

SANJO

広報
さんじょう

2025

8.1

No.421



特集



あなたのそばに、 子育てサポート



産後ケアの一日 宿泊型の例

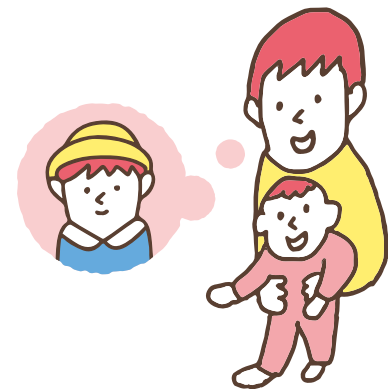
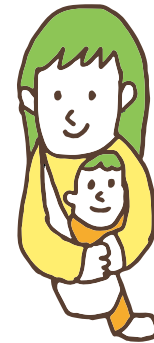


慣れない育児でも心強い

宿泊型（泊まり）を利用したママ

初めてのお産で、里帰りから自宅に戻ると、いわゆるワンオペ育児の状況でした。授乳など慣れない育児の相談をしたかったこと、自宅ではなかなか休むことができなかったのが利用しました。

3泊4日で利用し、助産師に授乳方法を直接指導いただいたり、自分のやり方で大丈夫と言ってもらえたりしたことで自信ができました。すぐに相談できる体制だったので心強かったです。夜間子どもを預かってもらうこともできたので、久しぶりにゆっくり一人で眠って体が楽になりました。



空き時間に利用でき休息も

デイサービス型（日帰り）を利用したママ

上の子の保育園の迎えまでの空き時間に利用しました。夜間の授乳で睡眠不足だったのですが、ケアを受けている間は助産師に赤ちゃんを見ていただいたり、授乳の指導や沐浴のサポートもしていただけて助かりました。産後ケアがなかったら、今ごろぼろぼろになっていたかもしれません。利用して本当によかったです。

助産師などの専門職と相談しながら一緒に育児

産後ケア担当助産師

退院直後は育休のパパや里帰りで親に頼ることができても、その後のサポートをしてくれる人がいない、休みたいといった理由で産後ケアを利用される方が多いです。普段頑張っているママが少しでも休息できるように、心がほっとできるようにと思っています。1人または夫婦だけで頑張らずに、不安なことがあるときや疲れたときに利用していただきたいです。



健やかに、楽しみながら育児ができるように

子ども家庭サポートセンター保健師

産後は身体や心の変化がとても大きく、身体の回復や育児不安を少しでも和らげられるように産後ケア事業を活用してもらいたいです。お母さん自身の健康と母子の愛着を深め、健やかに、楽しみながら育児ができるよう支援します。

特集

あなたのそばに、子育てサポート

子育て支援課 ☎45-1113

子育てはうれしいことや楽しいことがたくさんありますが、不安や負担を感じることも多いと思います。中には、1人で頑張らなければいけない、なかなか休めないというママやパパもいらっしゃいます。三条市は、育児を頑張っているママやパパが少しでもほっとできるように、一緒になって子育てをサポートしていきます。本号では、妊娠をお考えの方、妊娠中の方、子育て中の方、子育て中の方が周りにいらっしゃる方もそうでない方にも、三条市の子育て支援事業について紹介します。

産後ケア事業

出産後の身体の回復や育児に不安をお持ちのママが、赤ちゃんと一緒に医療機関などに宿泊したり日中滞在したりすることで、心身のケアや育児の指導を受けられます。

どんな人が受けられるの？

- 三条市に住所があり、産後1年未満の産婦と乳児で、次の方
- 家族などから十分な家事、育児の援助が受けられない。
- 産後に心身の不調や育児不安などがある。

利用料金は？

- 市内の委託医療機関などでは、実質無料。
- 市外の委託医療機関などでも自己負担額を抑えて利用できます。

どんなケアが受けられるの？

- 産婦の身体的ケア、保健指導および栄養指導
- 産婦の心理的ケア
- 適切な授乳が実施できるためのケア（乳房ケアを含む。）
- 育児の手技についての指導および相談
- その他必要とする保健指導、相談および支援

*医療機関に宿泊する**宿泊型**と日帰りで施設に通う**デイサービス型**、助産師が家庭訪問する**訪問型**があります。

どうすれば利用できるの？

三条市子ども家庭サポートセンターにご連絡ください。一人一人に合う利用方法を一緒に考え、ご案内します。

子ども家庭
サポートセンター
☎45-1114

詳しくはこちら



ホームページ

三条市ファミリー・サポート・センター

(通称「ファミサポ」)

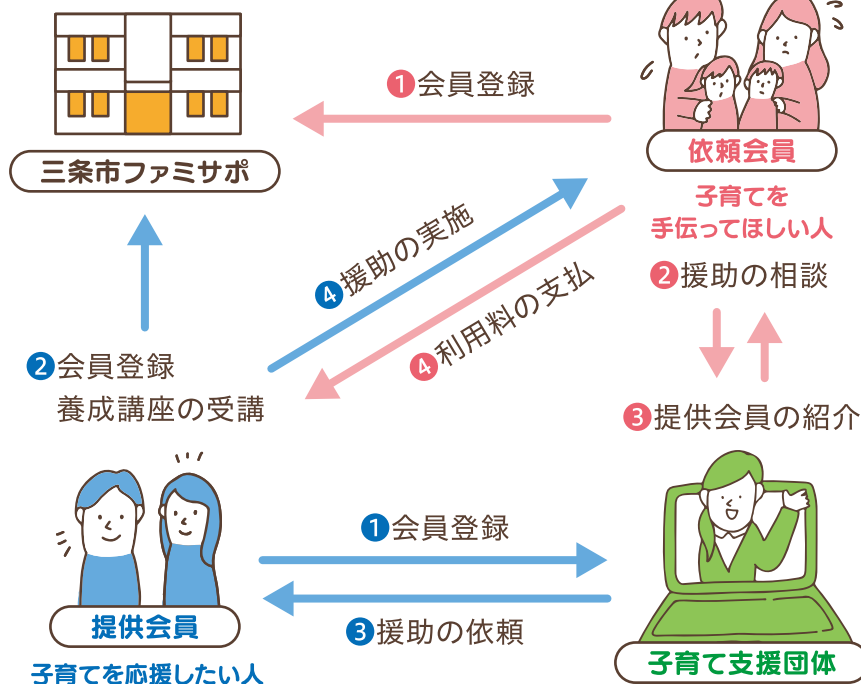
援助を受けたい人と援助したい人が会員となって、地域で子育ての助け合いを行う組織です。自宅や、すまいるランド、あそぼってなど依頼会員が指定する場所で預かりを行います。

ファミサポの仕組み



提供会員はいずれかの団体に所属します

- 子育て支援グループかるがも
- 地域たすけあいネットワーク
- 三条市シルバー人材センター



利用料金

〔最初の1時間〕…………… 500円
〔以降30分ごと〕…………… 250円
〔交通費、おやつ代など〕…………… 実費



申し込み方法など詳しくは



三条市子育て支援サイト

依頼会員と提供会員を募集しています



安心して預けることができた

自身の通院のために初めて利用しました。事前に、子どもの性格や好きな遊びを伝えられたり、顔合わせができたので、安心して預けられ、子どもも抵抗なく過ごせたようです。何をして過ごしたかも後で教えていただきました。次回は、自分のリフレッシュのために利用してみたいです。

依頼会員

三条の子育て世帯を応援したい

提供会員(子育て支援グループかるがも所属)

県外に住む共働き家庭の娘がファミサポを利用して助かっていると聞いて、自分も地域の子育て世帯を応援したいという思いで続けています。活動を通じて、最新の子育て事情を知ることができたり、子どもたちのかわいさに癒やされたりしています。提供会員になることをお考えの方には、ぜひ一歩を踏み出してほしいです。かるがもでは、提供会員のサポートもしています。



三条市の子育て講座

出産を控えたママ、パパ、子育て中のママ、パパが気軽に参加できる講座を紹介します。

産前



すまいるランド 赤ちゃんのお世話体験

赤ちゃんとお過ごす一日を想定して、新生児と同じ身長、体重の人形を使ったお世話体験を行いながら、必要な準備を考えます。

対 象 出産を控えたママ、パパ

*イベントカレンダーを確認し、直接会場にお越しください。

すまいるランド
イベントカレンダー
など



ホームページ



赤ちゃんのお世話体験

めざせハッピー家族!お父さんとお母さんになる教室

赤ちゃんが生まれてからの生活や、子育てに関わる夫婦の役割などについて考える講座です。

対 象 妊娠期の夫婦、生後6カ月までの赤ちゃんを子育て中の夫婦。ママだけ、パパだけの参加や、里帰り中のママも参加できます。

*詳しくは、本紙21ページをご覧ください。



グループでおしゃべりタイム

産後



あそぼって ひよこぐみ

わらべうた遊び、「撮影会」や「手形足形アート」などの季節のイベントや、ママ・パパ同士で情報交換ができます。赤ちゃんの発達を促す運動遊びや心地よい抱っこの仕方などの相談にも応じます。

