

# 北 区役所 だより

潟と大河と日本海、水の恵みに生まれ、人と人がつながり、心豊かに支え合い、発展するまち

令和6年(2024年) 7月7日号

毎月第1・3日曜日発行  
Vol.414

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](mailto:chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp)

北区 人口 70,540人(-66) 男 34,465人(-25) 女 36,075人(-41) 世帯数 30,022世帯(+22) ※令和6年5月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から



北消防署 救急隊

## 熱中症を予防して、元気に過ごそう!

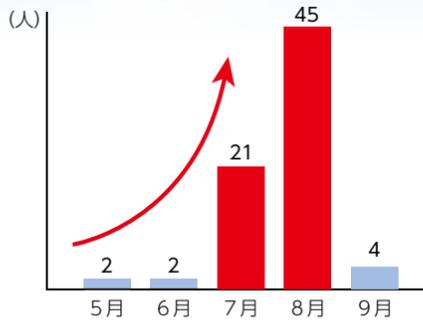
問い合わせ 北消防署消防課消防係救急担当(☎025-387-0119)

### 7・8月は要注意

熱中症は例年、気温が上がる7・8月に集中して発生しています。

子どもや高齢者は体温を調節することが難しいので、特に注意が必要です。

北区の熱中症による救急搬送者数(令和5年)



こんな時は  
ためらわず**119番!**

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



### + 熱中症の応急手当 +



- 涼しい場所へ移動、衣服を緩め、安静に寝かせる
- エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体を冷やす



### 保健師からの熱中症ワンポイント

～子どもや高齢者は特に注意が必要です～

#### 子どもの特徴

- 地面の照り返しにより、高い温度にさらされる
- 汗腺などが未熟
- ▶暑いときには外に出さない 遊びの最中には、水分補給や休憩をとる

#### 高齢者の特徴

- のどの渇きを感じにくい
- 汗をかきにくい
- 暑さを感じにくい
- ▶室温をこまめにみる エアコンや扇風機を活用する

外出時・室内でもこまめに水分・塩分を補給しましょう



北区役所 保健師

## 夏は海でエンジョイ! 島見浜海開き

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。

### 海を安全に楽しむために

- 子どもだけの遊泳はさせない、目を離さない。
- 体調が悪いときは遊泳しない。
- 飲酒したら遊泳しない。
- 風が強い、波が高いときは遊泳しない。
- 遊泳中は風で流されていないか確認する。
- 開設期間外は遊泳しない。
- 必ず遊泳区域(=右図=)内で泳ぎましょう。



### 海のSOSは118番!

海上保安庁の緊急通報用番号です。海上での事故を見つけたら落ち着いて通報してください。万が一、事故にあった場合に連絡できるように、携帯電話は防水パックを利用しましょう!

問い合わせ 新潟海上保安部交通課(☎025-244-1008)



開設期間

7月13日(土)～8月18日(日)

開場時間

午前8時45分～午後5時30分

問い合わせ 産業振興課商工観光グループ(☎025-387-1356)



…離岸流が発生しやすいため遊泳禁止

### 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。



### 集団がん検診のお知らせ(7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)

☑ 令和7年3月31日時点で40歳以上の人  
受付開始直後の時間は混雑が予想されます。  
ご都合のつく人は比較的空いている受付時間後半にお越しください。

月	日	曜	会場	時間
7	12	金	岡方コミュニティセンター	9:00 ~ 11:00
			内沼公民館	13:30 ~ 14:00
	17	水	長浦コミュニティセンター	9:00 ~ 11:00
			上大月公民館	13:30 ~ 14:00
	24	水	北区役所 1階 交流スペース	9:00 ~ 11:00
			北区役所 1階 交流スペース(女性専用)	13:00 ~ 15:00
26	金	岡方第二小学校	9:00 ~ 10:00	
		シルバー人材センター北事務所	11:00 ~ 11:30	

#### 集団がん検診を受けるときの注意事項

**持ち物** 健康保険証(健康保険証登録したマイナンバーカードも可)、がん検診受診券、自己負担金、個人記録票

- ・マスク着用にご協力をお願いします。
- ・ファスナー等の金属や、ボタンのない無地のTシャツで来てください。検診着の利用は有料(200円)です。

### 健康ひろば

受動喫煙～大切な家族への影響～

問 健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

#### ■受動喫煙とは

たばこを吸っている人の煙(主流煙)と、火のついた先端部分からの煙(副流煙)のいずれかを他人が吸ってしまうこと。  
主流煙より副流煙の方が有害物質を多く含んでいるため、注意が必要です。

