

ランチメニューのちびたんバーグをペロリと食べて夏の暑さを吹き飛ばす!

目の前にジュージューと焼けたハンバーグがあります。ちょっとランチではボリュームがあるかな、と思いながら食べてみると、肉のうま味とオリジナルスパイスが程よく絡み、思わずペロリと食べ切ってしまった。デミグラスソースの風味もハンバーグに合っています。子どもからお年寄りまで愛される、ランチメニューのちびたんバーグ(200g、900円)です。「ランチのとき以外は1,050円なのでお得です」と説明するのは店主の小野大仁さん。ハンバーグには目玉焼きやチーズを



空港通り沿いに大きく書かれた店名が見えます。ドアを掛けると店主の小野大仁さんが「お待ちしています」

ハンバーグ&ステーキ チビタンク ハンバーグ&ステーキ ちびたんく

住所：新潟市東区物見山3-2-24
 TEL：025-384-0129
 営業：11:00～14:00 (lo13:30) /
 17:00～21:00 (lo20:30)
 休日：月曜(祝日の場合は火曜)
 P：4台
 HP：<https://niigata.myp1.net/shop/00000352915/>



ランチメニューセットのちびたんバーグ(200g) 900円(税抜き)。スープ、サラダ、パンまたはライス、ソフトドリンク付きです

各100円でトッピングできます。ランチメニューはもう一つ、ランチステーキ(150g、1,380円)があります。

小野さんが妻の瞳さんと空港通り沿いに、ハンバーグとステーキをメインにしたレストランをオープンしたのは、1年程前の8月29日。ステーキレストランで20年余り働いた経験を生かしてでした。

通年メニューには、ステーキはワンポンド(450g、3,800円)からあり、でかちびたんバーグ(400g、1,500円)やキッズプレート、タコスなどのサイドメニューやアルコールもあり、仕事の昼休みや終業後に立ち寄る会社員、子ども連れのママたちやサークル帰りの人たちなどのリピーターがどんどん増えています。オープン2年目を迎えるのを記念して、8月29日には全品10%引きと粗品プレゼントがある周年祭が行われます。

※商品の価格表示は全て税抜きです。

医療コラム

不慣れた胃の症状(機能性ディスペシア)が続いていませんか?

(一社)新潟県労働衛生医学協会 健康づくり推進部
 保健師 丸山 要子

暑い日が続きますが、「胃もたれ」や「食欲が落ちる」など感じていませんか?

今回は、不慣れた胃の症状についてのお話です。

1 機能性ディスペシアとは

病院などで胃の内視鏡検査などに異常がないのに、胃の不慣れた症状が続く状態を総称して「機能性ディスペシア」といいます。心当たりのある方は、かかりつけ医の指導のもと、以下のことを参考にしてみてください。

機能性ディスペシアは、ストレスのほか、食生活の乱れ、睡眠不足、喫煙などによって、胃の働きをコントロールしている自律神経のバランスが崩れることが原因と考えられています。

主な症状は、以下のとおりです。

①早期満腹感：正常な胃袋は、胃の中に食べ物が入ってくると、胃の上部が広がります。しかし、機

能性ディスペシアがあると、胃が十分に広がらないため、少し食べただけで、お腹がいっぱいになります。

- ②胃の痛み：胃が胃酸に対して敏感になり、胃の痛みを感じます。
- ③食後の胃もたれ：食べ物を胃から十二指腸に送る動きが弱く、食べ物が胃に長く残るために起こります。

2 症状を改善するために自分でできる4つの対策

- ①一口30回以上噛み、腹八分目にする、食後は30分休息をとることを心がけ、胃に負担をかけないようにしましょう。
- ②十分な睡眠をとみましょう。
- ③ウォーキングなどの適度な運動を行いましょう。
- ④喫煙は胃の血流を悪くし、胃の働きに影響するので、喫煙者は禁煙をしましょう。

なお、当会では、血液ぶらす(胃がんハイリスク検診、ヘリコバクターピロリ抗体検査)を行っています。また、生活習慣に関する講話・セミナーなどの実施につきましては、保健師、管理栄養士を派遣しています。どうぞお気軽にご連絡ください。

電話 025-370-1945

(新潟県労働衛生医学協会 健康づくり推進部)

行政等からのお知らせ

起業をお考えの方へ 労働保険の1日相談窓口を設置

全国労働保険事務組合連合会は、労働保険制度に関する1日相談窓口を設置し、新たに起業をお考えの方や起業後に従業員を雇用した方を対象として、労働保険のお悩みやご質問に社会保険労務士がお答えします。
予約は不要です。開設日に直接会場へお越しください。

【窓口開設日時】 令和元年10月12日(土) 10時~17時

【会場・お問合せ】 新潟商工会議所 相談室
(新潟市中央区万代島5-1万代島ビル7階 TEL 025-290-4411)