対 象

ひよこぐみは3つのクラスがあり、お子さんの月齢に合わせて、お子さんと一緒に参加できます。

*イベントカレンダーを確認し、直接会場にお越しください。

あそぼって
イベントカレンダー
など



ホームページ



親子で交流タイム



ねんねアート

子育て講座

子育ての基礎知識や親子の絆づくりなどについて学ぶ、全4回の講座です。赤ちゃんが生まれてからの生活の変化や、赤ちゃんとの関わり方、触れ合うことの大切さなどを、テキストを使って学んだり、子育ての悩み事などをグループで話し合ったりします。



ママと一緒にふれあいあそび

日程や申し込み方法など詳しくは



三条市子育て支援サイト

▼初めての子育て講座

対 象 三条市在住、第1子が2カ月～5カ月のママと赤ちゃん

▼2人目からの子育て講座

対 象 三条市在住、第2子以降が生後2カ月～5カ月のママと赤ちゃん

NPプログラム ～Nobody's Perfect 完璧な親なんていない!～

子育ての知識や親としての役割などを学ぶ全6回の講座です。生後6カ月からのお子さんを預かる無料の保育ルームがあり、お茶を飲みながら参加者同士で悩み事なども話せます。

対 象 0歳～3歳の乳幼児を育てる保護者

参加費 500円(お茶代)



参加者同士で話せます

パパの参加も
大歓迎です

生涯学習課 ☎47-0048

三条市合併20周年記念事業

三条寄席

●と き…9月13日(土) 午後2時
●ところ…中央公民館
●定 員…先着500人
●入場券…3,000円
販売場所／中央・栄・下田各公民館
販売時間／平日 午前9時～午後5時30分
*中央公民館は土・日曜日も販売します。

三條市 三條市 三條市

ホームページ

中央公民館 イベント情報
中央公民館 ☎32-4811

講座・催し

①ふるさと映画村
とき…8月27日(水) 午後1時30分
上映内容…「オズの魔法使い」(字幕版)

②新潟大学連携 成人大学講座 第1回 薬はどのように効くのか
薬が体に吸収され、効き、排出されるまでの過程を学びます。

ページの見方
・参加費の書いていないものは無料です。
・申込先・期限が書いてあり、申込方法が書いていないものは電話で申し込みください。
・申込先・方法・期限(画)がいずれも書いていないものは申込不要です。
・HPとあるものは市ホームページからダウンロードできます。

盆花臨時市場
営業戦略室 ☎34-5605
お盆の花や地場野菜、果物、鮮魚が揃います。
とき…8月13日(水) 午前5時～10時
ところ…中央市場
*中央市場の盆市大売り出しは8月12日(火)です。

第21回 市民駅伝競走大会
健康づくり課 ☎34-5447
6区間の総合タイムを競います。
とき…10月12日(日) 午前10時15分
集合場所…市役所下田庁舎
コース…はばたき信用組合下田支店前～JAえちご中越下

第36回 爽涼水墨画展
嵐南公民館 ☎35-2011
墨笹会会員の作品を鑑賞できます。
とき…8月23日(土) 午前9時～午後5時、24日(日) 午前9時～午後4時

田支店脇15・3フロア
部門…小学生の部、中学生男子の部、中学生女子の部、一般の部、一般40歳以上の部、一般女子の部
対象…市内在住か在勤か在学の6人のチーム
参加費…1チーム2千円
申込方法…大会要項(HP)を確認ください。
申込期間…8月12日(火)～9月12日(金)
その他…一般の部と一般女子の部に参加の各チームから1人、交通整理員として協力いただきます。選手の送迎はバスで行います。伴走はできません。

ホームページ

病児・病後児保育

子どもの具合が悪いのに仕事が休めない、保育園には預けられないし、周りにお預けできる人もいない…そんなときこそご利用ください。

利用料金

(4時間を超える利用)…2,000円
(4時間以下の利用)…1,000円
*世帯の課税状況などによる減免制度があります。



病児・病後児保育ルーム
なのはな

新潟県済生会三条病院附属
保育園たんぽぽ内 大野畑6-86-12



病児・病後児保育ルーム
なでしこぽかぽか

済生会新潟県中央基幹病院併設
なでしこぽかぽか保育園内 上須頃5001番地1

事前に
利用登録
が必要です

利用の手続について詳しくは



三条市子育て支援サイト

病院併設なので安心

病気の子を預けることや、服薬、病状の急変などに不安がりましたが、保育場所が病院併設なので安心感がありました。預けたときに泣いていた子どもが、迎えのときには笑顔になっていました。安心して仕事ができるのでありがたいです。

利用したママ



子育てに関するさまざまな情報を発信しています

手当や助成などの情報も

三条市子育て支援サイト

子育てに役立つ情報を一元化。目的別と年齢別のメニューで知りたい情報が探しやすいサイトです。



ホームページ

不妊・不育症
治療費助成



プレゼント
「ベビ♡パケ」&
おむつ用ごみ袋



全額免除
第3子からの
保育料・副食費



全額助成
健康診査・
検査費用



18歳まで
子どものインフルエンザ
予防接種費用助成



instagramでも
子育て情報配信中



【三条市公式】さん☆キッズ

子育ての悩みを
LINEで相談!



友達追加



子どもなんでも相談

パリ五輪 銅メダリスト 橋本 壮市 選手 トークショー

夢を叶えるチカラ

パリ五輪で、日本の柔道史上最年長でメダルを獲得した橋本選手から、夢を叶えるために必要な力や、これまでのアスリート人生について聞けます。

- と き／9月13日(土) 午前11時～正午
*終了後に、サイン抽選会があります。



専用フォーム

- ところ／たいぶん
- 申込方法／専用フォーム
- 申込期限／9月3日(水)
- 問い合わせ／三条市スポーツ協会 ☎45-1150

【関連イベント】

同日・同会場のアリーナで行う「橋本 壮市 柔道クリニック」で、県内の中学生に橋本選手が指導する様子を見学できます。
時間／午後2時30分～4時30分



パーク24提供

市民ゼミ

嵐南公民館 ☎35-2011

① 日本の刃物と三条の金物の歴史

金物の歴史と、三条市出身の幕末の名刀工 栗原 信秀について学びます。

- と き…9月10日、24日(水) 午後1時30分～3時30分(全2回)
- 定員…抽選20人
- 持ち物…筆記用具
- 申込期限…8月26日(火)

② 三条の方言を残し伝えてゆきましよう

地方の財産である方言について学びます。

- と き…9月18日、10月2日、16日(木) 午後1時30分～3時(全3回)
- 定員…抽選20人
- 持ち物…筆記用具
- 申込期限…8月21日(木)

三条東公民館 ☎35-1200

① インテリア講座 いまちな部屋から素敵な部屋にするコツ

部屋をきれいにさせる方法

と色の使い方を学びます。

- と き…10月5日、26日(日) 午前10時～正午(全2回)
- 定員…抽選15人
- 参加費…600円
- 申込期限…9月17日(水)

本成寺公民館 ☎33-0152

① 親子でお金を学ぼう おみせやさんごっこ

遊びを通して、お金の流れや大切さを学びます。

- と き…9月23日(火・祝) 午前10時～正午
- 対象…4～12歳の子どもとその保護者
- 定員…抽選10組
- 申込期限…9月10日(水)

大島公民館 ☎33-0097

① 男性の健康フラダンス

体幹を鍛えるフラダンスを学びます。

- と き…8月26日、9月9日、16日(火) 午後7時30分～8時30分(全3回)
- 対象…男性
- 定員…抽選10人
- 申込期限…8月15日(金)

下田公民館 ☎46-5911

① 健康マジック

マジックを覚えて脳を活性化します。

- と き…8月19日、26日、9月2日、9日(火) 午前10時～11時30分(全4回)
- 定員…抽選10人
- 申込期限…8月15日(金)

② 手編み かぎ針編み 講座

リバーシブル帽を作りま

- と き…9月4日、11日、18日、25日(木) 午前10時～11時30分(全4回)
- 対象…かぎ針編みの経験がある人
- 定員…抽選10人
- 参加費…2千円
- 持ち物…筆記用具、かぎ針6号、はさみ、とじ針
- 申込期限…8月18日(月)

③ 脳トレ！健康マージャン教室 超初心者編

- と き…9月7日、21日、10月5日(日) 午前9時30分～11時30分(全3回)

② やさしいプチ筋トレ

年齢を重ねても元気に動ける体のつくり方を学びます。

- と き…9月8日、29日、10月6日(月) 午後1時30分～3時30分(全3回)
- 定員…抽選10人
- 申込期限…8月20日(水)

③ ジュートバッグにデコパージュ

バッグに紙、布などを貼り付けて飾ります。

- と き…9月24日、10月8日、22日、11月5日(水) 午前10時～正午(全4回)
- 定員…抽選10人
- 参加費…1,800円
- 申込期限…9月12日(金)

④ 楽しい草月流いけばな講座

基本を学びます。

- と き…9月26日、10月10日、24日(金)、11月13日(木) 午後1時30分～3時(全4回)
- 定員…抽選10人
- 参加費…各回1,600円
- 申込期限…9月12日(金)

