

# 北区役所 だより

潟と大河と日本海、水の恵みに生まれ、人と人がつながり、心豊かに支え合い、発展するまち

令和6年(2024年)

1月21日号

毎月第1・3日曜日発行

Vol.403

編集・発行 新潟市北区役所地域総務課

〒950-3393 新潟市北区東栄町1丁目1番14号 ☎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](mailto:chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp)

北区 人口 71,052人(-78) 男 34,726人(-56) 女 36,326人(-22) 世帯数 29,971世帯(-5) ※令和5年12月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

このたび、1月1日に発生した能登半島地震において、被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。  
地震に関する各種証明書の発行や支援制度については、本号市報にいがた1面をご覧ください。

## ボランティア 誰かのために 自分のために

ボランティアは、自分の興味や関心で、また自分の時間や生活にあわせて参加できる活動です。ボランティアには、楽しさ、出会い、学びがあります。自分らしさを大切にしながら、あなたもボランティア活動の一歩を踏み出してみませんか。

### ボランティア活動の ポイント(4原則)

#### 自発性・自主性

誰かに強制されたり義務としてでなく  
自らすずんで行くこと

#### 社会性・連携性

誰もがいきいきと生活できるよう  
支えあい、学ぶ活動

#### 無償性

金銭などの報酬や見返りを求めない活動  
※交通費などがある有償ボランティアもあり

#### 創造性・先駆性

今必要なことを考えよりよい社会を  
創る活動

### ボランティア いろいろな活動があります



守る



手伝う



ふれあう



整える



でも、  
あまりがんばると...

人の役に立つのは  
うれしいけど、何だか  
疲れてきたなあ



地域活動が大好きな  
Cさん



#### 切り上げ上手な 人になろう

時間を決めて行う。  
メリハリのある毎日を  
送りやすくなります。

「ボランティア活動  
は、週に2日、午前中  
まで」を自分のルールと  
しています。おかげで、  
趣味の活動も楽しみつ  
つ、長くボランティア  
活動を続けています。



#### NOの言える 人になろう

どうしても断れない  
時は代案を提案して  
みましょう。

受けるのが難しそう  
なことは、持ち帰らず  
にその場で断るよう  
にしています。断る理由  
が思いつかない時は、  
「負担になる」など、正  
直な思いを話すこと  
にしています。

### 新潟医療福祉大学社会貢献団体 レクア.コム部です

北区を中心に、幅広い分野でボランティア活動をと  
した社会貢献を行っています。

#### 公民館事業『サタデイキッズ』に参加

子どもたちに楽しく遊んでもらえる企  
画を考えています。  
当日子どもたちの笑顔が見られると大  
きなやりがいを感じます。

#### 『阿賀野川ござれや花火学生企画』に参加

花火大会のプロジェクトに携わるのは  
初めてで、ドキドキしながら参加しま  
した。地域の方々と触れ合い、笑顔あ  
ふれる行事に貢献でき、やりがいを感じ  
ました。



北区自治協議会福祉教育部会では現在「地域活動の担  
い手不足」の地域課題解決に向けて研究しています。皆  
さんの提案をお寄せください。

問い合わせ 同協議会事務局(地域総務課 ☎025-387-1175)

無理なくがんばりすぎないで、楽しくてやりがいのある活動に参加しよう

## できることからはじめてみませんか

### 子どもふれあいスクール

対象 同スクール実施小学校区に  
在住で平日の放課後(2~3  
時間)や土曜日の午前中に小  
学校で活動できる人

内容 受付補助 子どもの見守り・  
遊び相手など

特別な資格などは必要ありませ  
ん。どなたでもご協力いただけます。

#### 問い合わせ

地域教育推進課(☎025-226-3277)

### 除雪ボランティア

一人暮らし高齢者や障がい者宅  
などの玄関先の除雪を行うボラ  
ンティアとして登録。  
※屋根の雪下ろしや機械による除  
雪は行いません

登録者には、除雪ボランティア  
が必要な際に区社会福祉協議会  
から連絡がいきます。登録方法な  
どは問い合わせてください。

#### 問い合わせ

北区社会福祉協議会(☎025-386-2778)

