



くろさき茶豆 さらにおいしく

問い合わせ 西区 農政商工課 食と産業振興室(☎025-264-7623)

平成29年度に国の地理的表示(GI)保護制度*に県内で初めて登録されたくろさき茶豆。ことしの夏もくろさき茶豆を楽しみませんか。

※地理的表示(GI)保護制度：品質、社会的評価その他の確立した特性が産地と結び付いている産品について、その名称を知的財産として保護する制度



くろさき茶豆がおいしいわけ

新鮮さが命。「朝採り」をしてすぐに出荷

くろさき茶豆は、鮮度を保って出荷するために、まだ暗く気温が低い早朝に「朝採り」をします。7月上旬では午前5時くらいから、7月下旬から8月上旬の最盛期には、まだ日の昇らない、午前0時過ぎから収穫を始めるところも。機械のほか、手作業で収穫することもあります。



収穫後は、気温が高くなる前に、枝からさやをもぎ取る「脱莢(だっきょう)・土や汚れを落とす「洗浄」・市場に出荷できるものの「選別」をして、出荷されます。



「実入り8分」で最高の味と食感に

実が少し小ぶりの「実入り8分」で収穫します。その時期が最も「歯応え」が良く、糖分やアミノ酸の含有量が多くなります。生産者は収穫量よりもおいしさを優先して収穫しています。

ことしの茶豆はおいしさに太鼓判



黒埼地区茶豆組合協議会
会長 鷲尾 桂司さん

茶豆は花や実のつく時期に雨が多いと、実が水太りして味が薄くなってしまいます。しかし、ことしはその時期の雨量が少ないので、味の濃いおいしい茶豆に成長しています。

くろさき茶豆と冷たいビールで、新潟の蒸し暑い夏を乗り切りませんか。県外に住んでいる方に贈り物をして喜ばれますよ。ぜひお召し上がりください。

コツを知っておいしくゆでる

材料の準備

くろさき茶豆 400~500g^ア 塩 60~70g^ア 水 1.5~2ℓ^ℓ

①水洗い

くろさき茶豆をざるに入れ、サッと洗います。

②塩もみ

湿ったくろさき茶豆に、用意した塩の半分くらいを振りかけて、さやの毛を取るように、もみこみます。

塩もみすることで、表面のうぶ毛が取れて口当たりが滑らかになり、色鮮やかなゆで上がりになります。

③ゆでる

鍋に水と用意した残りの塩を入れて、火にかけます。沸騰したら塩もみした茶豆を入れてふたをします。

お湯が再度沸騰してから、3分半から4分がゆで時間の目安です。

※菜箸などでゆで具合を確認し、やや固めにゆでるのがポイント

④ゆで上がり

ゆで上がったら素早くお湯を切り、大きめのざるに広げ、うちわなどを使って熱を冷まします。

塩気が足りない場合は、軽く塩を振ってください。

⑤完成

くろさき茶豆は鮮度が一番です。ゆで上がったら、すぐにお召し上がりください。余ってしまった茶豆は冷蔵庫に保管してその日のうちに食べるか、冷凍保存であれば3日程度持ちます。自然解凍でお召し上がりください。

くろさき茶豆のMAX知識 茶豆は生鮮食品!?

生産者は、おいしい茶豆を提供するために、収穫後2時間以内に冷蔵保存をするように心掛けています。また、市場でも各店舗に輸送するまで冷蔵保存をしています。茶豆はお肉と同じ生鮮食品という意識で、購入後早めに冷蔵保存してください。

締め切り迫る! Instagramで

西区の美味しいを発信! フォトコンテスト2021

現在募集中のフォトコンテストは、今月15日が締め切りです。くろさき茶豆を撮って、食べて、投稿して、入賞を目指しませんか。新潟すいかも募集しています。

テーマ くろさき茶豆、新潟すいか

応募期間 15日(日)まで

賞品 入賞者5人に「新潟市の食」詰め合わせセット(1万円相当)

応募方法 西区公式Instagramアカウント「にしくらし」をフォローし、撮影した作品に、「#くろさき茶豆」または「#新潟すいか」と、「#にしくらし」の2つのハッシュタグとコメントをつけて投稿



昨年の入賞作品はこちら

まちの話題 TOWN TOPICS

身近な情報をお知らせください ☎264-7180 地域課 広報・広聴担当まで

茶豆植栽 おいしく育てね

6月5日、黒埼南部公民館で、茶豆の苗植え体験が行われ、10組の親子が参加しました。

今回植えた茶豆は、8月中旬から9月上旬に収穫される「ぴかり茶豆」。参加した親子は、前日の雨でぬかるんだ泥に足をとられながらも、丁寧に苗を植えていました。

苗は、指導した茶豆クラブのスタッフが管理し、8月下旬に参加者が実った茶豆を収穫します。子どもたちは「早く育て、自分が植えた茶豆を食べたい」と笑顔で話していました。