大崎会館 ☎46-8844

① 痛くないキックボクシング体験

基本動作を学びます。

- と き…9月7日、14日、21日、28日(日) 午前10時～11時30分(全4回)
- 定員…抽選12人
- 申込期間…8月1日(金)～22日(金)

② ガーデンカフェ鬼ヶ島さんのほ本

お茶を飲みながら、好きな本について話します。

- と き…9月13日(土) 午後1時30分～3時
- ところ…ガーデンカフェ鬼ヶ島(東大崎1227)
- 定員…抽選10人
- 参加費…700円
- 申込期間…8月12日(火)～29日(金)

まちやま
イベント情報

図書館

まちやま ㉔32-0657

① 大人が楽しむ Story time

大人向けのおはなし会です。

とき：8月16日(土) 午後6時
～6時30分

ところ：サイエンスラボ1

定員：先着20人

② 戦後80年、平和への祈り

戦争についての語りと朗読を聴き、映画を見ます。

とき：8月17日(日) 午後2時
～3時30分

ところ：サイエンスホール

定員：先着100人

③ 三条語りの会とびら 語りの広場

昔話、伝説、物語などを聞き、民話劇を鑑賞します。

とき：8月23日(土) 午後1時
～4時

ところ：サイエンスホール

科学教育センター

科学教育センター

㉔46-0262

④ プラネタリウム夏休み上映会

とき・内容：…

・8月19日(火) 午前10時「ゆる

り星座ほしめぐり」、11時「夏の星空と流星群」

・8月20日(水) 午前10時「銀河鉄道／天の川の旅」、11時「ゆるり星座ほしめぐり」

・8月21日(木) 午前10時「ゆるり星座ほしめぐり」、11時「月の満ち欠けと旧暦」

・8月22日(金) 午前10時「明治20年皆既日食」、11時「ゆるり星座ほしめぐり」

ところ：サイエンスホール

定員：各回先着30人

持ち物：内履き

申込方法：当日サイエンスホール前で、午前10時の回は午前9時30分から、午前11時の回は午前10時から整理券を配布します。

とき：9月6日(土) 午前10時、11時、午後1時30分、2時30分

ところ：サイエンスホール

定員：各回抽選35人

持ち物：内履き

申込方法：まちやまホームページ、往復はがき、まちやま内ポストへの投函

申込期間：8月1日(金) 午前9時30分～15日(金) 午後2時

ステージえんがわ

NPO法人えんがわ

㉔080-9997-3524

① 本と〇〇 おいしいお魚

魚の本の紹介を聞き、食品サンプルを作ります。

とき・内容・(参加費)：…

・8月9日(土)

・焼き鮭キールホルダー 午前10時～正午(1,800円)

・海鮮丼 午後1時30分～3時30分(2,650円)

ところ：サイエンスラボ1

定員：各回先着15人

② 大衆演劇ショー

新導あきソロコンサート

とき：8月10日(日) 午後1時～3時(午後0時30分開場)

ところ：サイエンスホール

定員：先着100人

③ 一緒にかぎ針編みをしませんか？

とき：8月10日、24日(日) 午後2時～4時

ところ：カフェ

定員：各回先着10人

参加費：千円(別途飲み物代)

④ 夏の木工教室

とき・内容・(参加費)：…

・8月11日(月・祝)

先進農業技術研修会
乾田直播の実践と省力
化農業への展望

農林課 ㉔34-5652

稲作の省力・効率化を目指す栽培方法である乾田直播を学べます。

とき：8月27日(水) 午後2時～3時30分

ところ：まちやまサイエンスホール

申込期限：8月26日(火)

図書館 今月の特集

まちやま ㉔32-0657

ところ：図書館栄・下田各分館

内容：…

・ひんやり涼しく過ごす(夏を快適に過ごすヒントを紹介する本)

・夏の本＋自由研究、課題図書(夏を楽しむ本や、自由研究に役立つ本。児童向け)

いす 午前10時～11時、11時～正午(2千円)

・机 午後1時30分～2時30分、2時30分～3時30分(3千円)

ところ：ステージえんがわ

定員：各回先着5人

⑤ まちやまビアガーデン

とき：8月16日(土) 午後4時～9時

ところ：グラウンドひろば

⑥ チャレンジ!!

お「袋」クッキング

食べることの大切さを学び、耐熱袋で簡単にできる料理をします。

とき：8月23日(土) 午前10時30分～午後0時30分

ところ：サイエンスラボ1

対象：小中学生

定員：先着16人

参加費：500円

持ち物：エプロン、三角巾、飲み物

⑦ なつやすみ

キッズカルンバ教室

とき：8月24日(日) 午前10時～11時

ところ：サイエンスラボ1

対象：中学生まで

定員：先着12人

参加費：500円

⑧ 金継ぎ風アクセサリー作り
陶器のかけらやシーグラス風のガラスで作ります。

とき：8月24日(日) 午前10時～正午(1人15分間)

ところ：サイエンスラボ1前

参加費：アクセサリー2,500円、チャーム2,000円

⑨ 本とコーヒーとカルンバと

カルンバの演奏を聴いて、体験します。

とき：8月24日(日) 午前11時15分～午後0時15分

ところ：サイエンスラボ1

定員：先着12人

参加費：800円

⑩ 苔玉づくりとお花のアレンジメント

とき：8月31日(日) 午前10時30分～11時30分

ところ：ステージえんがわ

定員：先着10人

参加費：3千円

持ち物：園芸ばさみ

その他のイベントはこちら↓



ところ・とき…

・消防本部 8月29日(金)、31日(日)

・消防署栄分署 9月14日(日)

・消防署下田分署 9月28日(日)

*日曜日は午前9時～正午、金曜日は午後6時～9時

健康づくり課 ㉔34-5448

栄養教室(食生活改善
推進委員養成講座)

健康づくり課 ㉔34-5448

修了後は、地域で料理教室などを開催し、食を通じた健康づくりを推進するボランティアとして活動できます。

とき：9月16日(火)、10月1日(水)、23日(木)、11月5日(水)、26日(水)

午前10時～午後3時(全5回)

ところ：総合福祉センター

内容：健康づくりや栄養の講話、調理実習、献立発表会

対象：市内在住の20歳以上

定員：先着15人

参加費：4,500円

申込期限：9月5日(金)

こころの健康づくり講演会

健康づくり課 ㉔34-5445

やめたい、とめられない
知っておきたい依存症の基礎知識

誰にでも起こりうる、ゲーム、SNS、ギャンブル、お酒などの依存症について、正しい知識を学びます。



講師 国立病院機構
さいがた医療センター
院長 佐久間 寛之 さん

とき 8月27日(水)
午後6時30分～8時

ところ たいぶん

健康づくり課 ☎34-5447

第11回 大学野球 サマリーグ

次世代主力選手の育成試合です。

とき…8月7日(木)～11日(月・祝)

ところ…三条パール金属スタジアム、新潟市白根野球場、見附運動公園野球場

出場大学…慶應義塾大学、早稲田大学、明治大学、立教大学、法政大学、筑波大学、國學院大学、拓殖大学、新潟大学

育成協力金(入場料)…千円、高校生以下無料

問い合わせ…三条大学野球サマリーグ実行委員会(三条パール金属スタジアム内) ☎32-8911

詳しくはこちら

きっかけの1歩

本成寺公民館 ☎33-0152

本成寺シアター&ラジオ体操

映画を鑑賞して、ラジオ体操をします。

とき…8月19日(火) 午前9時30分～11時

上映作品…「三遊亭楽太郎十八番集一」

中央公民館 ☎32-4811

歌と音楽の健康教室

簡単な運動とカラオケをします。

とき…8月26日(火) 午後1時30分～3時30分

対象…市内在住の人

定員…抽選20人

申込期限…8月14日(木)

大島公民館 ☎33-0097

おおじま*ヒュッゲ

それぞれが好きなことをして楽しい時間を過ごします。

とき…8月6日、9月10日、10月8日(水) 午後1時30分～3時

定員…先着16人

持ち物…編み物や手芸、本など(トランプやオセロ、ボードゲームは貸し出しできます)

申込期限…各開催日の前日

大人の社会見学

バスで市内を巡り、大谷ダムなどを見学します。

とき…9月5日(金) 午前9時～午後0時30分

集合場所…大島公民館

定員…抽選15人

申込期限…8月20日(水)

芸術鑑賞ツアー

生涯学習課 ☎47-0048

秀山祭九月大歌舞伎

とき 9月20日(土) 午前6時15分～午後8時55分

集合場所 市役所三条庁舎 正面玄関前

行き先 歌舞伎座(東京都中央区)

*昼食は、公演の幕間にお弁当を食べます。

参加費 24,250円(席は1等席です)

対象 市内に住民票がある小学生以上 *18歳未満は保護者同伴

定員 抽選42人

申込方法 往復はがきに次の必要事項を書いて申し込みください。



歌舞伎座



木挽町広場正面

往信の文面 参加者の郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、日中に連絡がつく電話番号

返信の宛名面 抽選結果を受け取る人の住所、氏名(ふりがな)

*1通で2人まで申し込みできます。そのときは2人分の情報を書いてください。

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(歌舞伎鑑賞)係

申込期限 8月14日(木) 午後5時(必着)

