

そなえておけば安心安全

防災特集

問い合わせ 地域総務課(☎025-387-1115)

避難所はどんなときに開くの？

災害時にはまず、緊急的に身を守る場所として避難所が開設されます。その後、避難所は自宅で生活が困難になった人が生活を送る場所へ移り変わっていきます。災害ごとに避難所を開設する箇所・基準が異なります。あらかじめハザードマップなどで確認しておきましょう。

洪水・土砂災害

警戒レベル	避難情報
5	緊急安全確保
<警戒レベル4までに必ず避難>	
4	避難指示
3	高齢者等避難

避難情報が発表されたときには、避難所は開設されています。

地震

区内震度6弱以上	避難所を 開設
区内震度5強	避難所開設の準備をします
区内震度5弱	
区内震度1~4	避難所は開設されません

地震では避難情報は発表されません。身の危険を感じたら避難しましょう。

津波

注意!

- ・津波浸水想定区域外の避難所が開設
- ・津波避難ビルは開放

大津波警報	避難所を 開設
津波警報	
津波注意報	避難所開設の準備をします

どこに避難しよう？



洪水・津波・道路冠水について中学校区ごとに掲載



洪水について、河川ごとに細かく掲載

おすすめ!

ハザードマップは新潟市ホームページでも確認できます。



ハザードマップには浸水想定や避難場所が掲載されています。どの災害でどこに避難するか、家族や近所の人と話し合ってみましょう。区役所や出張所で配布しています。

地域の「助け合い」は重要!



- ・阪神淡路大震災で倒壊した建物から救助されたひとの約8割が家族や近所の力。
- ・東日本大震災での声を掛け合っただけの津波避難。近所同士での助け合いはとても大切です。地域の防災訓練などにも積極的に参加しましょう。

積極的な情報収集で安心

新潟市公式LINEでは、避難情報や復旧に必要な支援情報を発信しています。ぜひご活用ください。



登録はこちら



地域防災力の担い手

防災士コーナー

葛塚地域の新人防災士座談会



- ・小熊美弥子さん(左) 葛塚中央コミュニティ協議会
- ・中川裕子さん(中央) 葛塚東コミュニティ協議会
- ・佐藤康子さん(右) 太田ちいきコミュニティ協議会

葛塚地区で今年度、新たに防災士になった女性3人に話を聞いてきました。

それぞれ、いろいろな形で既に地域で活動されていますが、防災士になったきっかけは地域貢献という点で共通しています。

1月1日に発生した能登半島地震の際には、近所で一人暮らしをするお年寄りに声掛けを行ったり、改めて地域で助け合うことの大切さを実感し、子どもから高齢者まで安心して暮らせる地域づくりに携わっていきたくも感じたそうです。

これから、防災訓練の企画や、ひとりで避難することが難しい人への支援体制など、どんどん知識を増やしながら、身近な防災活動に取り組んでいきたいという意気込みや防災で地域に恩返ししていきたいと話で盛り上がりました。

防災士の活動について聞いてみました



石川明子さん
(濁川地区コミュニティ協議会)

石川防災士は普段は濁川まちづくりセンターで仕事をしています。

- Q1. 地域でどんな活動をしていますか?
A1. 地域コミュニティのなかで防災訓練などを企画して防災啓発に取り組んでいます。
- Q2. 特に力を入れたい活動はありますか?
A2. 新潟防災女子(NBJ)としても活動しているので、女性ならではの視点を生かして、情報発信していきたいです。
- Q3. 家庭で実践している備えを教えてください。
A3. 水の備蓄のほか、ローリングストックを意識して、レトルト食品や缶詰などを多めに買っています。

『北区防災士の会』活動中!

区内の防災士で「北区防災士の会」を結成して、防災訓練のお手伝いやイベントでの防災啓発をしています。お気軽にお声がけください。

問い合わせ 地域総務課(☎025-387-1115)



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)

育児相談

☑身体計測、栄養相談(計測のみも可)
☑乳幼児と保育者

Table with 5 columns: Date, Venue, Time, Capacity, Application. Includes dates 19th and 23rd.

