

# 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

令和元年(2019年) **5月5日**号 毎月第1・3日曜日発行 Vol.290

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](mailto:chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp)

北区 人口 74,113人(-165) 男 36,224人(-90) 女 37,889人(-75) 世帯数 29,079世帯(+29) ※平成31年3月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

## 認知症になっても 安心して暮らせるまちを目指して

「認知症サポーターキャラバン」マスコット ロバ隊長

認知症は特別な病気ではなく、誰もがなる可能性があります。正しい理解を深め、誰もが住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、社会全体で支える総合的な取り組みが必要です。

問い合わせ 健康福祉課高齢介護係 (☎ 025-387-1325)

### 北区での取り組み

#### 早期発見として

##### もの忘れ検診

認知症の適切な治療や認知症予防のきっかけとなるよう、下記医療機関で実施しています。

**対象者** 北区在住の65歳以上(令和2年3月31日現在の年齢)で新潟市国民健康保険および新潟県後期高齢者医療保険に加入している人または生活保護受給者

※医療機関で認知症の診断を受けたことがない人

**申し込み** 特定健診を申し込む際に合わせて申し込みください。

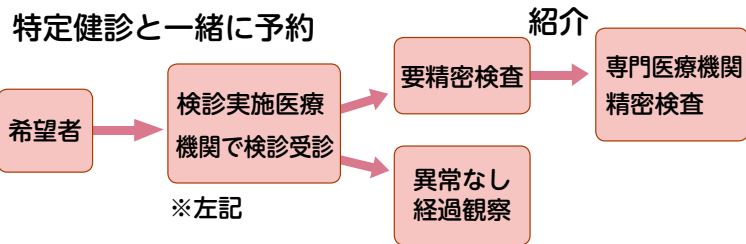


山口クリニック 山口正康先生  
(新潟市医師会15班 班長)

認知症を早期に発見し、早期に対応することで、認知症の進行を遅らせ、地域で安心して暮らすことができます。「もの忘れ検診」はそのための第一歩です！  
将来の認知症に不安を持たず、これからも健康でいきいきと生活するために、ぜひとも気軽に受診してみてください。

医療機関名	所在地	電話番号	医療機関名	所在地	電話番号
豊栄病院	石動1	025-386-2311	松田内科呼吸器科クリニック	島見町	025-257-4100
おおつか内科クリニック	内島見	025-388-1313	すこやか医院	須戸	025-387-6633
小黒内科胃腸科医院	太田	025-387-0096	サトウクリニック新崎	新崎1	025-259-3109
斎藤医院	嘉山	025-386-1210	成田医院	白新町2	025-387-2911
小飯塚医院	嘉山5	025-388-2321	堀医院	白新町4	025-387-5780
新潟リハビリテーション病院	木崎	025-388-3301	山口クリニック	早通北1	025-386-1131
ポートクリニック好生堂	松浜本町4	025-259-2654			

#### もの忘れ検診の受け方



#### 予防として

##### 介護予防のための専門職派遣事業

高齢者の日中の居場所やコミュニティセンターなどへ専門職を派遣し、介護予防に関する健康講座を開催しています。受講内容を日々の生活に取り入れ、健康な生活を送っていただくことを目的としています。

令和元年度は22カ所まで66回開催予定です。詳しい開催日程などは、上記問い合わせ先まで。

#### 認知症かなと思ったら…

まずは、**かかりつけ医**に相談してみましょう。ほかに、高齢者の総合相談窓口として**地域包括支援センター**があります。

また、認知症安心ガイドブックが区役所・出張所・地域包括支援センターなどに設置してあります。認知症に対する不安を減らすことができるよう、認知症のことや、進行に合わせて受けられる新潟市のさまざまな介護サービスや支援制度などの情報がまとめられています。「もしかして認知症なのでは?」「困ったな…」という時にご活用ください。



