



豊かな自然環境や観光資源に恵まれた、人と人が温かくふれあうまち

にしかん

第324号

令和2年(2020年)

10月4日

毎月第1・3日曜日発行

【編集・発行】新潟市西蒲区役所 地域総務課
〒953-8666

新潟市西蒲区巻甲2690番地1

電話 0256-73-1000(代表)

FAX 0256-72-6022

◀ 西蒲区ホームページ ▶

<http://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/>

● 西蒲区データ 人口 55,961人 (-23) 世帯数 20,659世帯 (±0) 男 27,135人 (-11) 女 28,826人 (-12)

※8月末現在の住民基本台帳。
カッコは前月末比

気軽に、ゆったりと。日帰り温泉がいいね

圃産業観光課観光交流・商工室
(☎0256-72-8454)

なだらかな稜線が美しい多宝山と角田山の麓にある、4つの日帰り温泉施設。気軽に立ち寄ることができ、日ごろの疲れも癒してくれます。豊かな自然の中で、温かなお湯につかれば心も体もリフレッシュ！間もなく紅葉の季節、近くで楽しめて元気になる場所に、ぜひお出かけしてみてください。

にしかん観光周遊ぐる～んバスでも巡ることができます♪ 土・日運行

区内の観光地と彌彦神社をぐる～んと回る「にしかん観光周遊ぐる～んバス」で日帰り温泉を楽しむのはいかがでしょうか？嬉しい特典がつく施設もありますよ。詳しくはポスター・チラシまたは区ホームページを確認してください。



多宝温泉だいろの湯



これぞ温泉!という硫黄の香り高い天然温泉。
源泉かけ流しで贅沢気分。

3つの源泉が楽しめるのは全国的にも珍しく、美肌の湯、リラクゼーション効果、疲労回復など、それぞれの湯の特徴を楽しめます。また、2階には囲炉裏のあるラウンジもあるので、多宝山の麓の自然を眺めながらゆったり過ごしてください。

具だくさんのお惣菜を数種類詰め込んだ特製行楽弁当をテイクアウトできます！ドライブやハイキングのお供にもぴったりです！



支配人 篠原さん

住所 石瀬3250 (☎0256-82-1126)
営業時間 午前10時～午後9時
料金 大人880円、子ども440円
※夜間料金 大人660円、子ども330円 (平日午後5時～)

福寿温泉じよんのび館



のびのび広い浴場と、
角田山天然水を使った水風呂とサウナ!

湯冷めしにくい源泉100%の天然温泉。おすすめはサウナです。自分でサウナストーンに水をかけて蒸気を出せる“セルフロウリュウ”を楽しめるのは全国的にも珍しい！サウナの締めは、キリッと冷えた角田山の天然水を入れた水風呂をどうぞ！

今月は静かな秋の夜を竹灯籠の明かりが幻想的に彩る露天風呂やじよんのびラーメンフェア、じよんのびギャラリーなど、食欲の秋、芸術の秋をお楽しみに！



スタッフ 長島さん

住所 福井4067 (☎0256-72-4126)
営業時間 午前10時～午後10時 (毎月第1・3水曜、12月31日は定休日)
料金 大人800円、子ども450円
※夜間料金 大人500円、子ども300円 (平日午後6時～)

岩室健康増進センターよりなれ



小高い丘の上で、越後平野を一望してみてください!

岩室温泉にある丸小山公園から、木漏れ日の注ぐ坂道を上りきった高台にある温泉。浴室の窓からは眼下に広がる越後平野を堪能できます。

泉質の良い温泉を使っています。お子さま連れなどご家族皆さんで入りに来てください！



支配人 小林さん

住所 石瀬3331-1 (☎0256-82-2270)
営業時間 午前10時～午後8時
(毎月第2・4水曜、年末年始は定休日)
料金 大人500円、子ども300円、市内在住の65歳以上の人300円

カーブドッチVINESPA



ワイナリーも楽しめる、葡萄畑の中のおしゃれな雰囲気を感じてください。

角田山の麓に広がる葡萄畑を通ると、本当にここは日本?といった欧風の風情が。ほんのり異国気分を味わいながら、芝生に花々が咲き乱れる庭を眺めてお湯につかれば、たまった疲れもじんわりとほぐされていきます。露天風呂は、泉質の異なる2つの温泉があります。

お風呂の後はカーブドッチのワインと食事を楽しむことができます。AVEDAのヘッドスパもおすすめ。秋の一日をゆっくりとお過ごしください。



スタッフ 本田さん

住所 角田浜1661 (☎0256-77-2226)
営業時間 午前10時～午後9時半 (土・日・祝日は午前7時～)
料金 1,000円 (就学前児は入館できません)
※夜間料金600円 (平日午後5時～)

「にしかん なないろ野菜」のレシピを

一流ホテルのシェフに考案していただきました!!

