

広報

# わがまち

12/01

平成25年12月1日号  
2013.DEC No.185

## CONTENTS

- 02 公共交通のお知らせと冬の交通事故防止運動
- 04 平成25年度予算の9月末現在の執行状況
- 06 高額医療・高額介護合算制度について



カメラびゅう拡大版⑨

## 市民茶会

● 11月17日 中央公民館

小春日和のこの日に行われた市民茶会。第一席は表千家流、第二席は小川流、点心席は石州流です。晩秋だけあって外はとてもひんやりしていましたが、暖かい茶室の中では一服のお茶とともに、やすらぎのひと時が楽しめました。



## ●冬の交通事故防止運動（12月11日(水)～20日(金)・10日間）

年末は、人や車の動きが慌ただしくなるとともに、冬型の気候や飲酒の機会も多くなり、交通事故の多発が懸念されます。「飲酒運転は絶対にしない・させない」など、交通ルールを守り、交通事故を未然に防止しましょう。

●運動のスローガン 「来る年へ 笑顔でつなごう 安全運転」

●燕市年間基本運動 「高齢者を交通事故から守るＳＳＳ（スリーエス）運動」

※交差点では、（Ｓ）しっかり止まって、（Ｓ）しっかり見る、（Ｓ）しっかり見せる

●運動の重点 ① 飲酒運転の根絶 ② 車間距離の保持と正しい合図の励行

③ 歩行中・道路横断中の交通事故防止 ④ 交差点の交通事故防止



皆さんで考えましょう！ 交通安全に関するクイズ !! 回答はページの一番下にあります

### ①飲酒運転の根絶

飲酒運転の死亡事故率は？ 飲酒なしと比較して 問① 倍 その中でも、酒酔い運転は 問② 倍

※飲酒運転は事故を起こした本人だけでなく、家庭や職場などへも計り知れない悪影響を及ぼす重大な犯罪です。二日酔いでも飲酒運転になります。深酒した翌日は車の運転を控えましょう。

### ②車間距離の保持と正しい合図の励行

車が停止するまでの距離は？ 30km/h のとき… 問③ m 60km/h のとき… 問④ m

積雪・凍結した路面では？ 乾燥した路面の 問⑤ 倍 以上の制動距離が必要です。

正しい合図（ウインカー）とは？ 車線変更は 問⑥ 秒前 右折・左折は 問⑦ m手前

※車が停止するまでには、危険を感知しブレーキを踏み、ブレーキが効き始めるまでに車が走る距離（空走距離）と、ブレーキが効き始めてから車が停止するまでの距離（制動距離）の合計距離（停止距離）が必要。

### ③歩行中・道路横断中の交通事故防止

ドライバーは、車道を通行する歩行者がいることなどを予測し、歩行者の早期発見に努め、歩行者の側方を通過する時は、安全な間隔を保ち、 問⑧ 減速・〇〇 するなど慎重な運転を心掛けましょう。

交差点付近は、多くの車が停止・発進を繰り返すため、積雪路面が磨かれ 問⑨ ス〇〇プ しやすくなります。

※冬季は積雪により、歩道を歩くことができず、歩行者が車道を通行したり、滑って車道に転倒したりすることがありますので、特に注意しましょう。

※冷え込んだ日、橋の上や日陰になっている道路では、路面がブラックアイスバーンになっていることがあります。ドライバーは、路面状況に応じて、ブレーキ操作やハンドル操作を慎重に行い、スリップ事故の防止を図りましょう。また、歩行者は、転倒に注意するとともに、車の動きに十分注意し、車が止まったことを確認してから道路を横断しましょう。

### ④交差点の交通事故防止

市内における全交通事故の 問⑩ 約 割 が交差点もしくはその付近で発生しています。

※車も自転車も歩行者も交差点では、しっかり止まって、しっかり見る、しっかり見せる「ＳＳＳ」を実践し交通事故を防ぎましょう。

【クイズの解答】 問①…9.6 倍／問②…26.0 倍／問③…14 m／問④…44 m／問⑤…2 倍／問⑥…3 秒前／問⑦…30 m手前／問⑧…徐行／問⑨…スリップ／問⑩…5 割

## 公共交通のお知らせと冬の交通事故防止運動

●問い合わせ 生活環境課交通政策係 ☎ 0256・77・8162（直通）



## ●循環バス「スワロー号」の停留所が増えて、運行時刻が変わります

現在、市内の病院や駅などを経由して長辰・てまりの湯～燕三条駅間を運行している循環バス「スワロー号」が、路線沿いに停留所を増やしていっそう便利になります。また、これに伴って運行時刻が変更になります。

詳しくは、広報つばめ 12月1日号と同時に配布の『スワロー号時刻表』をご覧ください。

利用料金はこれまでどおり中学生以上 1 乗車 100 円です。

●新たに増やす停留所（3 カ所）

①中島（農協前）

②地藏堂本町二丁目

③朝日町（明道メタル前）

●改正時期 12月16日(月)～

●問い合わせ

・越佐観光バス株式会社（運行事業者）☎ 0256・98・5000

・生活環境課交通政策係 ☎ 0256・77・8162（直通）

12月16日(月)から  
運行ダイヤを改正します！



◎ますます便利になる「スワロー号」ぜひご利用ください。

## ●「おでかけきららん号」から7つのお知らせ

「おでかけきららん号」はおかげさまで大勢の皆さんからご利用いただいています。

そのため、ご希望の時間帯の予約がとれない場合があるなどのご迷惑もおかけしていますが、車両台数を増やし改善に努めていますので、引き続きご利用をお願いいたします。

きららん号を快適にご利用いただくために、7つのことをお知らせいたします。

①予約は1週間先までとれます

病院の診察などあらかじめ日時が決まっているような場合は、余裕を持って早めの予約をお勧めします。

②予約電話は午後からが比較的つながりやすいです

朝は予約電話が多いため、つながりにくい状況です。お急ぎでない場合は、午後の時間帯に連絡願います。

③利用登録票を出されるとスムーズに予約できます

利用登録をしていない皆さんもご利用できますが、登録すると時間をかけずに予約ができます。

④送迎の順番は指定できません

乗り合いで効率的な順番で送迎しますので、「すぐに迎えに来てください」とか「一番最初に送ってください」というようなご希望には添えません。

⑤お迎え時間を確認したい時は15分から20分前にお問い合わせください

予約した時間の運行開始15分から20分前に予約センターへお問い合わせいただければ、目安の時間をお知らせします。

⑥運行は燕市内に限りです

燕市から近い距離でも市外への運行はできません。他の交通手段をご利用願います。

⑦予約の受付時間は平日の午前7時45分から午後4時までです

予約を取り消されるときは必ず連絡をお願いします。

●予約・問い合わせ おでかけきららん号予約センター ☎ 0256・64・7888

●問い合わせ 生活環境課交通政策係 ☎ 0256・77・8162（直通）

きららんから  
みなさんにお願いです



◎「きららん号」は乗り合いで運行しています。ルールとマナーを守ってご利用ください。

●平成25年度特別会計予算の執行状況(平成25年9月30日現在)

会計名	予算額	収入額	収納率	支出額	執行率
国民健康保険	83億4,727万円	33億2,350万円	39.8%	35億 412万円	42.0%
後期高齢者医療	6億6,215万円	2億1,843万円	33.0%	2億4,186万円	36.5%
介護保険事業	72億1,266万円	31億2,825万円	43.4%	29億5,573万円	41.0%
公共下水道事業	39億7,310万円	2億6,005万円	6.5%	12億3,045万円	31.0%
土地取得	1億1,245万円	1,194万円	10.6%	0円	0.0%
企業団地造成事業	110万円	461万円	419.1%	33万円	30.0%
温泉保養センター	2億 45万円	3,024万円	15.1%	3,230万円	16.1%
合計	205億 918万円	69億7,702万円	34.0%	79億6,479万円	38.8%

※収入額から支出額を差し引いた額がマイナスの会計がありますが、これは会計間での資金の融通や基金からの繰り替えで運用を行っています。

●企業会計（水道事業）

●貸借対照表(平成25年9月30日現在)

借 方		貸 方	
項 目	金 額	項 目	金 額
固定資産	126億2,439万円	固定負債	4,832万円
流動資産	17億3,961万円	流動負債	6,488万円
		資本金	93億4,493万円
		剰余金	49億 587万円
		(うち上半期純利益)	1億5,399万円
合計	143億6,400万円	合計	143億6,400万円

●基金の状況(平成25年9月30日現在)

基 金	現在高	市民1人当たり
財政調整基金	36億1,383万円	43,692円
減債基金	3億 832万円	3,728円
その他特定目的基金	15億3,837万円	18,599円
土地開発基金	1億1,722万円	1,417円
その他定額運用基金	45万円	5円
その他基金(特別会計)	2,285万円	276円
合計	56億 104万円	67,718円

●用語解説

○流動資産とは…現金や預金、未収金などのことです。

○固定負債とは…修繕引当金のことです。

○流動負債とは…未払金や前受金などのことです。

○市債・企業債とは…市が大きな事業を実施するときに、国や金融機関などから借り入れたお金です。

○一時借入金とは…歳出予算の支出に充てるために不足する資金を一時的に借入れ、その会計年度の歳入をもって返済するものです。

●損益計算書(平成25年4月1日～9月30日)

