



7

平成27年7月1日号
2015.JUL No.223

特集

夏野菜を食べよう！

夏野菜の冷製パスタ

彩り鮮やかな夏野菜を使った冷製パスタ。安心安全、そしてなにより新鮮な地場野菜を食べて、暑い夏を乗り切りましょう！

花見の
岡田勇さんが
つくった
トマト

花見の
白山栄子さんが
つくった
アスパラガス

長辰の
竹之内マサさんが
つくった
ナス

吉田本町の
加藤達男さんが
つくった
もとまち
きゅうり



この「夏野菜の冷製パスタ」は、撮影のために作っていただいたものです。実際のメニューにはありませんが、K.STYLE は旬の野菜をつかった料理を食べることができるお店です。

CONTENTS

- 02 特集 夏野菜を食べよう！
- 06 市のリサイクルへの取り組み
- 07 くらしのキー情報
- 23 知っ特づばめ
- 28 シリーズひと

調理・撮影協力
ケー.スタイル
K.STYLE
(米納津9889-2)



特集 夏野菜を食べよう!

直売所 「よりな～れ燕いち」

10周年を迎えた！品揃えに自信があります。朝採り野菜をどうぞ！

JA越後中央燕支店
東太田 2419-1
JA越後中央燕支店そば
0256・66・2387
JA越後中央燕営農センター
火・木・土曜日営業
6月～10月…正午～午後6時
11月～5月…正午～午後5時

スタッフの皆さん

吉田 中央公園 燕駅 燕西小 燕郵便局 JA越後中央燕支店 燕商工會議所

直売所 「ぶんすいふれあい市」

新鮮だし、すごく安いですよ！早い時間が品揃えも多く、おすすめです！

JA越後中央燕支店そば
国上 5866-1 (道の駅国上内)
090・2310・1571
6月～11月…午前10時～午後3時、月曜定休(祝日の場合は営業、火曜日休業) / 12月～4月…午前10時～午後1時(土・日曜日、祝日のみ営業) / 5月…午前10時～午後3時・月曜定休

スタッフの皆さん

新橋 稲生津駅 分水北小 弥彦 駅前通り JA越後中央燕支店 燕郵便局

直売所 「ほっとするて～よしだ市」

6月6日にオープンしました！新鮮な野菜がたくさん！皆さん、来てください！

JA越後中央吉田営農センター
東太田 7051-1
0256・55・4142
午前9時30分～午後6時30分
通年営業

スタッフの宮路さん

吉田日之出町 1-1
(燕市民交流センター)
0256・93・5257
(JA越後中央吉田営農センター)
6月～12月中旬の火・土曜日
午前10時～午後2時

吉田駅 燕駅 燕西小 燕郵便局 JA越後中央吉田営農センター 燕商工會議所

直売所 「農産物直売所ほのか」

地元産野菜を使ったお弁当やお惣菜も販売しています！一度お試しください！

JA越後中央吉田営農センター
東太田 7051-1
0256・55・4142
午前9時30分～午後6時30分
通年営業

夕方の情報番組でお馴染みの鈴木シェフ

吉田駅 燕駅 燕西小 燕郵便局 JA越後中央吉田営農センター 燕商工會議所

朝市 「農産物ふれあい青空市」

新鮮でおいしい野菜を用意して、皆さんのお越しをお待ちしています！

JA越後中央燕支店敷地内
東太田 2458-1
0256・66・2387
(JA越後中央燕営農センター)
5月～12月の毎週日曜日
午前7時～

スタッフの皆さん

吉田 中央公園 燕駅 燕西小 燕郵便局 JA越後中央燕支店 燕商工會議所

直売所 「ふれあいの店せんがり」

今年で12年目になります。その日の朝採り野菜ですので、新鮮ですよ！

JA越後中央燕支店敷地内
長所 (市営長所住宅前)
0256・62・4581 (岩野)
5月～11月の毎週火・金曜日
午後2時30分～午後6時

スタッフの皆さん

長所 雀森交番 コンビニ 燕中等 燕北中 燕駅 燕西小 燕郵便局 JA越後中央燕支店 燕商工會議所

「地産地消」 地域で生産されたものを、その地域で消費することをいいます。地場の農産物ですから、もちろん新鮮そのもの。輸送コストがかからないので、安価で手に入れることができます。それだけではなく、地域の農産物の需要拡大や、食育を通して健康で豊かな食生活につながることも期待できます。

