

こんにちは!高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センターです 今月のお知らせ

地域包括支援センターによる「リオン・ドール白根店 高齢者出張相談会」

回 3月4日(水)午前10時~11時半 場 リオン・ドール白根店
内 介護保険をはじめ高齢者福祉全般について ※血圧測定あり

認知症カフェ~より道カフェかけ橋~

回 3月28日(土)午後1時半~3時半 場 白根健康福祉センター
内 リハビリ専門職直伝 いまからできる認知症予防
料 300円(茶菓代) 場 当日直接会場へ

☆介護が必要な状態になることを防ぎ、いつまでも元気でいるために...

いつまでも住み慣れた地域で元気に過ごせるよう、さまざまな取り組みを紹介しています。体操教室や集いの場所、地域での支え合いの担い手など、お気軽に問い合わせてください。

高齢者が住み慣れた地域で、安心して生活できるよう、さまざまな相談に応じています。相談は無料で、秘密は守られます。

地域包括支援センターしろね南 (担当:白根第一・白南中学校区) ☎373-6770
地域包括支援センターしろね北 (担当:白根北・白井中学校区) ☎362-1750
地域包括支援センターあじかた (担当:月瀧・味方中学校区) ☎372-5121

家族介護教室

回 3月26日(木)午前10時~正午 場 味方健康センター
内 ①元気な体のつくり方(講義・実践)
②カーリンコンで楽しく体を動かしましょう(実践)
内 自宅で介護をしている人や介護に関心のある人 先着20人
回 3月25日(水)までに小規模多機能型居宅介護事業所 いきいき味方 ☎373-2466



子育て

3月の児童センター・児童館 目玉イベント

- 白根北児童館 ☎379-1260
幼児絵本読み聞かせ&ホットほっとタイム
回 3月19日(木)午前10時半~11時半
内 絵本読み聞かせの後、ママはホットカフェで一休み。子どもたちは遊びタイム
内 乳幼児とその保護者 場 当日直接会場へ
- 味方児童館 ☎201-8346
春休みお楽しみ会
回 3月20日(金・祝)午後2時から
内 いろいろなレクリエーションゲームを楽しむ。土産あり
内 小学生以上 先着30人
場 当日までに同館
- 白根南児童館 ☎201-6021
バルーンショー
回 3月22日(日)午前10時半~11時
内 ナマラエンターテイメントminaさんの参加型バルーンショー
場 当日直接会場へ
- 白根児童センター ☎372-0530
スプリングコンサート
回 3月25日(水)午後2時半~3時半
内 連弾クラブによるピアノ演奏やグリークラブによるダンス発表
場 当日直接会場へ

図書館情報

- 白根図書館 ☎372-5510
▷読書会
回 3月15日(日)午後2時から
場 白根学習館
内 テーマ「ローラ・インガルス・ワイルダー」※「大草原の小さな家」シリーズの作者 テーマの本を持参ください
▷赤ちゃんタイム
回 毎週土曜 午前11時~午後2時半
場 白根図書館
▷おはなしのじかん
回 毎週土曜 午後2時から 場 同館
- 月瀧図書館 ☎375-3001
▷おはなしのじかん
回 3月12・26日(木)午前11時~同30分
場 同館
内 乳幼児から
▷赤ちゃんタイム
回 毎週木曜 午前10時~正午
場 同館
▷えほんのへや(絵本のよみかたり)
回 毎週土曜 午前10時半~11時
場 同館

車上狙いにご注意ください!

区内のスポーツ施設駐車場で、車から金品などを盗む車上狙いが発生しています。被害に遭わないために、次のことを心掛けましょう。

- バッグや財布、貴重品を置いたまま車から離れない。
- 車から離れるときは、ドアロック(施錠)を確実に行う。

場 地域総務課 ☎372-6431



安兵衛ゆかりの家宝展 門外不出の品々を公開

赤穂四十七士の一人堀部安兵衛は、15歳からの数年間を南区庄瀬地区牛崎(当時の新発田藩領牛崎村)で過ごしたと伝えられています。姉・きんの嫁ぎ先である武家の長井家で、日夜一心に文武に励んでいたとのこと。

昨年、同家の子孫から代々伝わる家宝を市に寄付いただきました。数百年の永い間、門外不出の書画など約30点を、今回初めて公開します。記念講演会では、貴重な品々の言い伝えなどを紹介してもらいます。

場 地域総務課 ☎372-6604

【展覧会】 観覧無料

回 3月21日(土)~26日(木) 午前9時30分~午後5時
※3月21日は午前10時から開場式を実施
場 白根学習館 ルーム1・2

【記念講演会】 入場無料・申込不要

回 3月21日(土)午前10時45分~午後0時15分
場 同館 ラスペックホール



詳しくはこちら



大石内蔵助が安兵衛に渡したとされる掛軸「春蘭図」

白根ハーフマラソン 参加ランナー募集

回 5月10日(日)
午前9時から順次スタート、午前11時45分コース閉鎖
場 白根総合公園多目的広場
種目 ハーフ・10km・5km・2km
内 小学3年生以上先着2,000人 ※健康で大会規定を遵守でき、コース閉鎖時間内に走ることができる人。障がいのある人で単独走行が困難な場合は伴走者(介助者)を帯同してください
料 高校生以上 ハーフ4,000円、10km・5km3,000円、小・中学生1,000円、ペア3,000円(小・中学生ペアは2,000円)
回 3月31日(火)までに右の二次元コードから申し込み
場 地域総務課 ☎372-6604



エントリーはこちら



大会公式ホームページ

横断歩道は歩行者が優先です

暖かい季節の訪れとともに、人や車の動きが活発になり、交通事故が起きやすくなります。特に3月は交通死亡事故に占める横断歩行者の割合が高くなります。横断歩道は、歩行者が優先です。ドライバーは、横断歩道の手前では減速し、横断者がいる時は必ず一時停止をしましょう。

歩行者は、道路を横断する際は、車が来ていないか遠くまで見るなどの安全確認を十分に行い、横断歩道を渡りましょう。また、白色などの明るい服装を心掛け、夜光反射材などを積極的に活用し、ドライバーに自らの存在を知らせましょう。

場 地域総務課 ☎372-6431

~横断歩行者を守る交通事故防止運動~
実施期間 3月1日(日)~10日(火)



南区防災セミナー

台風19号をはじめ近年起きている事例を中心に、水害に対する備えについて語ります。

回 3月12日(木)午後7時~8時半(午後6時半 開場)
場 白根学習館
内 テーマ「今どきの水害からの身の守り方Part2」
講師 (公社)中越防災安全推進機構 地域防災力センター長 諸橋和行さん
場 当日直接会場へ
場 地域総務課 ☎372-6431

春の火災予防運動 (実施期間) 4月1日(水)~7日(火)

「ひとつずつ いいね!で確認 火の用心」(平成31年度 全国統一防火標語)

春先は空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節です。火災による被害を減らすには、一人一人が普段の生活の中で火災予防の対策を行うことが大切です。

防火の知識や技能を修得し、みんなで防火意識を高めましょう。
場 南消防署市民安全課 ☎372-0119



にいがた防災メール(南区)に登録を!

