

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3年(2021年) 7月11日号

毎月第1・3日曜日発行
Vol.342

編集・発行 新潟市北区役所地域総務課

〒950-3393 新潟市北区東栄町1丁目1番14号 ☎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

北区 人口 72,794人(-100) 男 35,608人(-44) 女 37,186人(-56) 世帯数 29,613世帯(-31) ※令和3年6月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

島見浜海開き

開設期間

7月17日(土) ~ 8月22日(日)

海岸線が900mあり、ゆったりと泳げます。

開設期間中は監視員を配置しているほか、救急用具や仮設トイレを設置します。

ごみ箱は設置しません。ごみは必ず持ち帰ってください。

問い合わせ 産業振興課商工観光グループ(☎025-387-1356)



海を安全に楽しむために

- ・遊泳区域内で泳ぎましょう (=右図=)
- ・風が強いとき、波が高いときは遊泳しない
- ・開設期間外には遊泳しない
- ・子どもだけの遊泳はさせない
- ・飲酒したら遊泳しない



離岸流に注意!

離岸流は、岸から沖合に向かってできる局所的な強い潮の流れです。突堤付近で発生しやすいです。

流れは目で見て確認することが難しいため、気づかないうちに沖まで流されることがあります。注意してください。



海のSOSは118番

海上保安庁の緊急通報用電話番号です。海上での事故を見つけたら、落ちて通報してください。

熱中症を予防して元気な夏を

関北消防署地域防災課救急担当(☎025-387-0119)

高齢者や子どもなどは熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密(密閉・密集・密接)を避けつつ、周囲の人からも積極的な声掛けをお願いします。

高齢者の特徴

- ・自覚がないのに熱中症になる危険性がある
- ・のどの渇きや暑さを感じにくい
- ・汗をかきにくい



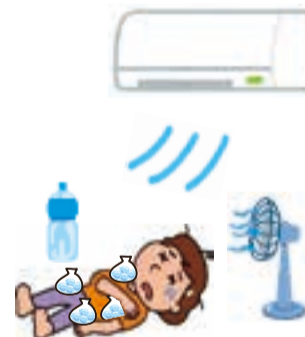
子どもの特徴

- ・汗腺などが未熟
- ・身長が低いので、地面の照り返しにより、高い温度にさらされる



熱中症の応急手当

- ・涼しい場所へ移動させ、衣類を緩め、安静に寝かせる
- ・エアコンをつけ、扇風機やうちわなどで風をあて、体を冷やす
- ・飲めるようであれば、水分(できればスポーツドリンク)を少しずつ頻繁にとる



こんな時はためらわず 119番



- 脱力感や倦怠感(けんたいかん)が強く動けない、自分で水が飲めない
- 意識がない(おかしい)、全身のけいれんがある

『新しい生活様式』における熱中症予防のポイント

暑さを避ける

- ・窓の開放や換気扇で換気をしつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整する
- ・暑い日・時間帯は無理な作業や運動、外出を控える

こまめに水分補給をする

- ・のどが渇く前に水分を補給する
- ・1日あたり1.2リットルを目安に水分を補給する
- ・大量に汗をかいたときは適度に塩分を取る

適宜マスクを外す

- ・屋外で、ほかの人との距離を2メートル以上空けられるときは、マスクを外す
- ・マスクを着用しているときは、無理な作業や運動はしない



日頃から健康管理をする

- ・日頃から体温測定、健康チェックをし、体調の変化に気付けるようにする
- ・体調が悪いと感じたときは、無理をせず自宅で安静に過ごす

火事や救急時はその場から119番を

「119番通報」が、迅速・確実に消防車・救急車が到着する手段です。

- 119番通報は通報の途中で、一番近い消防車や救急車を出勤させることができます
- 119番通報ではなく消防署へ直接電話をかけると、職員が通報を聞き取った後に指令管制センターへ通報するため、出勤までに時間がかかる場合があります
- 119番通報せずに消防署へ直接向かうと、消防車や救急車が出勤中の場合があります

集団検診のお知らせ(7・8月)

問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

肺がん検診(申し込み不要)

- 対象年齢はすべて40歳以上(令和4年3月31日現在の年齢)です。
・郵送されている個人記録票は自宅に記入してきてください
・会場の密を避けるため、比較的空いている受付時間後半をおすすめします
・お住まいの対象地区での受診にご協力ください

Table with 4 columns: Date, Reception Time, Venue, Target Area. Rows include 7/13, 7/26, 7/27, 7/28.

胃がん検診(要申し込み)

- 7月20日(火)午前9時~11時
場岡方コミュニティセンター
令和4年3月31日時点で40歳以上の人 先着40人
電話で下越総合健康開発センター(☎0254-28-1884、土・日曜、祝日を除く午前9時~午後4時半)
※郵送されている個人記録票は自宅に記入してきてください

乳がん検診(要申し込み)

- 8月29日(日)午前9時半~午後3時半
場豊栄健康センター
令和4年3月31日時点で40歳以上の偶数年齢女性 先着130人
※令和2年度受診しなかった人も対象
7月30日(金)から電話で新潟市役所コールセンター(☎243-4894)

集団検診を受けるときの注意事項

- 持ち物: 健康保険証、がん検診受診券、自己負担金、記入した個人記録票(肺がん・胃がん)、バスタオル(乳がんのみ)
・検査しやすい服装で来てください。検診着の利用は有料(200円)です

健康と福祉のひろば

問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)



夏の糖分・食塩のとり過ぎに要注意!