借 方		貸 方	
項 目	金 額	項 目	金 額
営業費用	5億4,392万円	営業収益	7億3,672万円
営業外費用	3,884万円	営業外収益	43万円
特別損失	40万円	特別利益	0円
上半期純利益	1億5,399万円		
合計	7億3,715万円	合計	7億3,715万円

※消費税および地方消費税抜き

●借入金の状況(平成25年9月30日現在)

会計名等	現在高	市民1人当たり
一般会計	407億2,364万円	492,361円
公共下水道事業特別会計	211億 960万円	255,221円
温泉保養センター特別会計	1億3,293万円	1,607円
水道事業会計	29億9,232万円	36,178円
一時借入金	0円	—
合計	649億5,849万円	785,367円

※市民 1 人当たりは平成25年 9月30日現在82,711人で計算

# 平成25年度予算の 9月末現在の執行状況をお知らせします

今年度中に市に入ってくるお金や使うお金が、

9月末現在でどのような状況になっているのかをご紹介します。

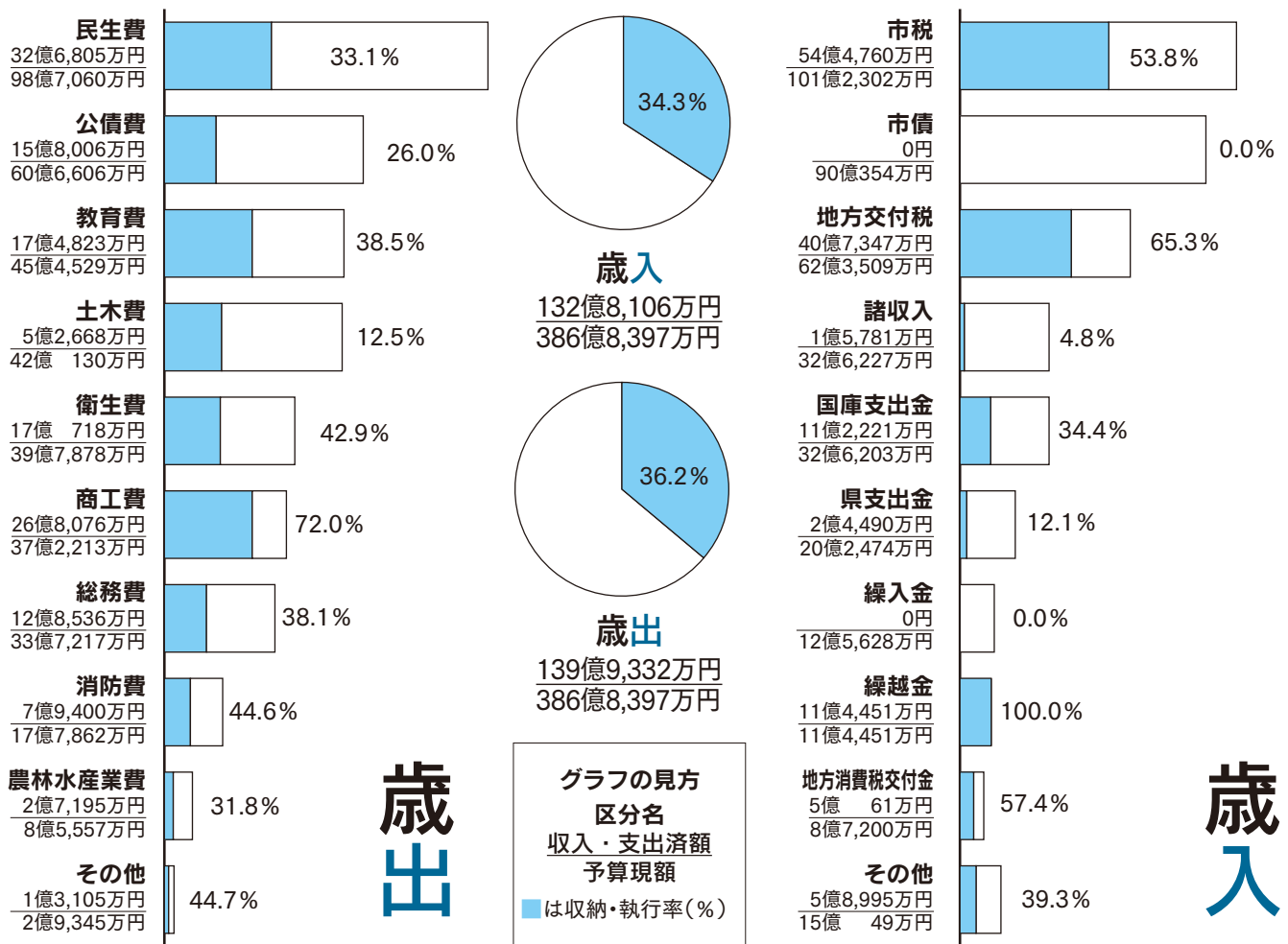
負担金や使用料・手数料など、歳入の確保に努めるとともに、

歳出では効率的な執行を図りながら、財政の健全化に努めていきます。

市では今後も、「市の財政が今どのような状態にあるのか」を市民の皆さんへお知らせし、

市政への理解を深めていただくため、定期的に「財政事情の公表」を行っていきます。

●平成25年度一般会計予算の執行状況(平成25年9月30日現在)



市税  
54億4,760万円  
101億2,302万円

53.8%

市債  
0円  
90億354万円

0.0%

地方交付税  
40億7,347万円  
62億3,509万円

65.3%

諸収入  
1億5,781万円  
32億6,227万円

4.8%

国庫支出金  
11億2,221万円  
32億6,203万円

34.4%

県支出金  
2億4,490万円  
20億2,474万円

12.1%

繰入金  
0円  
12億5,628万円

0.0%

繰越金  
11億4,451万円  
11億4,451万円

100.0%

地方消費税交付金  
5億 61万円  
8億7,200万円

57.4%

その他  
5億8,995万円  
15億 49万円

39.3%



高額医療・高額介護合算制度とは、1年間の医療費と介護サービス費の自己負担額が高額になった人の負担を軽減することを目的とした制度です。同一世帯内の国民健康保険および後期高齢者医療制度加入者、または被用者保険加入者は、それぞれの加入保険ごとに1年間の医療費と介護サービス費の自己負担額を合計し、自己負担限度額を超えた分が支給されます。支給は、医療保険者が「高額介護合算療養費」、介護保険者が「高額医療合算介護サービス費」として、医療分と介護分の割合により、それぞれから支給されます。

5申請手続き →毎年7月31日現在で加入している医療保険者の窓口申請します。

① 燕市国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者

合算制度の支給対象となる加入者には、燕市または新潟県後期高齢者医療広域連合から申請手続きのご案内をします。今回の対象期間は、平成24年8月1日から平成25年7月31日までです。

申請手続きのご案内の対象となる人	
燕市国民健康保険	後期高齢者医療制度
下記の要件にすべて該当する人 平成24年8月1日から 平成25年7月31日までの間に ・ <u>燕市に住んでいた人</u> （市を越える住所異動のない人） ・ <u>燕市国民健康保険のみに加入の人</u> → <b>平成26年3月ころ</b> 申請手続きのご案内をする予定です。	●平成24年8月1日から平成25年7月31日までの間に、 <u>市町村を越える住所異動のない人で、後期高齢者医療制度のみに加入の人。</u> → <b>平成25年12月2日(月)ころ</b> 申請手続きのご案内をする予定です。  ●平成24年8月1日から平成25年7月31日までの間に、 <u>新潟県内で住所異動した人で、後期高齢者医療制度のみに加入の人。</u> ●平成24年8月1日から平成25年7月31日までの間に、 <u>年齢到達などで後期高齢者医療制度へ加入した人。</u> → <b>平成26年2月ころ</b> 申請手続きのご案内をする予定です。

★上記の要件に該当しない人は、申請の対象となる旨のお知らせができない場合があります。支給対象になると思われる人は自己負担限度額などを参考に、支給対象となるか確認のうえ申請してください。  
★医療保険や介護保険の異動があった場合、異動前の医療保険者または介護保険者からの自己負担額証明書の交付を受けてからの申請となりますのでご注意ください。

申請書の提出方法

申請書に同封されている記入例を参考に、必要事項を記入して保険年金課で申請手続きをお願いします。  
●申請に必要な書類 申請書、医療保険証、介護保険証、振り込みを希望する預金通帳、印鑑（認印）

② 被用者保険（全国健康保険協会・共済組合など）加入者

加入している医療保険者（事業所など）にお問い合わせください。  
★手続き方法、支給時期などは各保険者によって異なりますのでご注意ください。

●医療費助成を受給している皆さんへ

精神障がい者医療費助成などの燕市単独医療費助成受給者で、すでに助成を受けている場合、高額介護合算療養費支給分が過払いとなるため、医療費の調整または返還が生じます。該当する人には別途ご連絡をします。