燕市で生産されている農産物のうち、トマトとキュウリの生産量は県内でもトップクラスなんです。

スーパー 「市内のスーパー」

市内のいくつかのスーパーには、地場野菜コーナーが設置されています。いつもの買い物の時に、地場野菜コーナーものぞいてみてください！



スーパー マルイ吉田店

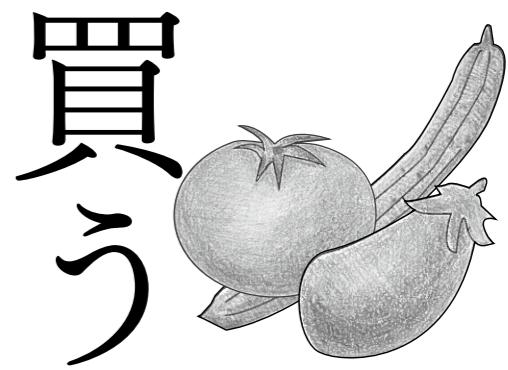
露店市 「燕・吉田・分水のいちび」

市内では、燕・吉田・分水の各地域で「いちび」が定期的に開催されており、地場野菜を購入することができます。

三・八の市 (燕地区：穀町・宮町・仲町)…毎月3と8のつく日

一・六の市 (吉田地区：上町・旭町通り)…毎月1と6のつく日

四・九の市 (分水地区：地蔵堂本町市場通り)…毎月4と9のつく日



「赤や緑、黄」などの色鮮やかな夏野菜が、スーパーの青果コーナーにたくさん並ぶ季節になりましたね。夏野菜とは、特に夏季に収穫されるものをいいます。

そもそも野菜は、その旬のものを食べることに大きな意味があります。夏野菜といえば、「体を冷やし、体調を整えてくれる効果がある」ということです。夏野菜は水分やカリウムを豊富に含んでいるので、体にこもった熱を中から冷ましてくれます。特にキュウリとナスはその9割以上が水分。脱水症状や熱中症対策にも、たくさん食べましょう。

また、トマト・ゴーヤー・ピーマン・カボチャにはビタミンが豊富に含まれています。汗と一緒に失われたビタミンを補給しましょう。紫外線でダメージを受けた肌の回復にも効果的です。

そして、好みの分かれるネバネバした夏野菜！粘りの主成分は「ムチン」です。ムチンは胃の粘膜を保護したり、免疫力や肝機能、腎機能を高める効果があります。暑さでビールを飲みすぎてしまいがちな人も多いでしょうが、そんな皆さんにはオクラやモロヘイヤがうってつけです。

夏野菜をたくさん食べて、これから来る暑い夏を乗り切りましょう！

食生活改善推進委員は、食推(しょくすい)さんという名で親しまれており、地域住民に対して生涯を通じた食育の推進、健康づくりの担い手として地域に根ざしたボランティア活動をすすめています。食推さんのレシピは燕市公式ホームページで公開中！

燕市 レシピ  検索



食生活改善推進
委員の皆さん

地元の食材を知り尽くした「食推」のレシピ！



夏野菜のおいしさが
たっぷりついたカレーで
す。短時間ででき、カレー粉
を使うので脂肪分カットで
とってもヘルシー。暑い夏
にぴったりの一品です。

地元産夏野菜の ドライカレー

材料(4人分)

豚ひき肉…200g / ナス…3個 / トマト…1個 / ピーマン…2個 / タマネギ…1/2個 / マッシュルーム缶…小1缶 / コーン…1/2カップ / [A]ニンニクみじん切り…小さじ1 / ショウガみじん切り…小さじ1] / サラダ油…大さじ2 / カレー粉…小さじ1~2 / 固形スープの素…1個 / 塩こしょう…少々 / ごはん 600g

