



# にし

西区 人口:154,519人(+325) 男:74,317人(+208) 女:80,202人(+117) 世帯数:70,846世帯(+520) ※令和5年4月末現在(カッコ内は前月比、住民基本台帳による) 面積94.00km

## 西区子育て日記

子どもの笑顔あふれるまち西区では、子どもの成長に応じた切れ目のないサポートの実現に取り組んでいます。今号では、安心して子育てするための支援や魅力いっぱいの子育て環境について紹介します。

- 問い合わせ：♥ 西区 健康福祉課 こども支援担当(☎025-264-7343)
- ★ 西区 健康福祉課 健康増進係(☎025-264-7423)
- ✳ 坂井輪児童館(☎025-269-3154)

### 妊 娠 期

#### マタニティ生活スタート!

西区では、これからママ・パパになる人のために、いろいろな教室、講座を用意しています。

#### ★ 安産教室

妊娠中の過ごし方・赤ちゃんのお世話体験編、お産と子育て編に分け、出産予定時期ごとに講座を開催しています。

#### 7月の開催

日時 7月20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5年12月～令和6年2月に  
 出産予定の人 先着10人  
 持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル  
 申し込み 21日(水)から問い合わせ先



※8月以降の開催日やその他詳細は市ホームページ(右の二次元コード)をご覧ください。



#### ♥ 育児体験 プレママ・プレパパ教室

出産に向けた準備として助産師さんからお話を聞き、沐浴やおむつ替えの練習をママ・パパと一緒に体験や予習しておきませんか? 出産予定時期に合わせて年8回講座を開催しています。



内容 ・子育て支援施設の紹介  
 ・沐浴・おむつ替え体験  
 ・授乳について

申込みなどの詳細は、区ホームページ(右の二次元コード)をご覧ください。



### 出 産

#### 産後の強い味方現る!

出産直後は体も心も消耗する上、わからないことばかり。そんな不安を専門家によるケアで解消しましょう。

#### ★ 新生児訪問



赤ちゃんが2か月頃になるまでに私たち助産師・保健師が家庭を訪問しています。訪問の際には、赤ちゃんの成長やママの体調などなんでも気軽に相談ください。

#### ♥ 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!

子育てをひとりで頑張り過ぎていませんか? 参加したママ同士で楽しく交流しながら、親子の絆を深めましょう。講座は出産時期に合わせて年8回開催しています。



会場 黒崎市民会館  
 対象 令和5年1月～3月生まれ  
 の第一子とその母親 10  
 組(応募多数の場合、抽選)  
 料金 1,100円(テキスト代)  
 申し込み 11日(日)までに新潟  
 市電子申請サービス  
 「かんたん申込み」(右  
 の二次元コード)から  
 申し込み

期日	内容(全4回)
6月29日	新しい出会い
7月6日	赤ちゃんのいる生活
7月13日	赤ちゃんとの接し方
7月20日	親になること



### 成 長

#### 大きくなったかな?

子どもの成長は気になるもの。西区では子どもの成長を感じ取れるよう、さまざまな場面で赤ちゃんの成長を見守っています。

#### ✳ 坂井輪児童館 身体測定

日時 6月16日(金)午前10時30分～  
 11時30分  
 内容 身体測定、自由遊び  
 対象 未就園児とその保護者 先着5組  
 持ち物 バスタオル、おむつ  
 申し込み 問い合わせ先  
 毎月1回身体測定を行っています。



### 子 育 て

#### お友達ができたよ

外遊びにはまだ早いけどどこかに連れて行きたい。子育てを通じて交流できる場所がほしい。そんなママ・パパにおすすめです!

