



みなさんの健康のために(4月)

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。当日はマスクの着用、自宅での検温をお願いします。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(計測のみ可)
乳幼児と保育者

Table with 5 columns: 4月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Rows for 19日(水) and 25日(火).

離乳食講習会

3月22日(水)から市役所コールセンター ☎243-4894

はじめての離乳食
4月12日(水)午後1時半~2時半
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
4月12日(水)午前10時~11時
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

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: 4月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Rows for 26日(水) and 28日(金).

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: 4月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Rows for 25日(火) and 26日(水).



<<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。
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「ブックスタート」を実施します。
豊栄図書館 ☎387-1123

ちよこっと防災! ~もしものために~

第2回

普段食べている物を家庭内の備蓄品に

家庭内の備蓄品は普段から食べているものを少し多めに買っておくことで、防災食や災害用保存水を買わなくても済み、保管する場所もいりません。

食べ慣れた食材は、非常時の食卓にも安心感を与えてくれます。
停電時には、冷凍食品は溶けてきたものから食べれば良いので冷凍庫は備蓄庫になります。
また、台風や大雪の予報が出たら早めに補充しておくことで安心できます。



ワンポイント: レトルトカレーや缶詰がおすすめ!

監修: 北区防災士の会 石川 地域総務課 ☎387-1165

ふくふくマルシェ

北区役所1階交流スペース

アート

3月24日(金)まで
午前9時~午後4時
祝日を除く
障がい者の作品展示

マルシェ

3月24日(金)
午前10時半~午後2時半
障がい福祉サービス事業所が
製作した食品、雑貨などの販売

福祉交流センタークローバー ☎384-1112

小学生テニス教室

豊栄総合体育館 持ち物 ラケット(貸し出しあり)・運動靴

Table with 6 columns: 対象, 定員, 初日, 時間, 回数, 参加費. Rows for 小学生1~3年生 and 小学生3~6年生.

同館備え付けの申込用紙に記入し、直接同館(先着順)
ハピスカとよさか ☎386-7522



一緒にスポーツを楽しみませんか 令和5年度 ジュニアスポーツクラブ団体

産業振興課 文化・スポーツグループ ☎387-1195
活動内容、流派、費用など、詳しくは各団体へ。

※各区のジュニアクラブ・団体は市ホームページで確認できます



Table for 新潟市北区スポーツ少年団 加盟クラブ. Columns: 名称, 活動場所, 対象, 連絡先. Rows for 剣道, サッカー, 柔道, 躰道(たいどう), バレーボール.

Table for そのほかのジュニアクラブ. Columns: 名称, 活動場所, 対象, 連絡先. Rows for 哥道場(空手), 理心館(空手), 新極真会(空手).

Table for other junior sports clubs. Columns: 名称, 活動場所, 対象, 連絡先. Rows for 濁川サッカークラブ, 南浜ダッシュヤーズ, TOYOSAKA SC, 豊栄中央柔道連盟, 葛塚柔道会, 葛塚東ハヤブサ, O・Hレガース, 新潟北リトルシニア, TeamKITA, 葛塚ウイングス, 創松会, EMBC葛塚東.

催しの開催状況はそれぞれの問い合わせ先でご確認ください。

# おしらせ版

日=日時 場=会場  
 内=内容 人=対象・定員  
 ¥=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

今号掲載の情報は3月13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。

## お知らせ

### 4月の相談会(無料)

**弁護士相談(要予約)**  
 日 4日・18日(火)午後1時15分～4時15分  
 場 北区役所  
 申 区民生活課(☎387-1295)

**行政相談委員による相談**  
 日 場  
 ・5日(水) 北区役所  
 ・12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)

### 4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

**傾聴相談**  
 日 6日(木)午前10時～午後3時

**司法書士法律相談**  
 日 11日(火)午後1時45分～3時45分  
 ※前日までに要予約

**身体障がい者相談**  
 日 13日(木)午前10時～午後0時半

## 催し・募集

### 豊栄児童センター

問 同センター(☎384-1520)

**春休み工作の日**  
 日 3月23日(木)・24日(金)午後3時～5時  
 人 小学生

**新入生歓迎週間**  
 日 3月27日(月)～4月3日(月)午前9時～午後5時  
 人 新小学1年生

### シルバー人材センター会員募集

入会について、詳しくは問い合わせてください。資料をお送りします。  
 人 市内在住の60歳以上の人  
 問 同センター(☎241-3541)

### 南浜ミニ朝市

日 3月26日(日)午前7時頃から  
 ※売り切れ次第終了します  
 場 南浜船だまり(島見町)  
 内 ミズダコ、カレイなど鮮魚類の販売  
 問 新潟漁業協同組合南浜支所 神田(☎250-1127)

### うまいもん市場開設

日 4月1日(土)・15日(土)  
 午前9時～午後1時(売り切れ次第終了)  
 場 葛塚市場内  
 内 お弁当・お惣菜・スイーツなどのテイクアウト販売。4月のテーマは「お花見弁当」  
 問 葛塚市活性化実行委員会(☎386-1212)

## 俳句

市民文芸 HAIKU

越後にもこんな青空梅ふむむ  
 かたことの子も真似したる初音かな 田丸 信子(嘉山)  
 受験子に一筆添へて交通費 有田 好(東栄町)  
 肩たたきだけの激励大試験 佐藤豊太郎(嘉山)  
 受験子の光の棒を今つかむ 小柳 恵子(白新町)  
 小熊 茂子(東栄町)

※このコーナーでは、皆さんからの短歌、俳句、川柳を募集しています。  
 市民文芸の応募先  
 〒950-3393(住所不要)北区役所地域総務課  
 ※住所・氏名・電話番号を明記してください。

