



西区 人口:155,109人(+50) 男:74,655人(+15) 女:80,454人(+35) 世帯数:70,413世帯(+34) ※令和4年9月末現在(カッコ内は前月比、住民基本台帳による) 面積94.00km<sup>2</sup>

# 地震発生！津波が来る！ あなたはどうする？

問い合わせ 西区 総務課 安心安全係(☎025-264-7120)

平成23年の東日本大震災では、東北地方の太平洋沿岸を襲った津波によって、多くの命が失われました。地震に伴う津波の理解を深め、事前にできることや、いざ津波が来た時にどのように行動するべきかをこの機会に考えてみませんか。



自分の命、大切な人の命を守るために



## いま、あなたは何ができる？

### まずはハザードマップで事前確認！

まずはハザードマップ(右の二次元コード)で津波の浸水想定や到達時間を確認しましょう。特に生活の中心となる自宅や職場などのハザードマップの確認をお願いします。



### 避難できる場所を事前確認！

津波が発生した時に避難できる「津波避難場所」、「津波避難ビル」、安全な高台などを事前に確認しましょう。また、外出時など、事前に確認していない場所にいる時に津波が発生することもあります。避難できる施設にはマークが設置されていますので覚えておきましょう。



津波避難場所



津波避難ビル



津波避難ビルの看板

### 情報入手手段を事前確保！

にいがた防災メール



市LINE公式アカウント



新潟県防災ナビ



## いざ、災害が起きたら？

### 原則は「すぐに、より高く、より遠くへ避難！」

津波は地震後に発生し、第2波、第3波と繰り返してきます。また、陸上での速さはオリンピックの短距離走選手並みで、津波を確認してから避難しては間に合いません。津波が来る恐れがある場合は、地震がおさまって身の安全を確保できたら、すぐに避難を始めてください。

### 津波による避難情報はすべて「避難指示」です！

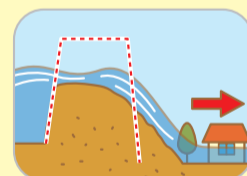
気象庁が津波注意報、津波警報または大津波警報を発表すると、市は対象エリアに「避難指示」(危険な場所から全員避難)を発令します。特に沿岸・沿川地域の人はすぐに行動できるよう、普段からの準備が大切です。

### 沿岸・沿川地域は地震発生から30分未満で津波到達！

沿岸や沿川は、津波が来るまでの時間に余裕がありません。強い地震を感じたら、津波警報などを待たずに、すぐに避難してください。

#### 沿岸地域の特徴

津波の力が非常に強く、建物などを破壊することがあります。また、沿岸では土地が高くても、津波が勢いよく押し寄せ、被害がでる可能性があります。



#### 沿川地域の特徴

堤防があっても地震によって決壊し、津波発生前でも河川から浸水が発生する場合があります。さらに、津波が河川を遡上して被害が拡大する場合があります。

## 西区ふれあい・あきまつり2022

問い合わせ 西区 健康福祉課 子ども支援担当(☎025-264-7343)

