊富な非常食を作って食べ比べをします。<br>・水防学習館でゲーム、クイズを通して水害を学びます。<br>・家庭や地域で役立つ防災の先生のお話を聞きます。      | 親子20組  |

# 軽自動車税の税率が変わります

税務課 市民税係  
☎内線 462

平成26年度の地方税法の一部改正により、税率が変わります。

●原動機付自転車、二輪車など  
全ての車両に平成27年度から新税率が適用されます。

| 車種  | 現行              | 新税率    |
|---|-----------------|--------|
| 原動機付自転車                                   | 50 cc以下         | 1,000円 |
|   | 50 cc超 90 cc以下  | 1,200円 |
|   | 90 cc超 125 cc以下 | 1,600円 |
|   | ミニカー            | 2,500円 |
| 二輪の軽自動車 (125 cc超 250 cc以下)<br>(側車付のものを含む) | 2,400円          | 3,600円 |
| 二輪の小型自動車 (250 cc超)                        | 4,000円          | 6,000円 |
| 小型特殊自動車 (農耕作業用)                           | 1,600円          | 2,400円 |
| 小型特殊自動車 (その他)                             | 4,700円          | 5,900円 |
| 専ら雪上を走行するもの                               | 2,400円          | 3,600円 |

## ●三輪以上の軽自動車

平成27年4月1日以降に新規登録される新車から新税率が適用されます (平成27年3月31日までに登録済みの車両は現行税率のままです)。

また、平成28年度以後は、毎年4月1日現在で、新規登録から13年を超える環境負荷の大きい車両に重課税率が適用されます (電気軽自動車、天然ガス軽自動車、ハイブリッド軽自動車のうちガソリンを燃料とするもの、メタノール軽自動車および被けん引車は対象外)。

| 車種 | 乗用 | 車種  | 現行     | 新税率    | 重課税率    |
|----|----|-----|--------|--------|---------|
|    |    |     | 乗用     | 7,200円 | 10,800円 |
| 四輪 | 貨物 | 家用  | 4,000円 | 5,000円 | 6,000円  |
|    | 貨物 | 営業用 | 3,000円 | 3,800円 | 4,500円  |
| 三輪 |    |     | 3,100円 | 3,900円 | 4,600円  |

## <参考>●新車の四輪 (乗用家用) を新規登録した場合

| 新規登録をした日    | 税率      | 初めて納税通知書が<br>発送される年度 |
|-------------|---------|----------------------|
| 平成27年3月31日  | 7,200円  | 平成27年度               |
| 平成27年4月1日   | 10,800円 | 平成27年度               |
| 平成27年4月2日以降 | 10,800円 | 平成28年度               |

## ●重課税率が適用される年度

| 新規登録をした日      | 重課税率が適用される年度 |
|---------------|--------------|
| 平成14年12月31日以前 | 平成28年度       |
| 平成16年3月以前     | 平成29年度       |
| 平成17年3月以前     | 平成30年度       |

\*新規登録した時期は、車検証の「初度検査年月」をご確認ください。

初度検査年月  
平成〇年〇月

自動車検査証

|    |      |     |     |     |
|----|------|-----|-----|-----|
| 車種 | 軽自動車 | 乗用車 | 貨物車 | その他 |
| 乗用 | 乗用   | 乗用  | 乗用  | 乗用  |
| 乗用 | 乗用   | 乗用  | 乗用  | 乗用  |
| 乗用 | 乗用   | 乗用  | 乗用  | 乗用  |

## 事業主の皆さんへ 従業員の個人住民税は 特別徴収で納めましょう

税務課 市民税係 ☎内線 204

給与所得者の個人住民税は、給与からの特別徴収 (給与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：11月7日(金)午後2時～3時  
30分

ところ：体育文化センター  
申込期限：11月6日(木)

### 差押財産 (動産) の公売

公売財産：平成26年度 新潟県産  
コシヒカリ (玄米、検査済)

公売方法：Yahoo!オークション (官公庁オークション) を  
利用した公売によるせり売り

### ●公売財産の下見会

とき：11月12日(水)午前10時～午後3時  
3時

ところ：市役所本庁舎正面玄関  
\*公売当日までに中止となる場合があります。

### 同時開催

労働相談会・就労支援相談会  
商工課 商工係 ☎内線 736

県長岡労働相談所では、「出張労働相談会」を開催します。「賃金を払ってもらえない」「退職届を受け取ってもらえない」などの労働に関するさまざまな悩み事について労働相談所職員が相談をお受けします。相談は無料で予約不要、秘密は固く守られます。

