

食欲の秋にぴったりな野菜たっぷりのヘルシー薬膳火鍋で体ぽかぽか、肌つやつや

新潟駅から東大通を歩いて、流作場五差路を右折すると、すぐの場所にあるのが「チャイニーズバル光輝」です。この店のおすすめはヘルシー薬膳火鍋（1人前2,145円、前日までに要予約）で、2人前から注文できる夜のメニューです。火鍋にはコラーゲンスープとマールスープの2種類が入っています。コラーゲンスープは豚足などで取ったコラーゲンがたっぷりて肌がつやつやに。マールスープは鶏のスープなどに自家製マールジャンや中国産の山椒などでピリッと辛くて体が温まり



「秋の夜長の楽しい集まりにぴったりな店です。免疫力アップなどにも役に立つメニューを召し上がってください」と店主の津野一樹さん

チャイニーズバル光輝

住所：新潟市中央区東大通2-4-22 田中ビル1階
 TEL：025-290-7729
 営業：日～木
 11:30～14:00 (LO13:30) / 17:30～21:30 (LO21:00)
 金・土・祝前日
 11:30～14:00 (LO13:30) / 17:30～22:00 (LO21:30)
 休日：火曜 第3月曜日
 収容：39席 P：無
 HP：https://www.chinesebaru-ko-ki.com/



コクがたっぷりのコラーゲンスープ（左）とピリッと辛いマールスープ（右）が入ったヘルシー薬膳火鍋（1人前2,145円、2人前～、前日までに要予約、写真は2人前）。季節の野菜が2人前で12～16種類ついています

ます。それらのスープにエノキやシメジ、ハクサイやカボチャなど季節の野菜をしゃぶしゃぶのように入れて食べれば、野菜のうま味とスープのコクが増し、絶妙な美味しさに！食欲の秋の強い味方です。

ランチメニューは、光輝の中華そば（726円）などの麺類が中心ですが、ヘルシー薬膳火鍋ランチもあります。火鍋に点心2品、デザート、ワンドリンク、ご飯あるいは麺が付いて1人前2,780円（2人前～、要予約）。夜はコース料理が4,000円（2時間飲み放題）から設定されています。

店主の津野一樹さんがホテルのシェフなどを務めた後、ここに店を持ったのは2015年11月。もうすぐ丸5年になります。「お客さまが食を楽しみながら歓談する場所になれたらうれしいです」と笑顔の津野さんです。

※商品の表示価格は全て税込みです。

医療コラム



がん検診、受けていますか？

（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**

がんは日本人の死亡原因の第1位です。しかし、早期発見することで、治癒が可能な病気となっています。早期発見には、がん検診を受けることが大切です。自分を守るために、大切な人を守るために、がん検診の現状と正しい情報についてご紹介します。

1 がん検診を受けている人はまだ少数です

国が推奨するがん検診は、日本人がかかるがんの中で上位を占めている、胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がんの5つです。2013年の県内のがん検診の受診率は、男性は胃がん、肺がん、大腸がん検診がいずれも40%台、女性は5つの検診全てで30%台と低い状況でした。がんは、早期に発見し、治療を行うことで死亡率が低下することが科学的に証明されています。

2 身近で受けられるがん検診

がん検診は、主にお住いの市町村が実施しており、

市町村から委託を受けた医療機関や、健診機関で受けることができます。職場でがん検診を受けられる場合もありますが、そういった機会がない方は、市町村が実施する各種がん検診を利用してみてはいかがでしょうか。新潟市では、各種がん検診の該当年齢の方に、受診券を発行して助成をしています。少ない自己負担額で受けることができます。詳しくは、職場の健康診断のご担当者や、新潟市にお住いの方は各区役所の健康福祉課健康増進係にお問い合わせください。

3 がん検診を受けたあとが大切です

がん検診の結果、「異常あり」と判定された場合には、精密検査を受けることが大切です。異常ありと判定されると、「がんではないか」と怖く感じる方もいらっしゃるかと思います。しかし、最終的にがんと診断される方は、それほど多くはありません。「怖いから」「症状がないから」といった理由で放置せず、家族や大切な人のためにも、必ず精密検査を受け、治療に結びつけましょう。

なお、当会では、保健師による、がんに関する教育活動をおこなっています。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

「働きやすい職場づくり推進企業表彰制度」のご案内

ワーク・ライフ・バランスや女性活躍の推進をはじめ、誰もが働きやすい職場づくりに積極的に取り組む中小企業を募集しています。ぜひ、ご応募ください!