委託業者 中越交通株式会社

注意事項

- ・1人2通以上または1家族2通以上の応募や、必要事項の記載が無いものは無効です。
- ・応募者多数のときは、初めての人を優先することがあります。
- ・バスツアーのため、個人の都合による途中下車はできません。
- ・抽選結果は9月1日(月)頃に応募者全員に通知します。
- ・キャンセルのときは、実費をいただくことがあります。代理参加はできません。
- ・交通事情や天候などにより、開演後の入場や、ツアー中止になることがあります。

10月から、デマンド交通ひめさゆりの利用料金が変わります

運行の継続のため、ご理解をお願いします。

*市街地エリア内を運行する「AIオンデマンド交通のるーとさんじょう」の料金は変わりません。

環境課 ☎34-5574



1人での乗車

運行距離	料金
2*未満	500円*変更なし
2*～	600円→800円
3*～	700円→1,000円
5*～	900円→1,300円
7*～	1,100円→1,600円
10*～	1,500円→2,200円
15*～	1,800円→3,200円
20*～	2,500円→4,400円
30*～	3,000円→5,000円

複数人での乗車

エリア	料金
エリア内	400円→600円 (おでかけパス利用)
北⇄市街地	300円→500円
南⇄市街地	
下田⇄市街地	800円→1,200円 (おでかけパス利用)
下田⇄北	500円→800円
下田⇄南	
北⇄南	

詳しくはこちら



歴史民俗産業資料館
イベント情報

歴史民俗産業資料館 ☎33-4446

①ミニ灯籠づくり

絵を描いたり飾ったりして作ります。

とき…8月16日(土) 午前10時～11時

ところ…歴史民俗産業資料館

定員…先着10人

参加費…100円

申込期限…8月14日(木)

その他…小学生以下は保護者同伴



②ナイトミュージアム

昼間とは照明の演出を変えた館内で展示を鑑賞できます。

とき…8月22日(金) 午後6時～8時(最終入館 午後7時50分)

かんきょう庵シアター

かんきょう庵 ☎45-7040

とき…8月14日(木) 午後1時30分～3時40分

ところ…かんきょう庵

上映内容…「おくりびと」

定員…先着25人



詳しくはこちら

ヒロシマ・ナガサキ
原爆写真ポスター展示

行政課 ☎34-5516

展示内容は場所によって異なります。

とき…8月1日(金)～15日(金)
(三条東公民館は8月17日(日)まで)

ところ…三条東公民館、栄・下田各サービスセンター

合併浄化槽への転換に補助金を交付します

環境課
☎34-5558

居住用家屋で、し尿くみ取り便槽や単独処理浄化槽から環境配慮型浄化槽に転換設置する人に補助金を交付します。

補助対象区域

下水道事業計画区域、農業集落排水事業区域を除く市内全域

申請方法

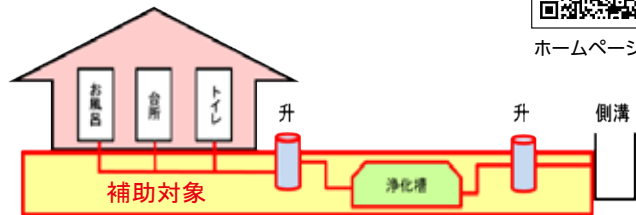
申請書 (HP) と必要書類を提出ください。
* 工事を着手する前に手続きください。



ホームページ

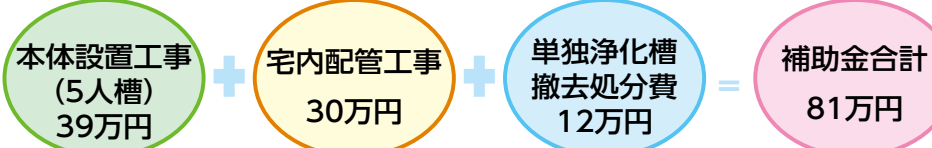
補助金額

補助対象	補助上限額
5人槽	390,000円
7人槽	474,000円
10人槽	660,000円
単独処理浄化槽撤去費	120,000円
くみ取り便槽撤去費	90,000円
宅内配管工事	300,000円



上図のほか、単独処理浄化槽、くみ取り便槽の撤去処分費が補助対象です。

単独浄化槽から合併浄化槽へ転換設置したときの補助額イメージ



補助対象にならない人

- 住宅の新築、移転、増改築で浄化槽の設置が義務付けられる人
- 事業所など専用住宅以外の用途に転換設置する人
- 別宅など通年居住しない住宅で転換設置を行う人 など

単独処理浄化槽やくみ取り便槽では、台所などの生活排水が未処理のままに流されて、河川の水質汚濁や近所の排水路の悪臭の原因になり、生活環境が悪化します。生活雑排水も浄化できる合併処理浄化槽に付け替えましょう。

熱中症を予防しましょう

健康づくり課
☎34-5445

熱中症の発症は8月が最も多く、発症者の約半数が65歳以上で、その6割以上が室内で発症しています。

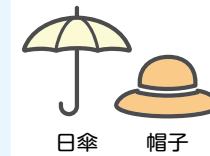
外出時

- 外出は、その日の暑くなる時間に応じて時間帯を工夫し、体調が悪いときは控えましょう。
- うちわなどの熱中症対策グッズを利用しましょう。

水分・塩分を補給する



日差しを避ける

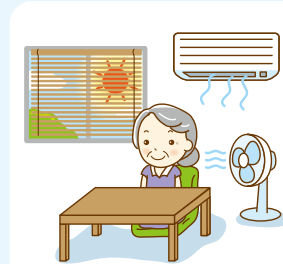


体を冷やす



首や脇など太い血管がある所に濡れたタオルを当てると効果的です

室内



- ・ブラインドやすだれで日光を遮る。
- ・冷房や扇風機を使う。
- ・* 扇風機のみでは熱中症になることがあります。
- ・風通しを良くする。

寝ている時も冷房を付けましょう

睡眠中に熱中症になることがあります。冷房の風が苦手な人は、風向きを上にする、長袖を着る、靴下を履くといった対策をしましょう。

高齢者を見守りましょう

高齢者は暑さやのどの渇きに自分で気付きにくく、リスクが高いです。見守り、声を掛けましょう。

普段よりも元気や食欲がない、脇の下や口の中が乾燥している、体を触ると熱い(発熱している)といったときは、水分・塩分を取り、体調が悪くならないときは受診しましょう。

暑さ指数の確認はこちら



環境省
熱中症予防情報サイト

熱中症の対策はこちら



地域の鳥獣被害を防止する活動を支援します

農林課
☎34-5652

自治会や農区に対する支援

電気柵資材購入費補助金

3戸以上の農業者が設置する電気柵の費用を補助します。
(資材費の1/2以内、上限20万円)

不要果樹伐採補助金

空き家の果樹の伐採費用を補助します。
(上限5万円)

有害鳥獣の捕獲者確保のための支援

有害鳥獣捕獲の担い手緊急確保補助金

狩猟免許や猟銃の所持許可の取得のための射撃教習受講料などを補助します。
(1人当たり上限54,000円)

緩衝帯整備補助金

やぶの刈り払い費用を補助します。
(1㍍当たり112,000円)

中獣類捕獲・処分費補助金

タヌキ、ハクビシンなどの捕獲・処分費用を補助します。(上限5万円)
* 捕獲器の貸し出しもできます。



詳しくはこちら



防災行政無線の試験放送を行います

行政課 ☎34-5517

とき 8月20日(水)
午前11時頃

- * 音量は、午後5時の時報と同じくらいです。
- * 荒天時などは、9月10日(水)に延期します。



放送内容

((防災行政無線チャイム))

「これは、Jアラートのテストです。」×3回

「こちらは、広報三条市役所です。」

((防災行政無線チャイム))

* 燕三条FMラジオへの緊急割込放送は行いません。

ペットの熱中症に注意

環境課 ☎34-5558

炎天下の車の中は危険な暑さになります。わずかな時間でもペットを車内に残さないようにしましょう。また、路面が熱いときの散歩は控えましょう。



●国民健康保険税・後期高齢者医療保険料は、納期限までに納付ください

健康づくり課 ☎34-5442

滞納が続くと、医療機関への支払いを一旦全額自己負担とする措置を受けることがあります。納期限までに納付ください。

税

税の話題を毎月お届け

●夜間納税相談

とき：毎週火曜日 午後5時30分～7時（祝日を除く）

ところ：問い合わせ…税務課 ☎34-55531

今月の税金・料金

納期限：9月1日(月)