#### ✳ 親子でふれあう音楽遊び

日時 7月5日(水)午前10時30分～11時30分  
 内容 わらべうた、リズム遊び  
 講師 真柄葉子(音楽講師)  
 対象 生後6か月以上の未就園児とその保護者 先着5組  
 申し込み 18日(日)から問い合わせ先



#### ✳ 大人気! 心と体の軸を育てるタッチケア



赤ちゃんが喜ぶタッチケアやリラックスできる姿勢、成長時期に合わせた体の動かし方などを全3回の講習で学べます。参加した赤ちゃんは、ママ・パパといっしょ遊べてみんな「ニコニコ、キャッキヤ」と大喜びです。次回は8月に開催予定です。ぜひ、ご参加ください。

坂井輪児童館では、このほかにも未就学児から小学生まで、子どもたちが楽しめるイベントを行っています。ぜひ、ご参加ください。

#### ♥ 完璧な親なんていない! Nobody's Perfect

子育て中の人たちと、お互いの悩みや関心事を話しあいながら、自分にあった子育ての仕方を見つけてみませんか。

※講座は1年に2回行っており、次回は11月を予定しています。



#### 参加者の声

- 自分と同じ悩みを持つ人がいて、相談できる人がいることが分かり、心が軽くなりました。
- 子育てのイライラが減り、育児が楽しくなった。

#### 子育て応援サポートセンター うん♡まんま(寺尾上3-10-4)

地域住民も参加している多世代交流の場となっています。直接会場へお越しください。

日時 毎週月・水・金曜午前10時～午後2時  
 料金 親子で1回200円  
 問い合わせ 同センター (☎025-269-6636)



### 相 談

#### ★ 妊娠・子育てほっとステーション



西区にはここで紹介しきれない支援や講座がたくさんあります。もっと知りたい人、妊娠から出産、子育てまで、お困りごとがある人、一人で悩まずお気軽に相談してください。

詳しくは、市ホームページ(右の二次元コード)をご覧ください。



Vol.3 西区でちょっと寄り道

西区のさまざまなスポットの情報をシリーズで紹介します。



寺尾中央公園のバラが見頃です！

寺尾中央公園には2つのバラ園があります。5月下旬から約50種類のバラが咲き、美しい世界になります。ぜひ、色とりどりのバラを楽しんでください。

所在地 寺尾中央公園1番1号  
駐車場 27台

インスタ映えスポットがたくさん♪  
投稿するときは「#にしくらし」で

皆さんがおすすめする西区の写真を「#にしくらし」と一緒に投稿してください。みんなで西区を盛り上げましょう！また、西区公式インスタグラムのフォローもお願いします。



寺尾中央公園の マX 知識 昔の名前は「新潟遊園」



写真提供:坂井輪地域学

同園は、昭和26年～59年に「新潟遊園」という名前で子どもの遊び場として大いにぎわっていました。特に電車の遊具は大人気。当時を知る80歳男性は「当時は満員で乗るのに一苦勞でした。息子が喜んでいたので懐かしいです」と話していました。

火災 電気製品を正しく使い火災を防ぎましょう  
多発

問い合わせ 西消防署 市民安全課 予防調査係  
(☎025-262-2119)

西区では、今年に入って10件の火災が発生しており、5月は2件発生しました。火災原因の多くが電気関係です。コンセント周りや電気機器の点検をお願いします。また、これから気温が上がる季節です。リチウムイオン電池を使うスマートフォンや加熱式タバコを車内に放置すると、発火する恐れがありますのでご注意ください。

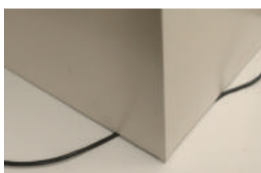
たこ足配線は危険です 差し込み口のお掃除を 電気コードの扱いは丁寧に



コンセントやコードは、使用できる電力量に制限があります。使用可能電力量を確認しましょう。



コンセントに差し込んだプラグは定期的に乾いた布で清掃しましょう。プラグカバーを使用すると安全です。



プラグは本体を持ってコードを抜く、家具などの下敷きしない、など電気コードを丁寧に扱きましょう。

HEALTH & WELFARE

健康と福祉

6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5年2月・3月生まれの一部

■1歳6カ月児健康診査

対象 令和3年10月・11月生まれ

■3歳児健康診査

対象 令和元年11月・12月生まれ

※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

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

7月	会場	定員(先着)
13日(木)	西地域保健福祉センター	10人
26日(水)	坂井輪健康センター	15人

時間 午後1時30分～2時50分  
内容 離乳食の進め方  
対象 生後5カ月ごろのお子さまの保育者  
持ち物 母子健康手帳、バスタオル(お子さま連れの人)

