

北 区役所 だより

自然・活力・安らぎにあふれるまち 一住みたくなるまち 北区

令和2年(2020年) 10月18日号

毎月第1・3日曜日発行
Vol.325

編集・発行 新潟市北区役所地域総務課

〒950-3393 新潟市北区葛塚3197番地 ☎025-387-1000(代表) ☎025-387-1020
ホームページ <http://www.city.niigata.lg.jp/kita/> 電子メール chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp

北区 人口 73,435人(-58) 男 35,935人(-49) 女 37,500人(-9) 世帯数 29,541世帯(-6) ※令和2年9月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

参加費無料

楽しく動いて体力作り!!

11月15日(日)

会場 豊栄総合体育館

問い合わせ 同館(☎025-386-7511)

エンジョイスポーツ in 北区 2020

にいがた未来ポイント対象事業です。
参加者全員に北区特産品を差し上げます。



初心者でも大丈夫!
スポーツ体験会
定員各先着20人

種目	時間
バウンドテニス	10:00 ~ 11:00
躰道(たいどう)	11:15 ~ 12:15
ゲートボール	10:00 ~ 12:00



バウンドテニス

やってみよう! 各種教室

種目	時間	対象・定員(先着)
ペルビックヨガ教室		小学生以上20人
鉄棒・跳び箱教室(1部)	10:00 ~ 11:00	幼児8人 小学生8人
体力測定会(1部)		幼児以上各20人
親子ルーシーダットン教室		小学生以上の親子20組
鉄棒・跳び箱教室(2部)	11:15 ~ 12:15	幼児8人 小学生8人
体力測定会(2部)		幼児以上各20人
U-8ヒップホップ教室	13:15 ~ 14:15	年少~小学2年生20人
ヒップホップ教室	14:30 ~ 15:30	小学3年生以上20人



躰道



ゲートボール



跳び箱教室



ヒップホップ教室

写真はイメージです

申し込み メールまたはFAXで住所、氏名、年齢、希望種目、電話番号、またはメールアドレス、FAX番号を記入し、豊栄総合体育館(FAX025-386-8787、メールtoyosaka@hapisuka.com)

令和2年度新潟市ドキドキ・ワクワクスポーツふれあい促進事業
Albirex NIIGATA アルビレックス新潟
ドキドキ・ワクワクふれあいサッカー教室

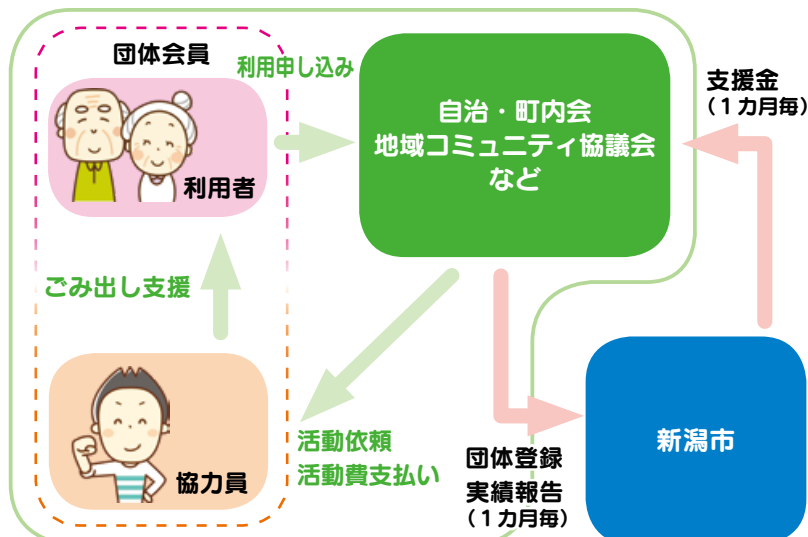
時間 午後1時45分~3時半(受付午後1時半~)
対象・定員 区内在住または在学の小学生 先着60人
持ち物 ボール(貸出し有)、飲み物、タオル、動きやすい服装、内履き(裏面に凹凸のない屋内用シューズ)
申し込み 10月26日(月)午前10時~11月8日(日)午後6時までにアルビレックス新潟ホームページ
問い合わせ アルビレックス新潟 サッカースクール(☎025-257-0155)

自治・町内会、コミュニティ協議会、ボランティア団体
などの運営に携わる皆さんへ
ごみ出し支援活動へ助成を行っています!