#### 地域で支える①

##### 認知症サポーター養成講座

サポーターの証 オレンジリング



認知症の症状や認知症の方と接するときの心がまえなど、認知症の基礎知識を学ぶ講座です。受講したい地域や職場などの団体、学校などを募集しています。受講者には、オレンジリングをお渡しします。

開催の申し込みは、開催希望日の30日前までに上記問い合わせ先まで。

#### 地域で支える②

##### あんしん見守り活動

あんしん見守りネットワーク事業などにより、地域住民や協力事業者、地域包括支援センター、区役所が見守り活動の中で異変を発見した時に対応できる体制をつくっています。

#### 区内の地域包括支援センター

担当地域(中学校区)	センター名(所在地)	電話番号
松浜・南浜・濁川	阿賀北(松潟1482番地1)	025-258-1212
葛塚・木崎・早通	くずつか(東栄町1丁目1番35号)	025-386-8100
岡方・光晴	上土地亀(上土地亀2433番地1)	025-386-1150

※葛塚中央コミュニティ協議会の区域は、葛塚・木崎・早通区域に含まれます。

### 集団検診のお知らせ(6月)

問い合わせ 健康福祉課健康増進係 (☎025-387-1340)

#### 胃がん・肺がん(結核)検診

**対象** 40歳以上(令和2年3月31日現在の年齢)

**申し込み** 当日直接会場

検診日	会場	検診の種類	受付時間
6月10日(月)	笹山公民館	胃・肺	9:00~11:00
6月13日(木)	岡方コミュニティセンター	胃・肺	9:00~11:00
		肺のみ	13:00~14:00
6月20日(木)	岡方コミュニティセンター	胃・肺	9:00~11:00

#### 乳がん検診

**対象** 対象年齢はすべて40歳以上で偶数年齢の女性(令和2年3月31日現在の年齢)

※平成30年度未受診者も対象

月	日	曜日	会場	予約開始日	予約・申し込み
6	12	水	豊栄健康センター	5月4日(祝)	新潟市役所コールセンター ☎025-243-4894 午前8時~午後9時 年中無休
	26	水	早通いすぎ荘	5月21日(火)	

※お子様連れの受診も可能です。事前にご連絡ください。

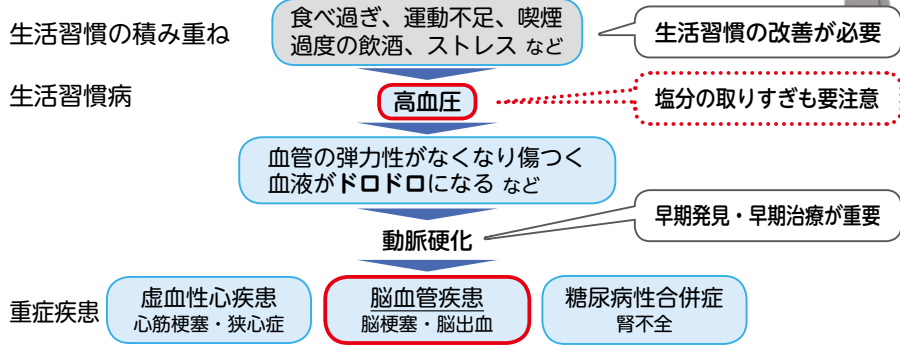


### 健康と福祉のひろば

北区は全国平均の約1.2倍!

**ご存知ですか?**  
**北区は脳血管の病気による死亡率が高いのです!!**

高血圧・動脈硬化・糖尿病・肥満などの生活習慣病は、脳血管の病気を引き起こす大きな原因です。運動不足や喫煙、多量の飲酒や塩分の取りすぎなど、日頃の生活習慣を見直しましょう。



### 健康増進普及講習会

お問い合わせ 健康福祉課健康増進係 (☎387-1340)

バランスの取れた食事や簡単な運動で健康づくりを始めませんか?  
**テーマ** ちょいしおで寿命延伸 野菜たっぷりメニュー  
**日時** 6月14日(金) 午前10時~午後1時  
**場所** 豊栄健康センター  
**内容** 健康についての講話、簡単な運動、調理実習  
**定員** 先着25人  
**費用** 400円  
**持ち物** エプロン・三角巾・筆記用具  
**申し込み** 5月27日(月)までに食生活改善推進委員 江口(☎386-1814)