## スポーツ

### 陸上教室キッズ無料体験会

日 4月5日・12日・26日(水曜全3回)  
 午後4時40分～5時40分  
 ※複数日参加可  
 場 豊栄総合体育館  
 人 新小学1、2年生各日先着20人  
 問 電話または直接ハピスカとよさか(☎386-7522、祝日を除く月曜休み)

## 交通安全指導車の運転などに従事する会計年度任用職員を募集

北区では、交通安全指導車の運転や交通安全教室の補助業務に従事する会計年度任用職員を募集しています。  
 申 所定の書類を地域総務課(☎387-1105)まで郵送  
 ※持参不可。様式は市ホームページからダウンロード

募集人員	1人
対象	普通自動車運転免許を持っている人
勤務期間	採用日～令和6年3月31日
勤務時間	月～金の週5日(1日3時間30分勤務) 午前8時30分～正午または午後1時～午後4時30分(シフト制)
報酬	月額69,866円～79,077円(通勤手当あり)
その他	・面接試験あり ・内定者が決定した時点で募集締切

## 4月9日(日)は新潟県議会議員および新潟市議会議員一般選挙の投票日です!

選挙当日に仕事やレジャーなどの理由で投票に行けない人は、期日前投票を利用しましょう。

期日前投票所	期日前投票期間・時間
北区役所 北出張所	4月1日(土)～4月8日(土) 午前8時半～午後8時

【必要なもの】投票所入場券(裏面宣誓書を記入し持参)  
 ※立候補者受付日が3月31日(金)のため、立候補者数の状況によっては選挙が無投票になる可能性があります  
 問 北区選挙管理委員会事務局(地域総務課内、☎387-1105)

## 県道新潟新発田村上線夜間通行止めのお知らせ

久平橋下流側歩道橋(新崎地内)の架け替え工事のため、夜間通行止めを行います。迂回などご協力をお願いします。  
 問 東部地域土木事務所(☎382-4928)

**通行止め日時**  
**3月29日(水)午後11時～翌午前6時**

※天候や工事の進捗などにより変更となる場合があります  
 ※詳しくは、現地の通行規制看板をご確認ください  
 ※6月中旬(予定)にも橋桁架設工事のため、夜間通行止めを行います

規制エリア図  
 北区、東区、一日市C、海老ヶ瀬C、一室中央区、阿賀野川大橋、阿賀野川、久平橋、新井川水路、県道17号新潟村松三川線、県道15号新潟長浦水原線、県道27号新潟安田線、県道3号新潟新発田村上線、一般国道7号新新バイパス、至新発田市

● 通行止め箇所  
 ..... 迂回路

## 北区バス・おらってのバスをご利用ください

問 北区バス：地域総務課(☎387-1155) おらってのバス：同事務局(☎090-8173-9222)

### 令和5年度のご利用案内(時刻表)を配布

3月27日(月)から、「令和5年度 北区・区バス おらってのバス ご利用案内(時刻表)」を区内の公共施設などで配布します。  
 地域の生活に根づく親しみやすい公共交通として、通勤・通学・通院・買い物などに積極的にご利用ください。  
**配布場所** 区役所地域総務課、北出張所、各連絡所、各コミュニティセンター、バス車内、ほか

北区バスの運行について詳しくはこちら

おらってのバスの運行について詳しくはこちら

### 4月から おらってのバスの運行を改正

4月3日(月)からおらってのバスを利用する際は運行時刻を事前に確認してください。  
 ※区バスの時刻は改正しません

改正する便の時刻表(抜粋)

停留所名	復路7便	復路8便	復路9便
新崎駅北口	18:15	19:10	20:15
新崎	18:17	19:12	20:17
松浜病院	18:36	19:31	20:36
太夫浜新町一丁目	18:37	19:32	20:37
陽光ニュータウン	18:38	19:33	20:38
太夫浜新町二丁目	18:39	19:34	20:39
太夫浜	18:41	19:36	20:41
太夫浜上	18:43	19:38	20:43

**主な改正内容**

- 利用の少ない**往路8便(午後6時10分太夫浜上発)**を廃止します
- 利用の見込まれる**午後6時台に復路7便(午後6時15分新崎駅北口発)**を増便します

※現在の復路7便、8便は8便、9便と改めます

### シルバーチケット参加証

令和5年度分の登録は3月24日(金)から

令和4年度のシルバーチケット参加証の有効期限は令和5年3月末までです。4月以降も引き続き割引を受けたい人は、再度登録が必要です。  
 まだ登録をしていない人も、この機会に登録し、北区バス・おらってのバスにお得に乗りましょう。

**登録窓口**  
 地域総務課、北出張所、南浜連絡所

**必要なもの** 利用者本人の身分証明書(現住所と年齢が確認できるもの) ※代理人が申請する場合は、委任状と代理人の身分証明書も必要。委任状は登録窓口で配布しているほか、市ホームページからもダウンロード可  
 ※登録は無料。令和4年度のシルバーチケット参加証を持っている人は、持参することで申請書の記入が不要になります

**シルバーチケット割引とは**  
 65歳以上の市民を対象にした割引制度です。北区バス・おらってのバス乗車時にシルバーチケット参加証を提示すると運賃が半額(10円未満切上げ)になります。

## <広告欄>



## 遊水館リニューアルオープン

日 4月1日(土)午前10時～  
 ※プレオープン 3月28日(火)・29日(水)午後1時～5時。入館無料

4月1日(土)・2日(日)はリニューアル記念の抽選会や粗品のプレゼント(先着250人)

問 同館(☎384-1211、祝日を除く月曜休み)

電話番号(☎)は市外局番025を省略して記載しています。