一流ホテルの

ホテルニューオータニ長岡の調理顧問である池田喜三男シェフより、「にしかん なないろ野菜」を用いたレシピを考案していただき、9月2日(水)に試食会を行いました。どなたでも手軽に作れるように、家庭にある食材や調味料を使用し、なないろ野菜の彩りや形などの特徴を活かせるレシピを作っていました。

なないろ野菜は、JA越後中央農産物直売所「越王の里」で販売しており、レシピも設置しております。



ホテルニューオータニ長岡 調理顧問 池田 喜三男シェフ



試食会で使用したなないろ野菜



「にしかん なないろ野菜」とは

西蒲区で生産されている「色や大きさ、形などに特徴のある珍しい野菜」をブランド化し、販売しているものです。

今年度は年間を通じて、約50品種の野菜の栽培を目指しています。

令和2年度 西蒲区特色ある区づくり 子育て支援事業 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が過ぎていませんか。このプログラムは、初めて赤ちゃんを育てるお母さんを対象とした4回連続の講座です。子育ての疑問や困ったことなど、参加したお母さん同士で話し合い、楽しく交流しながら子育てについて学び、親子の絆を深めましょう。

期日	時間	内容
11月20日(金)	午前10時~正午	新しい出会い
11月27日(金)		赤ちゃんのいる生活
12月4日(金)		赤ちゃんとの接し方
12月11日(金)		親になること

場 巻子育て支援センター(どんぐりの舎)

区 令和2年7月~9月生まれ(第1子)とその母親 先着10組程度

※講座はBP認定ファシリテーターが進行します

区 毎月5日(月)から電話で健康福祉課児童福祉係(☎0256-72-8369)へ

骨粗しょう症予防相談会(要予約)

期日	会場	相談時間
11月5日(木)	巻地域保健福祉センター	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~

区 骨粗しょう症予防のための生活相談、骨密度測定(かかとを素足で測定)

区 市内在住の18歳以上の人(骨粗しょう症で治療中の人は除く)

各回先着10人

持ち物 内履き

区 10月8日(木)から市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

こどもプロジェクト2020



潟東・鎧潟~水の歴史

潟東巡り&鳥凧作りとカモ汁

潟東地域には、かつて「鎧潟」があり、多くの人の記憶として生きています。現在も、「かも猟」を行い、その文化伝承として「カモねぎまつり」を開催しています。親子で潟東・鎧潟の歴史と文化を体験しましょう。

期日	時間	内容
①10月31日(土)	午前9時~正午	五之上巡りと鎧潟の歴史
②12月5日(土)		鳥凧作りとカモ汁

集合場所 ①潟東樋口記念美術館受付棟、②潟東地域コミュニティセンター
区 新潟市内の小学生の親子(祖父母でも可) 6組12人(応募多数の場合は抽選)

※2回とも受講できる人

※当選者のみ、19日(月)までに電話でお知らせします

区 700円(鳥凧とカモ汁材料費実費、②で徴収)

区 毎月5日(月)午前9時から10月15日(木)までに直接または電話で

潟東地区公民館(☎0256-86-2311)へ

令和2年度 新潟市ドキドキ・ワクワクスポーツふれあい促進事業

ドキドキ・ワクワク ふれあいサッカー教室



サッカーを始めたばかり・興味がある初心者から、もっと上手になりたいサッカー経験者まで、誰でも参加できるサッカー教室です。初心者でも安心して取り組める内容で、アルビレックス新潟サッカースクールのコーチたちが、分かりやすく丁寧に指導します。一緒に思いっきりサッカーを楽しみましょう。

区 11月3日(祝)午後3時15分~5時

場 城山運動公園 屋内コート

区 西蒲区に在住または在学の小学1年生~6年生 先着60人

持ち物 ボール(なくても可)、飲み物、運動できる靴(スパイク不可、トレーニングシューズ可)、動きやすい服装、タオルなど

区 10月12日(月)午前10時~10月27日(火)午後6時必着。「お申し込みフォーム」に必要事項を入力して送信、または、専用の参加申込書に必要事項を記入してファックスもしくは直接提出

区 アルビレックス新潟サッカースクール

「新潟市ふれあいサッカー教室」係

区 (☎025-280-0011、FAX025-280-0012)

