

毎週水曜午前11時15分からは「みなみーて!南区」



健康福祉課に在籍しています!

手話通訳者 鈴木さんの **かんたん手話講座** 13

今号1面は区バス特集です。手話でもバス旅行に出掛けましょう。手話は表現するもの一つ一つに意味があり、それが分かると「そうなのか!」と納得しますよね。今回もそんな手話表現です。

バスに乗る

バス

乗る

旅行

「バス」と「乗る」を合わせて表現するんだね!

車輪が回って目的地へ旅に向かうんだね!

親指と人差し指で正面から見たバスのパンパ一の形を作ります。

その指を前に出します。

片方の人差し指と中指を反対の人差し指と中指に乗せます。

片方の手の平を車体、もう片方の人差し指と中指(チョコキ)で車輪の動きを表現します。

チョコキの方をぐるっと縦に回します。

40歳から **毎年受けよう 特定健診**

南区の特性

- ①急性心筋梗塞や脳血管疾患で亡くなる人が多い
- ②喫煙・毎日飲酒する人が多く、運動習慣のある人が少ない



特定健診とは、メタボリックシンドロームの予防・解消に重点をおいた健診です。身体計測や血圧測定、血液・尿検査などの検査を行います。

重症疾患(脳血管疾患・虚血性心疾患・糖尿病性合併症)で急に倒れた人のうち、約6割の人が健診連続未受診者です。自覚症状のない人はもちろん、通院をしている人も忘れずに年に1回健診を受けましょう。

☎健康福祉課 ☎372-6385

- 健診を受けるには -

1. 受診券を用意する



3月末に受診券を郵送しました。40歳以上の新潟市国民健康保険加入者、新潟県後期高齢者医療制度加入者、生活保護受給者が対象です。

※社会保険加入者は、加入している保険者が実施します。健康保険証の発行元に問い合わせてください

2. 受診機関を選ぶ

「検診いっ得」14~20ページの「新潟市特定健診・がん検診委託医療機関名簿【施設検診】」から、受診機関を選びましょう。予約が必要な場合もあるので、事前に電話で問い合わせてください。



<案内冊子「検診いっ得」>

3. 受診する

困受診券、健康保険証、自己負担金、質問票

年齢	40歳~59歳	60歳以上、生活保護受給者
自己負担金	500円	無料
その他	市民税非課税世帯の人は無料(「無料券」が必要。受診の2週間前までに区役所健康福祉課に申請)	

4. 結果を確認する

結果が届いたら、受診が必要な項目や経過観察が必要な項目がないか確認しましょう。

5. 健康相談会を利用する(原則毎月第3火曜日:午前)

保健師や栄養士が健康づくりについて一緒に考え、アドバイスをします。相談は無料です。日程や申し込み方法は、毎月第3日曜日号に掲載の「健康カレンダー」を確認してください。※4月の開催は18日(火)

「南区 区ビジョンまちづくり計画」が完成しました

南区の目指す将来像と、その実現に向けたまちづくりの方向性を示した2030(令和12)年までの8年間の計画です。

この計画に基づき、区民の皆さんと共に南区のまちづくりを進めていきます。

「概要版」の配布方法

- 今日の新聞折込
 - 南区役所、出張所、地域生活センターに設置
 - 市のホームページ(右二次元コード)から
- ☎地域総務課 ☎372-6605



☎先着50席程度 ☎300円(別途入館料500円) ☎味方地区公民館

その他

子育てオーエンジャー☆みなみほっぺちゃんひろば

- ☎5月19日(金)午前10時から11時
- ☎白根カトリックこども園
- ☎ピアノ演奏とハンドトリートメント
- ☎乳幼児とその家族 先着6組
- ☎5月8日(月)から同園 ☎372-1843

市民の情報掲示板

- 「きらきら」お楽しみ会
- ☎4月20日(木)午後1時~3時 ☎地域の茶の間「きらきら」(旧天昌堂サロン)
- ☎100歳になる利用者のお祝いをします
- ☎300円 ☎地域の茶の間「きらきら」
- ☎080-5430-5349 安達

おわびと訂正

3月5日号みなみ風1面「スポーツの功績・活躍をたたえて」で紹介しました受賞者の氏名が誤っておりました。訂正し、おわび申し上げます。優秀競技者賞 木津百欄さん、正しくは木津百蘭さんです。

募集 第16回 南区美術展覧会 出展作品を募集



- 会期 6月10日(土)~14日(水)午前10時~午後5時(14日は午後4時まで)
 - 会場 白根学習館
 - 応募資格 南区およびその周辺に在住・在勤・在学の人。中学生以下は不可
 - 部門 絵画(日本画・洋画・版画)、書道、写真、彫塑・工芸
 - 出品数 1部門につき1人2点以内
 - 出品料 1点につき1,500円(高校生は無料)
 - 展示 出展作品は全て展示(書道は1点のみ)
 - 表彰 部門ごとに最優秀賞、優秀賞、奨励賞を決定
 - 申し込み・搬入 6月3日(土)午後3時~7時に白根学習館
- ☎地域総務課 ☎372-6621



お知らせ

相談

弁護士の無料法律相談

- ☎5月10日・24日(水)午後1時15分~4時15分 ☎南区役所 ☎土地、金銭貸借、保証、債務、離婚、認知など法律についての相談 ☎先着6人※1人30分
- ☎4月18日(火)以降に区民生活課 ☎372-6105

白根地区公民館 ☎372-5533

子育てひろば モモ

- ☎5月9日(火)午前10時~11時半
- ☎白根学習館 ☎自由あそび&ちよっとしゃべり場 ☎未就園児とその保護者 先着8組 ☎当日直接会場へ ☎白根地区公民館

味方地区公民館 ☎373-4788

笹川邸 春の茶会

- ☎4月30日(日)午前10時から

南区と共に取り組む白高生!

県立白根高等学校・地域コーディネーター 織田さんが活動を紹介します



「にいがた南区創生会議」と連携・協力に関する協定締結

新学期も始まり、新1年生58人が入学しました。地域に根付いた白高生として、充実した高校生活を送ってほしいです。

令和4年3月の南区に加え、先月末には「にいがた南区創生会議」とも連携・協力に関する協定を締結しました。「にいがた南区創生会議」は、南区のさまざまな分野で活躍する若手が集まり、南区の明るい未来の実現のために活動しています。協定締結により、昨年度以上に活躍の場が広がり、生徒が多くの刺激と学びを受けながら成長することを期待します。また、創生会議の皆さんの目線で白根高校の魅力化にも取り組んでもらえるということで、こちらにも大きな期待をします。今年度もこのコーナーで白高生の活動を紹介します。引き続き地域の人たちとのすてきな出会いと、たくさんの活動に注目してください。



締結式当日の様子



《広告欄》