『推薦してください 新潟市技能功労者・中小企業優良従業員表彰』

新潟市では優れた技能を持ち長年の経験がある技能功労者と、中小企業に長年勤務し、他の従業員の模範となる中小企業優良従業員の推薦を受け付けています。

■技能功労者

【対象】 新潟市内在住で、指定する同一職種で30年以上の経験があり、優れた技能を持ち、他の技能者の模範と認められる人

【推薦できる人】 候補者が加入する団体など

■中小企業優良従業員

【対象】 新潟市内の同一事業所に引き続き15年以上勤務し、成績優秀で他の従業員の模範となる人

【推薦できる人】 中小企業の事業主

【提出締切日】 令和元年8月30日(金)

【申込・お問合せ】 新潟市雇用政策課 TEL 025-226-1642

移住支援金対象の求人を募集しています

県が運営するWebサイト「新潟企業情報ナビ」に掲載する求人に応募して就職し、東京23区から新潟県内に移住した方に、最大で100万円*の移住支援金を支給する制度が始まりました。(*世帯で100万円、単身で60万円)

人材採用をお考えの皆様、「新潟企業情報ナビ」に移住支援金対象の求人掲載してみませんか。手続簡単、登録無料(法人負担なし)です。

まずは「新潟企業情報ナビ」の「移住支援金法人向けページ」(ピンク色のバナー)をご覧ください。(会報8月号の折込チラシもご覧ください)

<https://www.niigata-kigyo-navi.jp/>



【対象法人の要件】

- ・官公庁等でないこと
- ・資本金10億円以上の法人でないこと
- ・みなし大企業でないこと
- ・本店所在地が東京圏以外の地域、又は条件不利地域であること
- ・雇用保険の適用事業主であること
- ・暴力団等の反社会勢力又は反社会勢力と関係を有する法人でないこと

【対象求人の要件】

週20時間以上の無期雇用契約であること

【移住支援金対象者の主な要件】

- ・東京23区在住者又は通勤者(直近5年以上)
- ・令和元年7月31日以降に新潟県へ移住した方(加茂市、阿賀町、出雲崎町、刈羽村、粟島浦村への移住を除く)

【お問合せ】 新潟県産業労働部労政雇用課 雇用対策班 TEL 025-280-5259

会社の福利厚生を応援します

新潟市が出資している法人です。
従業員1人当たり月800円で、充実した福利厚生を実現!

会員募集中!



愛称 **ニピイ**

主な事業: 慶弔給付、健康維持増進、自己啓発援助、余暇活動援助ほか

詳しいサービス内容はインターネットで

ニピイ

公益財団法人
新潟市勤労者福祉サービスセンター
新潟市中央区西堀通6-878-1 西堀7番館ビル3F
電話(025)201-6113 <http://www.nipy.jp/>

顧問契約・企業法務・コンプライアンス・経営再建
人事労務・消費者クレーム・M&A事業承継 etc.

—— 未来を一新、あなたと一緒に。 ——



弁護士法人

一新総合法律事務所

ISSHIN PARTNERS
新潟県弁護士会所属 旧名: 新潟第一法律事務所

お問い合わせ・ご相談のご予約は ☎0120-15-4640

不動産鑑定・コンサルティング

- ◆ 売買・交換・担保・質貸・M&A・相続・事業承継対策。
- ◆ 任意整理・債権譲渡・訴訟・現物出資・時価減損会計。

不動産鑑定士 伊藤 正弘
株式会社 北辰鑑定リサーチ

新潟市中央区学校町通2番町598番地32
Tel 025-222-2134
Fax 025-222-2133 E-mail:hokushin@hokushin.info



学会・イベント・式典の開催の際は、
私たちの技術をお役立てください。

- 学術会議のプレゼンテーション映像
- 同時通訳システム、通訳者手配の代行
- イベントのカメラ中継・収録、ビデオ制作
- 各種ビデオコピー
(8mm/16mmフィルム、DVD、Blu-ray、VHSなど)

株式会社 **鈴商** TEL: 025-268-7131
FAX: 025-260-2687
〒950-2031 新潟市西区流通センター4-3-4

社会保険労務士法人 西山経営労務事務所

(併設) 労働保険事務組合 企業経営支援研究会
◆ 就業規則・諸規程の策定・改正(働き方改革に対応しています)
◆ 処遇改善加算(キャリアパス要件 I II III) & 資金&評価制度
◆ 労災保険特別加入(事業主・役員・一人親方のかた)
◆ 創業時の資金調達&採用&労働社会保険等の加入等の支援
〒950-0982 新潟市中央区堀之内南2-19-14 和合ビル2F
(駐車場多数完備: 快活倶楽部さまのあるビルの2F かつやさまのある駐車場です)
TEL025-256-8373 FAX025-256-8374 西山経営労務 検索

高齢社会。まだノープランで 年齢を重ねますか?!

社長が認知症 ・株が凍結します
・事業用不動産も凍結します

家族信託で解決できます!
とき司法書士法人
TEL 025-384-0306
「対策事例」プレゼント中