



市報にいがた

編集・発行/新潟市広報課 〒951-8550 新潟市中央区学校町通1番町602-1 ☎025-226-2089
※掲載情報は1月28日時点のものです

令和3年2月7日 | 第1・3週 日曜発行 |
*第2・4・5週の発行はありません。

心も体も健康で過ごすために

食事



新型コロナウイルス感染症による生活環境の変化などが原因で、心と体にさまざまな影響が現れることがあります。
不安やストレスと上手に付き合い、健康を保ちましょう。
問こころの健康センター
(☎025・2332・5551)



運動

休養

目次 CONTENTS

- 1~3 | 特集 | **心も体も健康で過ごすために**
 - 4 | にいがたCITY NOW
 - 18日に開会 2月議会定例会
 - 新潟中央環状道路 一部区間の供用を開始
 - 雪などの最新情報の確認を
 - 東北電力ネットワーク㈱と協定を締結
 - 2/14まで 食の陣「週間座」
 - 福祉バス 4月からの利用を募集
 - 5 | 連載 新潟の地産品・歴史探訪
 - おでかけナビ
- 他3ページは区役所より「情報ひろば」は別冊で発行しています

新潟市長 中原 八一

一方、昨年末から首都圏などを中心に全国的に感染者が増加しています。感染拡大を抑え込み、社会経済活動との両立を図るため、市民の皆さまには感染拡大地域との往来や普段顔を合わせない人との飲み会・食事を極力控えていただくほか、マスクの着用やこまめな手洗い、「3密」の回避など、引き続き感染防止の取り組みにご協力をお願いします。

つらい気持ちは、自分以外の誰かに話すことで和らぐことがあります。市では、感染症に関連するものをはじめ、ひきこもりや依存症、精神疾患などによるさまざまな悩みについて、電話や対面、メールによる相談窓口を設けています。専門のスタッフが不安や悩みを持つ人やご家族に寄り添い、皆さまの健康を守ります。心配な方は一人で悩まず、ぜひ気軽に相談してください。

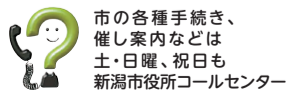


これまで経験したことのない日常生活の変化に直面し、やり場のない悩みやストレスを抱えている方もいらっしゃると思います。

新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、知らないうちに心と体が疲れていませんか。

これまでに経験したことのない日常生活の変化に直面し、やり場のない悩みやストレスを抱えている方もいらっしゃると思います。

心と体の健康を守るため
一人で悩まず相談を



新潟市の人口・世帯数 (12月末住民基本台帳人口。かつこ内は前月との比較) 人口/784,774人(-352)
男 378,018人(-127) 女 406,756人(-225) 世帯数/343,589(+8)

年中無休8:00~21:00

こたえてコール 025-243-4894
FAX 025-244-4894 Eメール 4894call@call.city.niigata.jp

新潟県新型コロナ受診・相談センター

☎025-256-8275 (24時間対応。土・日曜、祝日も受け付け)

専門家に聞きました

「新しい日常」での ストレスとの 付き合い方



新潟青陵大学大学院
臨床心理学研究科
臨床心理センター
センター長 **中村 協子**さん

不安な気持ちから体調不良に

新型コロナウイルス感染症によって、私たちの生活は大きく変化しました。最近、「いつも気分が晴れない」「生活に息苦しさをを感じる」という人もいるのではないのでしょうか。人は正体が分からないものに出会ったり、先が見えない状況に置かれたりすると、そのストレスから不安な気持ちになり、体調を崩してしまうことがあります。

「心の疲れ」は誰にでも現れる

ストレスが原因の体調不良や不眠、食欲不振などは誰にでも現れ、自然に回復することが多いですが、それらの症状が強くなったり長引いたりすると、うつ病など心の病気を引き起こすことがあります。心の疲れを感じたら、自分の好きなことや楽しいことをしてみてください。体を動かしたり、外の空気を吸って景色を見たり、気分転換をするのも良いと思います。

