



にしかん

第290号

令和元年(2019年)

5月5日

毎月第1・3日曜日発行

【編集・発行】新潟市西蒲区役所 地域総務課
〒953-8666
新潟市西蒲区巻甲2690番地1
電話 0256-73-1000(代表)
FAX 0256-72-6022

◀ 西蒲区ホームページ ▶

<http://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/>

● 西蒲区データ 人口 56,889人 (-121) 世帯数 20,417世帯 (+36) 男 27,553人 (-32) 女 29,336人 (-89)

※3月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比

子育ての強い味方! 子育て支援センターへ行ってみよう!

5月に入り、ますます外に出かけたくなる季節ですね。でも、小さな赤ちゃんを連れて出かけるには心配...ということもありますよね。そんなときは「子育て支援センター」に足を運んでみてはいかがでしょうか

☎健康福祉課児童福祉係(☎0256-72-8389)



西蒲区にある6つの支援センターを紹介します

開所時間は変更になる場合があります。詳しくは各館へ問い合わせください

ころころ 広場



所在地:西蒲区巻甲4258-1 (巻世代交流館どんぐりの舎内)
電話番号:0256-72-6240
開所時間:毎週月曜~日曜 ①午前9時半~午後0時半②午後1時半~6時(休館日:第1月曜、第2・3・4月曜午前)

ころころ広場(巻子育て支援センター)では、毎月お子さんの誕生会を開催しています。お子さんが生まれた大事な日をお友達と一緒に祝いしませんか。かんむりや手作りのバースデーカードなどお楽しみがいっぱい。お誕生会は事前申し込みが必要ですので、ころころ広場に問い合わせください。

ぽかぽか コアラ



所在地:西蒲区橋本101-1 (岩室保育園内)
電話番号:0256-82-2900
開所時間:毎週月曜~金曜 ①午前9時~11時半②午後1時~3時半、毎週土曜午前9時~11時半

名前のおと「ぽかぽか」とあたたかい支援センターです。月に1回午前10時半から「赤ちゃん広場」を開催しています。赤ちゃんと保護者がゆったりと遊べる雰囲気を大切にしています。初めての人でも気軽に利用できますので、遊びに来てください。

さくらんぼ



所在地:西蒲区三ツ門59-2 (中之口こども園内)
電話番号:025-375-5690
開所時間:毎週月曜~金曜 ①午前9時~11時半②午後1時~3時半、毎週土曜午前9時~11時半

広い園庭や遊戯室で、園児と交流を持ちながら過ごしています。午前の遊び時間の後には、お茶タイムを設け、その後に絵本の読み聞かせや体操、親子ふれあい遊びを紹介しています。親子で楽しめるイベントを毎月計画しています。ぜひ遊びに来てください。

かるがも 広場



所在地:西蒲区下山408 (鎧郷保育園併設)
電話番号:0256-88-2286
開所時間:毎週月曜~金曜 ①午前9時半~正午②午後1時~3時半(第2・4金曜は0歳児対象)

皆さんが楽しいと思えるような交流の場を目指しています。晴れの日には外に出かけたり、部屋で好きな遊びを見つけて、いつの間にかお友達と仲良くなっています。毎月のお誕生会も好評で、温かい雰囲気の中で楽しんでいます。第2・第4金曜日は「赤ちゃんの日」ベビーマッサージを実施。親子で気持ちのいい時間を過ごしませんか。

ぴよぴよ



所在地:西蒲区番屋712-1 (かたひがし保育園内)
電話番号:0256-86-2023
開所時間:毎週月曜~金曜 ①午前9時~正午②午後1時半~3時半

こじんまりとしていてアットホームな「ぴよぴよ」は開設以来、地域で親しまれています。保育園併設なので、広い園庭や遊戯室で遊んだり、マットや鉄棒を使っての親子体操遊び、保護者向けのストレッチも人気です。歌や手遊び、絵本の読み聞かせも行っています。親も子ども笑顔こぼれる、そんなホッとできる時間を過ごしませんか。

トマト くらぶ



所在地:西蒲区堀山新田84-1 (めぐみこども園併設)
電話番号:0256-78-8817
開所時間:毎週月曜~金曜 午前9時~午後3時

毎月子育てに役立つ育児講座、親子で楽しく季節の制作や体を使って遊ぶ体操教室など様々な遊びを提供しています。年齢で分けている赤ちゃんの日もあり、お友達づくりや、家庭的な雰囲気と吹き抜けの心地よい空間の中で、親子楽しく過ごしてもらっています。皆さん気軽に足を運んでみてください。

子育て支援センターを初めて使うみなさんのQ&A

- Q1. 子どもは何歳から連れていけますか?
A1. **0歳からでも大丈夫**です。
- Q2. いつ行っても大丈夫ですか?
A2. 開所時間中であれば、**出入りは自由**です。
- Q3. 持ち物は何を持っていけばいいですか?
A3. **普段のお出掛けと同じ**です。例えば、オムツやおしりふき、着替えやミルクなど、水分補給もあるといいですね。

何か気になることも、保育士に直接相談できます

岩室地域児童館



子どもの遊び場にこんなところもありますよ!