詳しくはアルビレックス新潟オフィシャルホームページを確認してください



ストップ! 稲わら・もみ殻の焼却

新潟市では、稲わら・もみ殻を活用した土づくりを推進しています。

しかし、一部で稲わらなどが焼却され、その煙は喘息やアレルギーなどの健康被害や道路交通の障害の原因となるなど、生活環境への著しい悪影響と新潟米の産地イメージの低下につながります。

消費者に信頼される米づくりのためにも、稲わら・もみ殻の焼却は絶対にやめて、環境にも人にもやさしい農業を実践しましょう。

区 産業観光課農業振興グループ (☎0256-72-8407)

母子保健だより

区 健康福祉課健康増進係 ☎0256-72-8372

♡ステップ離乳食(要予約)

区 11月2日(月)午後1時半~2時半 (受付:午後1時15分~)

場 巻地域保健福祉センター

区 離乳食2回食・3回食の進め方、体重測定(希望の人)

区 生後6カ月以上の乳児の保護者 先着15人

持ち物 母子健康手帳、バスタオル

(赤ちゃん連れの場合)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている場合)

区 10月7日(水)~10月31日(土)までに市役所コールセンター

(☎025-243-4894)へ

新型コロナウイルス感染症の状況により、事業実施が困難となった場合には、ホームページなどでお知らせします。

《広告欄》西蒲区役所ホームページに掲載するバナー広告を募集中! 区 地域総務課 (☎0256-72-8179)

お知らせ版

日=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員
 料=参加費(記載のないものは無料) 問=問い合わせ
 申=申し込み(記載のないものは申し込み不要。当日直接会場へ)

感染症予防のため、催しなどに参加する際はマスクを持参し着用してください。

公民館

西川地区公民館 ☎0256-88-2334

■楽学カレッジ

生き生きとした毎を送るために、暮らしに役立つ知識を学びましょう。
 日①11月12日(木)、②11月18日(水) 午後1時半～3時
 場同館
 内①講座「お薬について」、②講座「だまされないで!!悪徳商法」
 入原則2回参加可能な人 先着15人
 持ち物 筆記用具、飲み物
 申10月5日(月)午前9時から電話で同館へ

子育て

ころころ広場 子育て支援センター ☎0256-72-6240 (どんぐりの舎)

●発育測定

日10月7日(水)・8日(木) 随時

●作って遊ぼう「ハロウィン」

日10月14日(水)・15日(木) 随時

●親子で楽しくエクササイズ

日10月16日(金)午前10時半～11時

講師 脇田ともみさん(フィットネスインストラクター)

申直接または電話で同センター(人数制限あり)

●お誕生会

日10月22日(木)午前10時半～11時

申10月生まれのお子さんは10月20日(火)までに直接または電話で同センターへ

●ころころ音楽会

日10月23日(金)午前11時～同30分

講師 かのんさん

申直接または電話で同センターへ(人数制限あり)

ぽかぽかコアラ 岩室子育て支援センター ☎0256-82-2900

●発育測定

日10月6日(火)・7日(水) 随時

●赤ちゃん広場「ふれあい遊びと子育てヒント、アルアル!!」

日10月13日(火)午前10時～

講師 東條美和子さん(助産師)

申直接または電話で同センターへ(人数制限あり)

さくらんぼ なののくち子育て支援センター ☎025-375-5690

●歯科衛生講座

日10月6日(火)午前10時20分～11時20分

講師 幡本範子さん(歯科衛生士)

申直接または電話で同センターへ(人数制限あり)

あそびの山 岩室地域児童館 ☎0256-82-2169

10月の休館日は、13日(火)午後です。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間、通常と異なる利用方法とします。詳細は、ホームページで確認してください。ご理解とご協力をお願いします。