申し込み 7日(水)から

■ステップ離乳食 要申し込み

日時 7月26日(水)午前10時～11時20分  
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お子さまの保育者 先着15人  
持ち物 母子健康手帳、バスタオル(お子さま連れの人)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている人)

申し込み 7日(水)から

にしっこはぐくみ LINK

妊娠期から子どもが3歳になるまでの生活に必要なアドバイスや出産・子育て情報、西区からのお知らせが「LINE」で届きます。(登録は右の二次元コードから)ぜひ、ご登録ください。



8月20日(日)黒埼まつり花火大会

問い合わせ 申し込み 黒埼まつり実行委員会(花火部会:黒埼商工会内)  
☎(025)377-3155(平日9時～17時)

協賛者を募集します!

結婚、還暦、誕生など、記念のメッセージを添えて打ち上げてみませんか?

企業や個人のほが、グループや家族単位での申込みも大歓迎です。打ち上げは「新潟ふるさと村」付近です。

協賛価格(申込み締切:6月30日(金))  
4号...11,000円 5号...16,000円 6号...22,000円  
スターメイン...10万～50万円(5万円刻み)

詳細は西区ホームページ(右の二次元コード)に掲載していますので、ご確認ください。



水辺の生きもの観察教室

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)

ラムサール条約湿地の佐潟には、魚やエビなど水辺の生きものがいっぱい。佐潟ボランティア解説員と一緒にいろいろな生きものを観察しましょう。捕まえた生きものは観察後、佐潟に返します。

「見つけて」「調べて」すごく楽しい水辺の世界



日時 7月1日(土)午前9時～11時(小雨決行)  
集合場所 佐潟水鳥・湿地センター  
定員 小学生 先着12人(保護者1人同伴)  
持ち物 汚れてもよい服装、帽子、長靴、飲み物、バケツ  
申し込み 7日(水)から電話または直接同センター

佐潟の情報は公式Twitter(下の二次元コード)でも発信しています



事業実施について日程などに変更が生じた場合は、西区役所ホームページや西区役所公式ツイッター、にしっこはぐくみLINKなどでお知らせします。

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)  
6日(火)、8日(木)、13日(火)、15日(木)の①②、16日(金)の②③は入館できません。



●は直接同館、★は要予約

●チャレンジ工作

15日(木)まで「おばけだぞ～」  
16日(金)～30日(金)「たなばたかざり」

★運動教室 ボクシングエクササイズ

日時 6月24日(土)午前10時30分～11時30分  
内容 パンチ・キックで楽しく汗を流そう  
講師 間俊仁、曾我悠介(ボクシングエクササイズ講師)  
対象 小学生 先着10人  
持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル  
申し込み 電話で同館

★なるほど保活講座

日時 6月30日(金)、7月12日(水)午前10時30分～11時30分  
内容 保育施設入園までのスケジュール、今から利用できる保育サービス、個別相談  
対象 未就園児とその保護者 各先着10組  
申し込み 電話で同館

ぜひ、フォローしてください。

フォローはこちらから



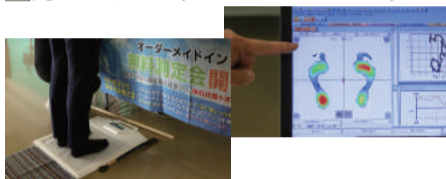
# 情報プラザ

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。

## 催し

**足圧バランス無料測定会**  
 直接会場へお越しください。  
 日 6月13日(火)～16日(金)午前10時30分～午後8時(午後4時～5時を除く)  
 場 西総合スポーツセンター  
 人 腰痛・肩こり・膝痛など、体についてお困りの人、競技向上を目指している人  
 ￥ 実費負担の場合あり(インソールを作成する人のみ)  
 問 同センター (☎025-268-6400)



## 公民館

**黒埼地区公民館 ☎025-377-1420**  
 〒950-1115 鳥原909-1  
 メール kurosaki.co@city.niigata.lg.jp

◆子どもの居場所  
 直接会場へお越しください。  
 人 乳幼児とその保護者、小学生  
 まめっ子ルーム  
 日 開館日の午前9時～午後5時(7日(水)、11日(日)、14日(水) 19日(月)の午前、21日(水)の午後を除く)  
 手遊び・ふれあい遊び  
 日 6月27日(火)午前10時30分～11時  
 内 6月生まれのお誕生会、手形スタンプ、ほか