また、転職などの仕事に関する

# 9月定例会市議会から

行政課 庶務係 ☎内線 300

9月定例会市議会は、9月2日(火)～25日(内)の日程で、市役所議場で開かれました。この市議会には、三条市ものづくり拠点施設条例の制定など23件が提出されました。

## ●条例

《可決》

- 1 三条市ものづくり拠点施設条例の制定
- 2 三条市地域交流センター条例の一部改正
- 3 三条市児童クラブ条例の一部改正
- 4 三条市営住宅条例の一部改正
- 5 三条市男女共同参画センター条例の一部改正
- 6 三条市青少年育成センター条例の一部改正

## ●その他

《可決》

- 7 市道路線の認定
- 8 平成25年度三条市水道事業会計未処分利益剰余金の処分  
《同意》
- 9 旧条南小学校跡地調整池整備工事請負契約の締結
- 10 三条都市計画道路事業 3・4・10号新保裏館線に係る信越本線三条・東三条間新保こ道橋新設工事委託契約の一部変更
- 11 人権擁護委員候補者の推薦

## ●決算認定

《認定》

- 12 平成25年度決算の認定 (三条市一般会計および各特別会計)
- 13 平成25年度決算の認定 (三条市水道事業会計)

## ●平成26年度各会計補正予算

《可決》

- 14 平成26年度三条市一般会計補正予算  
平成26年度三条市一般会計の歳入歳出に、それぞれ5億8,677万9千円を追加し、総額507億7,715万1千円となりました。  
補正した主なものは、  
・ものづくり拠点施設整備事業費……………4億2,500万円  
・農業環境保全推進事業費……………6,503万円  
・予防接種事業費……………4,416万6千円  
・景観資源活用事業費……………1,180万8千円  
・ふるさと三条応援寄附金推進事業費…1,137万1千円  
などです。

- 15 平成26年度三条市国民健康保険事業特別会計補正予算  
平成26年度三条市国民健康保険事業特別会計の歳入歳出に、それぞれ1億2,324万8千円を追加し、総額106億617万5千円となりました。
- 16 平成26年度三条市介護保険事業特別会計補正予算  
平成26年度三条市介護保険事業特別会計の歳入歳出に、それぞれ2億3,500万4千円を追加し、総額92億190万4千円となりました。

## ●専決処分報告

《承認》

- 17 平成26年度三条市一般会計補正予算  
平成26年7月9日に発生した落雷により被害を受けた公共下水道施設の災害復旧に係る繰出金……………250万円
- 18 平成26年度三条市公共下水道事業特別会計補正予算  
平成26年7月9日に発生した落雷により被害を受けた公共下水道施設の災害復旧に要する経費……………1,150万円

## ●議員発案

《可決》

- 19 学費と教育条件の公私間格差是正に向け、私立高校への私学助成の増額・拡充を求める意見書の提出について  
\*国あて
- 20 学費と教育条件の公私間格差是正に向け、私立高校への私学助成の増額・拡充を求める意見書の提出について  
\*県あて
- 21 政府による緊急の過剰米処理を求める意見書の提出について

## ●請願

《採択》

- 22 私学助成の増額・拡充を求める請願
- 23 政府による緊急の過剰米処理を求める請願



## 応急手当てを身に付けましょう

消防本部  
☎0256-34-1111

### ●普通救命講習Ⅰ

とき：11月9日、12月14日  
れも日曜日 午前9時～正午  
内容：AED使用を含む心肺蘇生法 (成人)、大出血時の止血法

### ●普通救命講習Ⅱ

とき：11月23日、12月21日  
れも日曜日 午前9時～正午  
内容：AED使用を含む心肺蘇生法 (小児・乳児・新生児)、大出血時の止血法

\*講習修了者には「修了証」を交付します。動きやすい服装でお願いします

定員：各回先着20人  
対象：市内に在住、通勤、通学する中学生以上

申込期限：各回開催日の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

のでご相談ください。



消太

悩み事についても、ワークサポート三条の相談員が対応します。なお、就職先のあつせんは行ってありませんので、ご了承ください。

とき：11月21日(金)午後1時～4時  
ところ：ソレイユ三条  
労働相談に関する問い合わせ：  
長岡労働相談所  
☎0258-376110

(労働相談専用ダイヤル)  
就職活動全般に関する相談：  
ワークサポート三条  
☎0256-3215262

# 二情報

くらしに役立つ  
情報満載!