1対象期間

毎年8月1日から翌年7月31日までの1年間の医療保険と介護保険の自己負担額をもとに支給額を計算します。

2支給対象

下記の①・②の条件をどちらも満たす場合に、支給の対象となります。  
①同一世帯内の同じ医療保険ごとに、医療保険と介護保険の両方で自己負担があった場合  
②同一世帯内の同じ医療保険ごとに、医療費と介護サービス費の自己負担額の合計が下記③の自己負担限度額を超えた場合  
※被用者保険での同一世帯とは、1人の被保険者（組合員）と、その被扶養者のまとまりになります。  
※同一世帯内でも異なる医療保険とは合算できません。また、食事代や居住費などは含みません。

3自己負担限度額

所得区分		医療保険＋介護保険	医療保険＋介護保険	後期高齢者医療＋介護保険
		(70歳未満)	(70～74歳)	(75歳以上)
現役並み所得者(上位所得者)		126万円	67万円	67万円
一般		67万円	56万円	56万円
低所得者(住民税非課税世帯)	Ⅱ	34万円	31万円	31万円
	Ⅰ		19万円	19万円

※65～74歳で後期高齢者医療制度に加入している人は、75歳以上の区分となります。  
※所得区分は、基準日（毎年7月31日）現在の医療保険の所得区分が適用されます。ただし、基準日以前に亡くなった人は死亡日となります。

4支給額の計算

①毎年7月31日現在に加入している医療保険者が計算をします。  
・燕市国民健康保険加入者…**燕市**が計算  
・後期高齢者医療制度加入者…**新潟県後期高齢者医療広域連合**が計算  
・上記以外の保険や共済組合加入者…**加入している医療保険者**が計算  
②介護保険の社会福祉法人等による利用者負担額軽減を受けている人は、軽減前の金額が自己負担額となりますが、支給時に軽減額分が調整されます（差し引かれます）。ご了承ください。  
③高額療養費、高額介護サービス費などで戻った金額は除かれます。  
④自己負担限度額を超えた額が500円以下の場合は支給されません。

●このように負担が軽減されます！

		医療費の自己負担額(年額)	介護サービスの自己負担額(年額)	世帯負担の合計	申請により払い戻される額
夫		30万円	—	30万円＋30万円＝60万円	60万円－56万円(限度額)＝4万円
妻		—	30万円		

●問い合わせ

燕市国民健康保険について……………保険年金課国保係

後期高齢者医療制度について……保険年金課年金医療係

介護保険について……………福祉課介護保険係

☎0256・77・8132（直通）

☎0256・77・8133（直通）

☎0256・77・8177（直通）

④職員の分限と懲戒処分状況（平成 24 年度）

- 分限処分状況 休職 4 人（心身の故障）
- 懲戒処分状況 なし

⑤職員の服務状況（平成 24 年度）

- 職務専念義務免除 12 件
- 営利企業等従事許可 1 件

⑥職員の研修および勤務成績の評定の状況

- 職員の研修状況（平成 24 年度）

区分		研修名	受講者数
派遣研修	県自治会館研修	階層別研修（新採用職員、一般職員）、専門研修（固定資産税、市町村民税など）	46 人
	県自治研修所研修	階層別研修（主任、係長、課長補佐、課長）、専門研修（法制執務、政策形成）	72 人
	市町村職員中央研修所研修	ブラッシュアップ女性リーダーなど	4 人
	自治大学校研修	第 3 部課程 新時代・地域経営コースなど	2 人
	新潟県専門研修	政策形成コース	1 人
	民間企業研修	接遇（燕三条ワシントンホテル）、シンクタンク	11 人
庁内研修	総務省人材育成等専門家派遣研修		183 人
	パワハラ防止研修会		61 人
	コーチング研修		17 人
	e- ラーニング情報セキュリティ研修		326 人
	セキュリティ研修		55 人
	男女共同参画についての研修		81 人
	異業種交流管理職研修		44 人
合 計	政策形成研修		17 人
			920 人

- 勤務成績の評定の状況

職員の能力開発と組織の活性化を図るために、能力・実績を重視した人材育成型の人事評価制度を全職員を対象に実施しています。

⑦職員の福祉と利益の保護状況（平成 24 年度）

- 健康診断などの受診状況  
定期健康診断 226 人 人間ドック 378 人
- 公務災害と通勤災害の発生件数  
公務災害 3 件 通勤災害 0 件

⑧公平委員会の業務状況（平成 24 年度）

- 職員の給与、勤務時間その他の勤務条件に関する措置の要求 0 件
- 職員に対する不利益処分に関する不服申し立ての状況 0 件

- 主な手当の種類とその内容  
（平成 25 年 4 月 1 日現在）

期末 勤勉 手当	6 月期	12 月期	計
	1.225 月分	1.375 月分	2.600 月分
	0.675 月分	0.675 月分	1.35 月分
	職制上の段階、職務の級等による加算措置あり		
退職 手当	支給率	自己都合	定年・勤奨
	勤続 20 年	23.030 月分	28.7875 月分
	勤続 25 年	32.830 月分	38.955 月分
	勤続 35 年	46.550 月分	55.860 月分
	最高限度	55.860 月分	55.860 月分
扶養 手当	加算措置：定年前早期退職の場合は 1 年につき 2％加算（20％限度）		
	配偶者…月額	13,000 円	
住居 手当	配偶者以外の扶養親族…各月額 6,500 円（16 歳から 22 歳の子 1 人につき 5,000 円加算）		
	借家…月額	12,000 円を超える家賃を支払っている職員に対し、家賃額に応じ最高月額 27,000 円まで	
通勤 手当	電車・バス等利用者…負担している運賃額に応じ最高月額 55,000 円まで		
	自動車等利用者…使用距離に応じ最高月額 24,500 円まで		
管理職 手当	役職に応じて 最高 月額 52,400 円		

- 特別職の報酬等  
（平成 25 年 4 月 1 日現在）

区分	給料・報酬月額	期末手当支給割合
市長	811,200 円	
副市長	616,300 円	
議長	358,900 円	6 月期 1.40 月分
副議長	297,700 円	12 月期 1.55 月分
議員	283,200 円	計 2.95 月分

③職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

- 勤務時間（平成 25 年度）

始業時刻	終業時刻	休憩時間
午前 8 時 30 分	午後 5 時 15 分	正午～午後 1 時
休日など		
・日曜日、土曜日 ・国民の祝日 ・年末年始（12 月 29 日～1 月 3 日）		

- 休暇（平成 25 年 4 月 1 日現在）

休暇の種類		付与日数
年次有給休暇		20 日間（翌年度に 20 日を限度に繰越）
主な特別休暇	結婚休暇	連続 5 日以内
	産前産後休暇	産前 8 週、産後 8 週
	妻の出産休暇	2 日以内
	育児時間休暇	1 日 2 回各 30 分以内
	骨髄ドナー休暇	必要とする期間
	ボランティア休暇	5 日以内
	子の看護休暇	5 日以内（該当する子が 2 人以上の場合は 10 日以内）
	忌引休暇	続柄により 1 ～ 10 日
	夏季休暇	4 日以内

①職員の任免と職員数に関する状況（各年度 4 月 1 日現在）

- 任免と職員数の状況

平成 25 年度	639 人	
平成 24 年度	644 人	
差引	△ 5 人	(内訳) 平成 24 年度退職 △ 31 人 平成 25 年度採用 26 人 計 △ 5 人

※職員数は、一般職（教育長含む）に属する職員の数です。市職員の身分を保有する休職者、派遣職員などを含み、臨時または非常勤職員を除いています。

- 職員数の推移

平成20年度	平成21年度	平成22年度	
698 人	679 人	667 人	
平成23年度	平成24年度	平成25年度	過去5年間の増減数(率)
665 人	644 人	639 人	△ 59 人（△ 8.5％）

②職員の給与の状況

- 人件費の状況（平成 24 年度普通会計決算）

歳出額 A	人件費 B	人件費率 B / A
396 億 9,538 万円	47 億 410 万円	11.8％

※人件費には、市長、副市長、教育長、議員および各種委員に支給される給料、報酬などを含みます。

- 職員給与費の状況（平成 24 年度普通会計決算）

職員数 A			
582人			
給 与 費			
給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B
21億2,276万円	2億6,349万円	7億5,153万円	31億3,778万円
一人当たり 給与費 B / A			
539万円			

※職員手当に退職手当負担金は含みません。  
※燕市の一般行政職の給与水準は、国家公務員を 100 としたラスパイレス指数では、101.0 となります。なお、国家公務員の時限的な（2 年間）給与改定特例法による措置がないとした場合の数値は、93.3 となります。

- 平均年齢と平均給料月額（平成 25 年 4 月 1 日現在）

区分	平均年齢	平均給料月額
一般行政職	44.3 歳	321,140 円
技能労務職	47.6 歳	286,787 円

- 初任給と経験年数別、学歴別の平均給料月額（平成 25 年 4 月 1 日現在）

区分		初任給	経験年数		
			10年以上 15年未満	15年以上 20年未満	20年以上 25年未満
一般行政職	大学卒	172,200 円	262,858 円	299,838 円	362,910 円
	高校卒	140,100 円	211,186 円	258,964 円	309,877 円
技能労務職	高校卒	137,200 円	213,667 円	252,967 円	271,400 円



燕市の人事行政運営などの状況について、市民の皆さんに理解していただくため、「燕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、職員の給与や勤務条件などについて公表します。