一人で抱え込まないで

不安な気持ちを心に抱えていると、どんどん気分が重くなります。悩み事は、ぜひ人に話してください。悩みの原因が解決しなくても、話すことで自分の思いや状況を整理することができて、気持ちが和らぐことがあります。身近な人に話にくい場合は、相談窓口を活用してください。

偏見・差別について

不安な状況下では、他者を悪者と見なして責めたり拒絶したりすることで安心感を得ようとする心理が働き、その心の動きが誹謗中傷につながってしまいます。もし自分が感染したと想像し、人から言われたら困ること、されたら嫌なことは絶対にしないでください。ひとごとではなく自分ごととして考えましょう。

今の時代、誰もがストレスと無縁では

られません。感染症も

数あるストレスの一つ

として捉え、生活して

みてはいかがでしょうか。

同センターの
情報は
こちら▼



✔ こんな症状はありませんか？



気持ちの変化

- 涙もろくなる
- イライラする
- 気持ちの浮き沈みが激しい
- 投げやりになる
- 誰とも話す気にならない
- 人の目が気になって外出が怖い など

体の変化

- 疲れやすい
- 目まい、頭痛、肩凝りがある
- 吐き気、胃痛、食欲不振や過食がある
- 眠れない、同じ夢ばかり見る など

行動の変化

- 考えがまとまらない
- 記憶力が落ちた
- 悪い方向にばかり考える
- 皮肉に考えてしまう など

／ やってみよう / 自分でできるストレスケア

4つの ポイント

心の健康を維持するためには、普段の生活を整えることが大切です。自分でできる心のケアの方法を紹介します。

簡単にできる リラックス方法

※出典：国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 行動医学研究部「こころの健康を保つために大切なこと」

呼吸法

リラックスした心と体の状態を作ります

- ① 椅子に楽に座り、両足を床に付ける
- ② 息を鼻から4秒間吸い、2秒間止め、口から6秒間かけてゆっくりと吐く
- ③ ②を繰り返す行い、10分間続ける

マインドフル瞑想

不安にさせる考えから距離を取ります

- ① 椅子に座って目を閉じ、呼吸に集中する
- ② 途中でさまざまな考えが浮かんできたら、その考えに気づき、また呼吸に意識を戻す
- ③ ②を繰り返す行い、15～25分間続ける

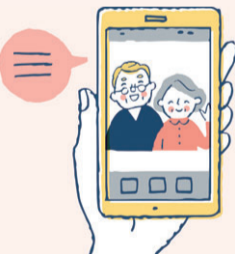
食事・栄養

- ・ 毎日決まった時間に食事を取る
- ・ 栄養バランスの取れた献立を心掛ける
- ・ たばこやアルコール、カフェインの取り過ぎに注意する



コミュニケーション

- ・ 電話やメール、SNSなどで信頼できる人とのつながりを持つ
- ・ 周囲の人に感謝の気持ちを持って接する
- ・ 1日1回、笑顔になれることを探す



生活リズム

- ・ 毎日決まった時間に起床、就寝する
- ・ 就寝前はパソコン・スマートフォンの使用を控える
- ・ 毎日同じ時間に行う日課を作る



運動

- ・ 毎日決まった時間に運動する習慣をつける(ラジオ体操など)
- ・ 天気の良い日は、「3密」を避けマスクをして外で散歩する
- ・ 掃除や洗濯など、家事をしながら体を動かす



その悩み、一人で抱え込まず 話してみませんか



新潟市では、暮らしの中で起こるさまざまな悩み事を相談できる窓口を設けています。

心の疲れが続くときは、気軽に相談してください。

こころの健康センター(中央区川岸町1)

思春期・青年期の悩み、ひきこもり、アルコール・薬物依存、摂食障害、うつ病や統合失調症といった精神疾患など、心の健康についての相談に専門のスタッフが対応します。

電話相談 ☎025-232-5560

精神保健福祉相談員などが電話で相談に応じます。本人だけでなく家族や関係者も相談できます。

☎月～金曜 8時半～17時(祝・休日、12月29日～1月3日除く)