市県民税(普通徴収)：第2期

国民健康保険税：第2期

後期高齢者医療保険料：第2期

介護保険料：第5期

保育料・副食費(公立)：8月分

市営・県営住宅使用料(駐車場料)：8月分

水道料金・下水道使用料：8月分

市・県営住宅 入居者募集

福祉課 ☎34-5434

団地名(ところ)	戸数	階層	間取り	家賃	駐車場代
①県営西大崎住宅(西大崎3-9)	若干数	4階	3DK	16,100～35,000円	2,800円
②県営南四日町住宅(南四日町4-10)		5階		14,400～29,000円	2,900円
③県営北入蔵住宅(北入蔵2-11)		4,5階		15,600～31,400円	3,000円
④市営南四日町住宅(南四日町4-10)		2,3階	2DK、3DK	15,400～30,500円	2,900円
⑤市営曲淵住宅(曲淵1-8)		1階	2LDK	20,100～48,800円	3,500円
⑥市営月岡百刈住宅(月岡2-10)		2階	3LDK	19,100～37,600円	3,500円
⑦コーポラス飯田(飯田2277-1)		1,3階	2LDK	30,000円	3,000円
⑧コーポラス飯田ファミリア(飯田2271)		2階	3LDK	40,000円	

対 象 次の要件を満たし、暴力団員・暴力団関係者でない人

①～⑥…住宅に困っていることが明らかで、所得が月額158,000円以下である。
[④～⑥] 上記のほか、市内在住・在勤で、同居する親族(*)がいる。

⑦……年齢、同居要件なし(単身者も入居可能)

⑧……所得が月額158,000円以上487,000円以下であり、同居する親族(*)がいる。

(*) パートナースHIP・ファミリーシップの宣誓者を含みます。

申し込み 必要書類と本人確認書類を福祉課、栄・下田各サービスセンターのいずれかに提出ください。

申込期限 ①～⑥ 8月29日(金)、⑦⑧ 先着順

詳しくはこちら



①～⑥



⑦⑧

くらし

ろうそくの火災予防対策

消防本部 ☎34-1161

仏壇のろうそくやキャンドルの炎で火災が発生する恐れがあります。

・ろうそくの近くに燃えやすいものを置かない。

・火を付けたらその場から離れない。

・風や振動で倒れないよう窓の開放に注意する。

・燃え残りのろうそくは必ず取り除く。

・ろうそく立てのサイズに合ったろうそくを選ぶ。

・外出するときや寝るときは必ず火を消す。

・仏壇にお供え物を上げるときは火をつけない。



奨学金奨学生の追加募集

教育総務課 ☎45-1111

修学が困難な人を支援します。

申込方法…必要書類を教育総務課、市民窓口課、下田サービスセンターのいずれかに提出ください。

申込期限…9月12日(金)

ペットボトル拠点回収場所の追加

清掃センター ☎45-4797

岡田商店(五明261)が追加となりました。



詳しくはこちら

後期学校施設開放

健康づくり課 ☎34-5447

空調設備の設置工事のため、利用が制限されます。利用を希望する団体はホームページを確認の上、申し込みください。

対象…市内在住・在勤の10人以上の団体

対象期間…10月1日(水)～令和8年3月31日(火)

申込方法…電子申請するか、申請書(HP)を提出

申込先…健康づくり課、栄・下田各サービスセンター、たいふん、栄・下田各体育館、各公民館

申込期限…8月8日(金)

その他…利用調整が必要な団体には連絡しますので、代表者は9月9日(火) 午後6時30分から厚生福祉会館で行う会議に出席ください。



詳しくはこちら

古い家電製品からの発火に注意

ストップ消費者被害

市民窓口課 ☎34-5553

15年以上前に購入した扇風機を久しぶりに使ったら、羽根の付け根部分から発火したという事例があります。

家電製品を使用するときは次のことを注意しましょう。

- ①家電製品は劣化します。異常を感じたら使用せず、製造業者などに相談しましょう。
- ②本体や説明書などで製造年と標準使用期間(安全に使用できる期間)を確認しましょう。
- ③使用しないときはコンセントから電源プラグを抜きましょう。発火する恐れがあります。

困ったときは相談ください。

消費者ホットライン ☎188

市民窓口課 ☎34-5553

消費者トラブル情報をメール配信しています

次のアドレスにメールを送信し、登録ください。

mail.sanjo-city@raiden2.ktaiwork.jp



空き家の利活用の支援と見守りをします

環境課 ☎34-5435

市が指定する空家等管理活用支援法人(一社)燕三条空き家活用プロジェクトが、空き家の利活用の支援・見守りを行います。詳しくは問い合わせください。

にじのたね NIJI NO TANE

空き家を店舗、宿泊施設などに活用するために必要な改修、手続き、運営方法の整理などを支援します。

一式をプロに任せすることもできます。




いつも ITSUMO

月1回、空き家の換気・点検のほか草刈り、雪かきにも対応し、写真で報告します。

*一ノ木戸商店街にある複合交流拠点「三・Me.」の半径500m圏内にある空き家に限ります。




問い合わせ (一社)燕三条空き家活用プロジェクト ☎050-1871-0564

募集

指定管理者

行政課 ☎34-5516

市の施設を管理いただきます。
指定期間…令和8年4月1日
 ～令和13年3月31日
業務内容・応募方法…募集要
 項（HP）を確認ください。



詳しくはこちら

① グリーンスポーツセンター、大崎山公園

応募期間…8月12日(火)～9月26日(金)

現地見学会…9月3日(水) 午前9時30分

問い合わせ…健康づくり課 ☎34-5447

② すまいるランド、あそぼって

応募期間…8月13日(水)～9月12日(金)

現地見学会…8月22日(金) 午後2時

問い合わせ…子育て支援課 ☎45-1113

③ 道の駅 庭園の郷 保内

応募期間…8月18日(月)～9月26日(金)

現地見学会…9月2日(火) 午後1時

問い合わせ…営業戦略室 ☎34-5605

④ 図書館、歴史民俗産業資料館、諸橋轍次記念館

応募期間…8月18日(月)～9月26日(金)

現地見学会…9月9日(火) 午後1時30分
問い合わせ…生涯学習課 ☎47-0048



三條市正職員採用後期試験

令和8年4月採用 人事課 ☎34-5518

職 種	区 分	採用予定人数
一般事務職	大学卒業程度	2人
	高校卒業程度	1人

申込期限 8月20日(水)

詳しくはこちら

職員募集

人事課 ☎34-5518

特別任用職員 パートタイム職員

募集人数…若干名
任 期…9月1日～令和8年3月31日 *勤務成績などに応じて更新することがあります。
選考方法…書類審査、面接
応募方法…写真を貼った履歴書の左上余白に希望職種を書いて、資格証などの写しを添えて持参か郵送（〒955-8686 三條市 人事課）ください。
応募期限…8月13日(水) 午後5時
 *申し込みは1人1職種です。記載の報酬の他に通勤費と賞与を支給します。

職 種	業務内容	資格要件	報酬	原則的な勤務時間
介護保険認定調査員（特別任用職員）	介護認定調査	普通自動車運転免許を有し、次のいずれかに該当する人 ・介護支援専門員、保健師、看護師、社会福祉士、介護福祉士のいずれかの資格がある ・社会福祉主事任用資格と、1年以上の高齢者施設での相談業務の経験がある	月額 223,600円	平日 午前8時30分～午後5時の7時間30分
児童クラブ支援員（パートタイム職員）	児童クラブの運営	なし	時給 1,160円	月～金曜日 午後1時～7時の5時間 土曜日 午前8時～午後7時の6時間 *学校の長期休業期間などは午前7時～午後7時の間

みんなのひろば

ページの見方
 それぞれの略字は、下の内容を表しています。
 時＝とき 所＝ところ 内＝内容 講＝講師
 対＝対象 定＝定員 ￥＝参加費 *書いていないものは無料です。
 服＝服装 持＝持ち物 申＝申込期間、申込先など
 問＝問い合わせ 他＝その他

■新潟経営大学 公開講座

地域DX推進セミナー
はじめての生成AI講座
「生成AIって何者？」
 受講は来場かオンラインを選べます。
時 9月9日(火) 午後6時30分～7時30分 **定** 来場、オンライン各20人程度 **申** 9月6日(土)まで **問** 新潟経営大学 地域連携課 ☎0256-5313000
 詳しくはこちら

■新潟県統計グラフコンクール作品募集

対 小学生以上 **申** 8月18日(月)～9月1日(月)に県統計課統計情報班 ☎025-28015902
県ホームページ

■放送大学10月入学生募集

BS放送やインターネットを利用して授業する通信制の大学です。
内 心理、教育、福祉、経済、歴史、文学、情報、自然科学など **申** 第1回 8月29日(金)まで 第2回 9月11日(木)まで **問** 放送大学新潟学習センター ☎025-228-2651 **他** 資料は無料で送ります。
●大学説明会
 個別に相談できます。
時 8月10日(日)、31日(日) 午後1時30分 **所** 放送大学新潟学習センター
ホームページ

■毎月勤労統計調査特別調査

4人以下の常用労働者を雇用する事業所が対象です。調査員が訪問しますので回答ください。
問 県総務部統計課生活統計班 ☎025-2805119
めざせハッピー家族!! お父さんとお母さんになる教室
 親になるために大切なことを夫婦で学び、不安なことを話せます。
時 8月23日(土) 午後1時～3時 **所** 栄保健センター **対** 産前産後の夫婦(どちらか一方も可) **￥** 500円 **申** 申込フォームから、三條おやこ劇場事務局 ☎34-8960
信濃川・大河津分水写真コンテスト作品募集
対 一般(アマチュアに限る) 部門 信濃川下流、信濃川中流