# 人事行政の運営などの状況について



# くらしの鍵情報



## 募集・試験



## 公営住宅の入居者を募集します

公営住宅の入居者を募集します。

2013～2014 燕三条産業カレンダー ※下線の付いている日は産業カレンダーの休日。

12	日	月	火	水	木	金	土	1	日	月	火	水	木	金	土
	<u>1</u>	2	3	4	5	6	7		<u>5</u>	6	7	<u>8</u>	<u>9</u>	10	11
	<u>8</u>	9	10	11	12	13	14		<u>12</u>	<u>13</u>	14	15	16	17	18
	<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>	<u>21</u>		<u>19</u>	20	21	22	23	24	<u>25</u>
	<u>22</u>	<u>23</u>	<u>24</u>	<u>25</u>	<u>26</u>	<u>27</u>	<u>28</u>		<u>26</u>	27	28	29	30	31	
	<u>29</u>	<u>30</u>	<u>31</u>												

●単身用特定住宅：市営吉田水道町団地（ワンルームマンションタイプ）／平成6年建設／中層耐火構造5階建／面積35・53㎡（21畳相当）  
●入居資格 単身であること（単身赴任者可）／所得が月額18万6000円以上、56万6000円以下であること（18万6000円に満たない人は、所得の上昇が見込まれる人）

## 講座・教室



## 郷土料理にチャレンジ！ ～子や孫に伝えたいふるさとの味～

小学生とその保護者を対象に郷土料理教室を2

※駐車場（有料）を利用する人は、申し込みが必要です。

●家賃 3万5000円  
●申込期限 随時募集です。空部屋がなくなり次第募集を終了します。  
●申し込み・問い合わせ 営繕建築課公営住宅係 ☎ 0256・77・8287（直通）

●対象 市内小学生とその保護者  
●申し込み・問い合わせ 市営住宅課 ☎ 0256・77・8287（直通）  
●申込方法 12月5日（木）から電話でお申し込みください。どちらか1回のみの受講も可能です。受講できる人には後日ハガキで詳細を連絡します。  
●申し込み・問い合わせ 生涯学習課公民館係（総合文化センター内） ☎ 0256・63・7001  
●その他 参加費無料・申し込み不要です。  
●問い合わせ 吉田保健センター ☎ 0256・93・5461

## 平成25年度 燕市健康づくり教室

●内容・ところ・とき  
・パネル展示：新潟市市民芸術文化会館（りゅうとぴあ）／12月11日（水）～17日（火） 午前9時～午後5時（初日は午後1時から。最終日は午後1時まで）  
・テープカット・展示物解説：新潟市市民芸術文化会館（りゅうとぴあ）／12月11日（水）午後1時～2時10分  
・オープンングセレモニー：新潟市音楽文化会館／12月11日（水）午後3時～4時50分／演題：「日本近現代史と部落問題／大都市の形成との関連で」／講師 藤野豊さん（敬和学園大学教授）  
●問い合わせ 「いのち・愛・人権」新潟県実行委員会事務局（新潟市広聴相談課市民相談室） ☎ 025・226・1025

## 済生会三条病院 第24回健康教室

平成25年度のテーマは「温故知新」。どうぞお気軽においでください。  
●とき 12月17日（火） 午後2時30分～4時（受付午後2時）  
●ところ 済生会三条病院  
●内容  
・おはなし「薬に新しい光!? ドラッグ・リポジショニングってなに？」  
・村越真人（薬剤科）  
・いきいき体操：坂井英和（理学療法士）  
●参加費 無料  
●申し込み 不要  
●その他 動きやすい格好でおいでください。  
●問い合わせ 済生会三条病院地域医療連携 ☎ 0256・33・1551

●テーマ Let's learn English with songs  
●講師 山本淳子（新潟経営大学准教授）  
●対象 一般の皆さん  
●定員 48人（先着順、定員になり次第締め切ります）  
●受講料 無料  
●申込期限 12月18日（水）※内容は変更する場合もありますので、ご了承ください。  
●申し込み・問い合わせ 新潟経営大学総務課 ☎ 0256・53・3000

「眠る盃」を読みます。  
●とき 12月21日（土） 午後1時30分～3時30分  
●ところ 燕市立図書館  
●問い合わせ 燕市立図書館 ☎ 0256・62・2726

## 2013 燕市 英語スピーチコンテスト

「燕の未来を担い次の時代をリードする」「世界共通語である英語を話し世界に通用する」人材を目指し、燕市内に在住している小学校5年生から中学校3年生の希望者が参加します。なお、本選における成績優秀者で親善大使を希望する児童生徒を、「ジャック&ベティプロジェクト海外派遣事業」における親善大使候補者としてします。  
●とき 12月21日（土） 午後1時30分～4時30分  
●ところ 燕市文化会館  
●日程 開場：午後0時50分／受付：午後1時～1時15分／コンテスト：午後1時30分～4時30分

午後1時30分～4時30分 ※応募者数により変更される場合があります。  
●申し込み 入場無料、座席指定はありません。参観を希望される人は、当日直接会場においでください。  
●その他 当日は、ジャック&ベティ教室の修了式も行います。  
●問い合わせ 教育委員会学校教育課指導係 ☎ 0256・77・8191（直通）

## 燕三条じばさん 年末刃物フェア 2013 開催のお知らせ

燕三条地場産センターでは、「年末刃物フェア2013」を開催します。楽しいイベントもたくさんあります。ぜひ皆さんおそろいでお越しください。  
●とき 12月6日（金）～8日（日） 午前9時30分～午後5時（ただし最終日の8日は午後4時まで）

## 「いのち・愛・人権」新潟県展

部落差別をはじめ「子ども」「女性」「障がい者」「水保病」「外国籍住民」などに対する差別の実態を明らかにし、差別の徹底と人権の確立を広く県民に訴えるため、「いのち・愛・人権」新潟県展を開催します。入場は無料で、事前申込は不要です。

元氣ほっとほっと講座  
今よりももっと元氣でいたい！  
5年後も10年後もずっと健康でいたい！  
そんなあなたにおすすめの講座です。  
自分の普段の生活を振り返ることで、あなたらしい「元氣」の秘訣をつかみ、充実した日々を過ごしてみませんか。  
●とき・ところ  
・12月12日（木） 午後1時30分～3時：吉田保健センター  
・2月6日（木） 午後1時30分～3時：分水保健センター  
●その他 参加費無料・申し込み不要です。  
●問い合わせ 吉田保健センター ☎ 0256・93・5461



「新潟県  
人権講演会」を  
開催します

講演会「ネット・いじめ・将来 ―不安な時代を生きる子どもたちをどう支えるか―」を開催します。

●とき 12月14日(土) 午後2時30分～4時

●ところ 新潟市民プラザ(新潟市中央区)

●演題 「ネット・いじめ・将来 ―不安な時代を生きる子どもたちをどう支えるか―」

●講師 石川結貴さん(作家)

●定員 440人(入場無料・先着申込順)

※手話通訳・要約筆記があります。

※講演に先立ち「全国中学生人権作文コンテスト新潟県大会表彰式」(午後1時15分～2時15分)を行います。

●申し込み・問い合わせ 県福祉保健部福祉保健課 人権啓発室 ☎ 025・280・5181 / ファクス 025・280・5742

健康・福祉



クリスマス  
プレゼントの  
購入費を給付  
します

燕市社会福祉協議会では、歳末たすけあい募金配分金事業として、小学生以下の児童がおり、かつ一定の所得以下の世帯に、あたたかい気持ちで歳末を迎えてもらうとともに、児童の豊かな心を



燕市に100年以上続く企業を紹介する企画第一弾は燕の洋食器の礎を築いた燕物産株式会社を紹介します。

- 期 日 12月6日(金)～23日(祝)
- 展示点数 約20点
- 開館時間 午前9時～午後4時30分
- 入館料 大人300円、こども100円
- 作品解説会 12月8日(日) 午後2時～3時
- 休館日 12月9日(月)、16日(月)
- 問い合わせ ☎ 0256・63・7666

育むことを目的に、クリスマスプレゼント購入費を給付します。

●対象者 燕市に住所を有する小学生以下の児童を扶養する者で、世帯の月収が次の基準額を下回る世帯。

所得基準額 (世帯人数・月収)

- 2人：13万3000円
- 3人：16万3000円
- 4人：20万8000円
- 5人：24万円
- 6人：27万円
- 7人以上：3万3000円(二人当たりの加算額)

※税金等の控除を受けた後の金額です。

●給付額 給付対象児童一人につき、上限5000円(実費給付)

●申請期限 12月25日(水)