来所相談

電話相談で事前の予約が必要です。

対応者	日時	相談内容
精神保健福祉 相談員など	月～金曜 9:00～16:30	心の健康、精神障がい者の保健福祉制度
	第1・3月曜 13:30～15:30	アルコール、薬物、ギャンブルなどの依存症
精神科医	木曜 9:00～12:00	医学的見地からの心の健康
	第2火曜、第4木曜 13:30～16:00	高齢者の認知症やうつなど
	偶数月第2木曜 13:30～16:00	思春期・青年期の心の健康
臨床心理士	第2水曜 14:30～16:30、 第4水曜 18:30～20:30	心の健康

メール相談

新型コロナウイルスの影響による精神的な不調や心の健康についての困り事の相談を受け付けています。匿名でも相談可能です。市ホームページから専用フォームで送信してください。 ※回答まで2週間程度かかる場合あり



スマート
フォンは
こちらから

市ホームページから

こころといのちのホットライン ☎025-248-1010

健康や生活問題などの悩みに、夜間や休日にも対応しています。

☎月～金曜 17時～22時、土・日曜、祝・休日、12月29日～1月3日10時～16時 ※時間外は新潟県こころの相談ダイヤル(☎0570-783-025)で相談を受け付け

くらしとこころの総合相談会

弁護士、保健師、精神保健福祉相談員などが、生活や仕事、心の健康や借金についての相談などに対応します。

☎開催日前日までに電話でこころの健康センター(☎025-232-5570)

日時(1人1時間)	会場
2/19(金) 17:30～20:30	総合福祉会館(中央区八千代1)
◆3/19(金) 14:30～20:30	
3/26(金) 13:00～17:00	坂井輪健康センター(西区寺尾東3)

※◆は経営についての相談にも対応

その他の相談窓口

孤独や不安で悩んでいる人

新潟いのちの電話 ☎025-288-4343

☎年中無休、24時間対応

自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556

☎3月31日(水)まで16時～21時

※2月10日(水)、3月10日(水)は8時～翌8時

仕事や暮らしの問題で生活に困っている人

パーソナル・サポート・センター ☎025-385-6851

☎月～金曜 9時半～16時半(祝・休日、12月29日～1月3日除く)

子育てに悩んでいる人

子育てなんでも相談センターきらきら ☎025-248-2220

☎月～金曜 8時半～17時15分(祝・休日、12月29日～1月3日除く)

このほかの
相談窓口は
こちらから



SNS相談
(厚生労働省
ホームページ)



市ホームページ
相談窓口一覧

大切な人を 守るために



心の疲れや不調に、自分ではなかなか気付けないことがあります。身近な人の様子がいつもと違う、疲れているように見えるなど、心配なことがあつたら声を掛けてみてください。

周りにこんな人はいませんか？

- ・気分が不安定、自分を責める
- ・不眠が続く・酒量が増す
- ・仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする
- ・職場や家庭でサポートが得られていない
- ・本人にとって価値あるもの(職、地位、家族、財産など)を失う
- ・重症の病気にかかる
- ・「死にたい」と口にします
- ・自殺未遂に及ぶ

不調のサインに気付いたら

何気ないことをきっかけに声を掛けましょう

「最近よく眠れていますか?」「元気がいけど、何かあった?」など、体調について尋ねてみましょう。空振りでも構いません。心配していることを伝えましょう。

相手の話をじっくり聴きましょう

相手の気持ちを尊重して落ち着いて話せる環境を作り、相づちを打ちながら真剣な態度で話を傾けましょう。話を聴いたら、「話してくれてありがとう」「大変だったね」と相手をねぎらう気持ちを伝えましょう。

早めに専門の相談機関につなぎましょう

専門機関への相談や医療機関の受診は、決して恥ずかしいことではありません。まずは上に掲載した相談窓口のことを教えてあげてください。

高齢者用肺炎球菌予防接種 受け忘れに注意

市政



災害時の電力設備の迅速な復旧へ 東北電力ネットワーク(株)と協定を締結

1月15日に東北電力ネットワーク(株)と災害時の協力に関する協定を締結しました。これは、大規模な災害による停電が発生した場合に、電力設備の迅速で円滑な復旧を目的とするものです。