## しみん朝市大感謝祭

5月から毎週日曜日、皆さんに親しんでいただいている「しみん朝市」。日頃のご愛顧に感謝し「大感謝祭」として、買い物をしていただいた方に豚汁のサービスを行います。地元の野菜がたっぷり入った熱々の豚汁をどうぞ。  
**とき**：11月9日(日) 午前7時  
**ところ**：三条パール金属スタジアム 一塁側スタンド脇噴水広場付近  
**駐車場**：三条パール金属スタジアムまたはトリムの森をご利用ください。

\*車は所定の場所に駐車してください。路肩に駐車すると危険ですので、ご協力をお願いします。  
 \*買い物袋を持参してください。

**お問い合わせ**：しみん市仲間の会事務局（JAにいがた南蒲北営農センター園芸特産課内）  
 ☎0256-397631

## 標準営業約款制度

「Sマーク」をご存じですか

Sマークは、厚生労働大臣認可の標準約款制度に従って営業しているお店です。

このSマークを店頭に表示しているお店は、安全、安心、衛生が保証され、皆さんの信頼できるお店選びの目安となります。また、万一の場合、事故賠償基準に基づいた補償も受けられます。



厚生労働大臣認可

**Sマーク揭示店**：  
 理・美容店、  
 クリーニング店、  
 めん類飲食店、  
 一般飲食店

●生活衛生融資相談のお知らせ  
**とき**：11月7日(金) 午後1時30分～3時30分  
**ところ**：三条保健所

**内容**：店舗の内外装・増改築、機械設備の更新・増設、支店開設、新規開業などに関する融資などの相談  
**対象**：飲食店、理・美容業、旅館業、公衆浴場業、クリーニング業などの生活衛生営業を行う方

**お問い合わせ**：  
**新潟県生活衛生営業指導センター**  
 ☎025-378-2540

## にいがた生涯学習

県民フォーラム2014

本年度のテーマである「読書」に関わる基調講演やおはなし会、生涯学習で学ぶことの価値を問いかける講演会など、2日間にわたって多彩な内容で開催します。

### ●オープニング

**とき**：11月27日(木) 午前10時  
**ところ**：新潟ユニゾンプラザ  
**内容**：  
 ・基調講演「絵本の力ー大人の気づき、子どもの成長ー」  
 講師 ノンフィクション作家 柳田 邦男氏  
 ・実践発表とトークセッション (午後1時～)

### ●おはなし会&講演会

**とき**：11月27日(木) 午後0時30分～  
**ところ**：県立生涯学習推進センター  
**内容**：  
 ・オカリナ&フラダンス団体のステージ  
 ・サトシンさんおはなし会  
 ・講演会「二人で144歳の中学生5年間の挑戦」  
 講師 映像ディレクター 太田 直子氏

●フォーラム&ビブリオバトル  
**とき**：11月28日(金) 午前10時  
**ところ**：県立生涯学習推進センター

### ◆共通事項

**申込期限**：11月14日(金)  
**申し込み・問い合わせ**：  
**新潟県教育庁 生涯学習推進課**  
 ☎025-280-5616

## 燕三条防災フェスタ2014

災害の疑似体験を通して楽しく防災を学びませんか。  
 また、会場にはチャリテイ即売会や飲食コーナーもあります。  
**とき**：11月16日(日) 午前11時～午後4時  
**ところ**：三条防災ステーション (三条競馬場跡地)  
**内容**：災害体験(自炊体験、消火器体験、車の窓ガラス割り体験、地震体験車など)、地場製品のチャリテイ即売会、もちつき、飲食屋台コーナー、防災ポスター・カード無料配布  
**お問い合わせ**：燕三条防災ネットワーク協議会事務局  
 ☎080-55137110

## 多重債務者相談 強化キャンペーン2014

多額の借金で悩んでいませんか。多重債務は必ず解決できます。相談費用は一切かかりません。まずは相談窓口にお電話ください。秘密は固く守ります。

また、新潟財務事務所での面談相談も可能です(事前予約制)。  
**受付時間**：平日 午前9時～正午、午後1時～5時  
**相談窓口・問い合わせ**：財務省関東財務局 財務広報相談室  
 ☎048-600-1113(直通)

## 女性の権利ホットライン 強化週間

新潟地方法務局および新潟県人権擁護委員連合会では、11月17日(月)～23日(日・祝)を「女性の権利ホットライン」強化週間として、法務局職員や人権擁護委員が女性に関する電話相談を受け付けます。