### ごみ出し支援活動

高齢者や障がい者などのごみ出  
しが困難な世帯への支援。

ごみ出し支援を行う団体に市か  
ら支援金を交付します。

#### 申請できる団体

自治会・町内会・地域コミュニティ  
協議会・PTAなど

#### 問い合わせ

区民生活課(☎025-387-1295)

このほかにもいろいろな募  
集情報があります。

ボランティア・市民活動セ  
ンターではボランティアを始  
めたい人、あるいはボラン  
ティアを必要とする人や団  
体・福祉施設からの相談を  
受け付け、必要に応じて紹  
介します。

また、2カ月に1回、情報  
誌「キラッ★キタッ」を発  
行し、ボランティア活動に  
関する情報の提供を行っ  
ています。

#### 問い合わせ

北区社会福祉協議会  
北区ボランティア・市民活  
動センター  
☎025-386-2810

みなさんの健康のために(2月)

問 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。当日は発熱、咳、倦怠感がある場合は参加できません。

育児相談

☑身体計測、栄養相談(計測のみも可)
☑乳幼児と保育者

Table with 5 columns: 2月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Rows for 21st and 27th.

※豊栄健康センター会場は歯科相談あり

《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(3歳6カ月頃に実施)は該当者に個別案内をしています。
■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。
問 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「ブックススタート」を実施します。
問 豊栄図書館(☎387-1123)

妊婦歯科健康診査

☑ 2月13日(火)午後1時~2時45分
場 豊栄健康センター
☑ 妊婦 先着25人
☑ 1月24日(水)から市役所コールセンター(☎243-4894)

離乳食講習会

☑ 1月24日(水)から市役所コールセンター(☎243-4894)
■はじめての離乳食
☑ 2月15日(木)午後1時半~2時50分
場 豊栄健康センター
☑ 離乳食の始め方
☑ 生後5カ月頃の乳児の保育者 先着15人
■ステップ離乳食
☑ 2月15日(木)午前10時~11時20分
場 豊栄健康センター
☑ 離乳食の進め方
☑ 生後6カ月以降で2回食・3回食に進もうとしている乳児の保育者 先着15人
※グループワークの際はマスク着用のご協力をお願いします

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のある人は持参してください。

Table with 5 columns: 2月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Rows for 28th and 29th.

健康づくりスタートセミナー

☑ 運動指導員による講話や実技
☑ 他の運動教室、運動サークルなどに参加していない40~74歳の人

Table with 5 columns: 2月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Rows for 13th and 28th.

児童館からのお知らせ

葛塚東児童館を閉館します

同館は、3月30日(土)で閉館します。昭和60年の開館以来39年の長い間ご利用いただきありがとうございました。
今後同学区内にある豊栄児童センターをぜひご利用ください。
また、2月から同館のこれまでを振り返る写真展を開催予定です。閉館までの間に、ぜひ同館にお立ち寄りください。

早通児童センター・三ツ森児童館の開館時間が変わります

利用者の多い夕方の時間帯を拡大するため4月1日から、早通児童センター、三ツ森児童館の開館時間を変更します。ご理解とご協力よろしく申し上げます。

開館時間 現在 午前9時~午後5時 → 変更後 午前10時~午後6時

※休館日(日曜・祝日、年末年始)は変更なし
※豊栄児童センターの開館時間(午前9時から午後7時まで)に変更はありません

問 健康福祉課児童福祉係(☎387-1335)

地震に便乗した建物の点検商法にご注意

災害に便乗した悪質な商法には十分注意してください。市が行う調査の際は身分証などを携帯しています。不審な場合は提示を求めてください。おかしいと思ったら消費生活センターに相談(相談専用電話025-228-8100)

注意ポイント

- ・不安になってもその場では契約しない。安易に点検させない。
・家族や知人に相談する。



建物が被害を受けた場合はこちら▶



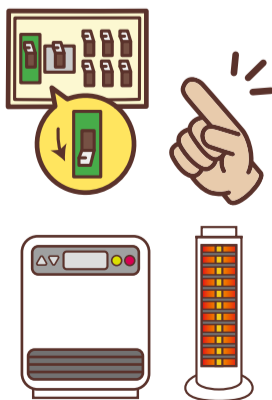
※参考 国民生活センターのホームページ「災害に便乗した悪質商法」はこちら▶



ちよこつと防災!~もしものために~ 第12回

地震による「通電火災」に注意!