■しらさぎ荘 イベント情報

￥ 無料(休憩、入浴は料金別途) **申** しらさぎ荘 ☎45-0888
① ヨガ教室
時 8月11日(月・祝)、18日、25日、9月1日(月) 午前11時～11時50分 **定** 各日先着11人 **申** 開催日の1週間前から
② 宇宙とつながる!?お星さますこいぜ! (星空観察会)
時 8月10日(日) 午後7時30分～8時30分 **定** 先着30人

60歳を過ぎたらシルバー人材センターで生きがいをつくらう!!
 健康増進 介護予防 地域貢献 仲間づくり 追加収入 夫婦円満
まずは説明会へ行ってみよう!
 毎週木曜日 午前9時30分から開催※祝日を除く
会場：シルバー人材センター (市役所第二庁舎)
 説明を聞くだけでもOKですよ!
 お気軽にご参加下さい!
 詳しくはホームページで!! 「三條市シルバー」で検索!
 公益社団法人 三條市シルバー人材センター TEL 0256-34-2526

サビがひどい 重い 変形している 音がうるさい
こんな状態のシャッター直します!
県内最安値 目指し中!
Smileシャッターにお任せください!
 取替え不要で 手動から電動に! 直接販売施工で 費用を削減
 累計実績約1万件 カーポートも対応! 現地調査・お見積り無料
 株式会社Smileシャッター 三條市曲淵3丁目23-35-7 Fax:050-3101-4756
 ☎050-3576-1142 不定期 Smileシャッター 検索

■三条市シルバー人材センター イベント情報

申 三条市シルバー人材センタ
事務局 ☎34-2526



ホームページ

① にここ料理教室

時 8月21日(木) 午前10時～午
後1時 所 ソレイユ三条 内 簡
単冷製パスタ2種、トマトス
ープ、手作りソーセージ、バ
ナナとミカンのミックスジュ
ース 定 先着20人 ¥千円 持 エ
プロン、三角巾、マスク、タ
オル

② パソコン教室

所 三条ものづくり学校

● コース内容相談会

時 8月26日(火)、27日(水) 午前
10時～正午、午後1時30分～
3時30分 申 開催日の前日ま
で

● はじめてのPC教室

パソコンの基本操作を学び
ます。
時 9月2日、9日、16日、30

日(火) 午後1時30分～3時30
分(全4回) 定 先着10人 ¥3
千円

● ワード教室

簡単な案内文書を作成しま
す。
時 9月3日～10月8日の毎週
水曜日 午前10時～正午(全
6回) 定 先着10人 ¥4千円

● エクセル教室

簡単な関数の使い方を学び
ます。
時 9月3日～10月8日の毎週
水曜日 午後1時30分～3時
30分(全6回) 定 先着10人 ¥
4千円

③ 初心者のためのパソコンよ ろず相談 困りごとはありませんか？

時 9月4日、10月2日(木) 午
前10時～正午 定 先着10人 申
開催日の前日まで

④ シニアによるシニア目線の スマホ講習会

地図アプリ、二次元コード、
LINEの使い方などを学びま
す。
時 9月5日、19日、10月3日、

17日(金) 午後1時30分～3時
定 先着10人 申 開催日の2日
前まで

■三条市社会福祉協議会 イベント情報

所 総合福祉センター 申 三条
市社会福祉協議会 ☎33-85
11

① 傾聴ボランティアはあと はあとサロンへようこそ

ボランティアが話を聴い
て、一緒にしゃべりします。
時 9月2日(火) 午前10時～11
時30分

② 要約筆記入門講座

耳の不自由な人に話の内容
を手書きやパソコン入力など
で伝える要約筆記の基本を学
びます。
時 9月13日、20日(土) 午前9
時30分～11時30分(全2回)
定 先着10人 申 9月10日(水)ま
でに専用フォームから電話



専用フォーム

■保内公園 イベント情報

申 保内公園 ☎38-5240

① マッケンGの流木クラフト

流木でジオラマなどを作り
ます。
時 8月10日(日) 午前10時～正
午 定 先着16人 ¥500円 申
8月8日(金)まで

② ハーバリウム作り

金魚のシールを使って作り
ます。
時 8月24日(日) 午後1時30分
～3時 定 10人 ¥700円 申
8月22日(金)まで

■特別養護老人ホーム 裏館倶楽部 見学会

施設の見学と、理学療法士
による体操の体験ができま
す。
時 8月23日(土) 午前10時～11
時 所 特別養護老人ホーム裏
館倶楽部 申 8月1日(金)～15
日(金)に裏館倶楽部 ☎025
6-474202

⑥ 植え付け、収穫体験

ハクサイ、キャベツ、ブロ
ッコリーから選べます
時 8月(日程は後日連絡) 定
先着12人 ¥1区画2千円 服
農作業できる服装

■めざせ！100日間無事故・ 無違反！安全運転・チャレ ンジ100参加チーム募集

チャレンジ達成で記念品が
もらえるほか、抽選で豪華景
品が当たります。
時 9月23日(火・祝)～12月
31日(水) 対 運転免許のある県
内在住が在勤が在学の5人の
チーム ¥1チーム千円 申 8
月31日(日)までに安全運転・チ
ャレンジ100実行委員会事
務局 ☎025-280-51
36

■フリーマーケット in かんきょう庵

時 9月7日(日) 午前10時～午
後1時 所・間 かんきょう庵
☎45-7040

■三条まんま塾

シン農業有機野菜講座

時 8月22日(金)、23日(土) 午前
9時30分～11時 所 サンファ
ーム三条 内 おいしい秋野菜
の作り方徹底解説 定 各回30
人 ¥200円 申 三条まんま
塾 ☎070-156608
00

■三条町並探検隊

ミステリーバス2025

「波のパワースポット」を
テーマに、街歩きをしながら
史跡を巡ります。
時 9月7日(日) 午前8時45分
～午後5時 集合場所 まちや
ま 定 先着17人 ¥中学生以上
2,600円、小学生以下1,
300円 持 昼食、飲み物、タ
オル、雨具、小銭、筆記用具
服 運動靴 申 8月31日(日) 午後
5時までに図書館本館のカウ
ンターへ応募票を提出 問 前
田 ☎0256-3213736
他 小学生以下は、18歳以上の
付き添いが必要

① そば打ち体験

時 8月19日(火)、9月18日(木)、
10月15日(水) 午前9時、10時、
11時、午後1時30分、2時 定
各回4人 ¥1,800円

② 盆花市

時 8月12日(火) 午前9時(な
くなり次第終了) ¥1束60
0円(1人6束まで) 申 8月
11日(月・祝) 午後1時から整
理券を配布します。

③ 農業女子ワークショップ

着物でお気楽会
時 8月23日(土) 午後1時～4
時 内 つまみ細工でアクセサ

④ 円柱型プリザーブドフラワ ーアレンジ

時 8月26日(火) 午前10時～正
午 定 先着12人 ¥3,300
円 持 持ち帰り用の袋 申 8月
19日(火)まで



⑤ 第5回 野菜講座

時 8月30日(土) 午前9時30分
～11時 内 病害虫の防除方法、
ダイコンの種まき実習 定 先
着30人 ¥100円



家族葬は 善地院
お葬式受付 三条市本町1-1-25(本寺小路) ☎32-0776

令和7年 4月1日(火)～9月30日(火) 創立125周年記念 定期預金キャンペーン中!!

募集金額 100億円 販売対象 個人・法人
期 間 1年・3年・5年

■1,000万円未満は自動継続扱い(元金総額または元
利金総額)初回満期日以降の金利は、自動継続日当日
におけるスーパー定期預金の店頭表示金利を適用。
■1,000万円以上は非自動継続扱い。満期日以降の利息
は解約日または償還日当日における普通預金金利を適用。

預入金額 10万円～5,000万円
新規預入に限定。書替継続でのお預け入れは原則不可。
中途解約 通常のスーパー定期預金の中途解約と同ー

適用金利
期間1年 0.3% 期間3年 0.5% 期間5年 0.7%

さんしん 三条信用金庫

※金融情勢の変化により早期で販売を終了する場合がございます。
※店舗に商品概要説明書をご用意しております。詳しくは、当金庫
本店または営業担当におたずねください。 令和7年4月1日現在

さんちゃん健康体操

【□】は体操1回と「お口のおはなし」、その他は体操2回です。

ところ	曜日	時間	とき
三条東公民館	月	午前10時	8月4日、12日(火)、25日、9月1日
栄寿荘		午後2時	8月4日、12日(火)、18日、25日、9月1日
下田公民館	火	午後2時	8月5日、12日、19日、26日、9月2日
サンファーム三条	水	午前10時	8月6日、20日、9月3日
ソレイユ三条		午前10時	8月6日、20日、9月3日【□】
嵐南公民館	金	午後2時	8月1日、8日、29日、9月5日