作り方

- 1 ナスはへたを取り、さいころくらいの大きさに切って水につける。トマトは湯むきし、種を取ってざく切りにする。ピーマンは種を取り、1cm角に切る。タマネギはみじん切りにする。
- 2 鍋にサラダ油を熱し、弱火で[A]を炒めて香りをだし、タマネギ、ナス、ピーマンの順に炒める。
- 3 野菜がしんなりしたら、ひき肉を加えて炒め、トマト、マッシュルーム、固形スープの素、カレー粉を入れて汁気がなくなるまで弱火でかき混ぜながら煮る。
- 4 コーン、塩こしょうを入れ、味を調える。好みでケチャップ、ソースを入れる。



うまいっ！

食べる



料理のプロ！「料理研究家」のレシピ

夏野菜の米粉 トマトカレー

材料(2~3人分)

タマネギ…1/2個 / ニンニク…1片 / 豚ロース薄切り…80g / トマト…大1個 / しめじ…1/2パック(50g) / ナス…1本 / オクラ…4本 / ごはん…2~3膳分 / サラダ油…適量 / バター…10g / 热湯…200cc / らっきょう…適宜 / [A] 米粉(※)…小さじ2 / カレー粉…小さじ2 / 塩…小さじ1/3 / コショウ…少々 / 砂糖…小さじ1] / [B] ウスターソース…大さじ1 / ケチャップ…大さじ1 / 酢…大さじ1/2]

作り方

- 1 タマネギは繊維と並行向きに5mm幅に切る。ニンニクはみじん切りにする。トマトはざく切りにする。しめじは石突を取ってよくほぐす。
- 2 鍋にサラダ油(大さじ1/2)を入れて中火で熱し、タマネギをしんなりするまで炒める。
- 3 肉を加えて白っぽくなるまで炒め、しめじを加える。
- 4 しめじがしんなりしたらバターを加える。バターが溶け始めたら[A]を順に加え混ぜて炒める。
- 5 热湯を注ぎ、[1]のトマトを加え、再度沸騰したら弱火にして5分ほど煮る。
- 6 別のフライパンにサラダ油(大さじ1/2)を入れて中火にかけ、乱切りにしたナスと、半分に切ったオクラを順に加えてさっと炒める。
- 7 [6]のナスとオクラを[5]の鍋に加えて[B]で調味し、1~2分ほど煮たらご飯にかける。好みでらっきょうを添える。

出典：フード・アクション・ニッポンのホームページ内「米粉倶楽部」の「米粉レシピ」より。



燕市はフード・アクション・ニッポンの推進パートナーに登録しています。

フード・アクション・ニッポンは、日本の食を次の世代に残し、創るために、消費者・民間企業・団体・行政等が一体となって推進する、国産農林水産物の消費拡大の取り組みです。
ホームページ→ <http://syokuryo.jp/index.html>

※一部米粉商品には小麦グルテンが含まれているものもありますので、
小麦アレルギーがある人はご注意ください。



料理研究家
きじまりゅうたさん

祖母は料理研究家の村上昭子(むらかみあきこ)さん、母は同じく料理研究家の杵島直美(きじまなおみ)さんという家庭に育ち、幼い頃から料理に自然と親しむようになる。男性のリアルな視点から考えた「若い世代にもムリのない料理」の作り方を提案しており、現在はテレビや雑誌、イベント出演を中心に活動している。自身で主催する料理教室も好評開催中。動画配信サイトUSTREAMにて「きじまりゅうたの休日もだいどころ」を不定期で放送。最新情報→ www.daidokolog.com



「したのどうぶつえん」／くもん出版

「あき びんごさん おはなし会」を開催します！

燕市教育委員会では、子どもたちが意欲的に読書活動に親しみ、読書活動を身に付けることができる環境づくりを進めため、平成27年3月に「燕市子ども読書活動推進計画」を策定しました。

この計画の取り組みの一環として、絵本作家あき びんごさんを講師に迎え、絵本の読み聞かせや創作活動の講演、参加者と一緒に絵本のさし絵の創作体験などを行う「あき びんごさんおはなし会」を開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