●申請方法 所定の申請書に必要書類を添付し、クリスマスプレゼント購入前に燕市社会福祉協議会へ申請してください。

(購入後の申請は受け付けません) ※詳しい実施要領および申請書は、

つばめ福祉会  
2014  
カレンダー  
を配布します

燕市社会福祉協議会本所・支所の窓口のほか、ホームページからもダウンロードできます。

●申請・問い合わせ 燕市社会福祉協議会本所 地域福祉課 ☎ 0256・62・4361 / ホームページ <http://www.tbm-swc.jp/>

つばめ福祉会では、2014カレンダーを今年も無料で配布します。ご希望の人は次の場所にて配布しますのでお気軽にお持ちください。

●配布場所 つばめ福祉会本部、つばめ福寿園、白ふじの里、さわたりの郷、つばくろの里、つばめ茶の間仲町など、つばめ福祉会の事業所 ※なくなり次第終了となります。

●問い合わせ つばめ福祉会 ☎ 0256・61・6



燕市民  
スキーレッスン  
・燕ジュニア  
スキー教室

全日本スキー連盟パジャテスト同時開催！

スキーを安全快適に楽しんでいただけるよう、スキーレッスンを開催します。小学3年生以上、中学生、高校生および一般市民の人まで、全日本スキー連盟指導員と燕スキークラブ指導員が楽しくレッスンをします。

パジャテスト(級別テスト)も同時開催！あなたもチャレンジしてみませんか？

●とき 平成26年1月26日(日)

●ところ 八海山麓スキー場

●参加資格 燕市在住、

在勤、在学(小学3年生以上)の人および燕スキークラブ員

※小学生の参加は保護者の同意が必要です。

※小学3年生は保護者が同伴してください(燕市民スキーレッスン参加)。

●募集定員 合計40人(定員になり次第締め切り)

●参加費 一般、中・高校生：5000円 / 小学生4000円(バス代、リ

フト代、レッスン代、昼食代、保険料)

●申込方法 申込書に必要事項を記入し、申込場所へ申し込みください。

●申込場所 燕市体育センター / 吉田総合体育館 / 分水総合体育館

●申込期限 平成26年1月16日(木)

●その他 バッジテストの受付は当日行います。 / スノーボードでの参加は可能ですが、レッスンは

はありません。

●問い合わせ 燕スキークラブ事務局(長谷川) ☎ 0256・63・8296 / ☎ 090・7250・0270

スペシャルスキ  
ーレッスン

ことを目的とし、指導員・準指導者および認定スキー指導員を目指す人を対象に、全日本スキー連盟指導員、サロモンチーム所属大瀧徹也コーチ(技術選、国体に出場活躍)を迎え、スペシャルレッスンを開催します。

●とき 平成26年1月12日(日)～13日(祝) 1泊2日

●ところ 湯沢高原スキー場(予定)

●参加資格 燕市在住、在勤、在学(高校生以上)および燕スキークラブ員でSAJ2級以上の人

●募集定員 20人(定員になり次第締め切り)

●参加費 2万3000円(宿泊費、交通費、保険代、講習代) ※リフト代、昼食代などは実費

●申込方法 申込書に必要事項を記入し申込場所へ申し込みください。

●申込場所 燕市体育セ

ンター / 吉田総合体育館 / 分水総合体育館

●申込締切 12月19日(木)

●その他 諸事情により日程、会場、講師は変更になる場合があります。 / 天候、そのほかの理由により変更になる場合があります。

●問い合わせ 燕スキークラブ事務局(長谷川) ☎ 0256・63・8296 / ☎ 090・7250・0270

ビジョンよしだ大人水泳無料体験教室

第3期大人水泳教室を12月11日(水)より開始します。その開催を前に無料体験教室を行います。

時間	種目
12月4日(水)	
午後1時30分～2時15分	ウォーターエクササイズ
午後2時30分～2時50分	レベルアップ2種目(バタフライ+背泳ぎ)
午後2時50分～3時10分	レベルアップ2種目(バタフライ+クロール)
12月5日(木)	
午後1時30分～2時	初級平泳ぎ
午後2時～2時20分	ステップアップ・平泳ぎ
午後2時20分～2時40分	ステップアップ・背泳ぎ
午後7時～7時30分	初級クロール
午後7時45分～8時5分	レベルアップ2種目(クロール+背泳ぎ)
午後8時5分～8時25分	レベルアップ2種目(クロール+バタフライ)
12月6日(金)	
午後1時30分～2時15分	いきいき水中運動教室
午後2時30分～3時	初級クロール
12月8日(日)	
午前10時45分～11時15分	初級クロール
午前11時30分～11時50分	レベルアップ2種目(クロール+背泳ぎ)
午前11時50分～午後0時10分	レベルアップ2種目(クロール+バタフライ)
午後1時15分～1時45分	初級背泳ぎ
午後2時～2時45分	水中ウォーキング&健康づくり
午後3時～3時45分	ウォーターエクササイズ

- 対象 高校生以上
  - 参加料 無料(入館料は別途必要)
  - 申し込み 事前申込不要
- ※第3期大人水泳教室の詳細につきましては、広報11月15日号の16ページをご覧ください。
- 問い合わせ ビジョンよしだ ☎ 0256・93・6600







道の駅  
国上内

ふれあい  
パーク久賀美から

☎ 0256・98・0770

■久賀美そばの日

恒例イベント『久賀美そばの日』！

新そば

を提供！ 食堂味処花てまりのそばのメニュー  
がすべて分水产そば粉 100%の打ちたてそばを  
提供します。売り切れはありません。ぜひご賞  
味ください。当日うどんやご飯物のメニューも  
ご用意しております。

●とき 12月8日(日)・15日(日)  
午前 11 時～午後 4 時

●ところ 味処 花てまり

※おそばのお持ち帰りはできません。

■クリスマスに灯そう！  
キャンドル作り体験教室

クリスマスに向けてキャンドルづくりを開催  
します。いろいろな色のパーツを選び、ひとつ  
のキャンドルを作ります。とても簡単です。親  
子での参加也大歓迎です。

●とき 12月15日(日)

1 回目…午前 10 時～11 時  
2 回目…午前 11 時 30 分～午後 0 時 30 分

●ところ ふれあいパーク久賀美

●講師 燕市社会福祉協議会就労支援セン  
ター

●定員 25 人

●参加費 500 円／1 人（キャンドル 1 個分）

●申し込み先 ふれあいパーク久賀美

●申込方法 事前予約制(電話または窓口にて)

みんなの掲示板

子育てサロンへ  
遊びに  
来ませんか

●対象 未就園児と保護  
者

●とき 12月9日(月) 午  
前10時～11時30分

●ところ 分水保健福祉  
センター

●参加費 1組200円

●申込期限 12月4日(水)

●持ってくる物 水分補  
給できる物、おしぼり

●申し込み・問い合わせ  
本 ☎ 0256・98・2  
911

●とき 12月7日(土)・8  
日(日) 午前9時～午後6  
時

●ところ 中央公民館

●問い合わせ 内山 ☎ 0  
256・63・2465

●とき 12月13日(金) 午  
前の部：午前10時～正午  
／午後の部：午後1時～  
3時

●ところ 燕勤労者総合  
福祉センター

●定員 各18人(女性限  
定)

●参加費 各300円

●講師 佐藤信子さん  
(カラー&アロマセラピ  
スト)

●内容 午前の部「アロ  
マのお話し会」：アロマ  
セラピーってなあに？

●とき 12月15日(日) 午  
後1時～4時

●ところ 吉田産業会館

●対象 社交ダンス愛好  
者やジャズの好きな人

●定員 200人

●とき 12月27日(金) 午  
後1時30分～8時

●ところ 吉田公民館

●対象 燕市民

●定員 20人

●参加費 3000円  
(花材費)

●申込期限 12月25日(水)

●持ちもの はさみ、ぞ  
うきん、古新聞

●申し込み・問い合わせ  
赤川 ☎ 0256・93・2  
579

●とき 12月27日(金) 午  
後の部：午前10時～正午  
／午後の部：午後1時～  
3時

●ところ 燕勤労者総合  
福祉センター

●定員 各18人(女性限  
定)

●参加費 各300円

●講師 佐藤信子さん  
(カラー&アロマセラピ  
スト)

●内容 午前の部「アロ  
マのお話し会」：アロマ  
セラピーってなあに？

●とき 12月13日(金) 午  
前の部：午前10時～正午  
／午後の部：午後1時～  
3時

●ところ 燕勤労者総合  
福祉センター

●定員 各18人(女性限  
定)

●参加費 各300円

●講師 佐藤信子さん  
(カラー&アロマセラピ  
スト)

●内容 午前の部「アロ  
マのお話し会」：アロマ  
セラピーってなあに？

## 知っ得つばめ

### Cooking

#### ●作ってみませんか

#### 紅茶のふわふわロールケーキ

燕市食生活改善推進委員協議会 分水分会

燕市食育推進計画より「食に関する体験交流の拡大」

親子で一緒にロールケーキを作しましょう



#### ●材料(大1本分)

薄力粉…130g・A  
(卵黄…4個分、砂糖  
…60g、サラダ油…  
30ml)・B(卵白…5

個分、砂糖…100g、塩…少々)・C(紅茶ティーバ  
ッグ…2袋、熱湯…150ml)・クリーム(生クリーム  
200ml、砂糖…大さじ2)・好みの果物(イチゴ、キ  
ウイなど) …適量