大きな地震などによる停電から復旧したときに、発生する火災を「通電火災」と言います。例えば暖房器具の転倒や燃えやすい物との接触、電気コードが損傷などしたままの状態、停電から復旧することで火災が起ります。
屋外に避難するときは、必ずブレーカーを落としてから避難しましょう。
暖房器具の使用が多い冬は、異常がないことを確認してから、使用することが肝心です。



ワンポイント: 揺れを感知して遮断するブレーカーもあります

監修: 北区防災士の会 坂井 問 地域総務課(☎387-1165)

北区の「食」を楽しむイベント

あったかマルシェ葛塚冬の陣

冬場のにぎわいを創出するために、区役所・北区文化会館の敷地内で、北区の飲食店・酒蔵・キッチンカーが温かくておいしい料理・ドリンクを提供します。

☑ 2月3日(土)午前10時半~午後2時
場 区役所えんとらんす広場・えんがわ広場
問 新潟市北区観光協会(☎386-1212)



1月26日は「文化財防火デー」

昭和24年1月26日に、世界最古の木造建造物である法隆寺(奈良県)の金堂から火災が発生し、壁画などが焼損したことで文化財防火デーが定められました。

現在、新潟市には国登録文化財は39施設あり、北区内には6施設が登録されています。

文化財の建造物内とその周辺では、新潟市火災予防条例により喫煙や裸火の使用が禁止されていますので、火の取り扱いに注意してください。

文化財は市民の貴重な財産です。地域の皆さんで文化財を火災から守りましょう。

問 北消防署市民安全課予防調査係(☎387-0119)



火の用心!!



400ml 献血にご協力を

☑ 2月2日(金)午前9時~11時半
場 北区役所 1階交流スペース
持ち物 献血カード(初めての人は運転免許証など本人確認できるもの)
問 新潟県赤十字血液センター(☎384-0992)
事前予約ができます。インターネットでこちらから



# おしらせ版

日=日時 場=会場  
 内=内容 人=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

## 消防出初式中止

本日(1月21日(日))の令和6年新潟市消防団北方面隊消防出初式は中止となりました。  
 問 北消防署地域防災課消防団係 (☎387-0119)

## 臨時休館のお知らせ

北地区スポーツセンターおよび北地区コミュニティセンターは、受変電設備改修工事のため休館します。  
 期間 2月5日(月)~9日(金)  
 問 同スポーツセンター(☎258-0200)  
 同コミュニティセンター(☎259-6471)

## お知らせ

### 2月の相談会(無料)

■ 弁護士相談(要予約)  
 日 6日・20日(火)午後1時15分~4時15分  
 場 北区役所  
 問 区民生活課(☎387-1295)  
 ■ 行政相談委員による相談  
 日 場  
 ・1日(木) 北区役所  
 ・14日(水) 北出張所  
 ※時間はいずれも午前10時~正午  
 問 区民生活課(☎387-1255)

### 北区地域福祉計画・地域福祉活動計画推進委員会を傍聴しませんか

日 2月1日(木)午後1時半~3時半  
 ※受付開始は午後1時15分  
 場 豊栄地区公民館  
 内 主な取り組みの評価と課題などについて  
 人 5人(受付開始時に定員を超える場合は抽選)  
 問 健康福祉課(☎387-1310)

### 2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9時半~正午  
 ■ 一般相談  
 日 月・金曜 午前9時半~正午  
 ※12日(振休)、23日(祝)は休み  
 ■ 傾聴相談  
 日 1日(木)午前10時~午後3時  
 ■ 身体障がい者相談  
 日 8日(木)午前10時~午後0時半  
 ■ 司法書士法律相談(要予約)  
 日 13日(火)午後1時45分~3時45分



## 催し・募集

### 「福島潟フォトコンテスト」入賞作品展

日 2月12日(振休)まで(祝日を除く月曜休館)午前9時半~午後4時半(最終日は午後1時まで)  
 場 環境と人間のふれあい館  
 問 同館(☎387-1450)

### みんなでつくる楽しい文化・スポーツ発表会

日 2月4日(日)第1部 午前10時半~正午、第2部 午後2時~3時半  
 場 北区文化会館  
 申 同館窓口で入場券配布  
 問 同館(☎388-6900)