### ♣️ 血圧元気塾のご案内

高血圧の悪化を防ぎ、脳血管の病気にならないため、みんなで楽しく高血圧予防について学んでみませんか。(全2回コース)

	第1回	第2回
日時	6月20日(木) 午後1時半~3時半 (受付開始午後1時)	7月4日(木) 午後1時半~3時半 (受付開始午後1時)
会場	北地区公民館	
対象・定員	おおむね40歳以上で、高血圧予防に関心がある人先着50人	
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>「高血圧予防に関するお話」</li> <li>講師 柄澤良さん(豊栄病院副院長)</li> <li>健康福祉課栄養士</li> <li>尿検査による推定食塩摂取量測定</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>高血圧予防に関する保健師のお話</li> <li>尿検査の結果説明</li> <li>血管年齢測定</li> <li>体組成測定</li> </ul>
申し込み	健康福祉課健康増進係 (☎387-1340)	

※豊栄地区では4回コースの講座を9月以降開催予定

### あなたの骨は大丈夫? 骨粗しょう症予防相談会

お問い合わせ 健康福祉課健康増進係(☎387-1340)  
 自分の骨密度を知って、丈夫な骨で健康に過ごしませんか。若い人の参加もお待ちしています。  
**日時** 6月6日(木)  
 ①午前 9時45分~ ②午前10時15分~ ③午前10時45分~  
 ④午前11時15分~ ⑤午後 1時15分~ ⑥午後 1時45分~  
**場所** 豊栄健康センター  
**内容** 骨密度測定(超音波式、かかとを素足で測定)、健康相談、運動指導など  
**対象** 18歳以上各回先着10人(骨粗しょう症で治療中の人、両足のかかるとに骨折や外傷のある人を除く)  
**申し込み** 5月9日(木)から6月4日(火)までに市役所コールセンター (☎243-4894)

### 第13回北区展作品募集 北区展賞 副賞1万円

■北区展  
**会期** 6月20日(木)~23日(日)午前9時~午後7時(最終日は午後4時まで)  
**場所** 豊栄地区公民館 ◆**部門** 絵画・工芸・書道・写真・彫刻  
**応募規定**  
**対象** 北区に在住、または通学・通勤している、またはしていた高校生以上(北区の美術団体に所属している人、北区に在住していた人や過去に作品を出品したことのある人も可)  
 ※作品は1部門1人1点以内で、未発表のものに限ります  
**料金** 1部門500円(作品搬入時に納入)  
**規格** 区内各公民館・コミュニティセンターに備え付けの出品要項をご覧ください  
**申し込み** 作品搬入時に直接会場  
 ◆**作品搬入・搬出**  
**搬入** 6月15日(土)午後2時~6時 6月16日(日)午前9時~11時  
**搬出** 6月23日(日)午後4時~6時

■公開審査  
**日時** 6月16日(日)午後1時半~3時半 ◆**場所** 豊栄地区公民館  
**審査員**  
 ・絵画 猪爪彦一さん(行動美術協会会員) ・工芸 押味修さん(新潟市美術協会理事)  
 ・書道 伊藤省風さん(毎日展審査会員) ・写真 相田諒二さん(フリーカメラマン)  
 ◆**申し込み** 当日直接会場 ※どなたでも自由に審査員に質問できます  
 ■表彰式・交流パーティー  
 表彰式と交流パーティーを同日に行います。  
 パーティー(ノンアルコール)では審査員講話などを聞きながら、交流を深めませんか。  
**日時** 6月16日(日)午後6時~ ◆**場所** 豊栄地区公民館 大講堂  
**料金** 大人2,000円 高校生1,000円  
**申し込み** 6月14日(金)までに同館