- とき 8月1日(土) 午後1時30分～3時(予定)
- ところ 児童研修館 こどもの森
- 内容 動物の絵を描く、絵本の読み聞かせ、ほか
- 対象 どなたでも(内容は幼児・小学生向けです)
- 定員 100人(小さいお子さんは保護者同伴で参加できます)
- 参加費 無料
- 申込み方法 燕市立図書館へ直接申し込みください。(電話での申し込みも可能です)
- 申込期間 7月10日(金)より受付開始(定員になり次第締切)
- 問い合わせ 燕市立図書館 0256・62・2726

- 参加費 無料
- 共通事項

絵本とおはなし を楽しむ会

絵本の読み聞かせや手遊びなど内容盛りだくさんのお話会です。

ぜひおいでください。

お問い合わせ

燕市立図書館

7月11日(土) 午前10時～11時

ところ 分水公民館2階 大会議室

低学年とその保護者

土曜サロン・ 読書を ほんとうに 楽しむ会

読書好きな人々が集

い、感想を語り合い、読

書の楽しさを分かち合う

会です。皆さんの参加を

お待ちしています。

今回は、「井上靖／著」

「おばんば」の第4回です。

とき 7月18日(土) 午後1時30分～3時30分

ところ 燕市立図書館

料代 100円(資

問い合わせ 燕市立図書館

7月6日・22日



ママと赤ちゃん のリズムダンス

赤ちゃんと一緒にリズムダンスを楽しみませんか?

ねんねの赤ちゃんでも大丈夫です。最後

は、フットマッサージを

します。

とき 7月8日(水) 午前10時30分～11時15分

ところ 子育て総合支

援センター「すくすく」

(燕市民交流センター内)

対象 0歳～2歳くら

いの赤ちゃんと保護者

定員 10組程度

持つくる物 タオル、飲み物

申し込み・問い合わせ

子育て総合支援センター

77・8551

「すくすく」 0256・

56・

387

387

8・1)

とき 7月26日(日) 午後1時30分～6時30分

ところ 越後中央農協

燕支店のビニールハウス

など(燕市東太田245

院総務課 0256・

64・5111

●問い合わせ 燕労災病

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕労災病院外

●内容 認知症について

●講師 真島卓弥(神経

内科部長)

●参加費 無料

●申込順)

●問い合わせ 燕

国民健康保険 限度額適用認定証の受け付けます

8月からの
限度額適用
認定証の
受け付けます

更新申請を
受け付けます

現在、国民健康保険の
限度額適用認定証をお持
ちの人は、有効期限が7
月31日(金)までとなつてい
ます。8月1日(土)以降も
引き続き使用する場合は
更新手続きが必要です。そ
の手續を再度申請をお願いし
ます。

更新手続きが必要です。そ
の手續を再度申請をお願いし
ます。8月1日(土)以降も
引き続き使用する場合は
更新手続きが必要です。そ
の手續を再度申請をお願いし
ます。

・適用日：申請月の初日(月)
・交付方法：窓口にて即日交付

◎申請日：8月3日(月)以降

・適用日：申請月の初日(月)
・交付方法：窓口にて即日交付

※8月3日(月)は窓口が混雑することが予想されますので、前もって申請することをお勧めします。

●申請に必要なもの
国民健康保険証／世帯主の印鑑／現在お持ちの認定証／別世帯の人が申請する場合は委任状

※住民税非課税世帯で過る場合は離職日の印鑑／現在お持ちの認定証／別世帯の人が申請する場合は委任状

※住民税非課税世帯で過る場合が発生した年から免除が受けられます。

※世帯主や配偶者がいる人は、世帯主や配偶者が所得要件を満たしているか、失業などの特例に該当している必要があります。

※今年1月2日以降に転入された人は、前住所地の課税所得証明書が必要な場合があります。

●適用期間 災害や失業などのあつた月の前月分から翌々年の6月分まで

●申請場所・問い合わせ
保険年金課国保係(市役所1階9~11番窓口) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●請求期間 平成30年4月2日まで