**とき**：  
 ・11月17日(月)～21日(金) 午前8時30分～午後7時  
 ・11月22日(土)、23日(日・祝) 午前10時～午後5時  
**専用電話番号**：☎0570-070810(全国共通)  
**内容**：差別、ドメスティックバイオ

レンス(DV)、セクハラ、夫婦間の問題など広く女性の権利に関すること

**お問い合わせ**：  
**新潟地方法務局 三条支局**  
 ☎0256-331375

## 国民年金保険料 控除証明書を送付します

国民年金保険料は、年末調整や確定申告の際に全額が社会保険料控除の対象になります。控除を受けるためには、国民年金保険料の納付を証明する書類などの添付が必要です。

日本年金機構では、納められた国民年金保険料の額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」(はがき)を11月上旬から順次郵送します。

また、10月以降に今年初めて保険料を納付される方へは、翌年2月上旬に郵送します。  
 納付忘れなどがある場合も、年内に納付すれば今年分の控除の対象となります。

年末調整や確定申告の際には、送付される控除証明書または領収証書の添付が必要となりますので、大切に保管してください。  
**お問い合わせ**：  
**日本年金機構 三条年金事務所**  
 ☎0256-322239

## 講座 セカンドライフの知恵袋③

いのちをつむぐ高齢期の食生活とはというテーマでお話いただきます。

**とき**：11月22日(土) 午後1時30分～3時(受け付け 午後1時～)  
**ところ**：三条市勤労青少年ホーム  
**講演**：「シャキット長生き栄養学」  
**講師**：  
 地域活動栄養士 中村 スミイ  
**定員**：先着50人  
**申し込み・問い合わせ**：  
**三条市シルバー人材センター**  
 ☎0256-334-2526

## 第28回 三条芸能まつり

～日熟の踊り、歌熱く～  
 開演中の飲食などの持ち込みは自由、入場無料です。  
**とき**：11月23日(日・祝) 午前11時～午後3時  
**ところ**：三条市総合福祉センター  
**内容**：新舞踊、民謡、日本舞踊、剣舞、カラオケなど50演目  
**問い合わせ**：  
**三条吟詠会事務局** 高橋  
 ☎ファクス 0256-340341

## 陸上自衛隊 高等工科学校生徒募集

技術系のエキスパートを養成するために、中学校を卒業してすぐに、陸上自衛隊の生徒課程に入校する制度です。

●推薦  
**応募資格**：中卒(見込み含む) 17歳未満の男子  
 \*中学校長の推薦が必要  
**受付期限**：12月5日(金)  
**試験日**：平成27年1月10日(土) 12日(月・祝)のいずれか1日  
**試験地**：陸上自衛隊高等工科学校 (神奈川県横須賀市)

●一般  
**応募資格**：中卒(見込み含む) 17歳未満の男子  
**受付期限**：平成27年1月9日(金)  
**試験日**：平成27年1月24日(土)  
**試験地**：新潟市

◆共通事項  
**資料請求・問い合わせ**：自衛隊新潟地方協力本部 加茂地域事務所  
 ☎0256-525222  
 〒959-1325 加茂市神明町 2-12-7

**派遣スタッフ大募集** 地元の優良企業で安定したお仕事です  
 (組立、機械加工、検査、倉庫内作業etc多数あります)

**有限会社 サンライフ** 一般労働者派遣業 般 15-300002  
 有料職業紹介所 15-2-300007  
**電話 0256-36-2847** 当社は厚生労働省の認可を受け、三条商工会にも加入しており、地域に根差した企業です。労災保険、各種社会保険完備



これからも、この街のために



**暮らしの行政窓口と相談**

土地・年金・相続などの困り事に関する相談に各種専門機関が対応します。お気軽にご相談ください。申込不要です。

**とき**：11月10日(月)午後1時～4時  
(受け付け 午後0時50分～3時45分)

**ところ**：燕市役所  
**参加機関**：法務局、国道事務所、新潟県、燕市、弁護士、司法書士、税理士、社会保険労務士、行政書士、行政相談委員、行政評価事務所  
**問い合わせ**：総務省新潟行政評価事務所  
☎0570-090110

**青少年育成支援講演会**

**三条市の未来託す青少年を育てよう**

入場無料です。  
**とき**：11月11日(火)午後6時30分～8時

**ところ**：燕三条地場産業振興センター リサーチコア  
**演題**：「フィールドから見渡した世界」  
**講師**：元Jリーガー・スポーツジャーナリスト 中西 哲生  
**問い合わせ**：三条北ロータリークラブ  
☎0256-357160