●おうち時間プラス「あおむしひも通しキット」

赤ちゃんが大好きな「ひも通し」をかわいい紙皿で簡単に作ります。おうちで作れるキットも配布します。

日10月14日(水)10時半～正午

※持ち帰り用のキットは随時配布(先着10個)
 入館内で作る場合、先着3組
 申直接または電話で同館へ

お知らせ

潟東歴史民俗資料館・潟東樋口記念美術館臨時休館のお知らせ

特別展開催準備のため臨時休館します。
 休館日 10月20日(火)～23日(金)
 問潟東ゆう学館 ☎0256-86-2311

相談

行政書士無料相談会

相続・遺言・エンディングノートについて、行政書士が無料で相談に応じます。気軽に申し込んでください。

期日	時間
11月11日(水)	①午後2時～3時
12月9日(水)	②午後3時～4時

場西川学習館
 入各回先着1人
 問西川図書館 ☎0256-88-0001

催し

地域のゴミ回収 空きかんひろい

越前浜追分地区付近の空き缶拾いを行います。一緒にボランティアで空き缶拾いをしませんか。

日10月11日(日)午前10時～11時半

集合・解散場所 旧県立青少年研修センター前

入西蒲区在住の人 先着10人程度

持ち物 手袋

その他 ゴミ袋は主催者が用意

申動労者協議会おとなりさんネットワーク 梨本 ☎090-1659-2752へ

バツ婚 in 新潟

日10月11日(日)午後1時～3時半

場新潟駅付近飲食店

入離婚歴があって現在未婚の人、未婚で

お子さんがいる人 男女各先着20人

※条件に当てはまらなくても、イベントの趣旨を理解したうえで参加することができます

料男性:5,500円、女性:2,500円

申10月6日(火)までに潟コン公式ホームページから申し込んでください

問潟コン実行委員会 ☎025-250-5436

きのこ講習会

日10月14日(水)午前11時～

場岩室公会堂

内きのこの解説・鑑定、きのこ汁の提供

持ち物 採取したきのこ(持っている場合)、おにぎり

入先着30人

申10月12日(月)までに電話で食品衛生協会岩室支部 ☎0256-82-5715へ

本の森講座

明治12年西蒲地方のコレラ騒動

～伊藤家日記からみる農民の暮らし～

講座の講師、伊藤雅一さんの先祖が残した貴重な日記や自治会資料を基に、身近な西蒲原郡の歴史を紹介していただきます。気軽に参加してください。

日11月7日(土)午後1時半～午後3時半

場巻図書館

講師 伊藤雅一さん(新潟郷土史研究会)

毎日続けられるかんたん体操 にしかんみんなの体操

10年後も20年後も健康で豊かな生活を送るために簡単な運動を始めてみましょう。忙しい毎日でも、短い時間で家でもできる簡単な体操です。今回は8つあるにしかんみんなの体操の第6弾です。

6 ウォーキング

効果 日常生活で必要不可欠な歩行姿勢を正すことは、膝・腰痛予防にもつながります。「正しいウォーキングフォーム」を身につけましょう。

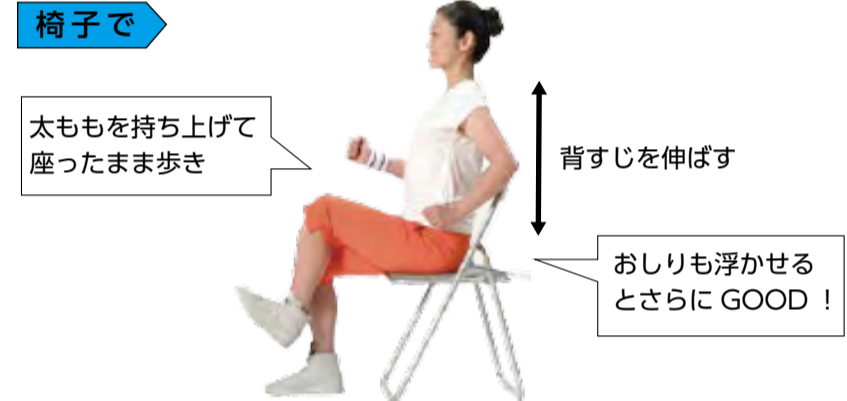
基本姿勢



NGポーズ



椅子で



座って



モデル

西蒲区出身ラジオパーソナリティ 遠藤 麻理さん
 NPOにいがた健康スポーツクラブマネージャー 高島 善史さん

にしかんみんなの体操は全部で8種類。体操の仕方を詳しく紹介した冊子は西蒲区役所健康福祉課、巻地域保健福祉センターで配布しています。

理事、NHK 学園講師)
 入先着15人
 申10月8日(木)から電話またはファックス、直接同館 ☎0256-73-5066、FAX0256-73-6790へ

にしかんスポーツサポート事業 アル美健康ランニングセミナー

初心者向けのランニング教室を開催します。
 日11月13日(金)・20日(金)・27日(金) 午後7時～8時半(全3回)
 (受付 午後6時半～)

場城山運動公園
 講師 新潟アルビレックスランニングクラブ
 入30人(応募多数の場合は抽選)
 申11月6日(金)までに、「かんたん申込み」に必要事項を入力して送信、または電話で西蒲区地域総務課企画・文化スポーツグループ ☎0256-72-8194
 ※「かんたん申込み」はこちらからアクセスできます



《広告欄》