所在地:西蒲区和納1966-7
電話番号:0256-82-2169
開所時間:毎週月曜~日曜 ①午前9時~正午、②午後1時~7時(休館日:第2火曜午後)
児童館は、乳幼児から18歳までの子どもたちが誰でも自由に遊べる施設です。おもちゃやトランポリンなど大型遊具もあります。

子育て支援センターはお父さんやお母さんのほか、祖父母の皆さんも利用できます。お気軽にどうぞ。

あなたも「食推さん」になって、地域で活躍しませんか？



「食推さん=食生活改善推進委員」

とは、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通じた健康づくりの活動を行うボランティア団体です。新潟市の会員数459人、西蒲区では59人(平成31年4月現在)が会員として活躍中です。(写真=食生活改善推進委員西蒲支部の皆さん)



食推さんってどんな活動をしているの？

食育教室

小さい頃から、よい食習慣を身につけるため、子どもや親子を対象に講話や調理実習を開催

勉強会・研修会

健康づくりのための知識を深めるため、勉強会・研修会を定期的で開催

チャレンジちよい塩生活

「おいしく、気軽に、健康に」を合言葉に、減塩と野菜摂取量アップを目指した活動を推進

おはよう朝ごはん料理講習会

早寝・早起き・朝ごはんの習慣を身につけるため、ミニ講座と朝ごはんの調理実習を開催

健康増進普及講習会

ヘルシーでおいしいと好評の、生活習慣病予防のための料理講習会を開催

にしかん健康プロジェクト

「にしかんやさいのレシピ」のメニュー試作や試食会での調理などで活躍

2019年度 食生活改善推進委員養成講座

健康栄養セミナー 参加者募集

今年度、西蒲区では「食生活改善推進委員」の養成講座を開催します。講座では、食事の基本や生活習慣病予防について楽しく学べます。まずは、自分のために、家族のために、そして地域のために、私たちの生活に大切な「食と健康」に関する知識を一緒に身につけませんか。

回①6月26日(水)、②7月3日(水)、③7月18日(木)、④7月31日(水)、⑤8月30日(金)、⑥9月12日(木)

※①・④・⑤は午前9時15分～正午、②・③・⑥は午前9時15分～午後1時

場巻地域保健福祉センター

内容 ライフステージ別の食事、生活習慣病予防、運動、口腔衛生、食品衛生の基礎など

人数 先着20人

費用 ②・③・⑥は各回400円(調理実習実費)

その他 4回以上出席された方には、修了証をお渡しします。修了者は新潟市食生活改善推進委員協議会に登録し、ボランティア活動への参加をお願いします。

申込 6月19日(水)までに電話で健康福祉課健康増進係
(☎0256-72-8380)へ

問合せ 健康福祉課健康増進係 (☎0256-72-8380)

大曾根自治会 田んぼアート

潟東地区の大曾根自治会が主催する「田んぼアート」の田植えを行います。今年、新元号をテーマとして、「令和」の文字をデザインした田んぼに稲を植えます。実際に田んぼに入り、米作りの喜びを味わいながら、新しい時代の田んぼアートを一緒に完成させましょう。潟東地区の人に限らず、どなたでもご参加いただけます。



回 5月12日(日)午後1時半～(約2時間)

場 大曾根地内(潟東地区)
※田植えができる服装でお越しください
問合せ 大曾根自治会 田中
(☎0256-86-3156)



西蒲区農業委員会 味噌づくり教室参加者募集

西蒲区農業委員会では、味噌の作り方やポイントを親子で楽しく学べる体験教室を開催します。これまで味噌作りを経験したことのない人も、この機会にぜひ、ご家庭での味噌作りのポイントを学んでみませんか。



回 6月1日(土)午後1時～午後3時半

場 岩室環境改善センター

人数 西蒲区在住の親子 先着10組

費用 2,000円(材料費実費)

持ち物 エプロン、三角巾、味噌を持ち帰るための容器(5kg程度、漬物用でも可)