<<その他>>

- 当日、体調がすぐれない場合は、他の日程をご案内しますのでお問い合わせください。
■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。
☎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)

離乳食講習会

☎3月20日(祝)から市役所コールセンター(☎243-4894)
■はじめての離乳食
☎4月10日(水)午後1時半~2時50分
☎豊栄健康センター
☑離乳食のすすめ方、情報交換、試食
☑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10日(水)午前10時~11時20分
☎豊栄健康センター
☑離乳食のすすめ方、グループワーク、試食
☑生後6カ月以降で2回食・3回食にすすもうとしている乳児の保育者 先着15人
※グループワークの際はマスク着用のご協力をお願いします



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: Date, Venue, Time, Capacity, Application. Includes dates 24th and 26th.

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: Date, Venue, Time, Capacity, Application. Includes dates 23rd and 24th.

4月1日から北下水道分室廃止のお知らせ

北下水道分室の業務は東部地域下水道事務所、下水道管理センターに統合します。変更後の各担当窓口は下記のとおりです。
☎下水道部経営企画課(☎226-2959)

Table with 2 columns: Business Content, Responsible Window. Lists various services and contact numbers.

北区バス・おらってのバスをご利用ください

☎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6年度のご利用案内(時刻表)を配布

3月27日(水)から、「令和6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

Includes QR codes and images for bus service information.

シルバーチケット参加証 令和6年度分の登録は3月26日(火)から

令和5年度のシルバーチケット参加証の有効期限は令和6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車しましょう。
☎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5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。

一緒にスポーツを楽しみませんか 令和6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
☎はスポーツ少年団加盟団体

Table with 4 columns: Name, Activity Venue, Target Audience, Contact Info. Lists various sports clubs like Judo, Soccer, Karate, etc.

Table with 4 columns: Name, Activity Venue, Target Audience, Contact Info. Lists various sports clubs like Karate, Badminton, Basketball, etc.

進学や就職、転勤などで新潟市外に引っ越すときは、忘れずに転出の手続きをしてください。

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

お知らせ

北区自治協議会を傍聴しませんか

日 3月28日(木)午後3時から
 場 豊栄地区公民館
 内 区自治協議会提案事業 事業評価書についてなど
 人 6人(受付開始時に定員を超える場合抽選)
 問 地域総務課(☎387-1175)

4月の相談会(無料)

弁護士相談(要予約)
 日 2日・16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 1日(月)午前10時～正午 北区役所
 10日(水)午前10時～11時 北出張所
 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(29日(祝)を除く)
 傾聴相談
 日 4日(木)午前10時～午後3時
 司法書士相談
 日 9日・23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 11日(木)午前10時～午後0時半

不動産の無料相談会

日 4月5日(金)午後1時～4時
 場 クロスパルにいがた(中央区)
 人 先着30人
 申 公益社団法人新潟県不動産鑑定士協会まで(☎225-2873)

催し・募集

北区郷土博物館 葛塚絹展

場 同館(☎386-1081)
 展示解説会
 日 3月24日、4月7日・21日(日)午後2時～同半
 関連講演会「越後の木綿」
 日 4月29日(祝)午後2時～3時半
 講師 陳玲さん(県立歴史博物館 専門研究員) 人 先着30人
 申 4月13日(土)午前9時から電話で同館

本気のガーデニング講座

日 4月21日(日)、5月11日・18日(土)
 場 4月21日、5月11日は北区文化会館、5月18日は県立島見緑地
 人 先着10組(1組5人まで)
 ￥ 1組3,500円(おやつ代含む)
 申 島見緑地指定管理者(株)日建緑地猪俣(☎255-3202)

ちびっこ春のお楽しみ会

日 3月21日(木)午前10時半～11時
 場 豊栄児童センター
 人 乳幼児(保護者同伴)
 問 同センター(☎384-1520)

南浜ミニ朝市

日 3月24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)

ウォーキング大会 in 海辺の森

日 4月7日(日)午前9時～11時
 場 海辺の森キャンプ場
 人 先着30人 ￥100円
 申 3月26日(火)までに北地区スポーツ振興会マルシェフ(☎090-2492-8960)

みんなで楽しむおんがくワークショップ

日 4月20日(土)午前11時～同45分、午後1時半～2時15分
 場 北区文化会館
 人 各回先着30人
 ￥ 一般1,000円、3歳～小学生500円(3歳未満入場無料) ※当日現金支払い
 問 同館(☎388-6900)

