

# 仲秋の赤塚で句を楽しむ

問い合わせ 西区 農政商工課 食と産業振興室(☎025-264-7623)

かつて句会が盛んに開催された赤塚。俳句に触れ、詠み、親しむイベントを開催します。この機会に俳句の世界を体験してみませんか。

## はいきんぐ 西区赤塚 秋の北国街道俳句ing

句碑・句会奉納額を巡り、みんなで俳句作りに挑戦

先人の遺した句に触れながら赤塚・佐潟歴史ガイドの案内でまち歩きを行い、俳句作りに挑戦します。ぜひご参加ください。



**日時** 9月19日(土)午前9時～正午

**コース** 佐潟水鳥・湿地センター～三句碑～赤塚神社～大慈寺～長五郎薬師堂(俳句作り)

集合 佐潟水鳥・湿地センター  
定員 15人(応募多数の場合、抽選) 参加費 500円(資料・保険代)  
申し込み 9月1日(火)までに、はがき(〒950-2097)またはメール(nosei.w@city.niigata.lg.jp)で、「北国街道俳句ing」、参加者全員の郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、問い合わせ先。当選者のみ3日(木)に案内を発送

## 赤塚 秋の句会ライブ in 赤塚中学校



(株)夏井&カンパニー 家藤正人さんによる句会ライブを開催します。初心者でも俳句を楽しむことができる新しい句会です。作句体験を通して俳句に親しんでみませんか。

**日時** 9月28日(月)午後1時30分～3時

会場 赤塚中学校体育館(駐車場は佐潟公園駐車場をご利用ください)  
定員 50人(応募多数の場合、抽選)  
申し込み 9月14日(月)までに、はがき(〒950-2097)またはメール(nosei.w@city.niigata.lg.jp)で、「句会ライブ」、参加者全員の郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、問い合わせ先。当選者のみ16日(水)に案内を発送



講師 家藤正人(株)夏井&カンパニー 俳人  
母で俳人の夏井いつきのアシスタントとして経験を積む。全国各地で俳句講師として教室や句会ライブの活動を行っている。Eテレ「俳句王国がゆく」やBSNラジオ「夏井いつきの一句一遊」に出演中。

## 秋の昆虫観察会

問い合わせ 佐潟水鳥・湿地センター(☎025-264-3050)

秋の佐潟で見られるトンボやバッタ、カマキリなど、さまざまな昆虫を観察します。佐潟ボランティア解説員と一緒に秋の昆虫を楽しみませんか。



**日時** 9月5日(土) 午前8時～10時(雨天中止)

集合場所 佐潟水鳥・湿地センター  
定員 小学生以上(小学生は保護者1人と同伴) 先着9人  
持ち物 屋外で活動できる服装、帽子、飲み物、タオル、筆記用具、虫かご・虫捕り網(貸し出し可)  
申し込み 19日(水)～26日(水)に電話で問い合わせ先(月曜休館。祝日の場合は翌日)

## HEALTH & WELFARE 健康と福祉

### 9月の成人健康相談

最近の健診結果と健康手帳のある方はお持ちください。

9月	時間	会場	栄養相談	問い合わせ・申し込み
7日(月)	午前9時30分～11時	西地域保健福祉センター 要申し込み	有	西地域保健福祉センター ☎025-264-7731
10日(木)	午前9時30分～11時 午後1時30分～3時	坂井輪健康センター 要申し込み		西区健康福祉課 地域保健福祉担当 ☎025-264-7453

### 肺がん集団検診追加実施 要申し込み

期日	予約開始日
9月2日(水)、7日(月)	8月18日(火)
9月18日(金)、25日(金)、30日(水)	8月24日(月)

時間 午後2時～4時  
会場 新潟県保健衛生センター成人病検診センター(中央区川岸町2)  
対象 職場などで受診の機会のない40歳以上の人 各先着40人  
申し込み 電話で同センター(平日午前9時～午後4時30分 ☎025-333-8328・025-267-6323)  
問い合わせ 保健所健康増進課(☎025-212-8162)

### 9月の妊婦歯科健診 要申し込み

日時 9月9日(水)午後1時～2時15分  
会場 西地域保健福祉センター  
定員 先着30人  
持ち物 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票(持っている人)  
申し込み 19日(水)から西区健康福祉課健康増進係(☎025-264-7423)

### 坂井輪児童館

寺尾上3-10-42 ☎025-269-3154  
開館時間 ①午前9時15分～10時15分  
②午前10時30分～11時30分  
③午後2時～3時  
④午後3時15分～4時15分  
定員 各時間 先着10人(平日の①②は、乳幼児と保護者のみの利用)  
休館日 月曜(祝日の場合は翌日)  
毎週木曜の①②、21日(金)の①～③は入館できません。

### ★おしえて! 歯科衛生士さん! 乳幼児のお口ケア 要申し込み

日時 9月16日(水)午前10時30分～11時30分  
対象 未就園児とその保護者 先着5組  
申し込み 22日(土)午前10時15分から電話で同館

新型コロナウイルス感染症の影響により、事業実施が困難となった場合は、西区役所ホームページや西区役所公式ツイッター、にしっこはぐくみLINKでお知らせします。

## 西区健康応援コラム

問い合わせ 西区 地域課 文化・スポーツ担当(☎025-264-7193)

新型コロナウイルス感染症の影響で、お家で過ごす時間が増え、運動不足になっていませんか。新潟大学教育学部の檜皮貴子先生が手軽にできる体操をお伝えします。

### 両手でじゃんけんぽん

- 右手はグー、チョキ、パーの順に出し、左手は右手に勝つように、パー、グー、チョキの順に出します。両手を同時に出してみましょう。
- ゆっくりとしたペースでできるようになったら、少しスピードを上げて3回繰り返してみましょう。
- 右手と左手の役割を交代してやってみてもよいでしょう。



手や指の運動では、少し難しい運動に挑戦してみましょう。失敗したときは大いに笑って、楽しむことを忘れないでください。