◆幼児期家庭教育学級 幼児期の今からできること  
 日 7月1日(土)午前10時～正午  
 申 23日(金)までに新潟市電子申請サービス「かんたん申込み」(右の二次元コード)または電話で同館

**パパのためのマッサージ講座**  
 人 4歳以下の幼児とその父親 15組(応募多数の場合、抽選)  
**野菜のおやつクッキング**  
 人 4歳以下の幼児の保護者 15人(応募多数の場合、抽選)  
 ￥500円(材料代)

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

◆小針青山みんなの映画館  
 直接会場へお越しください。  
 日 6月5日(月)午後1時30分から  
 内 サクラサク(108分)  
 人 先着100人

◆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。  
 日 6月10日(土)午後0時30分～3時  
 ￥実費負担の場合あり

(小針青山公民館の続き)  
 ◆子育てひろば たんぽぽの会  
 直接会場へお越しください。  
 日 6月14日(水)、28日(水)午前10時～午後3時  
 内 親子の居場所、おもちゃ遊び  
 人 子どもとその保護者 先着6組

◆西新潟オープンカレッジ 教養学部  
 日 6月19日(月)午前10時～正午  
 内 心も体もリフレッシュ!無理なく体を動かそう!  
 講 島田イチ子(新潟市運動普及推進協議会 運動普及推進委員)  
 人 先着60人  
 持 飲み物  
 ￥500円  
 申 14日(水)までに電話で同館

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

◆パソコンの町医者 地域のパソコン相談室  
 日 6月13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  
 申 7日(水)～12日(月)に電話で同館

◆子育てひろば・ぺったん  
 日 6月26日(月)午前10時30分～11時30分  
 内 子どもの手形、足形で七夕壁飾り作り  
 人 0歳～3歳児とその保護者 12組(応募多数の場合、初めて参加する人を優先の上、抽選)  
 申 19日(月)までに電話で同館

**坂井輪地区公民館 ☎025-269-2043**  
 〒950-2055 寺尾上3-1-1  
 メール sakaiwa.co@city.niigata.lg.jp

◆おもちゃ病院in坂井輪地区公民館  
 直接会場へお越しください。  
 日 6月18日(日)午後1時～3時  
 ￥実費負担の場合あり

◆子育てサロン さかいわランド  
 直接会場へお越しください  
 日 6月20日(火)午前10時～11時30分  
 内 おもちゃ遊び、絵本の読み聞かせ  
 人 未就学児とその保護者、プレママ

**黒埼北部公民館 ☎025-232-0077**  
 〒950-1106 ときめぎ西4-1-1  
 メール kurosaki.co@city.niigata.lg.jp

◆シニアパソコン教室  
 日 7月5日(水)、11日(火)、19日(水)、25日(火)午後1時30分～3時30分(全4回)  
 内 パソコンの基本操作、インターネットの使い方  
 人 おおむね55歳以上の人 先着10人  
 持 筆記用具、カメラ付きノートパソコン  
 ￥800円(テキスト代)  
 申 7月3日(月)までに電話で同館

## 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。

**いきいきパソコンおもしろい基本講座**  
 日 6月9日～7月21日の毎週金曜日午後1時30分～4時(全7回) 場 坂井輪地区公民館 内 パソコンとインターネットの楽しみ方、オンラインミーティングの体験など 人 先着15人 持 筆記用具、ノートパソコン ￥1,800円(資料代)  
 日 午前10時～午後5時に電話で新潟西区高齢者パソコン友の会事務局(☎080-8864-5402)

**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。  
 日 6月11日(日)、25日(日)午前9時～正午(1人50分) 場 クロスパル新潟(中央区礎町通3) 人 各回先着10人 申 実施日前日までに電話で同会(☎025-374-6544)

**ペン習字体験会** 直接会場へお越しください。  
 日 6月19日(月)午後7時～9時 場 小針青山公民館 持 筆記ペン 問 たしなみde書・坂西(☎090-5763-8230)

## 初夏の西区を歩いてみませんか

問い合わせ 西区 農政商工課 食と産業振興室(☎025-264-7630)