### 2019年度参加者募集 NPO法人総合型地域スポーツクラブハピスカとよさか みんなで楽しくスポーツしよう!

種目	曜日・時間	対象				
大人向けフィットネス系	ルーシーダットン(総体)	(火)13:30	15歳以上(中学生除く)			
	フラダンス(夜)	(火)18:50				
	バレトン	(火)20:00				
	すこやかピラティス	(水)19:00				
	汗をかいてシェイプアップ	(水)20:10				
	フラダンス(午前)	(木)11:00				
	ペルビック(骨盤)ヨガ	(木)20:00				
	太極拳	(金)10:00				
	ソフトエアロビクス	(金)14:00				
	土曜ヨガ(月3回)	(土)10:00				
大人向け球技系	いきいき健幸トレーニング	(水)10:00	原則50歳以上			
	やさしい有酸素運動	(木)9:30				
	頭と体スッキリ健幸体操	(木)13:30		原則60歳以上		
	ルーシーダットン(長浦)★	(水)13:30				
	大人向け球技系	卓球(初級~中級)		(火)16:00 (土)9:30	小学生以上	
		グラウンド・ゴルフ		(火)9:00 (土)9:00		
		ソフトバレー		(土)9:30		中学生以上
		ハピスポ(スポレック)		(火)13:30		
		卓球(初心者)		(木)10:45		15歳以上(中学生除く)
		バドミントン★		(金)19:30		
星空テニス(4~11月)		(水)19:00				

★はにいがた未来ポイントの対象外

ハピスカとよさかでは、豊栄総合体育館などにおける自主事業として、子どもから高齢者までのさまざまなニーズに対応したプログラムを多数開催しています。  
 随時体験参加もできます。参加方法・参加費などは問い合わせてください。  
**問い合わせ・申し込み**  
 同クラブ(☎386-7522 (FAX兼用))

種目	曜日・時間	対象
miniチアダンス教室	(水)16:00	年少~年長
U-8ヒップホップ教室	(木)16:30	年少~小2
幼児チャレンジ運動教室	(火)16:20	年中~年長
小学生フットサル教室A	(水)16:00	小1~小3
	(木)16:10	
U-9チアダンス教室	(水)16:30	小4~小6
小学生フットサル教室B	(火木)17:40	
チアダンス教室	(水)17:30	小学生
ヒップホップ教室	(木)17:30	
キッズスポーツ	(土)9:30	
U-12フットサルゲーム	(土)9:30	
ミニバスケットボール教室	(火)19:00	小学生以上
卓球(初級~中級)	(火)16:00 (土)9:30	
ヒップホップ教室オープンクラス	(木)18:50	中学生以上
中学生硬式野球教室(7~3月)	(土)7:00	原則中3

※ハピスカとよさか&アイビス技建共同事業体は、豊栄総合体育館などの指定管理者です

### 北区・区バス広告募集中

お問い合わせ 地域総務課(☎387-1175)

★車外広告 1枠2,000円/月~  
 ★ポケットティッシュ 詳しくはこちら→

★私たちは北区・区バスを応援しています★  
 株式会社 テクノナガイ/蔵の宿菱風荘/割烹 大倉屋  
 旅館 長岡屋/割烹 中常楼/居食亭 ほうせい丸

電話番号(☎)は市外局番025を省略して記載しています。

♣️はにいがた未来ポイント対象事業

北区公式フェイスブックやっています。「オニバスマン」ごきはなちゃん」で検索



# おしらせ版

回=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 問=問い合わせ

## お知らせ

### 北区自治協議会を傍聴しませんか

回 5月16日(木)午後3時～  
 場 豊栄地区公民館  
 内 区長マニフェストについてなど  
 人 先着10人  
 申 当日直接会場  
 問 地域総務課(☎387-1175)