【対象者】 令和2年4月1日現在、1年以上新潟市に本店又は本社がある中小企業者等

【取組対象項目】 所定外労働の削減や年次有給休暇の取得促進のための取組など、12項目のいずれかの取組を行っていること

【メリット】 表彰企業の取組内容を市のホームページ等で積極的に情報発信、入札参加者名簿(建設工事)の格付認定時に加点、など

【募集締切】 11月20日(金)

【表彰】 先駆的・特徴的な取組を行っている企業に賞を授与
手続き等の詳細資料については、新潟市ホームページからもダウンロードできます。(新潟市ホームページで「働き方改革 新潟市」検索)

【お問合せ】 新潟市経済部雇用政策課 TEL 025-226-1643

パートも! 学生アルバイトも! 最低賃金831円!

新潟県の最低賃金は、10月1日から831円になりました。新潟県最低賃金は、県内で事業を営む全ての使用者及びその事業場で働く全ての労働者(臨時、パート、アルバイト等含む)に適用されます。

また、最低賃金引き上げに向けた業務改善助成金や働き方改革推進支援センターの無料相談制度も設けられていますので、お気軽に下記までご相談ください。

【業務改善助成金に関するご相談】

・新潟労働局 雇用環境・均等室 TEL 025-288-3528

【働き方改革推進支援センターの無料相談に関するお問合せ】

・新潟働き方改革推進支援センター TEL 0120-009-229または025-256-8701

【最低賃金に関するお問合せ】

・新潟労働局労働基準部賃金室 TEL 025-288-3504
・各労働基準監督署

「次世代店舗支援事業」募集中! 新潟市補助事業

① 既存店魅力向上事業 売上・来店客数増加のための店舗改装等の支援

【対象者】 1年以上継続して同一事業を営む小規模な店舗

【補助対象経費】 改装費・備品購入費 **【補助率等】** 補助率:3分の1 限度額:50万

② 商店街空き店舗活用事業 商店街の空き店舗を活用して地域課題の解決を図る事業を支援

【対象者】 中小企業者等で、1年以上の経営実績を有している者

【補助対象経費・限度額】 ・改装費・備品購入費など150万円 ・店舗賃借料 100万円(1年間) **【補助率】** 3分の1

※記載の他にも要件があります。詳細は、市ホームページ等でご確認ください。

【お問合せ】 新潟市商業振興課 TEL 025-226-1633



BSNアイネットは「iのチカラ」でお客様とともに
豊かな未来の実現に貢献します。

株式会社 BSNアイネット

新潟市中央区米山2丁目5番地1 TEL 025-243-0211

BSNアイネット

検索



『認定支援機関』として新潟の企業を応援します!

詳しくはこちらへ → <http://www.ogawakaikai.co.jp/>
(本店) 新潟市東区豊2-6-52 TEL 025-271-2212

税理士法人

小川会計

株式会社 小川会計

コンサルティング

社会保険労務士法人

KBS

●法人税務～相続まで総合支援
●事業承継とコロナ対策支援

●経営計画策定・モニタリング支援
●売上拡大支援・増販塾

●人事・労務相談
●就業規則・助成金申請

学会・イベント・式典の開催の際は、
私たちの技術をお役に立ててください。

- 学会会議のプレゼンテーション映像
- 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

不動産鑑定・コンサルティング

- ◆売買・交換・担保・賃貸・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