●請求窓口・問い合わせ
社会福祉課児童福祉係(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8138 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●販売方法 各団体とも、市内全域に案内チラシを折り込みます。詳細は、チラシにてご確認ください。

●商品券について
5,000円券×24枚=1万2,000円を1万円で販売(プレミアム率20%)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●販売方法 各団体とも、市内全域に案内チラシを折り込みます。詳細は、チラシにてご確認ください。

●商品券について
5,000円券×24枚=1万2,000円を1万円で販売(プレミアム率20%)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●販売方法 各団体とも、市内全域に案内チラシを折り込みます。詳細は、チラシにてご確認ください。

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●販売方法 各団体とも、市内全域に案内チラシを折り込みます。詳細は、チラシにてご確認ください。

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●販売方法 各団体とも、市内全域に案内チラシを折り込みます。詳細は、チラシにてご確認ください。

請書の提出が必要です。
②申請時には、災害による被害額や失業などの証明書類として、離職票または雇用保険受給資格者証の写しなどが必要です。

災害や失業などを理由とした特例免除は、前年所得が多い場合でも所得にかかわらず、災害や失業などのあつた月の前月から免除が受けられます。

※世帯主や配偶者がいる人は、世帯主や配偶者が所得要件を満たしているか、失業などの特例に該当している必要があります。

※失業した日は離職日の翌日です。12月31日に離職したときは翌年が失業などの事由が発生した年となります。

③失業した日は離職日の翌日です。12月31日に離職したときは翌年が失業などの事由が発生した年となります。

※今年1月2日以降に転入された人は、前住所地の課税所得証明書が必要な場合があります。

●適用期間 災害や失業などのあつた月の前月分から翌々年の6月分まで

●申請時の注意点 ①災害や失業などを理由とした特例免除は、年度ごとに申請書の提出が必要です。

●問い合わせ 保険年金課年金医療係 ☎ 0256・77・8136 (直通) / 三条年金事務所 ☎ 0256・32・2239 (直通)

●申請場所・問い合わせ
保険年金課年金医療係(市役所1階9~11番窓口) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

●申請場所・問い合わせ
燕商工会議所、吉田商工会(会員登録による抽選) ☎ 0256・77・8132 (直通)

●支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債(市役所1階20~21番窓口) ☎ 0256・77・8136 (直通)

6月12日付けで、市長選挙に登録された評価審査委員会の委員に委嘱状が交付されました。

6月12日(月)において、公務扶助料や遺族年金などを受ける人(戦没者等の妻や父母等)がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

固定資産評価審査委員会とは、固定資産課税台帳に登録された価格について決算するため設置された第三者機関です。

固定資産課税台帳に登録された価格について決算するため設置された第三者機関です。

介護保険制度研修会開催

ボランティア活動している「おたすけ隊」は、超高齢社会を踏まえ、制度変更した介護保険制度などの研修会を開きます。興味のある人はぜひご参加ください。

時開場	後1時30分開演（午後1時）
ところ	吉田産業会館
入場料	無料
問い合わせ	吉田中学校吹奏楽部保護者会（船木）☎090・6459・3687
対象	燕市民
定員	25人
参加費	無料
申込期限	7月8日（水）
ところ	市民交流センターオたすけ隊（前山）☎090・4124・3714
申し込み・問い合わせ	おたすけ隊（前山）☎090・4124・3714
とき	7月9日（木）午後1時20分～3時

時開場	後1時30分～3時30分
ところ	吉田公民館
入場料	無料
問い合わせ	吉田公民館（新潟大学災害復興・科）☎090・2351・9220
対象	地域の皆さん
定員	40人
参加費	無料
申込期限	7月10日（金）
ところ	信濃川大河津資料館友の会（解良）☎0256・2351
申し込み・問い合わせ	信濃川大河津資料館友の会（解良）☎0256・2351
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月1200円
申し込み・問い合わせ	粟生津ヨーガクラブ（鈴木）☎0256・9380／（角間）☎0256・4160
対象	男性・女性などたでも※軽い運動のできる服装、運動靴で参加してください。
化センター	生（園児は相談）
対象	小学校1～6年生（園児は相談）
定員	12人（定員に達次第締切）
参加費	月1500円
その他	体験、見学大歓迎です。
申し込み・問い合わせ	つばめジュニア卓球クラブ（田巻）☎080・6709・4697
とき	7月13日（月）午後1時30分～3時30分