## 催し・募集

### 豊栄地区公民館臨時職員募集

職種 一般事務補助  
 勤務条件 基本的なパソコン操作(ワード、エクセルなど)ができる人  
 業務内容 窓口対応・事務補助  
 雇用期間 7月～9月(12月まで延長可)  
 募集人員 1人  
 勤務時間 午前8時半～午後2時半(休憩1時間含む)  
 賃金 時給835円  
 その他 交通費支給(上限あり)、雇用保険・労災保険加入  
 回 5月22日(水)まで(必着)に、市販の履歴書に写真を貼り、直接または郵送で同館(〒950-3323東栄町1-1-15 ☎387-2014)  
 ※問い合わせは午前8時半から午後5時15分まで(土日祝日を除く)

### 豊栄児童センター

問 同センター(☎384-1520)  
 母の日・父の日プレゼント作り  
 回 5月11日(土)午前10時～11時45分  
 人 幼児親子～18歳未満  
 申 当日直接会場  
 0ちゃんデー 親子ふれあい遊び  
 回 5月13日(月)午前10時半～10時45分  
 人 乳児親子  
 申 当日直接会場  
 ぴよんぴよんきっず 運動遊び  
 回 5月16日(木)午前10時半～11時15分  
 人 幼児(2歳以上)と保護者  
 申 当日直接会場  
 ムービー・わん  
 回 5月19日(日)午後1時半～3時  
 人 乳幼児親子～18歳未満  
 申 当日直接会場  
 お手軽おやつ作り  
 回 5月25日(土)午前10時～正午  
 人 小学生～18歳未満先着16人  
 円 200円  
 回 5月11日(土)から22日(水)までに同センター  
 フレンチトースト作り  
 回 5月26日(日)午前10時～正午  
 人 幼児と保護者先着16人  
 円 200円  
 回 5月12日(日)から23日(木)までに同センター

### 2019年度酒類販売管理協力員の募集

関東信越国税局では、買い物のお機会にお酒売場の未成年者飲酒防止のための表示状況等を確認し、税務署に連絡していただく協力員を募集しています。  
 回 5月31日(金)まで 応募方法の詳細は、国税庁ホームページをご覧ください。  
 問 新潟税務署 酒類指導官(☎229-2205) ホームページはこちら



### さわやか公開講座 子育てセミナー

回 5月11日(土)午前10時～11時半  
 場 豊栄健康センター  
 人 未就園児のパパ&ママ先着20人  
 ※保育あり(生後6カ月～3歳先着10人)  
 回 5月8日(水)までに北区社会福祉協議会(☎386-2778)

### 豊栄地区公民館

問 同館(☎387-2014)  
 ご近所だんぎ  
 北宝隊の本間修一さんを迎え、「おもしろ地名とふしぎ話」をテーマに、お茶とお菓子で楽しくお話ししましょう。  
 ※手話通訳あり  
 回 5月9日(木)午後1時半～3時  
 円 100円  
 回 5月8日(水)までに同館  
 美術企画展  
 ・霜鳥健二展「鉄の彫刻展」  
 会期 5月21日(火)～6月9日(日)午前9時～午後9時(6月2日(日)は休館)  
 ・アーティストトーク&ワークショップ「立体を作るーゆらぎ」  
 回 6月1日(土)午後1時半～3時  
 人 小学5年生以上先着15人(小学生は保護者同伴)  
 円 300円  
 回 5月27日(月)までに同館

### 社交ダンスパーティー

地域の社交ダンス愛好家が集まり、社交ダンスを楽しみ、お互いに親睦を深めましょう。  
 回 5月18日(土)午後6時半～8時40分  
 場 豊栄地区公民館  
 人 一般の社交ダンス愛好家  
 円 500円  
 申 当日直接会場  
 問 ステップ・ジョイ 小林(☎090-2628-4309)

## スポーツ

### 遊水館 親子で遊べる♪はっぴいタイム!

回 5月12日、26日、6月9日、23日(日曜)  
 午前9時～10時  
 内 プールで浮き輪などを使った遊び  
 人 小学生以下とその保護者  
 ※小学5～6年生は子どものみ可  
 持ち物 水着、水泳帽子、バスタオル  
 ※入館料、ロッカー代が必要です  
 申 当日直接同館  
 問 同館(☎384-1211、祝日を除く月曜休み)