○今号掲載の情報は7月26日時点のものです。状況により催し等を中止する場合があります。

○催しの開催状況はそれぞれの問い合わせ先までご確認ください。

○催しに参加する場合は、マスクの着用などの「新しい生活様式」の実践をお願いします。

39歳限定

自宅でセルフケア健診が受けられます

無料で

問い合わせ 西区 健康福祉課 健康増進係
(☎025-264-7433)

セルフケア健診とは

健診会場や病院に行かず、自宅で血液検査を行うことができます。血糖、脂質、肝機能の検査と問診の結果から、生活習慣のアドバイスを受けることができます。

対象は次の3つすべてに該当する人です

定員 50人(応募多数の場合、抽選)

○西区に住民票がある

○39歳(令和4年3月31日現在)

○職場などで健康診断を受ける機会がない

※健診結果は区の保健事業の企画および評価のための分析に使用します。
ご了承の上、受診してください

検査期間・申し込み

検査期間 10月9日(土)~15日(金)

申し込み 4日(水)~13日(金)までに電話で問い合わせ先

セルフケア健診の流れ

①電話で問い合わせ先にお申し込みください

②「採血検査キット」と「問診票」が自宅に届きます
(右写真)

③説明書のとおり、採血します
(採取する血液は指先から4~5滴)



採血する指を圧迫します



専用の器具で指に針を刺します



指定の容器に血液を採取します

④採取した血液はすぐに指定の容器に入れて同梱包の遠心分離機にかけます。その後冷蔵保存し、当日または翌日に問診票を同封して返送してください

⑤検査機関に到着後、約1カ月で結果が自宅に届きます。アドバイスをもとに、自分の健康を見直し、区が開催する講座や成人健康相談を活用してください



区バス・住民バスでおでかけしませんか

夏休み子どもワンコインバス

問い合わせ 西区 地域課 企画・地域振興担当(☎025-264-7161)

夏休みの間、区バス・住民バス対象路線の小学生以下のバス運賃を割引します。時刻表とルート図は区内公共施設で配布しているほか、西区役所ホームページで確認できます。路線によって、精算方法が異なりますのでご注意ください。

運賃 1乗車 50円

実施期間 8月31日(火)まで

精算方法 ◆坂井輪ルート(Qバス) 現金のみ
◆中野小屋ルート・内野上新町バス 子どもりゅーとのみ

50円でたくさん
思い出をつくろう!



時刻表・ルート図

秋の佐潟昆虫観察会

問い合わせ 佐潟水鳥・湿地センター (☎025-264-3050)
※月曜休館。祝日の場合は翌日

秋の佐潟で見られる昆虫を、佐潟ボランティア解説員と観察しませんか。捕まえた昆虫は観察後、佐潟に返します。

日時 9月4日(土) 午前8時~10時
※雨天中止

集合場所 佐潟水鳥・湿地センター

定員 小学生以上 先着9人(小学生は保護者1人同伴)

持ち物 野外観察しやすい服装(長袖、長ズボン、帽子)、飲み物、タオル、筆記用具、虫捕りあみ・虫かご(貸出可)

申し込み 4日(水)から電話で同センター



HEALTH & WELFARE

健康と福祉

乳幼児に関する育児相談

●は栄養相談 ★は歯科相談あり
持ち物 母子健康手帳

8月	時間	定員(先着)	会場	問い合わせ・申し込み
10日(火)	午後1時30分~3時●	20人	西地域保健福祉センター 要申し込み	西地域保健福祉センター ☎025-264-7731
18日(水)	午前9時30分~11時●★	50人	坂井輪健康センター 要申し込み	西区健康福祉課 地域保健福祉担当 ☎025-264-7453

8月の健診など

西区 健康福祉課 健康増進係
(☎025-264-7423)

■股関節検診

対象 令和3年4・5月生まれの一部

■1歳6カ月児健康診査

対象 令和元年12月・令和2年1月生まれの一部

■3歳児健康診査

対象 平成29年11月~平成30年3月生まれの一部

※対象者には案内と問診票を郵送します。
日時、会場、持ち物は、案内を確認してください。

9月の安産教室

日時 9月16日(木)午後1時30分~3時
会場 坂井輪健康センター
対象 令和4年1・2月に出産予定の人
先着16人

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル
申し込み 18日(水)から西区健康福祉課
健康増進係(☎025-264-7423)



赤ちゃん&こどもの食生活

申し込み 新潟市役所コールセンター
(☎025-243-4894)