● 普段の水分補給は水かお茶

たくさん汗をかいたときはスポーツドリンクなどでミネラルを補充する必要がありますが、普段の水分補給は水かお茶にしましょう。

● その食塩、本当に必要?

脳血管疾患の要因のひとつに食塩のとり過ぎがあります。「夏の熱中症予防に」と余分な食塩をとっていませんか?

● 素材の味を楽しんで

夏はトマトや枝豆、とうもろこしなどがおいしくなる時期です。アクセントとして塩をかけている方もいるのではないのでしょうか。



ゆでるときに使う塩も少なめに

知っ得!! 食のミニ教室

- 7月15日(木)午前10時~11時(受付9時45分~)
場木崎コミュニティセンター
内容: 血管年齢測定、手洗いチェック、講話
10人
7月13日(火)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

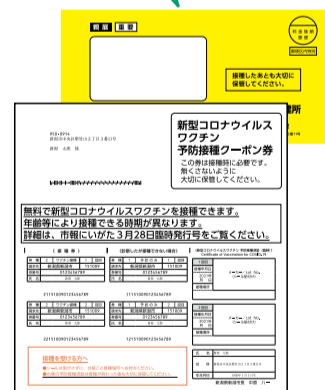
区役所の窓口で実施

新型コロナウイルス予防接種「予約お手伝い隊」

インターネットでの予約が難しい人を対象に、区役所などの窓口で集団接種の予約を代行入力します。

接種券を忘れると予約ができません!

- 実施期間・時間: 7月30日(金)まで午前8時半~午後5時半
持ち物: 接種券(黄色の封筒で送付済) =右写真=
実施場所: 区役所、北出張所、濁川連絡所、南浜連絡所、早通連絡所
申し込み: 不要。直接窓口に来てください



問地域総務課(☎387-1125)

令和3年度 北区イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次のイベントを中止します。

- 阿賀野川ござれや花火
葛塚まつり
豊栄大民謡ながし

あなたの骨は大丈夫?

骨粗しょう症予防相談会

問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。
8月10日(火) 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~
場早通コミュニティセンター
内容: 骨密度測定(超音波式、かかとを素足で測定)、骨粗しょう症予防のための健康相談など
18歳以上 各回先着7人
※骨粗しょう症で治療中の人、両足のかかとに骨折や外傷のある人を除く
電話で市役所コールセンター(☎243-4894)

催しや検診などに参加する場合は、マスクの着用・自宅での検温をお願いします。体調がすぐれない場合などは、参加を控えてください。

北区文化会館からのお知らせ

問同館(☎388-6900)

「我が子..ヒロシマの子」



7月25日(日) 開演 午後2時[全席指定]

【料金】 一般 1,000円
中学生以下 500円
※就学前児入場不可

出演: 演劇くらぶ「葛の葉」

車で来庁する場合は、北区文化会館裏の駐車場を使用してください。

問地域総務課(☎387-1125)

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

お知らせ

豊栄図書館協議会を傍聴しませんか

回 7月14日(水)午後2時～3時半
 場 同館集会室
 人 先着5人
 問 同館(☎387-1123)

電気火災に注意

夏場は高温多湿のため、電気火災が多く発生しやすくなります。下記に注意し、未然に防止しましょう。
たこ足配線をしない
 発熱し発火する危険性が高くなります。
プラグにほこりをためない
 コンセントとプラグの間にたまったほこりに湿気が帯びると、通電して発火する危険性があります。コンセントは長時間差し込んだままにしておかず、こまめに清掃しましょう。
劣化したコンセントは使用しない
 ショートや発熱する危険性が高まります。
電源を入れたまま放置しない
 機器自体が過熱し、燃えやすいものと接触すると火災になる恐れが高まります。
 問 北消防署 市民安全課予防調査係(☎387-0119)

催し・募集

観風会書道展

回 7月14日(水)～19日(月)午前9時～午後8時
 場 豊栄地区公民館
 問 同館(☎387-2014)

キネマ松浜劇場「欲望という名の電車」

回 7月15日(木)午後1時半～3時半
 場 北地区公民館
 内 ヴィヴィアン・リーがアカデミー主演女優賞・ベネチア国際映画祭女優賞を受賞
 人 先着32人
 問 午前10時から電話で同館(☎387-1761)

AGA MINAMATA-水俣病は終わらない-新潟水俣病を撮り続ける写真家「小原王明」パネル展(前編)

会期 7月13日(火)～8月9日(振休)午前9時半～午後4時半(月曜休館、9日は開館)
 場 環境と人間のふれあい館
 問 同館(☎387-1450)

いきいき脳作業～認知症を学んで予防

回 7月15日(木)午後1時半～3時
 場 豊栄健康センター
 人 先着20人
 問 電話で北区社会福祉協議会(☎386-2778)