協定には、災害拠点病院をはじめとする重要施設の優先的な電源確保や、作業に必要な道路の優先復旧などを盛り込んでいます。

問 防災課(☎025-226-1143)

市政



18日に開会 2月議会定例会

スマートフォンは
こちらから



提案される議案は、令和3年度分が一般会計と8つの特別会計、下水道、水道、病院の各企業会計の当初予算のほか条例の制定や改正など、令和2年度分が一般会計補正予算などです。

●会期 2月18日(木)～3月24日(水)

問 議会事務局議事課(☎025-226-3395)

くらし



新潟中央環状道路 中ノ口川大橋など一部区間の供用を開始

新潟中央環状道路の一部、南区松橋～西区板井の区間(約0.6km)の供用を開始します。

●開通日時 2月15日(月)10時
※天候状況などで変更の場合あり

問 西部地域土木事務所
(☎0256-78-8576)



新潟中央環状道路とは 問 道路計画課(☎025-226-3049)

新潟東港から西蒲区に至る約45kmの幹線道路で、地域間の連携や市の防災・拠点性を高める重要な路線です。

※整備の状況など詳しくは新潟市ホームページに掲載



スマートフォンは
こちらから

福祉



福祉バス 4月からの利用を募集



市の施設見学や社会活動への参加などに無料で利用できます。市職員は添乗しません。見学施設など詳しくは区役所健康福祉課、出張所、連絡所などで配布する「福祉バスのご案内」に掲載しています。 ※原則、市内のみの運行

●対象 原則全員が60歳以上の団体、障がい者団体

●バスの利用人数 リフトバス…11人まで(車いす利用者2人追加乗車可)▷中型バス…22人まで

●利用可能日時 4～8月の月～金曜9時半～15時半

申 2月19日金曜(必着)までに往復はがき(〒951-8550、住所不要)、FAX(025-222-5531)、

メール(koreisha@city.niigata.lg.jp)のいずれかで、団体名(高齢者・障がい者団体の別も記載)、代表者の住所・氏名・電話番号・FAX番号、利用人数、利用するバスの種類、利用希望日(第5希望まで必須)、車いす用リフト使用の有無を高齢者支援課へ ※市ホームページからも申し込み可。利用の決定は3月4日までに通知

問 高齢者団体の利用について…高齢者支援課(☎025-226-1290)

障がい者団体の利用について…障がい福祉課(☎025-226-1237)

新型コロナウイルス感染症対策を実施しています

乗車前の手指消毒や間隔を空けての着席など、車内での感染拡大防止のための利用者ガイドラインを定めています。ガイドラインの順守に協力をお願いします。



スマートフォンは
こちらから

くらし



安心安全な暮らしを 雪などの最新情報を確認しよう

降雪による道路状況の悪化や公共交通機関の乱れなどに備え、最新の気象状況などを確認し、時間に余裕を持って行動しましょう。また、降雪時は不要不急の外出を控えてください。

道路除雪の状況

緊急車両の通行などのため、幹線道路から順番に除雪します。積雪の状況により作業が遅れる場合があります。

▷新潟市ホームページから

除雪情報提供システム

検索



災害関連情報などのお知らせ

災害情報など、市からのお知らせをメールで配信します。

▷新潟市ホームページから

にいがた防災メール

検索



気象情報

降雪量など最新の気象情報を確認しましょう。

(今後の天気) (市内の気象状況) (降雪量など)



新潟地方気象台



市気象情報サイト



気象庁アメダス



JR東日本「どこトレ」



区バス位置情報「e区バス」



新潟交通「バス運行情報」



新日本海フェリー



佐渡汽船

※航空路の運行状況は各航空会社へ

みなとまち新潟 歴史探訪④

問 歴史文化課
☎025-385-4290

新潟の河川交通と蒸気船

明治から昭和の初めにかけて、新潟の河川には蒸気船が行き来していました。写真は萬代橋から見た蒸気船「安進丸」の発着場の様子です。信濃川沿いに宿や運営会社が並び、蒸気船が停泊しています。船体は木造で、両側には外輪が付いています。川を行き来する蒸気船は「川蒸気」と呼ばれ、人々に親しまれていました。