介護予防教室 *申し込みが必要です。

ところ	とき	参加費	申込先
中央いきいきセンター (本町)	水・金曜日 午前10時～午後3時	100円	県央福祉会 ホームヘルパーステーション うらだての里 ☎36-7277
田島いきいきセンター (田島)	月・木曜日 午前10時～午後3時		
AOZORA介護予防教室 (西四日町) *申込不要	月・水・金曜日 午前10時～正午、 午後1時～3時	無料	特別養護老人ホーム長和園 ☎35-2131
老人福祉センター栄寿荘 (福島新田)	火・木曜日 午前10時～午後3時	100円 *昼食を希望する 人は別途昼食代	栄寿荘 ☎45-6311
特別養護老人ホームいっぷく (庭月) *下田地域の人は送迎できます。 相談ください。	水曜日、第2・4木曜日 午前10時～午後3時	無料	特別養護老人ホームいっぷく ☎41-3322

介護者向け講座 *申し込みが必要です。

家族などを介護している人が、介護の知識や技術を学び、介護者同士で悩みや困り事を話し合います。



詳しくはこちら

名前	とき	ところ	申込先
ケアデザインの玉手箱 おれんぢカフェ	8月8日(金) 午後1時30分～3時30分	たいぶん	薬師の郷 ☎32-2838
介護家族のつどい *申込不要	8月9日(土) 午後1時30分～3時30分	中央公民館	介護家族のつどい ☎38-6325
介護をする人のための 腰痛予防体操	9月2日(火) 午前10時30分～正午	特別養護老人ホーム おおじまの里	特別養護老人ホーム おおじまの里 ☎33-7780



けんこう せいかつ 健康生活

8月のセカンドライフ応援セミナー

折り紙ボランティア養成講座 第2弾 指先を動かして脳が若返る

ふた付きの飾り箱の作り方を学びます。

とき…8月8日(金)、20日(水)
午前9時30分～11時30分

ところ…三条東公民館

対象…おおむね55歳以上

定員…各日先着10人

申込先…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

セカンドライフ応援ステーション

(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

「退職後に何か活動がしたい」、「まだまだ社会と関わりを持ちたい」など、充実したセカンドライフを応援します。登録すると、毎月、LINEや郵送でさまざまな情報をお届けします。

対象…市内在住の55歳以上



ホームページ

相談会情報

ワークサポート三条 お仕事個別相談会

就労支援相談員が無料で仕事探しの相談を受けます。求人のあっせんはありません。

とき…8月21日(木) 午前10時～午後1時

ところ…三条東公民館

申込先…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

ハッピーボランティア参加者募集

簡易清掃補助

とき…9月の木曜日 午前9時～10時30分
ところ…条南おおば公園

トイレ掃除の子ども見守り

とき…9月1日、8日、22日(月)
午前8時～9時

ところ…井栗小学校

消毒作業補助

とき…9月の月・水・金曜日
(15日(月・祝)は除く)
午後1時30分～3時

ところ…千代が丘保育所



対象…市内在住の65歳以上

*65歳未満も対象となるものがあります。

*セカンドライフ応援ステーションへの登録が必要です。

謝礼金…1回500円

申込先…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

eスポーツ体験会

三条市立大学の学生に操作を教わりながら、落ち物パズルゲーム「ぷよぷよeスポーツ」を楽しみます。

とき…8月9日(土) 午前10時～11時30分

ところ…たいぶん

対象…65歳以上を優先



(イメージ)



©SEGA

高齢介護課 ☎34-5476

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）
健康保険証、健康保険証利用登録済みのマイナンバーカード、資格確認書など、加入している健康保険が確認できるものをお持ちください。

曜日など	受付時間 *診療は受付開始の30分後からです。		
	午前	午後	夜間
月～金曜日			
土曜日		午後2時～4時30分	午後7時～9時30分
日曜日、祝日、8月15日、12月31日～1月3日	午前9時～正午	午後1時～4時30分	



夜間の急な病気の相談

15歳未満
15歳以上

#8000／☎025-288-2525
#7119／☎025-284-7119

毎日 午後6時～翌朝午前8時

*長期連休中は受付時間を延長することがあります。

見附地域の休日在宅当番医(市外局番 ☎0258) 診療時間…午前9時～11時30分、午後1時～4時30分

9月	内科系			外科系		
7日(日)	星野医院	見附市本町4-2-37	☎62-0998			
14日(日)				星整形外科医院	見附市柳橋町274-6	☎66-8808
15日(月・祝)	みつけどもクリニック	見附市新町3-8-5-1	☎84-7900			
21日(日)	杏仁堂医院	見附市本町1-2-50	☎62-0123			
23日(火・祝)				わたなべ皮膚科クリニック	見附市昭和町2-21-22	☎62-7750
28日(日)	林俊彦クリニック	見附市柳橋町274-23	☎66-3000			

愛の献血

9月	ところ		とき
2日(火)	福島新田	(株)野島角清製作所	午前10時～11時30分
	大野畑	済生会三条病院	午後1時30分～4時
14日(日)	西裏館二丁目	イオン三条店	午前10時～正午、午後1時30分～4時
18日(木)	猪子場新田	(株)三條機械製作所	午前9時30分～11時45分、午後1時～3時

*県内の献血会場の問い合わせ フリーダイヤル0120-78-8224



9月の休館日

施設名	休館日
まちやま、図書館各分館・分室	16日(火)、30日(火)
保内公園 緑の相談所、温室	2日(火)、9日(火)、16日(火)、24日(水)、30日(火)
道の駅 庭園の郷 保内	2日(火)
道の駅 漢学の里しただ	なし
いい湯らてい	17日(水)
中浦ヒメサユリ森林公園	毎週木曜日
三条鍛冶道場	1日(月)、8日(月)、16日(火)、22日(月)、29日(月)
諸橋轍次記念館	
市民プール	1日(月)、8日(月)、22日(月)、29日(月)
歴史民俗産業資料館、ほまれあ	1日(月)、8日(月)、22日(月)、29日(月)、30日(火)
しらさぎ荘	11日(木)

市民窓口課 ☎34-5540
市民総合窓口での手続きは
予約いただくとスムーズです

予約サイト

予約専用電話

手続内容	電話番号
戸籍届出、住所異動	☎050-1809-3465
マイナンバーカード	☎050-1809-8411
子育て、福祉	☎050-1809-8310
国民年金、国保・後期高齢者医療費制度	☎050-1809-8302
おくやみ窓口、印鑑登録	☎050-1809-5578

* 予約なしでも手続きできますが、お待たせすることがあります。

認知症サポーター養成講座

*申し込みが必要です。

認知症の病気や治療のこと、認知症の人への接し方などを学びます。

とき…8月7日(木) 午後1時30分～3時30分

ところ…ソレイユ三条

申込先…なでしこ嵐南 ☎35-7045

* 同会場で認知症カフェも開催しています。

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、身近にいる認知症の人や家族をそっと見守り、手助けする応援者です。



さんじょうオレンジカフェ

*申し込みが必要です。

認知症の人や家族、地域の人、専門家が集い、相談や学び合いをしています。

名 前	と き	ところ	申込先	参加費
にこにこカフェ★	8月5日(火) 午後1時30分～3時30分	にこにこカフェ (西大崎)	にこにこカフェ ☎64-8676	無料
なでしこオレンジ カフェ★	8月7日(木) 午後1時30分～3時30分	ソレイユ三条	なでしこ嵐南 ☎35-7045	
GoGoカフェ 認知症予防のための カフェ	8月10日(日) 午前10時～正午	本成寺安心住宅 かえるハウス (東本成寺)	川瀬神経内科クリニック ☎33-9074	初回300円、 2回目以降 100円
カフェ花みずき★	8月20日(水) 午前10時～正午	下田公民館	グループホーム花みずき ☎46-5500	無料
かじまちオレンジ カフェ	8月20日(水) 午後1時30分～3時15分	地域たすけあいネット ワークかじまちの家 (本町)	地域たすけあいネットワー ク☎34-2448	
なじらね	8月21日(木) 午後2時～4時	つつじガーデン三条 (諏訪)	つつじガーデン三条 ☎36-2561	100円
こころ茶屋★ *申込不要	8月22日(金) 午前10時～正午	老人福祉施設 こころつくし(西大崎)	グループホームこころつくし ☎38-0093	
オレンジカフェ de 三条社協★	8月29日(金) 午後2時～3時30分	まる 〇彦カフェ(荒沢)	三条市社会福祉協議会 下田事務所 ☎46-5506	無料
ものカフェ *認知症の人とその 家族が対象です。	8月31日(日) 午後1時30分～3時30分	三条ものづくり学校	高齢介護課 ☎34-5472	100円
おひさま喫茶	9月7日(日) 午後2時～3時30分	はあとふるあたご グループホーム三条 (石上)	はあとふるあたご グループホーム三条 ☎36-5555	無料

★…送迎が必要な人は相談ください。

あそぼって

興野1-2-30 ☎36-2181 開館時間 午前9時～午後6時
予約不要の講座



Instagram

9月の休館日
9日(火)、23日(火・祝)

講座名	と き
0才ひよこ1くみ 5カ月までの親子のふれあい遊び、 パパママ交流会 持ち物：バスタオル	1日(月) 午前11時～正午
助産師ひまわり相談	2日(火) 午前9時30分～11時30分
足育セミナー	5日(金) 午前10時30分～11時30分
おはなしバスケットのおはなし会	6日(土) 午後2時～2時30分
0才ひよこ2くみ 6～8カ月の親子のふれあい遊び、 パパママ交流会	8日(月) 午前11時～正午
9月のお誕生会	10日(水) 午前10時30分～11時
おんがくあそび	12日(金) 午後3時～3時30分
助産師ひまわり相談	16日(火) 午前9時30分～11時30分
栄養士ばくばく相談	