誰でも参加でき、スポーツ・遊び・学びを楽しめるイベントを開催します。直接会場へお越しください。

**日時** 10月29日(土)午前9時～正午

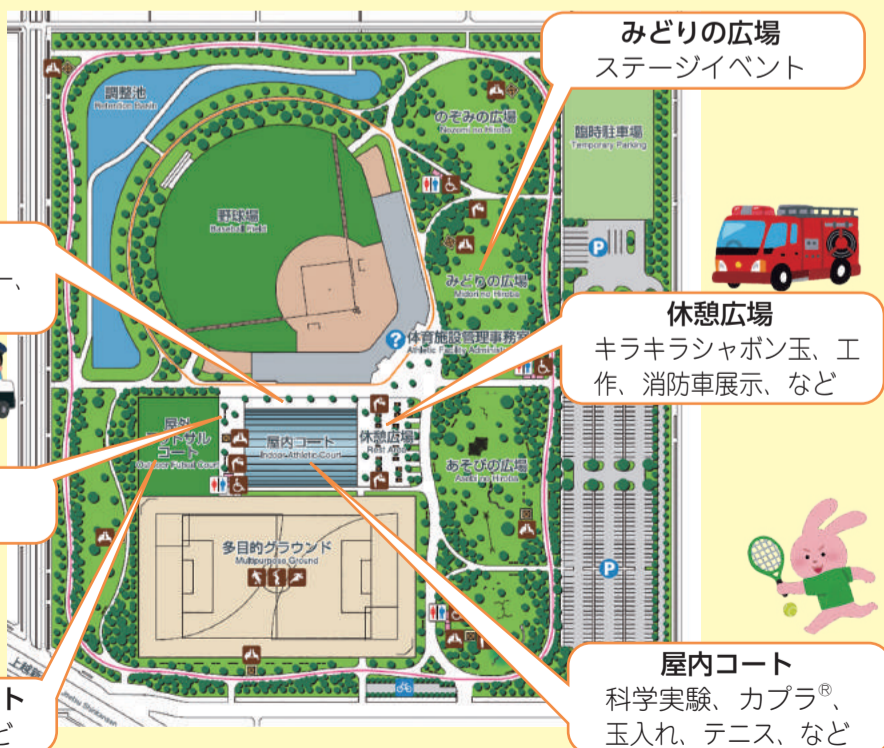
**会場** みどりと森の運動公園



**屋内コート脇**  
バザー、ゲームコーナー、パトカー展示、など

**コート脇**  
起震車体験

**屋外フットサルコート**  
防災コーナー、など



**みどりの広場**  
ステージイベント

**休憩広場**  
キラキラシャボン玉、工作、消防車展示、など

**屋内コート**  
科学実験、カプラ®、玉入れ、テニス、など

○今号掲載の情報は10月7日時点のものです。新型コロナウイルスの感染状況により催し等を中止する場合があります。開催状況はそれぞれの問い合わせ先までご確認ください

○催しに参加する場合は、それぞれで実施される感染対策を確認し、徹底をお願いします

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

子どもから家庭へ、そして地域へ 小針納涼大会



9月23日、小雨の降る中、小針小学校グラウンドで小針納涼大会が3年ぶりに開催されました。シャボン玉パフォーマンスやゲームコーナーなどが開かれ、地域の子ども、住民が参加し、大いに盛り上がりました。

同実行委員長の岩原さんは「コロナ禍で我慢を強いられてきた子どもたちの笑顔が、たくさん見られたことが何より。来年以降も開催できることを祈っています」と話していました。

10月23日は新潟市長選挙の投票日 貴重な1票を無駄にせず、投票に行きましょう

問い合わせ 西区選挙管理委員会事務局(西区総務課内)☎025-264-7112

期日前投票を実施しています

日時 10月22日(土)まで 午前8時30分～午後8時

会場 西区役所健康センター棟、西出張所、黒埼出張所

最終日は大変混み合います

期日前投票の最終日は大変混み合います。比較的している平日に行くなど、ご協力をお願いします。



小新中学校ウエルカム参観日

中学生と一緒に地域防災を考えてみませんか?

問い合わせ 西区教育支援センター(☎025-264-7530)

地域と学校が一緒になり、よりよい地域をつくる活動の一環で、ウエルカム参観日を開催します。今回は、地域防災を考えます。避難所運営ゲームを通じて「有事の際には地域の一員として何が出来るか」を疑似体験する姿を、どなたでも参観できます。ぜひ、ご参観ください

日時 11月16日(水) 午後1時35分～3時25分

会場 小新中学校

定員 先着50人

申し込み 電話で同校(☎025-233-1825)



HEALTH & WELFARE

健康と福祉

健康相談

最近の健診結果のある人はお持ちください。

Table with columns: 11月, 時間, 会場, 問い合わせ・申し込み. Rows list consultation dates and locations like 西地域保健福祉センター and 坂井輪健康センター.

乳幼児に関する育児相談

●は栄養相談 ★は歯科相談あり 持ち物 母子健康手帳、バスタオル 申し込み 11月1日(火)から

Table with columns: 11月, 時間, 定員(先着), 会場, 問い合わせ・申し込み. Rows list consultation dates and locations like 坂井輪健康センター and 黒埼健康センター.