問い合わせ 廃棄物対策課(☎025-226-1407)

「高齢や障がいなどによりごみ出しが困難な世帯」に対して、ごみ出し支援を行う団体へ市から支援金を交付しています。活動を始める際に相談ください。
※既に実施している団体を知りたい場合は問い合わせてください

燃やすごみなどを利用者の玄関先から集積場に排出した場合 ※集団資源回収は対象外です	150円/回
粗大ごみを利用者の家屋等から玄関先へ排出した場合 ※支援は玄関先までの排出にとどめてください	600円/回



特定健康診査・がん検診は受診しましたか？

重症な病気で倒れた人のうち、約6割が毎年の特定健診を受けていませんでした。また、健診を受けている人は受けていない人と比べて、下グラフのとおり医療費が安いという結果が出ています(出典：新潟市健康寿命延伸計画 令和2年3月改訂版)。

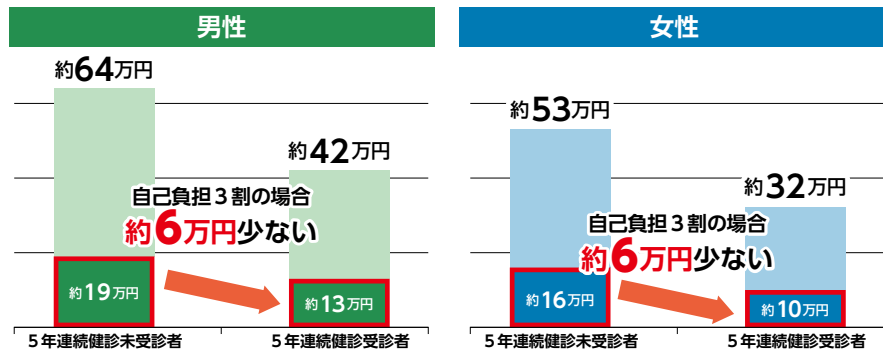
自覚症状が現れにくい病気はたくさんあります。定期的に特定健診・がん検診を受診し健康状態をしっかりと確認しましょう。

検診会場や医療機関では換気や消毒を行うなど新型コロナウイルス感染症の感染防止対策に努めています。事前に予約をし、体調が良い時に特定健診・がん検診を受けましょう。

☎健康福祉課健康増進係(☎387-1340)



年間平均1人あたり医療費の比較



みなさんの健康のために(11月)

☎健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

全て事前に申し込みが必要です。

育児相談

時間 午前9時半～11時半
☎身体計測、栄養・歯科相談
☎乳幼児と保育者

11月	会場	定員	申し込み
18(水)	豊栄健康センター	先着36人	電話で健康福祉課地域保健福祉担当(☎387-1345)
24(火)	北地域保健福祉センター	先着20人	電話で同センター(☎387-1781)

離乳食講習会(はじめての離乳食)

☎11月10日(火)午後1時半～2時20分
場北地域保健福祉センター
☎離乳食の始め方
☎生後5カ月頃の乳児の保育者 先着7人
☎10月21日(水)～11月8日(日)に電話で市役所コールセンター(☎243-4894)

健康相談

☎保健師、栄養士による個別相談
※健康診断の結果記録票がある人は持参してください

11月	時間	会場	定員	申し込み
25(水)	13:30～15:30	豊栄健康センター	先着8人	電話で健康福祉課地域保健福祉担当(☎387-1345)
27(金)	9:30～11:30	北地域保健福祉センター	先着4人	電話で同センター(☎387-1781)