BASS GARDEN コントラバス演奏会

回 7月23日(祝)午後2時～3時(午後1時半開場)
 場 りゅーとぴあ スタジオA (中央区一番堀通町)
 ※0歳から入場可能。満席の場合は入場をお断りすることがあります
 問 BASS GARDEN 井関(☎080-5062-1033)

豊栄児童センター

問 同センター(☎384-1520)
おやこのじかん
 回 7月15日(木)午前10時半～11時半
 人 乳幼児と保護者
簡単工作 夜の水族館
 回 7月17日(土)・18日(日)午前10時半～11時半
 人 幼児と保護者 各日先着4組
 問 電話で同センター
竹ココ迷路を作ろう
 回 7月24日(土)・25日(日)午前10時～正午
 人 小学生～17歳 各日先着8人
 ￥100円
 問 7月15日(木)から電話で同センター

親子おかね教室(オンライン講座)

回 8月17日(火)午後1時半～3時
 人 小学5・6年生と保護者親子30組(応募多数の場合抽選)
 内 銀行券の偽造防止技術や鑑定ポイント、おごづかいに関する講話など(詳しくは新潟県金融広報委員会ホームページを参照)
 問 メール(niigata@boj.or.jp)で同委員会(日本銀行新潟支店内☎223-8414)

傾聴サロン「にこっと」研修会 生きたいという気持ちに応える

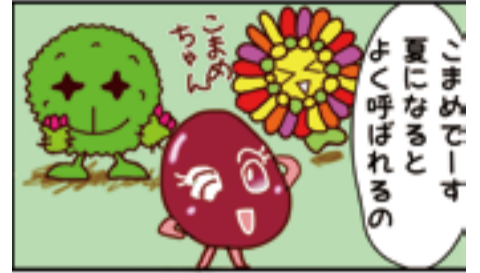
回 7月17日、9月18日(土)午後1時50分～4時 ￥各回1,000円
 場 豊栄地区公民館 人 各回先着15人
 テーマ 生きるための選択
 講師 早海えい子さん(心理カウンセラー)
 問 電話で同団体本間(☎387-5647)

クイズコーナー

～気楽に頭の体操～
【問題】
 「火事や救急時はその場から〇〇番を」
【応募方法】
 はがき、または電子メールにクイズの答えと郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、身近な話題や区役所だよりの感想を記入し、地域総務課へ応募してください。(所在地などは表紙をご覧ください)
 正解者の中から抽選で5人に図書カードを進呈します。
締切日 7月23日(祝)
 (6月6日号の答え/第26回)

オニバスマンとごぼはなちゃん

No.85 By You



図書館
 問 豊栄図書館(☎387-1123)
 夏のふしぎなおはなし会
 回 7月17日(土)
 14:00～14:30、15:00～15:30
 人 幼児から 各回先着7組
 わらべうた&手あそび講習会
 回 7月31日(土)13:30～15:00
 人 先着20人

豊栄図書館(☎387-1123)

毎週金曜、第1水曜休館

赤ちゃんタイム
 毎週土曜日 10:00～12:00
 おはなしのじかん 対象

毎週土曜日 10:30～10:50 0～2歳児と保護者
 7/24(土) 14:00～14:30 幼児から
 毎週日曜日 10:30～11:00

松浜図書館(☎387-1771)

毎週月曜、第1水曜、祝日休館

赤ちゃんタイム
 毎週木曜日 10:00～13:00
 おはなしのじかん(予約制) 対象
 毎週木曜日 11:00～11:30 0～2歳

ごぼはなレポート

大きなサツマイモになーれ 苗植え体験

6月8日、木崎小学校の1年生54人が、北区の特産品「しるきーも」の苗植えをしました。JA新潟市木崎営農センターの大枝純也さんから、大きく育つ苗の植え方や、「しるきーも」は焼き芋にするとスイカやメロンと同じくらい甘くなることなどを教わりました。同校の中庭の畑で一人1本を植えた後、水をやりながら「大きくなーれ」と声をかけていました。収穫は10月頃で、採れた「しるきーも」はみんなでお話し合っって食べ方を決めるそうです。



ジュニアアロマランド

好きなかおりやハーブをいれて、自分だけのせっけんをつくっちゃおう!

回 7月29日(木) 午前10時～11時半
 場 北地区公民館
 人 小学1～6年生 15人(応募多数の場合は抽選)
 ￥500円(材料費)
 問 7月13日(火)までにかんたん申込みまたは電話で同館へ(☎387-1761)



夏休みイラスト教室!

人の顔を描くコツを学ぼう!

プロのマンガの先生から、だれでも簡単にイラストが描けるコツを学びます。絵はちょっと苦手かも...という子も大丈夫。先生がやさしく教えてくれます。

回 8月4日(水)午後2時～4時
 場 豊栄地区公民館
 人 小学4～6年生 15人(応募多数の場合は抽選)
 問 7月14日(水)正午までにかんたん申込みまたは電話で同館へ(☎387-2014)



<広告欄>

北区役所・豊栄地区公民館は2月1日に北区文化会館隣に移転しました。