水の駅「ビュー福島潟」

場 同館(☎387-1491)
 ￥ 入館料(一般400円、小中高生200円、未就学児無料)
 米美知子フォトセミナー
 ～素敵なおネチャーフォトの撮り方～
 日 3月23日(土)午後1時半～3時半
 人 先着120人
 福島潟フォトコンテスト入賞作品展
 日 3月23日(土)～6月9日(日)午前9時～午後5時、祝日を除く月曜休み

点検していますか？ 住宅用火災警報器

● 定期的な作動確認
 点検ボタンを押すか点検ひもを引く

↓

作動確認をしても警報器に反応がなければ、本体の故障か電池切れです。警報器の本体または電池を交換しましょう。

● 古くなったら交換
 火災ではないのに警報が鳴る

↓

本体の故障か電池切れです。警報器の本体または電池を交換しましょう。

● 本体の交換の目安は10年です。
 ※設置していないご家庭は早急に設置をお願いします

問 北消防署市民安全課予防調査係(☎387-0119)

スポーツ

豊栄総合体育館

場 同館
 申 電話でハピスカとよさか(☎386-7522、祝日を除く月曜休み)

ペルビック(骨盤)ヨガ

日 4月6日(土)午前11時半～午後0時50分、4月14日(日)午前10時～11時20分
 人 各日先着16人 ￥800円(1回)

チョイトレ

身体の歪みを整えるセルフマッサージ
 日 4月13日(土)午後2時～3時20分
 人 先着16人
 ￥800円

不要な衣類・スポーツ用品の回収

幼児から小学生程度までのサイズアウトになった衣類・シューズ、いらなくなったスポーツ用品を寄付してください(破損や汚れがひどいもの、運搬が困難なものは引き取りできない場合があります)。
 回収場所 豊栄総合体育館、遊水館

みんなでたくさん泳ごう

日 4月10日・17日・24日、5月15日・22日・29日(水)午前11時50分～午後0時50分(全6回)
 場 遊水館
 人 18歳以上(高校生除く) 先着20人
 ￥3,000円(入館料・ロッカー代別)
 申 3月22日(金)11時から同館(☎384-1211)

地域包括支援センターくづつか 所在地・電話番号変更のお知らせ[4月1日(月)～]

変更後
 所在地：前新田甲74番地1(特別養護老人ホーム新潟北愛宕の園内) ☎250-1280
 受託法人：社会福祉法人 愛宕福祉会
 これまでどおり、葛塚、木崎、早通、光晴(一部)中学校区を担当します。高齢者に関する様々な相談に対応します。相談は無料で秘密は守られます。お気軽にご相談ください。
 ※地域包括支援センター阿賀北、地域包括支援センター上土地亀は変更ありません
 問 健康福祉課高齢介護係(☎387-1325)

豊栄環境センター ごみの自己搬入の受入時間変更

問 同センター(☎386-0909)

令和6年3月まで	(変更後)令和6年4月から
祝休日を除く月曜から土曜日 午前8時半～正午 午後1時～午後4時半	祝休日を除く月曜から土曜日 午前8時半～正午 午後1時～午後4時 (土曜は午後3時まで)

小学生テニス教室

場 豊栄総合体育館 持ち物 ラケット(貸し出しあり)・運動靴

対象	定員	初日	時間	回数	参加費
小学1～3年生	8人	4/5(金)	16:10～17:10	回数、参加費は問い合わせてください。	
小学3～6年生	12人		17:20～18:50		

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

俳句

市民文芸 HAIKU

良寛忌手直しの朱のしたたれり
 風運びくる乙女らの早春賦
 胃カメラを上手に飲めて日脚伸ぶ
 行摺の墓に供へし露の臺
 春炬燵寝覚は己が呻き声

田丸 信子(嘉山)
 小柳 恵子(白新町)
 伊藤 勉(柳原)
 有田 好(東栄町)
 佐藤 豊太郎(嘉山)

※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。

遊水館開館時間の変更

3月20日(祝)はイベント開催のため、正午に開館します。
 問 同館(☎384-1211)

<広告欄>

3月31日(日)、4月6日(土)の午前9時から午後5時まで、臨時窓口を開設します。【開設窓口】区民生活課、健康福祉課