妊婦歯科健診

Table with columns: 11月, 受付時間, 会場, 定員(先着). Rows list prenatal dental checkup dates and locations like 坂井輪健康センター and 黒埼健康センター.

持ち物 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票 申し込み 19日(水)から新潟市役所コールセンター(☎025-243-4894)

1歳誕生歯科健診

持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル(希望者はフッ化物塗布料1,020円) 問い合わせ 西区健康福祉課健康増進係(☎025-264-7423)

★案内と問診票は対象者に郵送します ★都合がつかない場合はお問い合わせください

無関心のままでいいですか?

行こう!! 認知症の検査・予防セミナー

問い合わせ 西区健康福祉課 地域福祉・高齢介護グループ(☎025-264-7330)

超高齢社会の中で、認知症は誰もが関わる身近なものです。認知症は生活の備えや、進行を遅らせるために早期発見が大切です。健康な人も無症状な人もこの機会にぜひ、ご参加ください。

申し込み

新潟医療センター予約専用番号 ☎025-232-0126

受付時間: 午後3時～4時(土日祝日除く)

認知症の検査

簡易的な認知機能検査(改訂長谷川式簡易知能評価スケール)を行い、「認知症」「軽度認知障害(MCI)」「正常」のいずれかの測定を行います。

期間 令和5年2月までの月曜～金曜 午後1時30分～4時(1人15分程度)

会場 新潟医療センター(小針3)

対象 西区在住の令和5年3月31日までに65歳以上になる人で、医療機関で認知症の診断を受けたことがない人 各日先着10人

認知症予防セミナー

認知症予防や生活様式の提案など、1回につき5つのテーマのセミナーを無料で開催します。どなたでも参加できます。

期間 令和5年3月までの第1・3金曜 午後3時30分～5時(3月17日は除く)

会場 小針青山公民館2階大会議室

定員 各回先着80人

令和5年度の公民館定期利用団体を募集

公民館では、令和5年度の定期利用を希望する団体を募集します。令和4年度に定期利用している団体には個別にご案内します。新規に定期利用を希望する団体は、各公民館へお問い合わせください。

なお、定期利用説明会は開催しません。

Table with columns: 公民館名, 問い合わせ. Lists various wards and their contact numbers for regular group use.

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などでお知らせします。

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) 19日(水)の②、20日(木)、26日(水)、27日(木)、11月1日(火)の①②、21日(金)の②③、29日(土)の①～④、11月4日(金)の③④入館できません。

★タッチファースト

日時 11月8日(火)、15日(火)、29日(火)午前10時30分～11時30分(全3回) 内容 心と体の軸を育てるタッチケア 講師 佐藤麻美(タッチファースト普及委員) 対象 生後1カ月から首がすわる前までの赤ちゃんとその母親を含む保護者2名 先着5組 持ち物 バスタオル2枚、授乳クッション(ある人のみ) 申し込み 電話で同館

★元気いっぱい 運動しよう! II

日時 11月12日(土)午前10時30分～11時30分 講師 阿部位枝(新潟県レクリエーション協会) 対象 小学生 先着10人 申し込み 電話で同館

●は直接同館、★は要予約

●避難訓練

日時 10月22日(土)午前10時30分～11時30分 内容 火災を想定した避難訓練、消防車見学(予定) 対象 幼児とその保護者、小学生 先着10人

★ベビーヨガ

日時 11月1日(火)午前10時30分～11時30分 内容 ベビーヨガ&ママストレッチ 講師 佐藤麻美(ベビーヨガインストラクター) 対象 首がすわってから歩きはじめ前までの乳幼児とその保護者 先着10組(初めて参加する人のみ) 持ち物 バスタオル2枚 申し込み 電話で同館