■はじめての離乳食 要申し込み

9月	会場	定員(先着)
2日(木)	坂井輪健康センター	15人
14日(火)	西地域保健福祉センター	10人

時間 午後1時30分~2時30分

内容 離乳食の進め方

対象 生後5カ月ころの赤ちゃんの保護者

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル(赤ちゃん連れの人)

申し込み 4日(水)から

■ステップ離乳食 要申し込み

日時 9月2日(木)午前10時~11時

会場 坂井輪健康センター

内容 離乳食の進め方

対象 生後6カ月以降で、2・3回食に進もうとしている赤ちゃんの保護者 先着15人

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル(赤ちゃん連れの人)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている人)

申し込み 4日(水)から

坂井輪児童館

寺尾上3-10-42 ☎025-269-3154

開館時間 ①午前9時15分~10時15分

②午前10時30分~11時30分

③午後2時~3時

④午後3時15分~4時15分

定員 各時間 先着10人(平日の①②は、乳幼児と保護者のみの利用)

休館日 月曜(祝日の場合は翌日)

4日(水)、5日(木)の①②は入館できません。

●チャレンジ工作

直接会場へお越しください。

15日(日)まで「がしがしハンド」

17日(火)~31日(火)「紙ひこうき」



「新しい生活様式」の実践をお願いします

新型コロナウイルス感染症関連情報

問い合わせ 西区 健康福祉課 健康増進係 ☎025-264-7433

西区民対象

新潟大学ワクチン接種 追加予約を受付します

新潟大学で行われる職域接種にあたり、大学のご厚意により西区民を対象に7月17日(土)から行っている新型コロナワクチン接種について、追加の予約受付を行います。

1回目接種日	2回目接種日	時間	定員(先着)
8月7日(土)	9月4日(土)	午前9時～午後4時15分	各日400人
8月8日(日)	9月5日(日)		

接種会場 新潟大学五十嵐キャンパス 大会館(五十嵐2の町)
ワクチン 武田/モデルナ社製(7月26日時点 18歳以上対象)

接種対象 50歳以上の西区民、優先接種対象者※


- ※優先接種対象者は、18歳以上の西区民で次の人が該当します
- ・基礎疾患のある人、高齢者・障がい者施設などの従事者
 - ・障がいのある人、医療的ケア児およびその介護をする家族など
 - ・保育園・放課後児童クラブなどの職員、幼稚園・小中高等学校の教職員

予約方法

8月2日(月)午前8時30分から

【電話】
新潟市コロナワクチン専用コールセンター
☎025-250-1234

【インターネット】
集団接種予約専用サイト(右の二次元コード)



次の追加予約の受付

日程などの詳細は決まり次第、区ホームページや西区役所公式ツイッターなどでお知らせします。

ワクチン接種後も感染予防していますか？

ワクチンを接種した人は、新型コロナウイルスの発症を予防できると期待されていますが、他の人への感染をどの程度予防できるかは、まだ十分に分かりません。ワクチンを受けた人も受けていない人も共に社会生活を営むことになります。改めて、感染予防対策の継続をお願いします。

〇「三密(密集・密接・密閉)」の回避



〇マスクの着用を含む咳エチケット

屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保される場合はマスクをはずすなど、熱中症予防も忘れずに



〇石けんによるこまめな手洗い アルコールによる手指消毒



参考：厚生労働省ホームページ「新型コロナワクチンを受けた後の注意点」

西区のコロナワクチン情報は ホームページ・ツイッターで発信しています

西区内のワクチン接種に関する情報を西区役所ホームページや西区役所公式ツイッターで発信しています。ツイッターのフォローをお願いします。



西区役所ホームページ



西区役所公式ツイッター

情報プラザ

日=日時 場=会場 内=内容
講=講師 人=対象・定員 持=持ち物
￥=参加費(記載のないものは無料)
申=申し込み 問=問い合わせ

★メールでの問い合わせ、申し込みは、携帯電話の迷惑メール対策(ドメイン拒否)などにより、担当課から返信できない場合があります。送信する前に設定の確認・変更をお願いします。
★FAX・メールでの申し込みで、特に記載のないものは、住所、氏名、電話番号を明記してください。

お知らせ

みどりと森の運動公園を一部制限
下記の期間、野球場からの飛球の恐れがあることから、事故防止のため公園の利用を一部制限します。
☐8月9日(振替)、14日(土)
☑同園(☎025-379-3766)

自筆証書遺言書を法務局が保管します
自分の財産を確実に託すために、「自筆証書遺言書」を法務局で保管することができます。自筆証書遺言書の問題点だった「家族に発見されないこと」や「改ざんのおそれ」が解消されます。また、家庭裁判所での検認や公正証書遺言のような証人は不要です。
☑新潟地方裁判所法務局供託課(☎025-226-0956)