参加費	月曜日：月500円／火曜日：月120
-----	--------------------

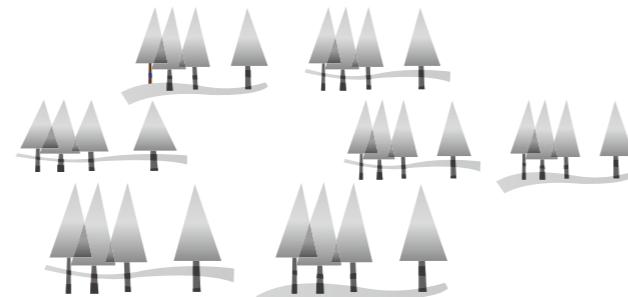


○おくやみ(敬称略・6/1~6/14届出分)

亡くなられた人	年齢(歳)	行政区
田野 美智子	86	南六丁目
長谷川 カツ	91	秋葉町二丁目
白倉 正巳	86	仲町
相場 典子	99	白山町一丁目
楯山 ヨシ	92	白山町三丁目
堅島 文榮	79	寺郷屋
深海 文一郎	70	廿六木四区
菊地 京子	63	中央通五の二
遠藤 喜徳郎	84	中央通五の三
瀬戸 紗子	85	西燕町
館 京子	76	西燕町
渡邊 八重子	80	桜町
川崎 武夫	68	八王寺
野田 フミエ	79	花園町
高波 ミイ	79	長所
星野 トシ	97	栗生津上組
長崎 京子	67	吉田西太田
和田 修	56	吉田本所
竹田 芳雄	85	吉田旭町二丁目
古谷 俊三	87	上諏訪
古澤 正之	87	下諏訪
田中 智	40	分水旭町四丁目
伊藤 晃	79	日和田地
三浦 義雄	88	熊森
白倉 栄吉	88	大川津

○おたんじょう(敬称略・6/1~6/14届出分)

子の名	ふりがな	保護者	行政区
慶尊 けいそん	池田 謙太	殿島二丁目	
瑠璃子 るりこ	池田 謙太	殿島二丁目	
来未 くるみ	豊田 和也	東町	
柑奈 かんな	井畑 啓介	東町	
成海 なるみ	山田 雄太	水道町四丁目	
愛莉 あいり	戸田 真介	水道町四丁目	
莉愛 りあ	熊谷 亮	小池	
雄斗 ゆうと	和田 雄輝	花園町	
涼太 りょうた	若林 正人	花園町	
凌聖 るい	佐々木 雅人	花園町	
玲美花 れみか	金井 圭	吉田春日町	
結弥 ゆうや	金子 直弥	吉田本所	
紗知 さち	栗田 哲也	吉田本所	
悠斗 はると	宮路 悠太	吉田大保町	
愛桜 みお	佐藤 勇樹	新興野	
柚葉 ゆずは	田中 裕也	佐善	
潤 じゅん	本田 貴洋	五千石	



どこに相談したらいいの~?
燕住まいお助け隊

●住宅リフォーム…

外壁塗装 瓦葺替 雨どい修理 施工
建てつけ調整 壁紙張替 キッチントイレ
電気工事 工場増築 建物に関する事は何でも!

気軽に相談! まかせて安心! 丁寧な仕事!