にしっこはぐくみ LINKご利用ください

妊娠期から子どもが3歳になるまでの生活に必要なアドバイスや出産・子育て情報、西区からのお知らせが「LINE」で届きます。ぜひご登録ください。

登録方法

右の二次元コードを読み込むかLINE上でID「@523zjuz」を検索



感染対策を確認し、徹底をお願いします

# 情報プラザ

日=日時 場=会場 内=内容  
 講=講師 人=対象・定員 持=持ち物  
 参=参加費(記載のないものは無料)  
 申=申し込み 問=問い合わせ

★メールでの問い合わせ、申し込みは、携帯電話の迷惑メール対策(ドメイン拒否)などにより、担当課から返信できない場合があります。送信する前に設定の確認・変更をお願いします。  
 ★FAX・メールでの申し込みで、特に記載のないものは、住所、氏名、電話番号を明記してください。

## お知らせ

### 豪雨に備えよう 浸水対策に助成

浸水が発生した、または発生する恐れがある区域を対象に助成制度があります。

雨水浸透ます・貯留タンク設置、防水板設置等工事、駐車場かさ上げ工事

問 西部地域下水道事務所普及推進室 (☎025-370-6372)

### 住宅かさ上げ工事

問 下水道計画課 (☎025-226-2982)

### 10月17日(月)～23日(日)は行政相談週間です

総務大臣から委嘱された行政相談委員が、行政などへの苦情や困りごとなどの相談に応じます。相談は無料で、秘密は固く守られます。直接会場へお越しください。

日 毎月第2木曜午前10時～正午

場 西区役所健康センター棟1階会議室

問 総務省新潟行政評価事務所 (☎0570-090110)

### 第7回西区自治協議会

傍聴を希望する人は直接会場へお越しください。なお、会議の概要や資料は、区政情報コーナーや区ホームページでご覧になれます。

日 10月28日(金)午後3時から

場 西区役所健康センター棟1階大会議室

人 先着10人

問 西区地域課企画・地域振興担当 (☎025-264-7161)

### 佐潟水鳥・湿地センター早朝開館

ハクチョウをはじめとした冬鳥の飛来に合わせて早朝開館を行います。

日 11月～令和5年2月の土・日曜午前7時開館(12月31日、1月1日除く)

問 同センター (☎025-264-3050)

## 公民館

黒埼地区公民館 ☎025-377-1420  
 〒950-1115 鳥原909-1

メール kurosaki.co@city.niigata.lg.jp

◆幼児期家庭教育学級 新米パパママ講座

期日	内容(全3回)
11月20日	夫婦で話そう相手を思いやれる存在に
12月18日	子どもの心の変化を夫婦で学ぶ、二人で知ってきくと大切
1月15日	パパもママも子どもも楽しい!ふれあい遊び

時間 午前10時～正午

人 生後10か月～3歳児とその夫婦 10組(応募多数の場合、抽選。保育あり10人(応募多数の場合、抽選))

申 11月4日(金)までに新潟市電子申請サービス「かんたん申込み」(右の二次元コード)または電話で同館



西地区公民館 ☎025-261-0031

〒950-2112 内野町603

メール nishi.co@city.niigata.lg.jp

◆おもちゃ病院in西地区公民館

直接会場へお越しください。

日 11月6日(日)午後1時～3時

参 実費負担の場合あり

◆大正琴を楽しみませんか

日 11月10日(木)、24(木)午後1時～3時(全2回)

講 金子秀樹(株式会社 琴源 代表取締役)

人 先着10人 持 筆記用具

申 11月9日(水)までにメールまたは電話で同館

◆中野小屋いきいき健康教室

日 11月11日(金)午後1時30分～3時30分

場 中野小屋中学校体育館

内 中学生と一緒に無理なくできるストレッチや運動

講 乙川千香(こころとからだの健康スポーツ学セルフケアトレーナー)

人 先着20人

持 動きやすい服装、飲み物、屋内用運動靴、汗拭きタオル

申 19日(水)～31日(月)に電話で同館

## ふれあい掲示板

市民グループなどから寄せられた催し物案内に掲載しています。詳細は、主催者にお問い合わせください。

### 障害年金無料相談会

認知症、がん、ペースメーカー、人工関節などを装着している人で、障害年金を受給していない人や、更新の際に受給が停止になった人の相談を受けます。

日 10月28日(金)午後1時30分～4時

場 黒埼市民会館

持 ねんきん定期便、病状がわかる資料、など

申 27日(木)までに電話で新潟障害年金サポートセンター (☎0120-01-6453)