講座名	と き
サボリ筋セルフケア教室	18日(木) 午前10時30分～11時
0才ひよこ3くみ 9～11カ月の親子のふれあい遊び、 パパママ交流会	19日(金) 午前11時～正午
1才りすぐみ 親子のふれあい遊び、季節の絵 本と製作あそび	22日(月) 午前11時～11時30分
親子で楽しむ音楽と絵本	25日(木) 午前10時30分～11時
2才うさぎぐみ	26日(金) 午前11時～11時30分
えいごであそぼう	28日(日) 午前11時～11時30分
小児歯科専門医による 「0才からのお口育て」講座	30日(火) 午前10時30分～11時30分
子育てホットほっと相談	平日随時受け付け (職員にお声掛けください)

子育て支援センター

と き	保育所(園)、認定こども園	時 間	講座名
3日(火)	つくし保育園 ☎38-5302	午前10時30分～11時	親子リトミック 定員：8組 要申し込み
4日(水)	月岡保育所 ☎35-1585	午前10時30分～11時30分	足育 お子様の足と靴のおはなし
5日(木)	あいあい保育園 ☎45-2223	午前10時～10時30分	祖父母へのプレゼント作り
8日(月)～ 10日(水)	本成寺保育園 ☎32-3791	午前9時30分～11時30分、 午後1時15分～3時	敬老の日のプレゼント作り
9日(火)～ 11日(木)	田島わくわくこども園 ☎33-0034	午前10時～11時	おじいちゃん・おばあちゃんへのプレ ゼントを作しましょう！
10日(水)、 11日(木)	きらきら保育園 ☎31-1188	午前9時～11時30分	敬老の日プレゼント製作
17日(水)	千代が丘保育所 ☎46-5565	午前10時30分～11時30分	捧コーチのノダイエット講座
18日(木)	保内保育所 ☎39-6130		子どもの姿勢と栄養について

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します
平日 午前9時～11時30分、午後1時～3時30分
*本成寺保育園は午前8時30分～11時45分、午後1時15分～3時

一時預かり

仕事や介護、リフレッシュ
などに利用ください
平日 午前8時30分～午後4時

育児講座

子育ての知識や情報を
学べます

育児相談

職員にお声掛けください
平日 午前9時～午後4時
*本成寺保育園は午前8時30分～
午後3時30分



きれいな歯並び・健康な
お口の子に育てるための
ポイントを教わります

あそぼって
小児歯科専門医による
0才からのお口育て

子育てに役立つ / 子育て情報 PICK UP

9月のおすすめイベント

掲載しているのは一部のイベントです。その他のイベントは、
三条市子育て支援サイトのお便りをご覧ください。 ➡

*日程、内容は変更になることがあります。参加費の記載のないものは無料です。



三条市子育て支援サイト
お便り

すまいるランド、
あそぼってが
土・日曜日、祝日も
やっています

子育てに役立つ情報を発信中

三条市
子育て支援サイト



公式Instagram
さんキッズ

すまいるランド

新堀1311 ☎45-5687 開館時間 午前9時～午後6時

予約の必要な講座 [申込開始日 8月16日(土)*申込開始日は1人1講座のみ、翌日からは複数申し込みできます]

お子さんと一緒にゆるピラティス
寝ながら&抱っこしながら

4日(木) 午前10時30分～11時15分

対象…2カ月～3才頃の子どもとママ

参加費…500円

持ち物…飲み物、バスタオル

*妊娠中は参加できません。

先着
5組

わらべうたベビーマッサージ

19日(金) 午前10時30分～11時30分

対象…2カ月～歩き始めの頃の子どもとママ

参加費…500円

持ち物…飲み物、バスタオル

先着
10組

何から始める？性教育
まずはママの知識をアップデート！

25日(木) 午前10時30分～11時30分

対象…小学校低学年までを子育て中のママ

*2才までの子どもも同席できます。

先着
10人

ツインズクラブ

多胎児ママ・パパの交流、情報交換会

26日(金) 午前10時30分～正午

対象…多胎児を出産予定か子育て中の人

予約不要の講座

講座名	と き
手形をとろう！	5日(金) 午前10時～11時30分
楽しいおりがみ きょうりゅう	6日(土) 午前10時～正午
助産師ひまわり相談 妊娠期の人も相談できます。 持ち物：母子手帳	9日(火) 午前9時30分～11時30分
栄養士ばくばく相談	
キラキラビューティtime スキンケア	
でんちゃんのちょこっと劇場 パネルシアターや絵本の読み聞かせ	13日(土) 午前11時～11時30分
おやこで作ろう お月見製作	14日(日) 午前10時～正午

講座名	と き
メロディのーと 歌や音に触れて楽しむ音楽遊び	18日(木) 午前10時30分～11時
赤ちゃんのお世話体験会 正しい抱っこの方法、オムツ交換などの体験	21日(日) 午前10時30分～11時30分
おはなしポケットのおはなし会 パネルシアターや絵本の読み聞かせ	27日(土) 午前11時00分～11時30分
おもちゃの病院 診断無料。直ったら材料代を100円 ～300円程度いただきます。	28日(日) 午後1時30分～3時
子育てホットほっと相談	平日随時受け付け (職員にお声掛けください)



田島わくわくこども園
お子さんと一緒にゆるピラティス



すまいるランド
でんちゃんのちょこっと劇場

頼れる人がいない！
人生後半はどうなる？

自宅で一人倒れたら、誰が見つ
けてくれるのか。一人暮らしで認
知症になったら、誰が気づいてく
れるのか。入院中に買物が必要
になったら、あるいは介護施設か
ら通院することになったら、その
時は誰が買物や付き添いを引
き受けてくれるのか。

考えてみれば、頼れる人がいな
い。その時になってようやくその
ことに気が付く人は少なくあり
ません。

中には「家族がいるから大丈夫」
と考える人もいます。ですが、
夫婦もいずれはどちらかが一人に
なるし、子供だっていつまでも近
くにいるとは限りません。

誰しもが直面し得るこの問題
に対し「自分は大丈夫」とあなた
は断言できますか？

ずっと頼れる人がいる
だから、もう怖くない

私たち一般社団法人 終活協
議会が提供する心託（しんたく）サ
ービスは、入院手続き、入院中の買
い物や通院への付き添い、安否の
見守り、介護施設探し、身元保証
といった生前サポートから、葬儀、

納骨、相続のための公正証書作成
といった亡くなった後の手続きま
で、すべてを一つの窓口を通じて
対応しますので、生涯を通じて頼
りにして頂きます。

終活協議会は、シニアの聖地と
して知られる東京の巣鴨からス
タート。北は北海道から南は沖縄
まで、全国四十七都道府県すべて
に支部を構え、身寄りのないお
ひとりさまや、家族がいても頼れ
ない方々などから多くのご相談
を承っています。

ご自身やご家族の将来のため
に、今からできる準備があります。
心託でお手伝い出来ることをま
とめた資料をお送りしますので、
まずはそちらをご覧ください。
資料をご請求頂いた方には、終活
に役立つエンディングノートも一緒
にお届けしますので、ぜひ将来へ
の準備にお役立てください。



資料請求は
お電話で

050-1880-5174

無料 受付時間 10:00~17:00(年中無休)

資産開示不要代金のお支払い方法は銀行へのお振り込みとなります。お振り込み
手数料はお客様のご負担となります。お客様の氏名・住所などの個人情報、
弊社サービスのご案内・資料のご送付以外には使用いたしません。



一般社団法人 終活協議会
想いコーポレーショングループ

〒170-0002
東京都豊島区巣鴨2-11-4
第3高橋ビル11F

サービス詳細・料金を
こちらの資料でご案内します



資料請求で
エンディングノート
無料
プレゼント



市のすがた
7月1日現在
(対前月)

人口
90,295人
(減54人)

男
44,021人
(減32人)

女
46,274人
(減22人)

世帯
37,429世帯
(増5世帯)

出生：27人 死亡：112人
転入：156人 転出：125人

暑さ・寒さ・光熱費対策
エンパの 屋根外壁断熱リフォーム
※三桑市すまい快適断熱リフォーム補助金が使えます
0256-32-5559
遠藤板金工業株式会社
三桑市田園 2-14-11
代表取締役 遠藤和秀

総合清掃業
草刈り・伐採・泥上げ
お気軽にお問い合わせください
TEL 0256-36-2847
mail: jinzai@sunlife-haken.com
見積り無料
SL 有限会社 サンライフ
ホームページはこちらより↑

LINE
みつみ環境
三桑市泉新田60番地
LINE 見積もり受付中

浄化槽点検
事業ゴミ
遺品整理・解体
0120-323-039
MITSUMI

住みいるみつみ
LINE
燕市井土巻5丁目147
LINE 見積もり受付中

トイレ
給湯器・エコキュート
リフォーム
0120-309-323
MITSUMI