申込 5月24日(金)までに電話で西蒲区農業委員会事務局(☎0256-72-8631)へ
問合せ 同委員会事務局



母子保健だより

問合せ 健康福祉課健康増進係 ☎0256-72-8372



♡3歳児健診

回 5月21日(火)午後0時45分～1時半

場 巻地域保健福祉センター

人数 平成27年11月生まれの幼児

持ち物 母子健康手帳、問診票、尿、フツ化物塗布希望者は1,020円

♡安産教室

回 5月24日(金)午後1時15分～同30分

場 巻地域保健福祉センター

内容 妊娠中～産後にかけての食事のポイント、お母さんと赤ちゃんの歯について、不安や疑問相談タイム

人数 出産予定日が平成31年9～12月の妊婦

持ち物 母子健康手帳、筆記用具

問合せ 健康福祉課健康増進係
(☎0256-72-8372)へ

♡育児相談会

回 5月28日(火)午前9時半～11時

場 巻地域保健福祉センター

内容 個別相談、体重測定、栄養相談、歯科相談

人数 乳幼児の保護者

持ち物 母子健康手帳

※3歳児健診の対象者には、個別に案内を送付しています

骨粗しょう症予防相談会(要予約)

期 日	会 場	受付時間
6月21日(金)	西川健康センター	①午前9時45分～、②午前10時15分～、③午前10時45分～、④午前11時15分～、⑤午後1時15分～、⑥午後1時45分～

内容 骨粗しょう症予防のための生活相談、骨密度測定

人数 市内在住の18歳以上の女性(骨粗しょう症で治療中の人は除く) 各回先着10人

※乳がん検診と同日開催のため女性限定

申込 5月18日(土)から市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

乳がん検診(要予約)

期 日	会 場	予約開始日
①6月1日(土)※女性専用日	巻地域保健福祉センター	予約受付中
②6月21日(金)※女性専用日	西川健康センター	5月18日(土)

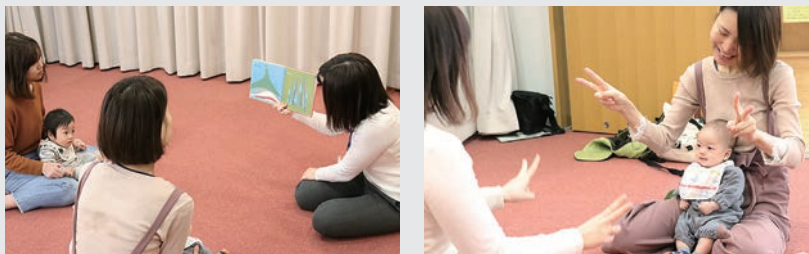
※①は肺がん(結核)検診、②は骨粗しょう症予防相談会と同時開催

申込 検診日2日前までに市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

《広告欄》西蒲区役所ホームページに掲載するバナー広告を募集中！ 問合せ 地域総務課 (☎0256-72-8179)

えほんのじかん 西川図書館

4月16日、西川図書館で「えほんのじかん」が開催されました。図書館職員による絵本の読み聞かせでは、大きな絵が描かれた絵本や音を言葉で表現した擬音語が使われていて、小さなお子さんにもわかりやすく、参加した人たちは笑顔で話に聞き入っていました。わらべ歌では親子で体を動かしながらスキンシップを図り、ふれあいの時間を楽しみました。西川図書館の「えほんのじかん」は、毎週火曜午前11時から開催されています。



まちの話

第4回 角田山一周ハーフマラソン大会

4月14日、今年で第4回目となる角田山一周ハーフマラソン大会が開催されました。参加者は10代から70代と幅広く、県内外から600人以上が集まりました。大会当日はシーサイドラインから佐渡ヶ島が望めるほどの快晴で、ほとんど風もなく、ランナーの皆さんは山や海、満開の桜などの景色を楽しみながら、沿道の声援を受けゴールまで走り抜けました。大会の結果、男子総合の部では大島拓郎さんが初優勝を果たし、女子総合の部では佐藤紀美さんが3連覇を達成するなど、表彰式も大いに盛り上がっていました。



お知らせ版

日=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員
 ￥=参加費(記載のないものは無料) 問=問い合わせ
 申=申し込み(記載のないものは申し込み不要。当日直接会場へ)

公民館

岩室地区公民館 ☎0256-72-8844

■おもちゃ病院「岩室病院」

開院のお知らせ

壊れて動かない、子どもの大切なおもちゃを修理します。

日6月15日(土)～ 毎月第3土曜
 午後1時～午後3時

場同館

実費(材料費、電池代)

持ち物 壊れたおもちゃ、ぬいぐるみ(直してほしいもの)

問同館

子育て

ころころ広場 子育て支援センター
 ☎0256-72-6240 (どんぐりの舎)