**わたがじ自然学校**

子どもゆめ基金助成金の助成活動として開催しています。

**●野菜収穫&乳搾り体験**

小松菜やキャベツの収穫体験の後、乳牛の乳搾り体験をします。  
**とき**：11月23日(日・祝)午後0時30分～5時30分(受け付け 午後0時15分～)

**集合・解散**：三条市グリーンスポーツセンター  
\*貸切バスで米地区の農家、酪農家に移動  
**持ち物**：水分補給用の飲み物、野菜を入れる袋、手ふきタオル  
**服装**：動きやすく、汚れてもいい服装  
**定員**：小学生とその保護者先着20組  
**申込期限**：11月16日(日)

\*収穫体験とは別に野菜を購入する場合は、別途有料

**●子どもの体験活動に役立つアイスブレイクセミナー**

さまざまな場で使える「緊張をほぐす」「よい雰囲気を作る」アイスブレイクについて体験します。  
**とき**：11月24日(月・休)午後1時30分～4時30分(受け付け 午後1時～)

**ところ**：燕三条地場産業振興センター リサーチコア

**講師**：青木将幸(アシリテーター) 事務所 代表 青木 将幸  
**参加費**：500円(当日支払い)  
**定員**：先着100人  
**申込期限**：11月20日(木)

**◆共通事項**

**申込方法**：三条シエアリングネイチャーの会のホームページからお申し込みください。  
**問い合わせ**：三条シエアリングネイチャーの会 鳥羽  
メール sanjo@naturegame.org  
☎090-1932-7025

**丸井今井邸 合同作品展**

**とき**：11月23日(日・祝)、24日(月・休)午前10時～午後4時  
**ところ**：丸井今井邸(三条市)

**内容**：  
・子どもビーズ教室 作品展示  
・ビーズアクセサリー販売  
・チャリティーバザー(ちりめん手芸小物、ビーズ)  
・ビーズ体験コーナー  
・子ども抹茶教室(23日(日・祝)午前のみ)

**問い合わせ**：丸井今井邸  
☎0256-332-3263

**障がい児・者**

**相談支援フォーラム**

新潟県三条地域振興局健康福祉環境部では、地域で障がいのある人と無い人が共に暮らし、共に働く社会の構築に向けた機運を醸成することを目的に、障がい児・者相談支援フォーラムを開催しています。

今年「発達障がい児とその後の支援」をテーマに、講演と相談支援事業所紹介を行います。入場無料です。

**とき**：12月5日(金)午後1時30分～4時30分  
**ところ**：燕三条地場産業振興センター メッセピア

**内容**：

・講演会  
「発達障がい児の支援について」  
講師 新潟大学教育学部教授 長澤 正樹  
・相談支援事業所紹介…  
発達障がい児・者の事例を中心としたライブステージとの関わり紹介(相談支援センターハートおよび相談支援センターアリス)

**申し込み・問い合わせ**

新潟県三条地域振興局 健康福祉環境部 地域福祉課  
☎0256-36-2232

**古文書解説講座**

下田地区の旧家に残る古文書を読み解きます。

**麒麟山酒造見学**

有機栽培米の日本酒「越乃しらすぎ」をつくる米然酒会主催のイベントです。

**とき**：11月13日(木)、18日(火)午後1時30分～3時30分  
**ところ**：三条市下田公民館  
**参加費**：500円  
**問い合わせ**：下田郷土史研究会 橘  
☎0256-46-2208

**子ども体験活動に役立つアイスブレイクセミナー**

さまざまな場で使える「緊張をほぐす」「よい雰囲気を作る」アイスブレイクについて体験します。  
**とき**：11月24日(月・休)午後1時30分～4時30分(受け付け 午後1時～)

**子どもの体験活動に役立つアイスブレイクセミナー**

さまざまな場で使える「緊張をほぐす」「よい雰囲気を作る」アイスブレイクについて体験します。  
**とき**：11月24日(月・休)午後1時30分～4時30分(受け付け 午後1時～)

**古文書解説講座**

下田地区の旧家に残る古文書を読み解きます。  
**とき**：11月13日(木)、18日(火)午後1時30分～3時30分  
**ところ**：三条市下田公民館  
**参加費**：500円  
**問い合わせ**：下田郷土史研究会 橘  
☎0256-46-2208

