

特定健診・がん検診はお済みですか?

令和4年度の特定健診・がん検診の受診券が使用できるのは、令和5年3月31日まで!

問い合わせ先
健康福祉課健康増進係
☎025-387-1340


寒さが続きますが、生活リズムや食生活が乱れていませんか。

特定健診・がん検診で年に一度の健康チェックを行い、生活習慣病を予防することが大切です。今年度まだ受けていない人は早めに受診しましょう。

また、認知症は早期発見・早期対応が重要です。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、もの忘れ検診を特定健診と併せて受診しましょう。

受診券と『検診いっ得?』をお手元に用意(紛失した場合再発行できます)

受診先を選び電話で予約



委託医療機関はこちらから

受診券、健康保険証、自己負担金を持って医療機関で受診(金額は『検診いっ得?』でご確認ください)

対象者(各年齢は令和5年3月31日時点)	
特定健診	40歳以上の新潟市国保加入者、県後期高齢者保険加入者、生活保護受給者
胃がん検診	40歳、45歳、50歳以上
大腸がん検診	40歳以上
乳がん検診	40~69歳の偶数年齢の女性
子宮頸がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性
前立腺がん検診	50歳以上の5歳間隔の男性

※がん検診は特定健診の対象者や職場などでがん検診の機会がない人が対象

もの忘れ検診

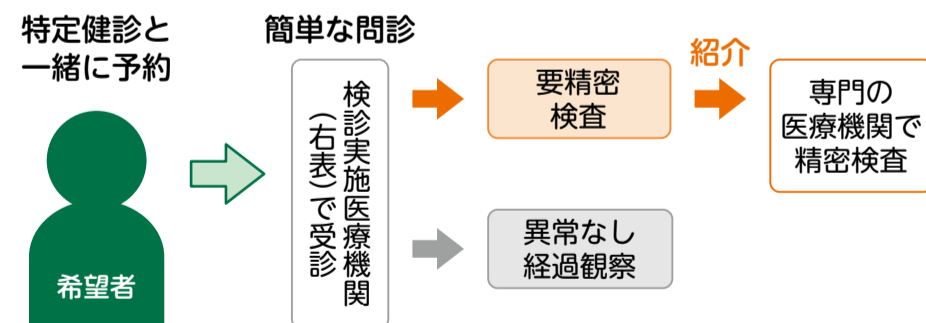
もの忘れ検診は特定健診と同時に受ける検診です。必ず特定健診と一緒に予約受診してください。

対象者 北区在住の65歳以上で市国民健康保険、県後期高齢者保険加入者および生活保護受給者
※医療機関で認知症の診断を受けたことのない人
費用 無料

実施医療機関

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



認知症について心配な人は

地域包括支援センターやかかりつけ医に相談してみましょう。区内の地域包括支援センターは右表のとおりです。

また、認知症安心ガイドブックが区役所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。

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・光晴(一部含む)	くずつか(東栄町1丁目1番35号)	025-386-8100
岡方・光晴(一部除く)・横越(一部含む)	上土地亀(上土地亀2433番地1)	025-386-1150

令和4年 北区の消防概況

まず防火 新潟市民の合言葉

原因	件数
放火	3
たばこ	2
炉	1
排気管	1
電気機器	1
電灯・電話などの配線	1
たき火	1
溶接機・切断機	1
火入れ	1
その他	7
合計	19

火災件数
令和3年に比べ2件増加しました。
また火災による死者は1人、負傷者は1人でした。

火災種別	件数
建物	11
車両	1
その他	7
合計	19

※建物火災のうち住宅火災4件

救急件数
令和3年に比べ266件増加しました。

事故種別	件数
急病	2,183
一般負傷	385
交通事故	129
転院搬送	284
その他	130
合計	3,111

救助件数
令和3年に比べ5件減少しました。

事故種別	件数
交通事故	4
水難事故	3
自然災害事故	1
その他	4
合計	12

閩北消防署市民安全課予防調査係 ☎387-0119



東北電力ネットワーク(株)新潟電力センターが寄贈 道路照明灯を更新

太田の地内に、昨年11月19日(土)、2基の発光ダイオード(LED)道路照明灯を取り付けました。

これは、東北電力ネットワーク(株)新潟電力センターから寄贈されたものです。同社は社会貢献活動の一環として、昭和40年から本県と東北6県の自治体へ寄贈を続けています。