●おはなしばい「絵本読み聞かせ」

日5月9日(木)午前10時45分～

●パパと遊ぼう

ママとの参加、家族での参加も大歓迎です。

日5月11日(土)午前11時～同30分

●赤ちゃん広場「骨盤体操教室」

日5月16日(木)午後2時から3時

講師 陶山明子さん(カイロプラクター)

持ち物 バスタオル、飲み物、母子健康手帳

その他 発育測定も開催。手形・足形が取れるかわいい発育ノートもあります。

●青空広場

日5月17日(金)午前10時半～11時半

集合・解散場所 西川ふれあい公園

持ち物 飲み物、帽子、着替え

日5月13日(月)までに直接または電話で同センターへ

●お誕生会

日5月23日(木)午前10時半～11時

日5月生まれのお子さんは5月20日(月)までに直接または電話で同センターへ

ぽかぽかコアラ 岩室子育て支援センター
 ☎0256-82-2900

●赤ちゃん広場

日5月7日(火)午前10時半～

●発育測定

日5月7日(火)・8日(水)随時

●「親子で一緒に体を動かしませんか」

日5月17日(金)午前10時～

講師 白石千尋さん(ヨガインストラクター)

持ち物 動きやすい服装、飲み物

●作って遊ぼう

日5月15日(水)・16日(木)随時

日牛乳パックを使ったお散歩バッグ

さくらんぼ なかのち子育て支援センター
 ☎025-375-5690

●子育て講座

日5月10日(金)午前10時20分～11時半

講師 山田宏太さん

持ち物 お子さんの靴

●飾りかぶと制作

日5月13日(月)・14日(火)①午前10時～

11時②午後2時～3時

あそびの山 岩室地域児童館

☎0256-82-2169

5月の休館日は、17日(金)午後です。各種行事の詳細は、ホームページで確認してください。

●ぴよぴよひろば

母の日の制作を行います。

日5月9日(木)午前10時半～

お知らせ

下水道整備地域にお住まいの皆さまへ～下水道への接続をお願いします～

汚れた水をきれいに川や海へ戻す施設下水道。私たちが安全で快適に暮らすためには、下水道は欠かせません。まだ接続していない人は早急に接続をお願いします。

問西部地域下水道事務所南下水道推進室 (☎025-372-6661)

募集

西部地域下水道事務所南下水道推進室 非常勤職員を募集(7月採用予定)

業務内容 下水道の接続推進に関する業務
 募集人数 1人
 勤務場所 西部地域下水道事務所南下水道推進室

採用試験 5月26日(日) ※作文試験および面接試験

日5月16日(木)までに、所定の申込書を直接または郵送で西部地域下水道事務所南下水道推進室(新潟市南区白根1235番地南区役所3階)へ

※申込書は市役所本館案内、各区地域総務課または総務課、各出張所、市ホームページで配布・掲載

問西部地域下水道事務所南下水道推進室 (☎025-372-6661)

催し

社会福祉法人新潟県社会福祉協議会 高齢者総合相談センター

高齢者やそのご家族が抱えるいろいろな心配事・悩みごとの相談を無料で受けています。

日①平日午前9時～午後5時、②5月7日(火)・13日(月)・20日(月)・27日(月) 午後1時半～4時

場同センター(中央区上所2)

問①一般相談②法律相談

問新潟県高齢者総合相談センター

(☎025-285-4165) へ

認知症カフェ かくだ山

認知症の人や家族、介護を終えた人、認知症のことを知りたい人など、どなたでも参加できます。

5月	時間	会場
17日(金)	午後1時半	巻公民館
18日(土)	～3時半	西川学習館

※出入り自由

実200円

問地域包括支援センター巻

(☎0256-73-6780) へ

自然の恵みを体験しよう 市民農園利用者募集

土との触れ合いや野菜・草花作りを楽しめる市民農園の利用者を募集します。設備など詳しくは申し込み先に問い合わせてください。

●利用者を募集する区画

①越前浜市民農園 3区画(西蒲区越前浜)

②中之口農業体験公園 25区画(西蒲区東小吉)

※栽培は野菜・草花のみ

※同時期に複数の市民農園は利用できません

日市内在住で自ら耕作・管理できる人

(応募多数の場合抽選)

実①、②ともに面積50㎡あたり年間10,000円

日5月20日月曜(必着)までに希望農園名・住所・氏名(フリガナ)・電話・FAXをはがきに記載し、希望の申し込み先へ送付してください。

○越前浜市民農園(〒953-8666(住所不要)西蒲区役所産業観光課)

○中之口農業体験公園(〒950-1323 西蒲区東小吉775-1)

問産業観光課(☎0256-72-8417)、中之口農業体験公園(☎025-375-2505)



《広告欄》