**麒麟山酒造見学**

有機栽培米の日本酒「越乃しらすぎ」をつくる米然酒会主催のイベントです。  
**とき**：11月16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**：2500円(昼食代、まちあるきガイド料含む)  
**定員**：先着20人

**清酒仕込み見学**

麒麟山酒造で仕込み、蔵の見学ができるバスツアーです。  
**とき**：11月16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**：2500円(昼食代、まちあるきガイド料含む)  
**定員**：先着20人

**新酒初呑み切り会**

「越乃しらすぎ」新酒飲み放題、ミニコンサート、ミニ講演会などを行います。  
**とき**：12月7日(日)午後5時～8時

**新酒初呑み切り会**

「越乃しらすぎ」新酒飲み放題、ミニコンサート、ミニ講演会などを行います。  
**とき**：12月7日(日)午後5時～8時

**ところ**：割烹あめや(米地区)

**参加費**：5千円程度  
**申込期限**：11月30日(日)

**◆共通事項**

**申し込み・問い合わせ**：米然酒会事務局(近藤酒店)  
☎0256-45-2036

**掛金還付手続き**

(株)だいかい友の会に掛金の還付申請をした方は、11月中旬以降に関東経済産業局から書類が送付されます。

**だいかい友の会**

新潟地方法務局供託課に書類を提出すると供託金の還付を受けることができますが、受付開始後は窓口の混雑が予想されるため、対象の方は同封の封筒により郵送での手続きにご協力をお願いいたします。

なお、還付金額が10万円以上の方は、3カ月以内に発行された市区町村の印鑑証明書が必要です。  
\*新潟地方法務局で手続きする場合は公共交通機関をご利用ください。

**問い合わせ**：新潟地方法務局供託課  
☎025-226-0956(平日午前8時30分～午後5時15分)  
新潟市中央区西大畑町519-1

困った時は、お互い様 地域で活躍できる！  
**一緒にお仕事をして頂ける方募集**

たすけあい事業 介護保険(訪問介護事業・デイサービス) 障害者総合支援事業

特定非営利活動法人 **地域たすけあいネットワーク**

見学随時OK! お電話下さい  
**0256-34-2448** フリーペーパー komachi 介護御用聞きご用聞きネット掲載中  
〒955-0071 三条市本町6丁目3-76

**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(割引制度有)

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 ☎0256(34)5511・内線308

**魚屋 和の月**

忘年会ご予約受付中  
落ち着いた和の雰囲気の中で皆様のご予算、ご希望にあわせた忘年会コースをご用意いたします。お弁当・折り詰めのご注文も承っております。

しらすぎ森林公園手前。バス無料送迎あり。  
三条市北潟甲658-1 TEL:47-7345

ご利用されたお客様からも絶賛の声を頂いています。HPお客様の声に掲載中!

詳しくは <http://www.uokin.com/wanotuki/>

**11/2(日) 秋の大感謝祭**  
10:00~15:00

- 日本一大きいひごぜん焼き(11:30~12:30)
- マルシェいい湯らてい
- 消防車、パトカー、除雪車 展示
- 野菜市大感謝祭
- Jazz ロビーコンサート
- ヒーロー サイン&握手会

八木ヶ鼻温泉 **いい湯らてい**  
三条市南五百川16番地1 TEL 0256-41-3011 11月の休館日は19(水)です

感謝の気持ちを込めて **回数券割引キャンペーン**  
11/2(日)~23(日) いつも あたがいメッセージを書いたビンキをお風呂に浮かべます。ありがとう

勤労感謝の日 特別企画 **100のありがとう風呂**  
11/1、8、15、22、29(11月の土曜日)  
**小学生入館料(昼間)半額**

**会員大募集**

生きがいつくり、生涯現役、健康維持、地域貢献、仲間づくり、小遣い稼ぎをしたい60歳以上の皆様へ朗報!!

今月は入会説明会を毎週開催します!!

①19:00~6(木) ②9:30~13(木) 20(木) 27(木)

会場は全てセンター事務所  
説明は約1時間半。入会手続きは後日です。お気軽にどうぞ!!