### 北地区親善ヨガ大会

日 2月3日(土)午前9時半~11時半  
 場 北地区コミュニティセンター  
 人 区内に在住または通勤・通学している人(小学生以上) 先着30人  
 円 200円  
 申 1月31日(水)までに電話で北地区スポーツ振興会 マルシェフ(☎090-2492-8960)

### 豊栄児童センター

問 同センター(☎384-1520)  
 ■ eスポーツ体験  
 日 1月27日(土)午前10時~午後4時  
 人 幼児(保護者同伴)~高校生  
 ■ ムービーわん  
 日 1月28日(日)午後1時半~3時  
 人 幼児(保護者同伴)~小学生  
 ■ 節分お楽しみレクリエーション  
 日 2月3日(土)午後2時~3時  
 人 小学生 先着15人  
 申 1月24日(水)から電話で同センター  
 ■ バレンタイン工作  
 日 2月10日(土)午前10時~11時半  
 人 小学生 先着8人  
 円 100円  
 申 2月1日(木)から電話で同センター

## スポーツ

### 豊栄総合体育館

場 同館  
 申 電話でハピスカとよさか(☎386-7522、祝日を除く月曜休み)  
 ■ ちょっと長めのペルビックヨガ(単発)  
 日 2月10日(土)午前11時半~午後0時50分、18日(日)午前10時~11時20分  
 人 各回先着14人  
 円 800円(1回)  
 ■ 初心者向けトレーニング室利用講習会  
 日 2月10日(土)午後2時~3時20分  
 人 15歳以上(中学生を除く) 先着10人  
 ※トレーニング室利用料(一般250円、65歳以上100円)が必要

## インドアテニス教室 問ハピスカとよさか(☎386-7522)

場 豊栄総合体育館

対象	初日	曜日	時間	回数	定員	参加費
小学1~3年生	2/2	金	16:10~17:10	7回	8人	5,600円
小学3~6年生			17:20~18:50			

問 同館備え付けの申込用紙に記入し、直接同館

北区自治協議会委員提案事業

### あなたのための健康講座

自分の脳年齢・血管年齢、心電図、尿検査を測定し健康状態を確認。検査結果の解釈について学生と一緒に学びます。  
 日 2月10日(土)午後1時~3時  
 場 新潟医療福祉大学 N棟3階 人 先着50人  
 申 2月3日(土)までに市ホームページ[e-NIIGATA]で申し込み  
 問 地域総務課(☎387-1175)



## 北区子育て応援事業

### 親子の絆づくりプログラム「あかちゃんがきた！」

日 2月20日~3月12日(毎週火曜、全4回)  
 場 早通児童センター  
 内 あかちゃんとかかわり方や子育てについて学ぶ  
 人 令和5年10月~12月生まれの第1子と母親 先着10組  
 申 豊栄児童センター(☎384-1520)



## 葛塚縞展

日 5月6日(振休)まで午前9時~午後5時  
 休館日 月曜(2月12日・4月29日・5月6日は開館)、2月13日(火)、3月21日(木)、4月30日(火)  
 場 北区郷土博物館  
 内 葛塚縞は北区葛塚の地名が付いた木綿織物。本展では、かつて町の産業として盛んに織られた葛塚縞に関する文書や織物工場で作られた反物などを展示します。  
 また、会期中の毎週土曜日午後1時半から4時まで、葛塚縞手織りの会による手織り伝承活動を公開しています。  
 問 同館(☎386-1081)



北区男女共同参画地域推進員企画事業

### 「珈琲の味わいを知る」講座 ~コーヒーの香りが心を満たす、自分のままでいられるきっかけ探し~

日 3月10日(日)午前10時~正午  
 場 DONBASS COFFEE ROASTERS bySUZUKI COFFEE (葛塚3304-5)  
 内 第1部 コーヒー講座(ハンドドリップのコツなどを解説します。)  
 第2部 男女の役割について、身近な思い込みを考えます。  
 人 20人(応募多数の場合は抽選)  
 円 500円  
 ※試飲、お茶菓子(バームクーヘン) オリジナルドリップパック(1つ)のお土産つき  
 申 2月16日(金)までに市ホームページ[e-NIIGATA]で申し込み  
 問 地域総務課(☎387-1155)



おいしいコーヒーの試飲付き



## <広告欄>



水道管の凍結防止には、夜間に鉛筆の芯(約直径2ミリメートル)程度の太さで蛇口から水を出し続けると有効です。