安進社が運航した安進丸は、新潟を出発すると酒屋(江南区)、小須戸(秋葉区)に寄港し、長岡へ向かいました。中ノ口川を進み、大野(西区)、白根(南区)、三方(西蒲区)などに寄港し燕に向かう便もありました。安進丸は、旅客だけでなく米や果樹などの産物を各地へ運びました。鉄道や自動車が無かった当時、川蒸気は人々の生活を支える重要な輸送手段でした。

川蒸気の船内には茶屋があり、煎餅やようかんが売られていました。学校の遠足や新潟まつりの見物に利用され、川蒸気に乗ることは当時の人々の楽しみの一つでもありました。人々の生活を支えた川蒸気でしたが、他の交通機関の発達や信濃川の水位の低下により、その役目を終えることになりました。



初代萬代橋から見た新潟町と川蒸気(新潟市所蔵、明治19年ごろ)



みんなで応援 食べよう 贈ろう 新潟の地産品 ④

問 食と花の推進課(☎025-226-1864)

(有)エフ・エフ・エス フラワーファームしろね
高野 博 さん

チューリップは「新潟市の花」に指定され、県産の切り花出荷量は日本一です。同社では、年間約220万本を出荷しています。

「白根産のチューリップは、花の色が良く茎や葉が元気で鮮度が良いことが特徴です。花の鮮度保持剤を施してから出荷しており、数年前に比べ格段に花が長持ちするようになりました。自宅ですぐ水を付けると、さらに長く楽しめますよ」と高野さん。茎の切り口を清潔に保つことが大切で、毎日水を替え、2～3日に1回茎を1cmくらい切り、涼しい場所に置くと良いそうです。

「花の種類は約120種。2月は切り花の出荷最盛期で、多くの品種が店頭に並びます。冬は自宅で過ごす人も多いと思います。部屋に飾って『春』を楽しんでください」と話してくれました。



▲専務の高野さん=右=と会長の西脇さん=左=。「世代交代し、若手が活躍しています」と西脇さん



▲出荷前の様子。2月14日は「フラワーバレンタインデー」。大切な人へ花を贈ってみませんか

おでかけナビ

日日時 対象 定員 参加費 申し込み
※障がい者などは入館料が免除される場合あり。
詳しくは施設へ要問い合わせ

水の駅「ビュー福島潟」

北区前新田 ☎025-387-1491
開館時間9:00～17:00
※月曜(祝日の場合翌日)休館



●米美知子「日本の美彩」アンコール展

回 2/13(土)～3/14(日)
¥一般400円、小・中学・高校生200円



米美知子「けあらしの朝に」

新津美術館

秋葉区蒲ヶ沢 ☎0250-25-1300
開館時間10:00～17:00 ※月曜(2/22除く)休館

●企画展「生誕100年記念 日本画家・横山操展」

回 3/21(日)まで
¥一般1,000円、高校・大学生500円

●コレクション展Ⅲ「特集展示 岩田正巳」

回 3/21(日)まで ¥無料

會津八一記念館

新潟日報メディアシップ5階 ☎025-282-7612
開館時間10:00～18:00 ※月曜休館

●企画展「記念館ゆかりの作家31人が選ぶ『私の好きな八一の書』」

回 3/28(日)まで
¥一般500円、大学生300円、高校生200円、小・中学生100円 ※土・日曜は小・中学生無料

新津鉄道資料館

秋葉区新津東町2 ☎0250-24-5700
開館時間9:30～17:00 ※火曜(祝日の場合翌日)休館

¥一般300円、高校・大学生200円、小・中学生100円 ※土・日曜、祝・休日は中学生以下無料

●収藏品展

回 2/13(土)～3/15(月)

●鉄道模型走行会

回 2/27(土)・28(日)、3/6(土)・7(日)10:00～16:00

歴史博物館みなとぴあ

中央区柳島町2 ☎025-225-6111
開館時間9:30～17:00 ※月曜、2/12(金)・24(水)休館

※きょう7日は施設整備のため休館(レストランは営業)