### 春季北区テニス大会

回 6月2日(日)午前7時50分～(男子シングルス)、午前8時半～(女子シングルス)、午後0時半～(女子ダブルス)、午後1時半～(男子ダブルス)  
 ※小雨決行  
 場 豊栄総合体育館テニスコート  
 人 北区に在住または通勤・通学している人  
 円 シングルス2,000円、ダブルス1組3,000円  
 回 5月28日(火)までに、住所・氏名・所属・電話番号・参加種目・区外在住者は勤務先または学校名を明記しメールで北区テニス連盟事務局(電子メールアドレス kitakutennis@yahoo.co.jp)  
 問 同事務局(☎050-5241-4839)

### 葛塚市ながらウォーキング!

葛塚市でお買い物をしながら、歩いた歩数を計測してみませんか?受付で歩数計を借りて、いつも通りお買い物をしながら歩き、歩いた歩数から消費カロリーを推定して、カロリーに応じた果物をプレゼントいたします。歩ける方ならどなたでも!  
 回 5月25日(土)午前8時半～正午ごろ  
 場 葛塚市区役所側入り口付近  
 申 ハピスカとよさか(☎386-7522)  
 ※祝日を除く月曜休み

### 北スポチャレンジ

回 5月15日、22日、29日、6月12日、19日(水曜全5回)午後5時～5時45分  
 場 北地区スポーツセンター  
 内 鉄棒やニュースポーツを含むさまざまな動きを取り入れ、運動感覚を養う  
 人 小学1～3年生  
 円 1,250円(1回体験450円)  
 持ち物 室内運動靴  
 申 直接または電話で同センター(☎258-0200)

### 下山スポーツセンター(東区下山) 体力測定&相談

回 5月11日(土)・14日(火)・25日(土)・28日(火)午後2時～4時  
 内 トレーニングメニューの作成  
 人 15歳以上(中学生を除く)先着2人  
 円 利用料一般250円、65歳以上100円  
 申 各開催日の2日前までに同センター(☎272-7677)

## 図書館

豊栄図書館からのお知らせ  
 5月11日(土)は「春のおたのしみ会」のため、「わらべうたのじかん」はお休みします。

豊栄図書館(☎387-1123) 毎週金曜、第1水曜休館		
おはなしのじかん	対象	赤ちゃんタイム
毎週土曜日	10:30～10:50	0～2歳と保護者
第1・4土曜日(祝日を除く)	14:00～14:30	幼児から
毎週日曜日	10:30～11:00	幼児から
第4日曜日	15:00～15:30	幼児から
松浜図書館(☎387-1771) 毎週月曜、第1水曜、祝日休館		
おはなしのじかん	対象	赤ちゃんタイム
毎週木曜日	11:00～11:20	0～2歳
毎週日曜日	15:00～15:20	幼児・児童
第2土曜日	11:00～11:30	幼児から

### 春を告げる市民茶会

4月7日(日)に豊栄地区公民館と北区文化会館で第13回市民茶会が開催され、「江戸千家」「石州流」「宗徧流」「裏千家」「表千家同門会」の五流派がそれぞれ席主を務める茶席が開かれました。  
 説明を受けながら自分でたてたお茶を味わう体験会もあり、実際に体験した人は「難しかったけど楽しかった」と話していました。会場にはおおよそ600人が訪れ、和の雰囲気を楽しんでいました。

### ピカピカでドキドキの一年生

4月4日(木)から9日(火)に北区内の小学校12校、中学校8校で入学式が行われました。早通南小学校では9日(火)に行われ、元気な100人の新一年生がこれからの学校生活への緊張や希望を胸に出席しました。  
 戸川美子校長から「やる気」「元気」「根気」の3つの「き」を大切にしてほしい」とのお話があり、新一年生は真剣に聞いていました。

## オニバスマンとごぼはなちゃん

No.61 By You



昭和のくらし展「着る」にまつわる道具たち

北区郷土博物館で5月19日(日)まで延長して開催中

問 同館(☎386-11081)