公益社団法人(愛称：サンワーク三条) **三条市シルバー人材センター**  
三条市旭町2-6-11 市役所第二庁舎  
☎34-2526

**【介護職員初任者研修 受講生募集】**  
(旧ホームヘルパー2級)

仕事や家事、勉強をしながら受講でき、ご自身の将来やご家族の介護にも役立つ研修課程です! ※教育訓練給付制度指定講座になりました。

○募集定員 24名(定員に達し次第、締め切ります)  
○申込締切 12月1日(月)  
○研修期間 平成26年12月3日(水)~平成27年3月25日(水)  
○研修日時 水曜日/金曜日 午後7時~午後9時10分  
日曜日 午前9時30分~午後5時00分(祝日は休講)  
○受講料 95,000円(地域限定割引・学生割引制度など有)  
○研修会場 社会福祉法人つばめ福祉会 法人本部 教育研修室  
問い合わせ 〒959-1263 新潟県燕市大曲 2486番地  
Tel 0256-61-6363 HP <http://www.tsuabame-fukushi.jp/>

# 三条遺跡物語

第96話

生涯学習課 文化財係 ☎0256(46)5205

## 「八十里越を越えた先人たち⑱ ～歴史の道 八十里越 その5～」

前話では、八十里越の往来を監視するために設置された村松藩の津谷口留番所を紹介しました。

会津側の八十里越の起点、沼田街道と交差する叶津村(福島県只見町)には、叶津口留番所が設置されました。

元文3(1738)年叶津口留番所に「(前略)往来人多分有之、大通格之御番所」と記されています。また、「陸奥国会津郡叶津村差出シ銘細帳」には、「槍、鉄砲、突棒、差俣、捻り(袖がらみ・写真1)、寄棒」など9品の武器を備え、敷地には柵木戸門が設けられていたとあります。

領内から勝手に持ち出しができない定留物として、「女、鷹巣、駒、蝸、漆、鉛、熊皮、紙」の8品目がありました(写真2)。



写真1：袖がらみ(先端部分)  
(叶津口留番所旧蔵)(所蔵：坂本知忠氏)



写真2：福島県指定重要文化財長谷部大作家文書定留物(部分)  
(所蔵：長谷部イネ氏)

これを領外に持ち出すにはそれぞれ手形が必要な上、厳重な検査が行われました。その他にも真綿、木地、畳表など28品目が留物としてあげられています。

口留番所を通るには、手形が必要で、人や物の往来の取り締まりが厳しく行われました。

この叶津口留番所の建物は、現在福島県指定重要文化財長谷部家住宅として保存・公開されています(写真3)。この建物に入ると、今でも八十里越を往来する人がいるように感じるほど当時の面影が残されています。

(次話に続く)



写真3：福島県指定重要文化財長谷部家住宅(叶津口留番所跡)(写真提供：只見町教育委員会)

# ピーターと世界の鍵

地域経営課 地域振興係 ☎内線403



## 第37回 スーパーマーケット

カナダのスーパーの商品は、とにかくビッグ! 一度見て欲しいです。

私は買い物に出掛けると、いつもカナダのスーパーが少し恋しくなります。日本の一般的なスーパーに比べるとさまざまな違いがありますから、今月はカナダのスーパーについて紹介したいと思います。

まず、ほとんどのカナダ人は1~2週間に1回しか買い物に出掛けませんから、きっと皆さんがカナダのスーパーに行く機会があれば、一番最初に驚くことは、全ての商品の量だと思えます。例えば飲み物だと、牛乳は4ℓのペットボトルに入った状態で棚に並んでおり、炭酸飲料では通常サイズの2ℓのペットボトル販売と12または24缶入りの箱でケース販売しています。さらに、アイスクリームは1人用のカップ単位での販売ではなく、通常は2ℓの紙パックや4ℓのパケツ単位で販売されていて、味の種類も軽く30以上はあります。また肉類も非常に種類が多く、鶏や七面鳥などは丸ごと買えますし、羊肉やバイソン(牛の一種)の肉なども

一年を通して置いてあります。

しかしながら、魚介類の品揃えには日本の皆さんはがっかりするかもしれません。特に私が生まれたサスカチュワン州や他の内陸部の州のスーパーは、魚介類の品揃えが極端に悪いのです。私が昔よく利用していたスーパーのチラシを見ると、肉製品については50種類以上も品物が掲載されていたのに対して魚介類については、わずか6品しかなく、しかも全て冷凍品でした。

どうしても新鮮な魚介類を手に入れたければ、魚専門店にわざわざ買いに走るようになります。お肉よりお魚派の人が生活するには少々つらいかもしれませんね。



# クローズアップ食育

第8回

食の分野で活躍する多くの方にインタビュー。三条の食の魅力をお届けします。健康づくり課 食育推進室 ☎内線242

## 工場の祭典 秋の給食試食会

10月4日(土)開催

燕三条 工場の祭典の中で、ものづくりの一つの形として学校給食の調理現場を見学し、地場食材をたっぷり使った給食を試食できるイベントを開催しました。秋の味覚たっぷりの給食は大変好評でした!