●作り方 ①オーブンは 170℃に温めておく。天板  
にオーブンシートを敷いておく。／②Bの材料を泡立  
て、しっかりしたメレンゲを作る。／③Cで濃いめの  
紅茶液を 140ml作る。／④Aの材料で卵黄の生地  
を作る。ボウルに卵黄と砂糖を入れてよく溶かし、サ  
ラダ油を少しずつ垂らしながら泡立て器で分離しな  
いよう混ぜ続ける。白っぽくなったOK。③の紅茶  
液を混ぜておく。／⑤ふるった薄力粉の半量を④に  
入れ、泡だて器でしっかり混ぜる。／⑥②のメレン  
ゲをゴムべら2杯分を入れて混ぜる。／⑦さらに薄  
力粉の残り半分を入れて手早く混ぜ、残りのメレンゲ  
もさっくり混ぜる。(未使用の紅茶の葉を少し混ぜ込  
んでもよい)／⑧天板に生地を流し、表面を平らに  
ならして 170℃で 15～ 20分焼く。／⑨ケーキ生地  
が冷めたら、砂糖を入れて泡立てた生クリームと、  
刻んだ果物をケーキで巻き込みラップで包む。冷蔵  
庫で少しなじませたら出来上がり。

#### ごみの量 (25 年度 10 月)

#### 市全体で 73 トンのごみが減りました

これから年末を迎えると、大掃除のためごみが  
多くなる傾向があります。

資源として出せるものは資源に分別し、リサイ  
クルによるごみの減量化に、ご協力をお願いします。

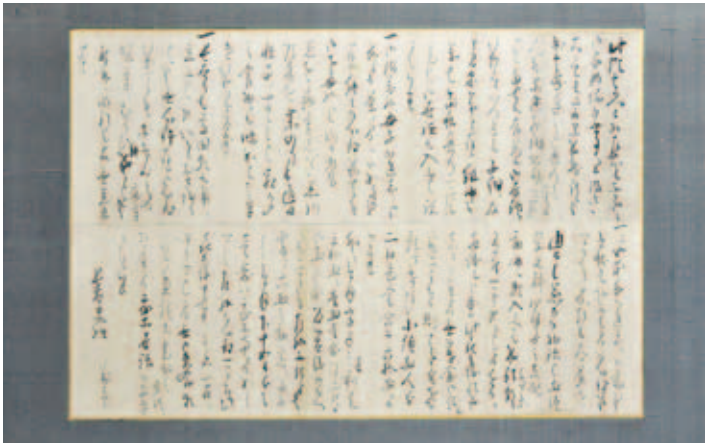
ごみの 種類	24 年度 10 月		25 年度 10 月		比較増減	
	収集量	1 人 1 日	収集量	1 人 1 日	1 人 1 日	
可燃	1,459 t	567 g	1,402t	547 g	－ 20 g	↘
不燃	95 t	37 g	94 t	37 g	0 g	→
粗大	28 t	11 g	41 t	16 g	5 g	↗
資源	327 t	127 g	299 t	117 g	－ 10 g	↘
合計	1,909 t	742 g	1,836 t	717 g	－ 25 g	↘

生活環境課環境政策係

☎ 0256・77・8167 (直通)

#### ●今月の一品

#### 国上寺萬元書状



分水良寛史料館 ☎ 0256・97・2428

■開館時間 午前 9 時～午後 4 時 30 分  
■入館料 大人 300 円 学生 200 円 小・中学生 100 円  
※団体割引あり  
■休館日 月曜日（祝休日のときは翌日）・年末年始

国上寺中興の祖と崇められる萬元(ばんげん)  
治元(一一六五八)年(享保三(一一七一八)  
年)が村上藩地蔵堂組大庄屋、富取長  
太夫に宛てた手紙です。富取家の妻子や  
母への気遣いに加えて自分の病氣のこ  
とも触れ、昵懇(じひく)の間柄であったことをう  
かがわせます。  
主な用件は勧進(かんじん)  
(募金)の興行、国上寺修行僧の学問  
料(授業料)のことなどで、これらには  
地蔵堂村の宮本氏、鳥原村(現新潟市黒  
埼)の笠原氏などの有力な庄屋らが関与  
し、勧進などが各地の有力者を組織して  
進められていたことを示しています。  
萬元は、その人柄と卓越した識見、豊  
富な人脈で、各地で頻発する水利をめぐ  
る紛争の調停役として、また、諸藩にま  
たがる問題の調整役として民事にも関わ

り、一方、文芸の振興にも尽くしました。  
奈良吉野の生まれで、比叡山延暦寺で修  
行の後各地を遍歴し、天和二(一一六八二)  
年、23歳のころに国上寺に來ました。  
そして、その荒廃ぶりに驚いて一念発  
起、本堂などの伽藍(がらん)再興を志して客僧と  
なり、30余年に及ぶ勧進行脚によって得  
た浄財で現在の本堂などを再興しまし  
た。初めのころ、国上寺は萬元に手当て  
として一日あたり粗米(そまい)五合を与えたの  
で、萬元は住まわせてもらった庵を五合  
庵と名づけました。  
後に国上寺は長年にわたる労苦に報え  
るため、宝永六(一一七〇九)年に「普賢院」  
を建立して萬元を庵主にしました。その  
普賢院の地に大正3年に復元された五合  
庵が、また、その脇奥に萬元の墓碑が建っ  
ています。

／精油：初めの一步／  
心・体・魂を癒す精油の  
お話し／精油を使ったス  
イーツでティータイム  
午後の部「癒しのカ  
ラー」：カラーセラ  
ピーってなあに？／奥  
が深く興味深い色のお話  
し／選んだ色で自分を知  
るワーク  
●申込締切 12月12日(木)  
●申し込み・問い合わせ  
清水 ☎ 0256・66・  
1226／電子メール  
angelgrass.m0826@gmail.com

●参加費 1000円  
(経費を除いた差額は、  
東日本震災の被災者に  
寄付します)  
●申し込み 不要。当日  
会場にお越しください。  
●問い合わせ 小林 ☎ 0  
90・8723・296  
3／☎ 0256・93・3  
878 (ファクス兼用)

#### 正月花講習会

正月花を生けてみま  
せんか。盛花、瓶花、ご希  
望のものをどうぞ。

●とき 12月27日(金) 午  
後1時30分～8時  
●ところ 吉田公民館  
●対象 燕市民  
●定員 20人  
●参加費 3000円  
(花材費)  
●申込期限 12月25日(水)  
●持ちもの はさみ、ぞ  
うきん、古新聞  
※花器、花留は用意しま  
すが、お持ちになっても  
結構です。  
●申し込み・問い合わせ  
赤川 ☎ 0256・93・2  
579



## ●健康づくりはあなたが主役!! 「マタニティライフを楽しく過ごそう！」

健康づくり課吉田保健センター  
☎ 0256・93・5461



マタニティライフを楽しい気持ちで過ごしていますか？ 期間限定の妊娠期の楽しみ方をお伝えします。

一つ目は体調管理や睡眠・食生活を楽しむこと。赤ちゃんの成長のためにいつもより栄養を考えた、妊娠による嗜好の変化を楽しみましょう。

二つ目は赤ちゃんの名前を考えた、ベビーグッズの作成・おなかの写真を撮る・語りかけなど妊婦ならではの楽しみと。

三つ目は新しい人とのつながりを楽しむこと。大きいおなか

で周囲から声をかけられるようになったり、妊婦の教室に参加し、多くの人との出会いや会話を楽しみましょう。

四つ目は夫婦・家族で楽しむ。赤ちゃんの誕生を待ち望む気持ち、母子健康手帳に記録しておき、将来子どもと喜びを共有でき、宝物になるでしょう。

また、出産後も家族で育児を楽しむために妊娠中から家族で気持ち共有しましょう。家族の会話は情報の伝達だけでなく、いいところを見つけてプラスのメッセージを伝えましょう。するとお互い相手を思いや

り、気持ちにゆとりが生まれ、前向きにもなれます。家族の夢は膨らみ育児が楽しくなります。

ママの楽しい気持ちは赤ちゃんに伝わります。マタニティライフを楽しめるハッピーベビークラブにお越しください。出会い、分かち合い、育ち愛を保



▲ハッピーベビークラブ  
両親学級編

## ●防災対策 冬季の火災予防について

燕・弥彦総合事務組合消防本部  
☎ 0256・92・1119

### ■ストーブなどの暖房機器の取り扱いに注意しましょう！

寒さが厳しくなってくる時期を迎え、ストーブなどの暖房機器の準備を始めているご家庭も多いと思います。暖房機器の使用による火災を防止するために、次のことに注意しましょう。

- ①ストーブなどの上に洗濯物を干さない！
- ②給油するときは、必ず完全に火が消えてから給油する！ また、給油タンクのふたをきちんと閉める。
- ③就寝時や出かけるときは、ストーブなどの火を消す！
- ④ストーブなどの周りに燃える物やスプレー缶を置かない！

### ■住宅用火災警報器の維持管理について

住宅用火災警報器についても、維持管理に注意が必要です。電池切れや故障で警報が鳴らなければ、意味がありません。そのためにも、定期的に点検ボタンを押して（点検用のひもの場合は引く）、正常に動作するか確認しましょう。