### イザベラ・バードにちなむまち歩き

英国の旅行家、イザベラ・バードが垣間見た大野町。魅力あるさまざまな店や歴史を巡るまち歩きです。ぜひ、ご参加ください。



**コース** 大野町商店街～旧梅八造船所～稲荷大明神～川口の渡し場～中ノ口川沿い土手(石屋・蒸気場・長居小路、吊り橋跡)～雪屋～道場～大野諏訪神社(コース全長約2.2km)

**日時** 6月25日(日)午前9時30分～11時45分  
**集合場所** 黒埼出張所  
**定員** 20人(応募多数の場合、抽選)  
**参加費** 500円(資料代、保険代)  
**申し込み** 9日(金)までに、はがき(〒950-2097)、FAX(025-260-3899)またはメール(nosei.w@city.niigata.lg.jp)で「大野町まち歩き」、参加者全員の郵便番号、住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号を明記し、問い合わせ先。当選者のみ6月15日(木)までに案内を送付。

### 内野町文芸の故郷まち歩き

文芸の人やその作品にストーリーを加えたまち歩きを、越後新川まちおこしの会のガイドにより開催します。ぜひ、ご参加ください。



**日時** 7月3日(月)午前9時30分～11時  
**集合場所** 内野駅南口  
**定員** 10人(応募多数の場合、抽選)  
**参加費** 500円(資料代、保険代)  
**申し込み** 9日(金)までに、はがき(〒950-2097)、FAX(025-260-3899)またはメール(nosei.w@city.niigata.lg.jp)で「7月3日文芸の故郷まち歩き」、参加者全員の郵便番号、住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号を明記し、問い合わせ先。当選者のみ6月15日(木)までに案内を送付。

**まち紀行コース(約3.0km)**

先生と通った学校坂  
 文芸の故郷誘い駅(内野駅)  
 男と女のお話通り  
 ベストセラー作品の仕立て通り  
 昭和が匂う内野十字路  
 豊かな恵みの川の十字路  
 歌会始の静かな社  
 学園ソングにつながる小径  
 先生と通った学校坂

### 小針浜 日時計発掘プロジェクト

問い合わせ 西海岸リゾート計画協議会(☎025-267-2093)

30年の時を経て砂に埋もれた小針浜日時計と一緒に発掘しませんか。午後からはシャボン玉ショーや特設カフェ、キッズ&ペットの似顔絵コーナーなどのイベントもあります。直接会場へお越しください

**日時** 6月10日(土)午前10時～午後3時(発掘は正午まで、荒天時は翌11日(日)に延期)  
**集合場所** なぎさのふれあい広場  
**持ち物** シャベル、タオル

詳細は同協議会「Facebook」をご覧ください



はじめての介護保険 「家族に介護が必要になってきた」「介護のことをどこに相談したらよいの?」など介護保険のことを学んでみませんか。

日 6月20日(火)午後2時～3時30分 場 イオン新潟青山店2階コミュニティ広場(青山2) 人 先着10人 持 筆記用具 申 15日(木)までに電話、FAX(025-211-1631)またはメール(ward-csw.w@syakyo-niigatacity.or.jp)で西区社会福祉協議会(☎025-211-1630)

**自己肯定感UPワークショップ** 自己否定やネガティブ思考で自分を好きになれない、そこから抜け出す「マインドフルネスワーク」や「心理ワーク」による体験を受け、あなたの心が軽くなるヒントを見つけませんか。

日 6月24日(土)午前9時30分～11時30分 場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2) 人 先着8人 ￥500円 申 23日(金)までに電話またはメール(haachanhk@gmail.com)でボレボレの会・北上(☎090-4932-5195)

**男性料理教室**  
 日 7月1日(土)午前9時～正午 場 坂井輪地区公民館 内 夏野菜カレー、ズッキーニとトマトのスープ、カフェオレゼリー 人 男性 先着5人 持 エプロン ￥1,500円(材料代) 申 7日(水)から電話で男性料理'12・渋谷(☎080-2154-4823)