メタボ予防の運動講座

☎ほかの運動教室・サークルなどに参加していない人
☎運動の習慣化を目的とした講話・実技

11月	時間	会場	定員	申し込み
10(火)	13:30～15:00	北地区公民館	先着8人	電話で北地域保健福祉センター(☎387-1781)
25(水)		豊栄健康センター	先着12人	電話で健康福祉課地域保健福祉担当(☎387-1345)

《その他》

- 股関節検診・母体保護相談、1歳誕生歯科健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診は該当者に個別に案内をしています。
- はじめての離乳食は偶数月は豊栄健康センター、奇数月は北地域保健福祉センターで実施します。
- ☎健康福祉課健康増進係(☎387-1340)
- 1歳誕生歯科健診時に、同会場で「ブックスタート」を実施します。
- ☎豊栄図書館(☎387-1123)

集団検診のお知らせ(11月)

☎健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

☎令和3年3月31日時点で、40歳以上の人

持ち物 健康保険証、がん検診受診券、個人記録票

※新型コロナウイルス感染症の影響で、「検診いっとく」「北区集団検診カレンダー」に記載の日程から変更になっています。予約は定員に達し次第終了します

胃がん検診

☎電話で市役所コールセンター(☎243-4894)

11月	時間	対象	会場	予約開始日
2(月)	9:00～11:00	女性	葛塚コミュニティセンター	10/20(火)
6(金)		男性		
12(木)		女性		10/29(木)

肺がん検診

☎電話で新潟県保健衛生センター(☎333-8328または☎267-6323)
※平日午前9時～午後4時半まで

11月	時間	対象	会場	予約開始日
19(木)	9:00～11:30	男性	葛塚コミュニティセンター	11/2(月)
20(金)		女性		
25(水)		男性	北地区コミュニティセンター	
27(金)		女性		

集団検診を受けるときの注意事項

- ・ 検査をしやすい服装で来てください。検診着の利用は200円がかかります
- ・ 郵送されている個人記録票は自宅で記入してきてください

各種相談や講座、集団検診などに参加する人へ

当日はマスクの着用、自宅での検温をお願いします。発熱、咳、倦怠感がある場合は受診・参加できません。

今が旬! 北区が誇る農産物 香り高くあふれる果汁「日本梨」

☎産業振興課 農業振興グループ(☎387-1365)

出荷時期 12月まで 主な産地 木崎地区

北区は古くからの日本梨の産地です。「新高」や「新興」のほか、「幸水」「豊水」「あきづき」「新美玉」「新王」といったさまざまな品種が栽培されています。きめ細やかな手入れがおいしさの秘訣です。食べ比べて甘みや酸味、独特の香りなど、自分好みの梨を見つけてみてください。

新高と新興は「新潟市食と花の銘産品」に指定されています。



ごさなレポ

約1,400本のアキグミの苗木を植えました

10月6日(火)に、松浜小学校の4年生と地域の皆さんの合計約280人が松浜海岸でアキグミの苗木の植栽を行いました。これは、近接する住宅地やひょうたん池への飛砂被害対策として、砂丘地の緑化や環境整備に取り組むものです。

現場は子どもたちの歓声に包まれ、楽しそうな雰囲気の中で続々と苗木が植えられました。



5団体若手交流会を開催

9月25日(金)に割烹「大倉屋」で5団体若手交流会が開催されました。豊栄商工会をはじめ、にいがた北青年会議所、北新潟商工振興会青年部、豊栄商工会青年部のほか、高橋北区長と区の若手職員が出席。各団体がコロナ禍における事業の実施状況を報告したほか、新しい生活様式での会食の在り方について意見交換をしました。高橋北区長は「新型コロナウイルスの感染防止と地域経済活性の両立が大切。お店のルールを守りながら会食を楽しんでほしい」と述べました。



体調がすぐれない場合などは、参加を控えてください。

おしらせ版

催しや検診などに参加する場合は、マスクの着用・自宅での検温をお願いします。

お知らせ

北区自治協議会を傍聴しませんか

回 10月22日(木)午後1時半～
 場 北地区コミュニティセンター
 内 特色ある区づくり予算事業についてなど
 先着5人
 問 地域総務課(☎387-1175)
 ※議事概要は区役所ホームページまたは、市役所1階市政情報室で閲覧できます