### ■放火に注意

空き家・倉庫・ゴミ集積所・自転車などあらゆる場所と物が放火の対象となります。放火されないために次のことに注意しましょう。

- ①建物の周りに燃えやすいものを置かない！
- ②建物・自転車等には、鍵をしっかりとける！
- ③ゴミは指定日に出す！
- ④不審者に気をつける！

## ●健康Q & A 「食後の腹痛について」

燕労災病院  
外科 沢津橋孝拓

**Q** 食後しばらくして、みぞおちや右のわき腹がすごく痛くなりました。どこかわかるのでしょうか？

**A** その症状は胆嚢結石症、別名「胆石症」が疑われます。しかし、皆さんはそもそも胆嚢がどういう臓器でどういう働きをしているかご存知ですか？胆嚢は肝臓というみぞおちを占拠している大きな臓器の下にくっついている袋状の臓器です。肝臓で「胆汁」という消化液を産生した後に、一時的に貯めておく「貯蔵庫」の役割を担っています。

私たちが食事をする、食べた物は胃に入ります。そこで胃液でドロドロになりますが、さらに十二指腸という部分で胆汁などが混ざり、消化・吸収しやすい形に分解されます。胆嚢は食事したときに、一気に貯めておいた胆汁を出すという働きを担っていて、そこに出来た石が胆嚢結石です。そのため、胆嚢内にできた石が、まるでラムネのビー玉のように胆嚢の出口にふたをすると、胆嚢は貯めておいた胆汁を出そうと、自分で中の胆汁を絞り出そうとする。

それが質問にある痛みとして自覚することがあり、痛みが強い人は救急車で運ばれて来られます。これを「胆石発作」と呼んでいます。

しかし、実際に石があっても無症状の方はたくさんいます。しかし、放っておくと胆嚢炎や上にある疼痛の原因になります。そのため、胆石と診断された方の多くが治療対象になるでしょう。

症状が出ると治療適応になります。治療は現時点でもしばしば手術が第一選択になります。内服薬もありますが、効果がある方がかなり少数です。当科では腹腔鏡下手術という傷の小さな手術を行っており、炎症が軽度であれば「単孔式腹腔鏡手術」といった小さな臍の傷のみの手術を行っています。

## 「灯油の流出事故に注意！」

昨年度、県内では油流出事故が209件発生しました。その発生源の内訳を見ると、ホームタンクからの流出が全体の37%を占めています。また、月別の発生件数を見ると、12月から3月ころに多く発生しています。流出事故によって川などに灯油が流れ込むと、水道の断水、農業・漁業への被害、環境汚染などに影響します。

近年では、ホームタンクから灯油を小分けにしている途中でその場を離れてしまい、流出してしまったという事案が多く発生しています。灯油を使う際は十分気をつけましょう。

■相談・問い合わせ 生活環境課環境政策係 ☎ 0256・77・8167（直通）

## ●編集後記



▼秋の叙勲を受章された皆さんおめでとうございます。広報掲載用の写真を撮りにご自宅に伺いました。現役時代の苦労話を聞けるかなと思いましたが、「もう過ぎたことですから」とステキな笑顔で返事をいただきました。この言葉の奥には、言葉で言い表せない苦労が、重たく乗っかっているのが感じられました。

▼今月のシリーズひとご紹介した野島さん。柔道と学校の勉強に毎日頑張っていたらしい姿に感銘を受けました。

⑤は、柔道の練習を間近で見るのは初めてで、想像以上の厳しさに驚きました。小学生とはいえ、勝負の世界では真剣勝負、一生懸命練習に励んでいたのが印象的でした。目指せ全国制覇！

⑥表紙の撮影で伺った市民茶会。お恥ずかしながら初めての茶席です。どこにいいのやら分からずに緊張…。お茶のいただき方の分からない私に、偶然となりにいらしたお茶の先生から「お茶のいただき方は楽しむこと」と教えてもらいました。ほんの少しですが、茶道の精神を感じさせてもらった一日でした。





● 11月10日 吉田ふれあい広場  
わんちゃんと  
楽しく遊ぼう

吉田ふれあい広場で行われたドッグランイベント。当日はあいにくの雨天で、全てのプログラムを行うことができませんでしたが、犬とふれあう楽しい時間となりました。



● 11月11日 市内全小学校  
Aクラスの満点者には  
特製ピンバッジを贈呈

第2回ジュニア検定が行われ、今年は最難関Aクラスで6人の満点者が出るなど、皆さん頑張りました。詳しくは市長が紙上ブログで掲載していますのでご覧ください。



● 11月15日 燕市役所  
まずは学ぶことから  
始めましょう

認知症を理解し、認知症の人や家族を見守る「認知症サポーター」の養成講座が開催されました。この日は54人の認知症サポーターが誕生しました。



● 11月16・17日 愛媛県松山市  
スワローズカップ  
野球大会で準優勝！

松山市で行われた「東京ヤクルトスワローズカップ少年野球交流大会」。2日間の熱戦が繰り広げられ、燕市代表チームは見事に準優勝を収めました。



● 11月1日 よした子育て支援センター  
わーきれい！  
食事が楽しみだわ！

ランチョンマットにお花や動物などの型をあてて、色落ちしない特殊な絵の具でカラフルに塗っていきます。世界に一つのランチョンマットが完成しました。



● 11月2日 福島県南相馬市  
南相馬市と燕市の絆：  
大切に育てます

東日本大震災で燕市に避難されていた皆さんと、ボランティアの皆さんが南相馬市で再会し、思い出話に花を咲かせていました。この絆を大事に育てていきたいですね。



● 11月3日 総合文化センター駐車場  
さらに立派になった  
水道の塔！

市のシンボルとして親しまれている「水道の塔」。国の登録有形文化財となったことで、この日、水道の塔に登録有形文化財プレートが設置されました。



● 11月10日 吉田総合体育館  
ねらいを定めて、  
真つすぐに進んで…

12チームが参加してカローリング大会を開催。標的の中にある、相手のジェットローラを目指して投球しますが、なかなか思うようにいきませんでした。

## 平成 25 年 秋の叙勲

# 功労功績をたたえて

平成 25 年秋の叙勲を受章された皆さんの功労と功績をたたえ、ご紹介します。



瑞宝単光章（消防功労）  
青柳 弘 さん  
あおやぎ・ひろし  
（長所）  
元燕市消防団団長



瑞宝単光章（警察功労）  
小林 國男 さん  
こばやし・くにお  
（下粟生津）  
元新潟県警部



瑞宝単光章（消防功労）  
中条 昇 さん  
なかじょう・のぼる  
（新生町）  
元新潟県燕・弥彦総合事務組合消防司令長



● 10月27日 燕市役所  
今年もたくさんさんの実りを  
ありがとう

燕市農業まつりが行われ、今年はこれまで各地区で行われていたものを一本化し、盛大に開催されました。長蛇の行列ができるブースもあり、大賑わいでした。



● 10月20日 小池小学校  
皆さん、災害への備えは  
万全ですか？

燕第一地区まちづくり協議会区域にて行われた避難訓練。あいにくの雨模様でしたが、皆さん真剣に訓練に臨んでいました。写真はAED講習の様子です。



● 10月31日 燕市役所  
朝食をしっかりと食べる  
習慣をつけましょう

「我が家の絶品・朝ごはんレシピ表彰式」が行われ、151件もの応募のうち金賞2件・銀賞1件・特別賞1件が表彰されました。朝ごはんは毎日食べましょう！



● 10月26日 吉田保健センター  
日常の食生活を  
見直すきっかけに

今年も行われた糖尿病予防講座。講師の先生の講義のほか、昼食の前後に血糖値を測定し、食前と食後の違いを実体験するなど、有意義な講座となりました。



○おくやみ（敬称略・11/1～11/15 届出分）

亡くなられた人	年齢(歳)	行政区
笠原 彌一郎	79	秋葉町二丁目
草野 正明	63	秋葉町三丁目
吉川 誠一	77	秋葉町四丁目
土田 春江	87	中央通三
明道 良男	92	白山町一丁目
大屋 儀弘	71	新栄町
赤塚 ヨシ	85	前郷屋
鷺澤 シゲ	90	中央通五の三
草野 ヨシ子	73	佐渡
上原 イト	92	杉名
澤口 シゲ	79	長所
本間 藏	86	西槇
佐藤 ムツ	81	吉田西太田三区
小柳 豊一	57	吉田法花堂
井嶋 京	85	吉田法花堂
小島 作英	88	吉田若生町
竹野 ミチ子	73	吉田浜首町
吉田 ユキ	93	吉田旭町四丁目
窪田 岩男	86	吉田栄町
箆島 正伊	86	分水桜町三丁目
山崎 美代子	53	熊森
山浦 繁一	91	横田
中村 キク	99	泉新
玉木 マツ	91	中島
小林 定吉	93	中島
久住 チヨ	92	五千石