#### ■分煙できていますか

副流煙に含まれる化学物質は、毛髪や衣類、ソファなどに付着します。直前に喫煙していると相手が化学物質を吸ってしまいます。

家の中は完全禁煙にして、子どもや孫と接する前の喫煙は特に避けましょう。



#### 【副流煙に含まれる成分(抜粋)】

成分	人体への影響	主流煙との比較
ニコチン	血管収縮し血圧上昇	最大約19倍
タール	ヤニ、発がん物質を多く含む	// 10倍
一酸化炭素	血液の酸素運搬を妨げる	// 21倍
アンモニア	目などの粘膜を刺激	// 2,565倍

(厚生労働省 e-ヘルスネット たばこの煙と受動喫煙より引用)

#### ■禁煙への第一歩、お手伝いします

自分や家族のためにも、禁煙へ一歩踏み出してみませんか。  
禁煙外来を実施している医療機関はこちらから▶



#### ■1年に1回 肺がん検診を受診しましょう

喫煙の有無を問わず、40歳以上の方は検診を受診しましょう。  
がんを早期に発見できれば治療で治る可能性が高まります。

詳しい日程や受診方法はこちらから▶



### ハピスカとよさかスポーツ教室 夏休み特別体験 参加者募集!

教室名	開催日	時間	対象	参加費 (全日程分)
①卓球 初級～中級(火)	7/23、30、 8/20、27	16:00～18:00	小学生	600円
②陸上教室(キッズ)	7/24、31、 8/21、28	16:40～17:40	小学1～ 3年生	2,500円
③ヒップホップダンス教室 (キッズ)	7/25、 8/1、22、 29	16:30～17:20	年少～年長	2,500円
④ヒップホップダンス教室 (ジュニアU9)		17:30～18:30	小学1～ 3年生	2,800円
⑤ミニバスケットボール教室		19:30～21:00	小学生	600円
⑥テニス教室 1-3年クラス	8/2、9、 23、30	16:10～17:10	小学1～ 3年生	2,500円
⑦テニス教室 3-6年クラス		17:20～18:50	小学3～ 6年生	2,800円
⑧フットサル教室U9(土)	8/3、17、 31	9:20～10:40	小学1～ 3年生	1,200円
⑨キッズスポーツ		9:30～11:30	小学生	500円
⑩卓球 初級～中級(土)				400円

場 豊栄総合体育館

☑ 令和6年度に教室参加申込されたことがない人  
☑ 問 問 ハピスカとよさか(☎386-7522)、公式LINE▶



### 豊栄大民謡ながし参加団体募集

お一人でも大歓迎

☑ 9月5日(木)午後7時～8時40分 ※雨天の場合は中止

場 北区役所、北区文化会館前道路

種目 ざりがち唄・豊栄おどり

☑ 8月9日(金)までに豊栄地区公民館に  
備え付けの申込用紙に必要事項を記入し  
提出

※個人で参加希望の場合は、電話で同館  
問 同館(☎387-2014)



### 身近なアンコンシャスバイアスを知る

日常にあふれているアンコンシャスバイアス(無意識の思い込み)。  
無意識のうちに相手を傷つけてしまったり、苦しめたりしないようにアンコンシャスバイアスを知ることから始めませんか。

日にち	テーマ	講師
8月9日(金)	日常にあふれるジェンダー	
8月23日(金)	ドラマや映画からみえる社会の変化	新潟国際情報大学 准教授 藤本直生さん
8月30日(金)	それぞれ違う「当たり前」はどこから	新潟大学 准教授 杉原名穂子さん

時間 午後7時～9時 場 豊栄地区公民館

☑ テーマに関心のある人先着15人 ※保育あり(6カ月以上の就学前児 先着2人)

☑ 7月21日(日)までに市ホームページ[e-NIIGATA]で申し込み  
問 同館(☎387-2014)



### ござはなレポート

#### 北区トマト王国協議会が設立

6月5日(水)、北区トマト王国協議会設立総会が行われました。

同協議会は北区トマトに関するPR活動や各種支援を充実させ、北区は「トマト王国」のイメージの定着を図ること、高齢化等による不作付地や空きハウスの情報を関係者で共有し、新規就農者への紹介など担い手確保の体制強化を目的としています。

同協議会設立にあたり丸山  
北区長は「県内の6割を生産しているどこにも負けない北区トマトを生産者、商工団体など多様な団体と連携を深めて販促、消費拡大をしていきたい」と話しました。



#### ボランティアで歩道をきれいに

6月15日(土)、北区建設業協会の皆さんがボランティアで歩道の草刈りと清掃を実施しました。これは同協会が10年以上前から行っている活動です。

北警察署前から高速道路の間約2キロの草が手際よく刈り取られ、きれいになりました。同協会長の佐久間さんは「ここは北区の玄関口なのできれいにしようということで実施した。これからも続けていきたい。こうした活動を通して、建設業に興味を持ってもらうきっかけにしたい」と話しました。



にいがた防災メールでも緊急情報を発信しています。ご利用ください。