11月の行政相談会(無料)

回 場
 5日(木)午前10時～正午 北区役所
 19日(木)午前10時～正午 北出張所
 相談員 行政相談委員
 問 区民生活課(☎387-1255)

11月のさわやかなんでも相談所(無料)

場 豊栄さわやか老人福祉センター
 問 同相談所(☎386-0745、午前10時～午後3時)
 一般相談
 回 月・水・金曜午前10時～午後3時
 ※23日(祝)を除く
 身体障がい者相談
 回 12日(木)午前10時～午後0時半
 相談員 身体障がい者相談員
 カウンセリング相談(事前に要予約)
 回 12日(木)午後1時～4時
 相談員 カウンセラー
 弁護士法律相談(事前に要予約)
 回 10日・17日(火)午後1時15分～4時15分
 司法書士法律相談(前日までに要予約)
 回 24日(火)午後1時45分～4時45分
 傾聴相談
 回 5日(木)午前10時～午後3時

新潟県カウンセリング協会 家族ケアの会(無料)

夫婦、家族、仕事、転職、人間関係など、さまざまな悩みに心理カウンセラーが対応します。相談時間は1人50分です。
 回 11月3日(祝)午前9時～正午
 場 生涯学習センター クロスパルにいがた(中央区礎町通3)
 先着10人
 問 事前に電話で同協会 阿部(☎090-3210-0051)

催し・募集

「がん治療を経てこれから」ゆれ動く心を見つめてみましょう

回 10月29日(木)・31日(土)午後2時～4時
 場 柳原ふれあい館(柳原6丁目)
 内 治療後の「自分らしい生き方」について
 先着5人
 問 電話またはメール(cocoiru_nct@yahoo.co.jp)で氏名、電話番号、参加希望日を明記し、傾聴サロン「にこっと」本間(☎387-5647)へ

回=日時 場=会場
 内=内容 先=対象・定員
 円=参加費(記載のないものは無料)
 申=申し込み(記載のないものは当日直接会場へ)
 問=問い合わせ

豊栄児童センター

問 同センター(☎384-1520)
 1 ハロウィーン巾着作り
 回 10月31日(土)
 ①午前10時～11時②午前11時～正午
 先着17歳 各回先着8人
 回 10月24日(土)～29日(木)に電話で同センター
 2 身近なものでヨーヨーを作って遊ぼう
 回 11月1日(日)・3日(祝)
 ①午前10時～11時②午前11時～正午
 先着17歳 各回先着8人
 回 10月25日(日)～30日(金)に電話で同センター

福島潟フォトコンテスト 入賞作品展

会期 11月3日(祝)まで
 午前9時半～午後4時半(月曜休館)
 場 環境と人間のふれあい館
 問 同館(☎387-1450)

豊栄文化協会祭

区民将棋大会
 回 11月3日(祝)午前9時から
 場 豊栄地区公民館
 クラス A(二段格以上)、B(3級～初段格)、C(初心者)
 先着区内在住または通勤・通学している小学生以上
 円 一般1,000円、小・中学生500円
 ※昼食代含む
 問 豊栄棋友会 魚野(☎090-7523-0099)

区民俳句大会
 回 11月8日(日)午前9時半～正午
 場 葛塚コミュニティセンター
 兼題「霞」一句
 当季雑詠 二句
 回 10月30日(金)までにはがきに住所、氏名、電話番号、句を明記し、あがきた俳句会佐藤(〒950-3322 北区嘉山3-10-17、☎387-4362)へ
 区民囲碁大会
 回 11月15日(日)午前9時から
 場 豊栄地区公民館
 クラス A(五段以上)、B(四段～二段)、C(初段～級位者)
 先着区内在住または通勤・通学している小学生以上
 円 1,000円
 ※昼食代含む
 問 豊栄囲碁同好会 齋藤(☎386-1560)