照明更新により周辺が明るくなり、より安全に通行することができるようになりました。



※1月15日号2面に掲載した写真が誤っていたので訂正して掲載しました

食推イチオシレシピ ひとくち鶏みそバーグ

新潟市食生活改善推進委員協議会 北支部 葛塚グループ

作り方

やさしいみそ味の歯ごたえが楽しいミニハンバーグです。

- ① レンコンは細かく刻み、長ネギはみじん切りにする。
- ② 油以外の材料をすべてボウルの中に入れ、よく混ぜる。
- ③ フライパンに油を敷いて、②をスプーンですくって4cm程の大きさに広げ、中火で焼く。
- ④ 焼き色がついたらひっくり返してふたをする。
- ⑤ 火が通ったら皿に盛りつけて出来上がり。



〈1人当たりの栄養価(食品成分表8訂) エネルギー：346kcal たんぱく質：19.3g 脂質：17.8g 炭水化物：19.6g 食塩相当量：1.4g〉

4人分の材料

ひき肉(鶏むね肉).....	400g
レンコン.....	200g
長ネギ.....	1本
卵.....	2個
みそ.....	大さじ2
片栗粉.....	大さじ6
油.....	大さじ1・1/3

ござはなレポート

祝準優勝 新潟医療福祉大学サッカー部

元日に国立競技場で行われた全日本学生選手権で準優勝した、同大学のサッカー部が1月20日(金)、北区長を表敬訪問しました。選手3人と佐熊監督が西原副学長と共に面会。監督は「北区の子どもたちからいただいた応援が励みになった」と大会を振り返りました。また、秋元選手は「連れて来てくれた4年生に感謝している。次の年に向けてがんばりたい」と抱負を語りました。



左から 坂岸寛大さん(3年)、沼田航征さん(3年)、秋元琉星さん(2年)

<区からのお知らせ>

北 区役所 だより

約2万部/月2回発行
縦3.9cm×横7.9cm

広告募集中
1回1枠7,000円

対象 北区に店舗や事業所がある事業者
(掲載不可の業種あり) 詳しくはこちら

☎地域総務課(☎387-1155)

<広告欄>

また、マイナポイントの申請期限も延長される予定です。

おしらせ版

日=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(記載のないものは当日直接会場へ)
 問=問い合わせ

マイナポイントの対象となるマイナンバーカードの申請期限が令和5年2月末まで延長されました。

お知らせ

司法書士による無料セミナー・相談会

回 2月21日(火)
 場 新潟地方法務局(中央区西大畑町)
 内 遺言状保管制度、相続登記の義務化についてなど
相続・遺言セミナー
 時間 午前10時～11時40分
 人 先着20人
個別相談会
 時間 正午～午後4時(1組45分まで)
 人 先着8組
 問 県司法書士会事務局(☎244-5121)

催し・募集

ご近所だんぎ 大正琴コンサート

回 2月9日(木)午後1時半～2時半
 演奏 更級ゆきえさん(琴城流大正琴師範)
 場 豊栄地区公民館
 問 2月8日(水)午後4時までに電話で同館(☎387-2014)

とよさか中・高年教養大学 前期受講者募集

一般教養(郷土史含む)、徒然草、園芸、書道、叙情歌、健康長寿学、論語を読む、詩吟、暮らしの法律、ヨガ
 ※受講日時など詳しくは同館、北地区公民館、各地区コミュニティセンターで配布する募集要項に掲載
 円 13,000円(6カ月分、複数受講も同一料金)
 問 同講座 梅津(☎090-4610-9421)

保健師さんに何でも聞いてみよう

育児の心配事を話し合しましょう。
 回 2月27日(月)午前10時半～正午
 場 三ツ森児童館
 問 同館(☎388-6691)

北区郷土博物館協議会公募委員を募集します

応募資格 令和5年4月1日時点、満18歳以上で市内に在住・在勤・在学している人(本市の他の附属機関などの委員・市議会議員・市職員を除く)
募集人数 1人
任期 2年(令和5年4月1日～令和7年3月31日)
報酬 会議(年2回を予定)1回につき8,000円
応募方法 ①住所、氏名(ふりがなを記載)、生年月日、電話番号(日中連絡先)、応募動機、地域での活動状況、協議会委員として役立つと思われる資格などを記載した用紙(任意様式)
 ②「これからの北区郷土博物館の役割」をテーマとした作文(800字以上1200字以内、任意様式)
 上記2点を直接持参または、郵送、FAX、電子メールで同博物館へ
 ※受付確認後、3日以内(休館日除く)に確認連絡をします。連絡がない場合は必ず問い合わせしてください
応募期限 2月28日(火)必着
選定方法 同委員会公募委員選定委員会で作文を審査
 ※面接を行う場合があります
応募・問い合わせ 同館(〒950-3322 嘉山3452番地、☎386-1081、FAX388-6290、メールmuseum.n@city.niigata.lg.jp)