### 内野民謡協会合同発表会

直接会場へお越しください。

日 11月3日(祝)午後0時30分～4時

場 西地区公民館

内 唄と踊りの発表会

人 先着100人

問 内野民謡協会 (☎025-269-4829)

### うちのらくごプレ名人会

直接会場へお越しください。

日 11月12日(土)午後1時～4時

場 西地区公民館

内 新潟大学落語研究会による落語会

人 先着50人

問 同研究会・清水 (☎080-8045-1762)

<広告欄>

## ハイキング 西区赤塚 秋の北国街道俳句ing

句牌・句会奉納額を巡り、みんなで俳句作りに挑戦

問い合わせ 西区 農政商工課 食と産業振興室 (☎025-264-7630)

かつて句会が盛んに行われた赤塚の地で、先人の遺した句碑や句会の奉納額など、句関連スポットをまち歩きで巡ります。先人たちの思いに触れながら俳句作りに挑戦してみませんか。ぜひ、ご参加ください。



日時 11月20日(日)午前9時15分～正午

集合場所 佐潟水鳥・湿地センター

定員 20人(応募多数の場合、抽選)

参加費 500円(資料代、保険料)

申し込み 28日(金)までに、はがき(〒950-2097)、FAX(025-260-3899)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、ふりがな、電話番号を明記し、問い合わせ先。当選者のみ11月2日(水)までに案内を送送。

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) (全長約2km)

## 秋の読書週間

### 読書の秋を楽しもう!

問い合わせ 坂井輪図書館 (☎025-260-3242)

直接会場へお越しください。

期間 10月22日(土)～11月30日(水)

会場 坂井輪図書館、内野図書館、黒埼図書館

### 投票で決める あなたが読みたい〇〇の秋

〇〇の秋といえば何ですか。4つのテーマの中から、一番人気を皆さんの投票で決定します。

対象 中学生以上

### どの本読もう いきもの・たべもの・のりもの

「いきもの」「たべもの」「のりもの」が出てくる本を展示します。3つの中から好きなものを選んで、シールを貼って投票してください。

対象 小学生以下

### 読書ノートをプレゼント

子どもにはノートタイプとぬり絵タイプの2種類どちらかをプレゼント。大人向けの読書ノートもあります。(なくなり次第終了)

### 昔話を楽しむ

日時 11月5日(土)午後3時～3時20分

会場 黒埼図書館

内容 新潟の昔話、民話の語りや寸劇

対象 小学生以上



### おはなしのじかん

会場	10月	時間	内容	
坂井輪図書館	22日(土)	10:30～10:50	絵本の読み聞かせ、ほか	
	24日(月)	10:30～10:45 11:00～11:15	紙しばい	
	29日(土)	11:00～11:20	紙しばい	
黒埼図書館	19日(水)	10:30～10:50	赤ちゃん向けわらべうた	
	26日(水)		絵本の読み聞かせ、ほか	
内野図書館	21日(金)	10:30～12:00 (希望の時間に1組10分程度)	絵本の読み聞かせ、ほか	
	28日(金)		絵本の読み聞かせ、ほか	
	29日(土)		14:00～14:20	絵本の読み聞かせ、ほか
	30日(日)		10:30～10:50	絵本の読み聞かせ、ほか
西内野地区図書室	22日(土)	14:00～14:20	絵本の読み聞かせ、ほか	

会場	11月	時間	内容
坂井輪図書館	12日(土)	10:30～10:50	絵本の読み聞かせ、ほか
	14日(月)	10:30～10:45 11:00～11:15	
	26日(土)	10:30～10:50	
黒埼図書館	28日(月)	10:30～10:45 11:00～11:15	絵本の読み聞かせ、ほか、16日(水)は赤ちゃん向けわらべうた
	毎週水曜(2日、23日は休み)	10:30～10:50	
内野図書館	19日(土)	10:30～12:00 (希望の時間に1組10分程度)	絵本の読み聞かせ、ほか
	毎週金曜		
西内野地区図書室	12日(土)	14:00～14:20	絵本の読み聞かせ、ほか
	26日(土)		