~隊員は燕商工会議所会員で“燕市住宅リフォーム助成事業”的登録業者です~

今すぐお電話(燕商工会議所内) 燕住まいお助け隊 検索 グリック
0256-63-4116 燕市東太田6856 燕商工会議所建設業部会

生命保険・損害保険の相談

■専門家による無料相談会
「保険クリニック燕三条店」では燕市民の皆さんへ生命保険・損害保険の無料相談会を開催します。保険のプロが中立的な立場で丁寧にアドバイスします。

■相談は完全予約制
保険クリニック燕三条店 募集代理店(株)エフピーエム
三条市荒町2丁目26番7号 ☎0120-774-166

▲こちらは有料広告です。

第9回 ウィズガス
全国親子クッキングコンテスト

応募用紙はホームページからダウンロードできます
食育ウィズガスで検索

炎の調理で五感を研ぎ澄ます

わが家のおいしいごはん
家族と一緒に作ろう、うちの自慢メニュー

わが家の自慢のレシピを大募集!!

応募条件を満たしている応募者全員にQUOカード500円分をプレゼント!!

県大会開催 2015年11月1日(日)/応募締切 2015年9月10日(木) 白根ガス株式会社 ☎0256-61-7511

▲こちらは有料広告です。

○人口と世帯など Population and Household

男性	39,969	人	(-)	8
女性	41,933	人	(-)	35
合計	81,902	人	(-)	43
世帯	28,629	世帯	(+)	12
※平成27年5月末日現在	()	は前月比		

●平成27年度中の戸籍届出累計件数
婚姻届件数 58件(35件)
出生届件数 99件(43件)
※()は5月の届出数

○休日救急当番医 Hospital

- 内科系:午前9時~午後5時 + 外科系:午前9時~午後5時
7月5日(日)
- たかだ小児科医院(吉田東町) ☎0256-93-5107
+ 整形外科皮膚科しまがきクリニック(新潟市西蒲区) ☎0256-73-1312
7月12日(日)
- 國定内科医院(寺郷屋) ☎0256-61-7700
+ 白根健生病院(新潟市南区) ☎025-372-2191
7月19日(日)
- 安藤医院(水道町四丁目) ☎0256-66-1377
+ いわぶち整形外科クリニック(吉田東町) ☎0256-92-1354
7月20日(日)
- 古川医院(宮町) ☎0256-63-2614
+ 濁東けやき病院(新潟市西蒲区) ☎0256-86-3515
7月26日(日)
- 斎藤医院(中央通一丁目) ☎0256-63-4006
+ 青山医院(廿六木三区) ☎0256-63-9151
●問い合わせ 燕消防署 ☎0256-66-0119/吉田消防署 ☎0256-92-2200/分水消防署 ☎0256-97-2688

○窓口延長

Office Hours Extension

住民票、戸籍謄本・抄本、印鑑登録および印鑑証明、所得証明書の発行(申告者のみの交付)、納税ができます。また、パスポートの交付ができます(申請の受け付けはできません)。

- 窓口延長 毎週水曜日 午後7時30分まで
7月1日・8日・15日・22日・29日
- 日曜窓口 毎月第2日曜日 正午まで
7月12日

*燕・分水サービスコーナーでは、窓口延長・日曜窓口業務は、行っておりません。

- 問い合わせ 市民課窓口係 ☎0256-77-8125(直通)

○休日夜間診療

Clinic

- 西蒲原地区休日夜間急患センター
新潟市西蒲区巻甲4363 ☎0256-72-5499
診療科目 内科・小児科・歯科
休日受付 日曜日・祝日・年末年始
午前9時~午後5時
夜間受付 毎日午後7時~10時(内科・小児科のみ)
※受付時間は、原則診察終了時間の30分前まで。
- 県央医師会応急診療所(新潟県三条地域振興局隣)
三条市興野一丁目13-67 ☎0256-32-0909
診療科目 内科・小児科・外科・整形外科
休日受付 日曜日・祝日・年末年始・お盆
午前9時~正午、午後1時~4時30分
土曜日の午後2時~4時30分
夜間受付 毎日午後7時~10時
※駐車場が満車のときは、診療所隣の三条地域振興局裏側の駐車場をご利用ください。

