

まちの話題 TOWN TOPICS 身近な情報をお知らせください ☎264-7180 地域課 広報・広聴担当まで

西区農産物等食品販売社会実験

青山海岸「なぎさのふれあい広場」での出店者を募集

問い合わせ 西区 農政商工課 食と産業振興室(☎025-264-7630)

この社会実験は、地域のにぎわい創出、産業振興、国道402号の魅力向上や広場の有効活用方法などの可能性を探ることを目的に実施するものです。詳しくは区ホームページ中の「区からのお知らせ」(右二次元コード)をご覧ください。



期間 4月29日(祝)～7月12日(金)
所在地 上新栄町5824なぎさのふれあい広場
対象 市税等の滞納がなく区内に事業所等の所在地がある事業者 下表
①②各1店舗(出店の可否は、区が設置する審査委員会で審査)
申し込み 3月18日(月)までに、区ホームページに掲載または西区役所に設置している必要書類を記入し、郵送(〒950-2097)または直接窓口で問い合わせ先へ提出

Table with 3 columns: 出店形態, 出店場所(同広場内), 出店日時, 販売食品(酒類は不可), 付随用務. It details two types of stalls: one with equipment and one with temporary structures.

テコンドー型部門で国際大会へ!

小針中3年生の齋藤春来さんが、1月20日、2月16日にそれぞれ開催されたテコンドー型部門(プムセ)の全国少年少女選抜選手権、全日本ジュニア選手権で優勝し、6月にヨルダンで開催予定の国際大会への進出を決めました。

齋藤さんがテコンドーを始めたのは小学校4年生のころ。通っていた空手道場でテコンドーに出会い、その型の魅力にひかれたことがきっかけでした。県外や本場の韓国で指導を受けるなどして成長し、今回初めて公式の国際大会に出場します。

「日本のプムセの競技人口はまだ少ないけれど、海外は本当にレベルが高い。自分の力を試しつつ、良いところを吸収して、自分の成長や国内のプムセ競技人口の増加につなげたい」と意気込みを語りました。



西区健康応援コラム⑩ あなたの血圧大丈夫?

問い合わせ 西区 健康福祉課 健康増進係 (☎025-264-7423)

●家庭で測る血圧

家庭での血圧は、病院で測るものよりも低く、高血圧を診断するためには特に有用です。この平均血圧が135/85mmHg以上になると「高血圧」が疑われます。

●高血圧と重大疾患

高血圧は自覚症状がほとんどありませんが、知らない間に動脈硬化を進行させ、脳卒中や心筋梗塞などの重大疾患を招くことがあります。

●家庭での測定で予防を!

普段から家庭で測定し、高血圧と診断される前に対策をとりましょう。

家庭で血圧を測るポイント

※高血圧で治療中の人は、主治医の指示に従ってください。

- ①上腕で測定するタイプの測定器を使う
②朝(起床後1時間以内、排尿後、朝食前)と夜(就寝前。入浴直後は避ける)の1日2回測定し、その平均値を記録する



- 高血圧は食事や運動などで予防することができます。
●本紙毎月第3週号掲載の「成人健康相談」では、測定記録や健診結果をもとに、保健師や管理栄養士が相談に応じます。ぜひご利用ください。
●血圧が高く不安な時は、記録を持ってかかりつけ医へご相談ください。

参考:新潟県 健(検)診ガイドライン(平成30年3月)

西区役所 ミニコンサート

問い合わせ 西区 地域課 文化・スポーツ担当(☎025-264-7193)

会場の工事に伴い休止していた、西区役所ミニコンサートが4カ月ぶりに復活!今回は、バイオリンの二重奏です。午後のひとときに音楽をお楽しみください。

日時 3月22日(金) 午後0時20分～0時50分

会場 西区役所健康センター棟 1階

出演 庄司愛(左写真)、佐々木友子
曲目 カノン(パッヘルベル)、マドリガル(シモネッティ)、ノルウェーの旋律によるコンチェルト・カプリス(ハルヴォルセン)



HEALTH & WELFARE 健康と福祉

3月の健診・相談など

西区 健康福祉課 健康増進係 (☎025-264-7423)

■股関節検診

対象 平成30年11月生まれと12月生まれの一部

■1歳6カ月児健康診査

対象 平成29年7月生まれの一部と8月生まれ

■3歳児健康診査

対象 平成27年8月生まれの一部と9月生まれ

■母子健康手帳の交付&妊婦健康相談

日時 3月18日(月)午後1時～1時45分
会場 坂井輪健康センター

持ち物 妊娠届出書、同届出書に記載されているもの

■妊婦歯科健診

当日に母子健康手帳の交付を受けた人も受診できます。

Table with 2 columns: 3月, 会場. Shows dates and locations for various health services.

時間 午後1時～1時45分
持ち物 母子健康手帳

■乳幼児に関する育児相談

持ち物 母子健康手帳
●は栄養相談、★は歯科相談あり

Table with 3 columns: 期日・受付時間, 会場. Lists dates and times for childcare consultations.

赤ちゃん&こどもの食生活

申し込み 新潟市役所コールセンター (☎025-243-4894)

■はじめての離乳食 要申し込み

Table with 3 columns: 4月, 会場, 定員. Lists dates and locations for the first baby food consultation.

時間 午後1時30分～3時30分
内容 離乳食の進め方、試食
対象 生後4～5カ月の赤ちゃんの保護者
持ち物 母子健康手帳、バスタオル
申し込み 6日(水)から

■ステップ離乳食 要申し込み

日時 4月9日(火)午前10時～11時30分
会場 坂井輪健康センター
内容 離乳食の進め方、試食
対象 生後6カ月以降で、2・3回食に進もうとしている赤ちゃんの保護者 先着30人
持ち物 母子健康手帳、バスタオル、らくらく離乳食ガイドブック(持っている人)
申し込み 6日(水)から

坂井輪児童館

寺尾上3-10-42 ☎025-269-3154
開館時間 午前9時～午後5時
休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)、祝日の翌日
毎日正午～午後1時30分、5日(火)、12日(火)の午後1時30分～3時45分、7日(木)、10日(日)、14日(木)の午前中は入館できません。

●是直接同館、★は要申し込み

★春のお楽しみ会
日時 3月10日(日) 午前10時30分～11時30分
内容 絵本劇、ほか

出演 ミュージカル劇団オンディーヌ
対象 幼児(保護者同伴)、小学生 先着30人

●「チャレンジ工作」
10日(日)まで「マジックスクリーン」
12日(火)～20日(水)「ウォールポケット」
21日(祝)～31日(日)「ぷくぷくキャット」

●ピヨピヨクラブ【水曜日】※

3月6日「ほのわちゃんがやってくる!」
対象 0～2歳未満児と保護者
●うさちゃんクラブ【金曜日】※
3月8日「ほのわちゃんがやってくる!と測定」
対象 2歳以上の未就園児と保護者
※の時間は午前9時～正午(10時30分から30分程度のプログラムあり)

有明児童センター

西有明町1-80 ☎025-267-7311
開館時間 午前10時～午後5時
休館日 日曜日、祝休日

直接同センターへお越しください。

- 子ども春まつり
日時 3月9日(土)午後2時～3時30分
対象 小学生
参加費 200円
●お楽しみ、こうさくランド
日時 3月9日(土)午後2時～3時
内容 マグネットのメモパサミ
対象 小学生
参加費 200円
●親子で遊ぼう【毎週火・水・金曜】
時間 午前10時30分～11時30分
対象 未就園児と保護者
●子育て相談 ※要予約
日時 毎週水曜日午前10時30分～11時30分、午後1時～2時