講演会「江戸時代の越後の国絵図で見る福島潟開発の歴史」

回 11月7日(土)午後1時半～3時半
 場 北区郷土博物館
 内 「越後輿地全図」とそこに描かれた福島潟開発の経過や関連する地名・屋号を紹介
 講師 亀井功さん(郷土史研究家)
 先着30人(応募多数の場合抽選)
 回 10月29日(木)午後5時までに電話で同館(☎386-1081)へ

南浜ミ二朝市

回 10月25日(日)午前7時頃から
 場 南浜船だまり(島見町)
 内 サケ、アジなど鮮魚類の販売
 問 新潟漁業協同組合南浜支所 神田(☎250-1127)

北地区公民館

問 同館(☎387-1761)
 1 一休さん ～できることいっぱい！新聞紙を使ってみよう！～
 回 11月7日(土)午前10時～11時
 内 新潟医療福祉大学のサークル「レクア.コム部」の学生と一緒に新聞紙を使って遊ぶ
 先着北区在住の小学生先着20人
 問 市ホームページ「かんたん申込み」もしくは直接同館
 2 幼児期家庭教育学級
 2歳3歳 まいにちがドラマチック
 回 11月29日(日)午前10時～午後0時半
 内 2歳・3歳児の心と体の成長や日常に取り入れたい遊びや動きなどを座学と実技で学ぶ
 講師 伊藤巨志さん(新潟県立大学教授)、角張慶子さん(同大学 准教授)
 先着2歳・3歳児とその両親 先着15組
 回 10月19日(月)午前9時から市ホームページ「かんたん申込み」もしくは直接同館へ

男性向け講座 私が育休後、職場復帰しました

育休を取得し職場復帰した2人の父親をゲストに迎え、子育ておしゃべり会を開催します。
 回 11月8日(日)午後1時半～3時半
 場 新潟県女性センター(中央区上所2)
 先着就学前児の父親 先着8人
 問 電話で(公財)県女性財団(☎285-6610)

スポーツ

◆チョイトレ 関節力を上げる！関節トレーニング～上半身編～

回 11月7日(土)午後2時～3時半
 場 豊栄総合体育館
 先着12人
 円 500円
 問 電話でハピスカとよさか(☎386-7522、月曜休館)

短歌

市民文芸 TANKA

百まではもうひとふんばり頑張れと吾と我が身に勢いかけむ
 丸山 盛一(葛塚)
 雲の先夕日の根棒田にくだる輝かしや天の御配慮
 泉田 惠宏(嘉山)
 数隻の漁船が続く水尾引きて明けゆく空の阿賀の大河を
 五十嵐 絹白(新町)
 夕涼しエプロンのままそこらまでちろの声にしばし聞き入る
 小熊 茂子(東栄町)
 理髪椅子深く坐れば上客の気分ちよつぱり「いつものやうに」
 星 可規(川西)

※このコーナーでは、皆さんからの短歌、俳句、川柳を募集しています。
 ※住所・氏名・電話番号を明記してください。掲載作品は区バス内にも掲示されます。
 市民文芸の応募先
 〒950-3393(住所不要)北区役所地域総務課

オンラインで学ぶ！ 子育て応援講座 きらりん

全5回	日にち(水曜)	タイトル
第1回	10/28	親子ヨガ
第2回	11/4	リトミック&モンテッソーリ教育
第3回	11/11	スマホで我が子をかわいく撮るコツ
第4回	11/18	元気な体をつくるための足育
第5回	11/25	親子であそぼ

時間 午前10時半～11時半
 回 10月23日(金)までにメール(mitumojid@lagoon.ocn.ne.jp)または電話で三ツ森児童館(☎388-6691)



メールはこちらから

新庁舎通信 Vol.3

新庁舎(北区文化会館隣)の外装が見えてきました。完成に向けて工事中です。



10月9日撮影

<広告欄> 広告欄の掲載内容についての問い合わせは各広告主へ