催し

医療と介護の市民講座

9月	会場	定員(先着)
4日	黒崎市民会館	100人
18日	西地区公民館	70人

時間 午後2時30分～4時
☑最期の迎え方 一緒に考えてみませんか「ACPって何？」
☑5日(木)～26日(木)に新潟市役所コールセンター(☎025-243-4894)
☑地域医療推進課(☎025-212-8018)

公民館

小針青山公民館 ☎025-230-1071
〒950-2022 小針2-24-1 第4層 曜休館
メ-ル kobariaoyama.co@city.niigata.lg.jp

◆おもちゃ病院in小針青山公民館
直接会場へお越しください。
☐8月14日(土)午後0時30分～3時
☑実費負担の場合あり

◆西新潟オープンカレッジ
教養学部「地震・津波・液状化 新潟の地質から想定する災害の可能性」
☐8月31日(火)午前10時～正午
講 卜部厚志(新潟大学災害・復興科学研究科教授)
人 先着30人
¥ 500円
☑26日(木)までに電話で同館

黒崎地区公民館 ☎025-377-1420
〒950-1115 鳥原909-1
メ-ル kurosaki.co@city.niigata.lg.jp

◆公民館であそぼう!! おいでよ 黒崎地区公民館
☐8月22日(日)①午前10時～11時30分、②～④午後1時～2時30分
☑①カブラ®であそぼう! ②かざぐるまづくり③魚釣りゲーム④おもちゃ修理体験
人 小学生 ①のみ先着25人 ④は保護者同伴
持 飲み物
¥ ②のみ50円(材料代)
☑①のみ3日(火)から電話で同館、②～④は直接会場へ

西地区公民館 ☎025-261-0031
〒950-2112 内野町603
メ-ル nishi.co@city.niigata.lg.jp

◆パソコンの町医者 地域のパソコン相談室
☐8月10日(火)午後1時30分～3時30分
場 内野まちづくりセンター
人 先着10人
持 ノートパソコン
☑9日(月)までに電話で同館

◆子育てひろば ペったん
☐8月23日(月)午前10時30分～11時30分
☑子育てお話し会 保育園・幼稚園・こども園ってどんなところ?
人 0歳～3歳児とその保護者 8組(応募多数の場合、初めて参加する人を優先の上、抽選)
☑12日(木)までに電話で同館

◆うちのDEシネマ
直接会場へお越しください。
☐8月27日(金)午後1時30分から
☑国家代表!?(147分)
人 先着50人

◆幼児期家庭教育学級 こどもと一緒にStep by stepセミナー

期日	内容(全3回)
9月25日	遊びで発達! 運動機能のヒミツ
10月2日 土	子育てとメディアと上手なおつき合い
10月9日	こどもの自立とおとなの事情

時間 午前10時～正午
人 1歳6カ月～3歳児の保護者 15人(応募多数の場合、抽選。保育あり、10人(応募多数の場合、抽選))
☑31日(火)までに電話またはメールで同館

ふれあい掲示板

市民グループなどから寄せられた催し物案内を掲載しています。詳細は、主催者にお問い合わせください。

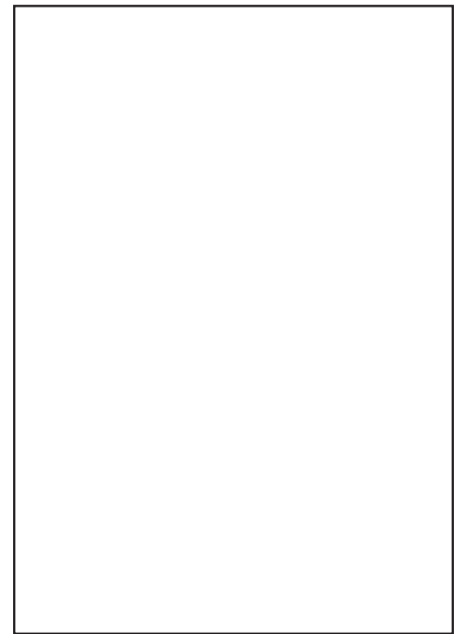
新潟県カウンセリング協会 傾聴の会 無料カウンセリング

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。
☐8月29日(日)午前9時～正午(1人50分)
場 クロスパルにいがた(中央区礎町通3)
人 先着10人
☑28日(土)までに電話で同会・阿部(☎090-3210-0051)

「専門用語」を使わない 遺言書作成のススメ

☐9月7日(火)午後2時～4時
場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2)
人 先着12人 持 筆記用具
☑電話 または FAX(025-382-2707)で、税理士法人小川会計(☎0120-17-0556)

..... <広告欄>



催しに参加する場合は、マスクを着用するなどの