北地区公民館

場 同館(☎387-1761)
キネマ松浜劇場
 回 2月16日(木)午後1時半～3時半
 内 映画上映「ガス燈」(1944年制作、字幕)
 人 先着40人
 問 あす6日(月)午前10時から電話で同館
今すぐ知りたい睡眠とお金のおはなし
 回 3月2日・9日(木曜全2回)午後1時半～3時
 内 人生100年時代!暮らしに役立つ睡眠と健康の知恵袋、シニアのための知って得するお金の基礎知識
 人 先着15人
 問 2月7日(火)午前10時から電話で同館
児童期家庭教育学級 「もっと知りたい!子どものコト」
 回 3月5日(日)・11日(土)午前10時～正午
 ※全2回
 内 子どもたちとSNS、自分らしさを生かす子育てのすすめ～見つめてみよう子どものキモチと自分のココロ
 人 12人(応募多数の場合抽選)
 問 2月14日(火)午後5時までに市ホームページ「かんたん申込み」

外国人に日本語を教えるための日本語ボランティア養成講座

回 4月9日～8月20日(第2・4日曜(8月は第1・3日曜)全10回)午後1時～3時
 場 クロスパル新潟(中央区礎町通)
 人 先着10人
 円 初回のみ1,000円。2回目から1回700円
 問 電話でいろはにほん語教室 長谷川(☎080-4058-6640)

豊栄児童センター

場 同センター(☎384-1520)
ぴよんぴよんきつず
 回 2月16日(木)午前10時半～11時15分
 人 1歳以上の幼児(要保護者同伴)
ぴよぴよタイム
 回 2月20日(月)午前10時半～同45分
 人 生後6カ月から1歳の乳児親子
みそ作り
 回 3月4日(土)午後1時半～3時半
 人 幼児以上 先着30人(幼児は親子で参加)
 円 4kg1,700円、8kg3,400円
 問 2月20日(月)から電話で同センター

ハピスカとよさか

場 豊栄総合体育館
 問 電話でハピスカとよさか(☎386-7522、月曜休み)
チョイトレ 体幹力アップ コアトレーニング入門編
 回 2月18日(土)午後2時～3時20分
 人 先着12人 円500円
ハワイアンミュージック&フラ
 回 3月4日(土)午後2時～4時
 人 先着80人 円1,000円
 問 2月9日(木)正午から

市民公開講座 アレルギー疾患の理解を深めよう

回 2月19日(日)午後1時半～4時
 場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所)
 内 代表的なアレルギー疾患に対する最新の診断・治療の解説
 人 先着80人
 問 新潟アレルギー研究会(あがの市民病院内☎0250-62-2780)

福祉のしごと就職フェア in 新潟

回 2月18日(土)午後1時半～3時半
 場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所)
 内 法人・事業所による事業説明、面談
 問 県社会福祉協議会・福祉人材センター(☎281-5523)

オニバスマンとごさはなちゃん



Qクイズコーナー

【問題】
 ○○○○検診は特定健診と同時に受ける検診です。
 【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 2月10日(金)
 (1月1日号の答え/葛塚縞)

・今号掲載の情報は1月30日時点のものです。
 ・催しの開催状況はそれぞれの問い合わせ先までご確認ください。
 ・催しに参加する場合はマスクを着用し、体調不良の場合は参加を控えるようお願いいたします。

北区文化会館 市民劇 出演者オーディション

回 3月11日(土)午後1時半～(受付 午後1時～)
 場 同館
上演作品 「もういちど会いたい～星空の約束～」
 原作：樋口克輔
公演日 10月22日(日)〈1日2回公演〉
会場 同館ホール
応募条件など
 ・令和5年2月時点で小学2年生以上の人
 ・心身ともに元気で積極的に活動できる人(男女問わない)
 ・練習に必ず参加できる人
 ※練習は基本毎週1回(土曜または日曜の午後)
 ・出演料、報酬はなし
 ・同館までの交通費などは各自負担
応募方法 同館備え付けの申込書に記入し、直接持参
締め切り 3月4日(土)必着
 問 同館(☎388-6900)

<広告欄>



新型コロナワクチン3・4・5回目集団接種日程

回 2月18日(土)午前9時半～午後0時半
 場 豊栄健康センター
 「モデルナ社製オミクロン株対応ワクチン」を接種します。予約は先着順です。予約枠が定員になり次第受付を終了します。
 問 新潟市コロナワクチン専用コールセンター(☎250-1234)
 ※かけ間違いにご注意ください

電話番号(☎)は市外局番025を省略して記載しています。