燕市の車リサイクルショップ

リサイクル・リユースを促進し、大切な資源に新しい命を吹き込むお手伝いをします。

夢つくる分水店 ハローハロー
TEL. 0120-97-8686
燕市 笹ヶ島1488-1

小規模多機能型居宅介護事業所

通りを中心に、宿泊、訪問のサービスを提供します。
体験利用も可能
お気軽にご相談ください。

小規模多機能ホーム
ほらえんの里
燕市松橋109番地3 ☎0256-61-3578

利用者スタッフ募集中

▲こちらは有料広告です。

今年の夏はくもん 夏の40日で大きくジャンプアップ

~9月には、ピカピカの学校生活を迎えよう~

- 小学3年生のKくんは…
「そろそろ英語が読めるようになったほうがいいのかな?」
- 小学2年生のYくんは…
「計算がスラスラできるようになりたい。
九九も覚えたいし。」
- 年長のHちゃんは…
「ひらがなを読むのが楽しくなってきた!
もっとやりたい!」

KUMON

夏の特別学習受付スタート!

【7月21日(火)~8月31日(月)】

1カ月分の会費で、上記期間公文式を学習いただけます。お問い合わせはお近くのお教室または、みんなにひらくてん

0120-372-100

シリーズひと



小林 将貴さん（燕中等教育学校3年生）

こばやし・まさたか（秋葉町）

●今年3月に行われた「ソフトテニス都道府県対抗全日本中学生大会」にて男子シングルスで新潟県男子初の優勝に輝く。



▶夏の全国大会に向けて練習中の小林さん。コートに立てば一人のアスリートです。

さらに上のレベルを目指して
一球一球を大切にしていきたいです。

今回は、「ソフトテニス都道府県対抗全日本中学生大会」（三重県伊勢市にて開催）において男子シングルスで優勝を果たした、小林将貴さんをご紹介します。

現在、夏の全国大会に向け練習中であり、小林さんのこれまでの夢やソフトテニスへの思いなどを聞きました。

「新潟県男子で初めての優勝だったので、とても嬉しかったです。また大会では自分のテニスで勝つことができたので良かったと思います」

今回の大会で見事に全国制覇を果たした小林さん。毎日、練習と学校の勉強に忙しい日々を送っています。

「ソフトテニスは、小学2年生から始めました。きっかけは、兄がやっていてのを見て楽しそうと思つたからです。最初は単に楽しく、だんだんとソフトテニスの面白さや深みにめり込んでいきました」

日々の練習では、一球一球基本を意識して練習に取り組んでいる

「試合前など特に緊張する場面ではチームメイトと話したり、リラックスしてゲームに臨んでいます。こんなときでも楽しく取り組むことで、自分自身の力を最大限に発揮できるのだと思います」

最後にこれから目標や夢を聞きました。

「今は夏の全国大会に向けて練習をしています。ここで良い成績を出せれば、17歳以下の日本代表にも選ばれるので頑張りたいと思います。さらに上のレベルを目指していきたいです」

そうです。これをおろそかにするところ、試合の大重要な局面でミスにならぬ、残念な結果になってしまふと小林さんは話します。

「東京つばめいと」が始動しました。
首都圏在住で燕市出身の大学生や社会人等の若者を対象に、交流会の開催や燕市が首都圏で行うイベントへの参画などを通して、燕市とのつながりを維持し、将来的なリターンへつなげていくことが狙い。「つばめのチームメイト」というのが名前の由来です。

6月15日現在で53人が会員登録。そのうち12人が第1回目の交流会に参加してくれました。中学卒業後久しぶりに会った仲間同士もいて初会合は大いに盛り上りました。「東京つばめいと」が故郷と首都圏の若者との絆になることを期待しています。

紙上ブログ
燕市長 鈴木力

きょうえい カンタンお申込み！
使い道は自由、手続き簡単！
「フリーローン」

最高ご融資額
500万円

インターネットでも モバイルでも FAXでも

最高500万円、ご返済はゆとりある7年まで可能

スマホで検索

個人ローン相談 毎週土曜 本店にて開催
(午前9時~午後5時)

あなたの暮らしをバックアップします！

協栄信用組合
http://www.kyoei-shinkumi.jp/
燕市東太田6984番地
TEL 0256-61-1507

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

※この広報紙は古紙配合の再生紙と、環境にやさしいペジタル・オイル・インクを使用しています。