○おたんじょう（敬称略・11/1～11/15 届出分）

子の名	ふりがな	保護者	行政区
日和	ひより	早川 洋一	井土巻一丁目
桜姫	さき	小柳 清太郎	仲町
美月	みづき	金丸 晋也	白山町三丁目
晴香	はるか	長谷川 栄	白山町三丁目
那奈	なな	鶴巻 誠	新栄町
優真	ゆうま	赤塚 大介	寺郷屋
楓	かえで	廣瀬 旭	廿六木三区
來愛	らいあ	山中 順介	廿六木四区
愛	まな	齋藤 智裕	廿六木四区
莉子	りこ	藤井 篤夫	中央通五の三
大地	だいち	金子 一樹	八王寺
綜史	そうし	寺尾 聡	灰方南
至聖	しせい	白倉 正樹	小中川
美珂	みか	中條 英仁	新生町
玲帆	れほ	星野 健	佐渡山上組
友紀也	ゆきや	山崎 栄紀	吉田西太田三区
伶旺	れお	本井 克典	吉田下中野
拓真	たくま	川上 直樹	吉田法花堂
茅咲	ちさき	塚原 由充	吉田文京町
佳	けい	鷺澤 大	吉田若生町
大馳	だいち	石高 和正	吉田神田町
凜	りん	田中 純	吉田栄町
友莉子	ゆりこ	古岩井 三彦	分水新町一丁目
月菜	るな	本間 翔	笈ヶ島
隼風	はやて	古澤 貴之	新堀
煌斗	きらと	頓所 真一郎	大川津

○人口と世帯 Population

男 性	40,341 人	(－ 11)
女 性	42,337 人	(－ 22)
合 計	82,678 人	(－ 33)
世 帯	28,235 世帯	(＋ 14)
★平成 25 年 10 月末日現在（ ）は前月比		

○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

12月1日㊿

●岩崎内科医院（小高） ☎ 0256・61・3666

✦ 県立吉田病院（吉田大保町） ☎ 0256・92・5111

12月8日㊿

●小柳医院（大曲） ☎ 0256・66・1601

✦ 新潟西蒲メディカルセンター病院(新潟市西蒲区) ☎ 0256・72・3111

12月15日㊿

●荒木内科医院（廿六木三区） ☎ 0256・66・1181

✦ はすいけ整形外科（廿六木四区） ☎ 0256・47・6688

12月22日㊿

●安藤医院（水道町四丁目） ☎ 0256・66・1377

✦ 本間医院（地蔵堂本町二丁目） ☎ 0256・98・2350

12月23日㊿

●古川医院（宮町） ☎ 0256・63・2614

✦ 潟東けやき病院（新潟市西蒲区） ☎ 0256・86・3515

12月29日㊿

●斎藤医院（中央通一） ☎ 0256・63・4006

✦ 整形外科皮膚科しまぎクリニック（新潟市西蒲区） ☎ 0256・73・1312

●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・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

12月4日・11日・18日・25日

●日曜窓口 毎月第 2 日曜日 正午まで

12月8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 市民課市民係 ☎ 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）

○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

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。

「相続」

無料相談会

のお知らせ

相続手続・遺産分割・税務申告

いずれも事前にご予約下さい。

開催日程とご都合の合わない場合には、ご連絡をいただければ可能な限りご要望に即した対応をさせていただきます。

毎週 水曜日

毎月 第一土曜日

午前9時～正午

午前9時～正午

セントラル税理士法人

共催： 燕市井土巻5丁目207 担当:柄澤/諸橋

NPO 相続支援協会 TEL 0256-66-3000

フォトスタジオ

USUTA

スタ

スタ

予約受付中！

はじめまして

ambi(アンビ)です

自然光を取り入れたハウススタジオ。まるでお友達のお家に遊びに来たような雰囲気。BabyからFamilyまで幅広い撮影が可能です。

フォトスタジオスタ

《営業》9:00-19:00

三条市須崎1-26(地産産センター隣)

水曜日定休 クスタ 検索

0120-508-503

「12時からスペシャルタイム！」

お楽しみ企画あるよ☆みんな集合！

餅つき大会

お雑煮＆お汁粉振る舞い

お買い得！直販コーナー

アルビ BC 選手も来るよ！

詳しくはホームページを見てね♪

▲こちらは有料広告です。

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2-26-7 ☎0120-774-166

うさぎもち★感謝祭★

12月30日(月)8時30分～14時

会場＊きむら食品本社 (燕市吉田東栄町 14-33)

「12時からスペシャルタイム！」

お楽しみ企画あるよ☆みんな集合！

餅つき大会

お雑煮＆お汁粉振る舞い

お買い得！直販コーナー

アルビ BC 選手も来るよ！

詳しくはホームページを見てね♪

▲こちらは有料広告です。

どこに相談したらいいの～？

..住宅リフォーム..

外壁塗装 瓦葺替 雨どい修理 畳替

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 建物に関することは何でも！

気軽に相談！ まかせて安心！ 丁寧な仕事！

～職員は燕商工会議所会員で“燕市住宅リフォーム助成事業”の登録業者です～

今すぐお電話(燕商工会議所内)

燕住まいお助け隊 検索

0256-63-4116

燕市東太田6856 燕商工会議所建設業部会

●カイロプラクティック 施術会 開催

●とき 12月11日(水)・18日(水)・1月8日(水)・29日(水)

※4日間とも午前9時30分～午後7時30分まで受付

※電話予約の方を優先します。

※12月11日(水)には無料説明会も開催します。お電話にてご予約下さい。

●ところ 燕市吉田産業会館

●施術料金 3,000 円

●予約・お問い合わせ

クリニカルカイロプラクティック三条

三条市興野 2-2-58 りとるたうん興A 1-5

担当 飯野英雄 ☎090・2223・3028 (直通電話)

気になる方は是非お試しください！  
腰痛・肩こり・背骨の歪み

やってて良かった公文式！

【燕市で学習中の生徒さん・保護者からのメッセージです】

ちよっとむずかしい問題も頭の中で計算できるようになりました。（小6Yさん）

まじめにコツコツと頑張っていますね。これからもどんどん数字に強くなってね。（保護者様）

くもんはいつからでも始められます。

【教室見学随時受付中】ぜひ一度、教室を見にきて下さい♪

【お問い合わせ先】お近くの公文教室又はフリーダイヤル（0120-372-100）まで

▲こちらは有料広告です。

4枠広告を掲載いただくと

掲載料を10%割り引きます！

「広報つばめ」と「燕市ホームページ」の有料広告に、お得な割引制度があるのをご存じですか？

同一年度内に4枠広告を掲載すると掲載料が10%割り引かれます。

具体的には、4枠目の掲載料をお支払いいただくときに10%の割引をまとめて適用し、残りの額を納めていただきます。

●暮らしのキー情報ページ掲載の場合（6,000円もお得になります！）

1枠目…15,000 円

2枠目…15,000 円

3枠目…15,000 円

4枠目… 9,000 円

▲こちらは有料広告です。

23 2013.12.01

2013.12.01 22





## 野嶋 卓さん

のじま こう（花園町）小中川小学校6年生

第10回全国小学校学年別柔道大会  
小学校6年生男子50kg級 第3位

練習中の野嶋さん（写真右）。毎回、新潟市南区（旧白根市）にある練習場で夜遅くまで頑張っています。



## 気が付いたら柔道を始めていました 多くの試合に勝てるよう練習しています

今年の8月、広島県で開催された「第10回全国小学生学年別柔道大会」小学6年生男子50kg級で全国第3位に輝いた小中川小学校の野嶋さん。

今回は、小学生ながらひとりのアスリートとして頑張っている野嶋さんから、柔道への思いについてお話を伺いました。

「保育園のころ、兄の練習に連れられて、柔道場へ来ていました。気が付いたら柔道をはじめていたと思います」と話す野嶋さん。普段は笑顔がステキな小学6年生ですが、道着に着替えて練習に入ると緊張感あふれるアスリートのまなざしに変わります。

「昨年は同じ大会で一回戦で負けてしまい、悔しい思いをしました。今年は全国で3位になれてとてもうれしいです」

練習は週に3日、学校が終わってから夜遅くまで頑張っています。また土日も試合があったりで、学校の勉強と柔道の両立に忙しい毎日を送っています。

「練習には毎回、母から送り迎

えをしてもらっています。両親には感謝の気持ちでいっぱいです。ここまでこれたのも皆さんのおかげです」と周りへの気遣いも忘れません。

得意な技は「背負い投げ」と「足払い」。この中でも「背負い投げ」は引き手（※注）が大事で、この技が決まったときは最高にうれしいそうです。

最後に将来の夢を聞きました。「来年は中学校に進学するので、全国中学校柔道大会で優勝することが目標です。3年後の大会は新潟開催なので特に頑張りたいですね。そして2020年の東京オリンピックで金メダルを取れるように練習していきたいと思っています」

（※注）引き手…柔道で組み合うときの持ち手のこと。

## 紙上ブログ

燕市長 鈴木 力



先月、各小学校で第2回燕ジュニア検定を実施しました。今年の申込者数は昨年より100人以上多い、2753人。全体の65%、3年生以上では87%の児童が、A・B・Cの3クラスに分かれて、燕の歴史、自然、産業などの問題にチャレンジしました。

そして素晴らしい結果が出ました。昨年ゼロだったAクラスでの満点賞が6人。他のクラスの正解率も上がりました。

子どもたちの頑張りに大きな拍手を送りたいと思います。実施に当たり多くのボランティアの皆様からご協力いただきました。心より感謝を申し上げます。

CHI HARA 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

燕三条ローンプラザ Face to Face

(イオン県央店となり)

土・日曜日ローン相談開催中!

午前9時～午後5時

ご予約は不要です。※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