FMでも放送中! 毎週水曜日 午後0時10分~ FM76.8MHz ピックアップさんじょう



91人が参加! 感想を聞きました!

- 季節の食材がたくさん使われていて、すごく良かったです。おいしくいただきました!
- 温かいものは温かく、冷たいものは冷たいまま食べられる工夫があって、子どもたちは幸せだなと思いました。
- ご飯は七分つき米と聞き感動しました。現在2歳の娘が就学するのが楽しみです。

今年12月にも学校給食の試食会を予定しています。お楽しみに!

## 栄養豆知識 新米の時期 ご飯のおいしさを堪能

待ちに待った新米の時期です。皆さん、おいしい新米をたくさん食べていますか? 新米をおいしく食べるポイントは、普段より水を減らして炊くことです。米1合に対して大きじ1杯程度の水を減らすのがおすすめです。例えば炊飯器で炊く場合、目盛まで水を入れて、そこから大きじ1杯の水をとります。今年の新米も、味や食感は例年並みによく仕上がっています。おいしく炊き上げ、食感や香りをじっくり味わってみてください。学校給食でも、10月半ばから新米のご飯が登場しています。



10月8日(水) 午後6時30分頃、市役所から撮影

編集者のつぶやき

先月の皆既月食、皆さんご覧になりましたか。インターネットで「月食」という言葉を検索すると、全国各地のいろいろな方が撮影した月の様子が掲載されているようです。

私たち広報担当も、月が影に隠れていく様子を撮影してみました。思っていた以上にはっきりと、クレーターまで写るものですから、夢中になって何枚も撮影してしまいました。

ところで、少し前に新聞のテレビ欄で「縦読み」が話題になったのを覚えていますか。今回の編集者のつぶやきの中でも「かいきげっしょく」で縦読み挑戦しようとしたのですが、途中で挫折しました。「しよ」が思い浮かばず。でも、大分頭の体操になりました。皆さんも試してみたいかがでしょうか。

(山)



「金物のまち 子どもまちあるき体験」で工場の祭典に参加。のこぎりの切れ味にびっくり！  
(撮影場所 白井産業)



◀燕市で金型関係の会社を営んでいる氏田さん。「普段、こういうところを見ることはできないので、ものすごく面白い。学生や女性が多いのにびっくりした。」どこの職人さんも親切に説明してくださいとのこと。  
(撮影場所 三条製作所)

# こう ば 工場の祭典を訪れた人々

10月2日(木)から5日(日)まで開催された燕三条 工場の祭典。本当にいろんな方が訪れました。



▲シドニーで大工をしているクリスチャンさん。「来年は自分のお客さんも連れて来たい。」日本古来の「槍鉋」の使いこなしも見事なもの。  
(撮影場所 鑿鍛治田齋)



◀連携イベント「畑の朝カフェ」で出会った駒澤大学の3人組。2泊3日で工場を巡るとのこと。「日曜の夜行バスで帰って、月曜から授業です。」若いですね！  
(撮影場所 内山農園)

## contents

|          |    |
|----------|----|
| 旬の野菜のチカラ | 2  |
| お知らせ     | 8  |
| ミニ情報     | 16 |
| 今月のシリーズ  | 20 |

市のすがた  
10月1日現在  
(対前月)



人口  
101,947人  
(減43人)



男  
49,563人  
(減16人)



女  
52,384人  
(減27人)



世帯  
35,358世帯  
(増11世帯)

出生：76人 死亡：103人  
転入：122人 転出：138人

フォトスタジオウスタ  
七五三記念写真  
12月30日までの撮影で  
七五三写真1ポーズ  
お一人1人写込み  
**11,000円** (税込) (税込)

- 新作有料衣装撮影半額
- お宮参りおでかけ衣装レンタル20%OFF
- 携帯待受サービス○お子様プレゼントあり

ウスタ側に OPEN **ambi**  
フォトスタジオ USUTA  
三桑市東通1-26(地味屋センター裏)  
【営業】8:00-18:00 水曜日定休  
Facebookページ好評発信中!  
ご予約は ☎0120-508-503

**SANJO** 広報さんじょう  
店舗紹介 求人募集 イベント紹介  
**広告募集**  
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 ☎0256(34)5511・内線308