●収藏品展「ことわざ・慣用句事典」

回 2/13(土)～3/28(日)

●押し絵のおひな様作り

回 2/28(日)13:30～15:00 定先着5人 ¥無料
※このほか別冊情報ひろば2面に講座を掲載

史跡古津八幡山 弥生の丘展示館

秋葉区蒲ヶ沢 ☎0250-21-4133
開館時間10:00～17:00 ※月曜、2/12(金)・24(水)休館

●企画展「大沢谷内遺跡展」

回 3/28(日)まで ¥無料

●ミニチュア土器作り

回 3/13(土)10:00～14:30 対小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 定12人 ¥200円 申2/26金曜(必着)までに往復はがきに催し名、参加者全員の氏名・年齢・住所・電話番号を記載し、〒956-0846、秋葉区蒲ヶ沢264、同館へ ※応募多数の場合抽選。3/5までに結果を発送

新潟市美術館

中央区西大畑町 ☎025-223-1622
開館時間9:30～17:00
※月曜休館

●企画展「きかんしゃトーマス展 ソドー島のなかまたちが教えてくれたこと」

回 3/28(日)まで

¥一般1,000円、高校・大学生800円

●コレクション展Ⅲ「クンシランの記憶」

回 4/11(日)まで

¥一般200円、高校・大学生150円、小・中学生100円 ※企画展観覧券で観覧可。2/13(土)14:00に展示解説を実施

●美術講座「フォトリアリズムについて」

回 2/20(土)14:00～15:30 定先着50人 ¥無料

文化財センター

西区木場 ☎025-378-0480
開館時間9:00～17:00 ※月曜、2/12(金)・24(水)休館

●企画展「林付遺跡展」

回 3/28(日)まで ¥無料

同遺跡周辺が、古代に「川合」と呼ばれていたことが分かる土器です



「川合」墨書土器

新型コロナウイルスの影響による イベントなどの状況

市が主催・共催するイベントなどが中止・延期、施設が休館となる場合があります。詳しくは担当課や施設などに問い合わせてください。

今年度対象の人は3月31日(水)までに接種を 問保健管理課(☎025・212・8123)



記号のみかた

- 日=日時、期日、期間、会期 時=時間 ※時間は24時間表記
- 場=会場 集=集合場所 解=解散場所
- 対=対象(記載のないものはどなたでも参加可)
- 定=定員(「先着」の表記がないものは、応募多数の場合抽選)
- ¥=参加費(記載のないものは無料。趣味・講座、催し物は無料を明記)
- 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)
- HP=ホームページ
- 問=問い合わせ(区役所●●課の場合は電話番号案内に記載の区役所代表番号にかけてください)
- ☺=子ども、親子向け情報 ☺=高齢者向け情報
- ♣=にいがた未来ポイント対象事業

申し込みのときは「基本事項」の記載を

はがき・往復はがき・FAX・メールでの申し込みの場合は、右の「基本事項」に記載してください。それ以外の事項を記載する場合は、個別の記事ごとに示しています。
※送り先が「〒951-8550」の場合は住所の記載不要

基本事項

はがきの場合(裏面)

- 「催し名」または「講座名」
- 希望の回(複数回実施する場合のみ)
- 参加者全員の氏名・ふりがな
※代表者は氏名の前に◎を付け、郵便番号・住所・電話番号も記載

※往復はがきは返信先も明記

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、一部イベントなどが中止・延期、施設が休館となる場合があります。事前に各問い合わせ先へ確認してください。 ※掲載情報は1月28日時点のものです

お知らせ

ひとり親世帯臨時特別給付金申請期限を2/26に延長

新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少したひとり親世帯などへ特別給付金を支給しています。まだ手続きが済んでいない場合は2月26日(金)までに申請してください。 ※対象者、支給額など詳しくは市HPに掲載
問 区役所健康福祉課

全国瞬時警報システム(Jアラート) 情報伝達試験

緊急情報が正常に伝達されるかを確認するため、防災行政無線の屋外スピーカーや防災メール(登録制)のテスト配信などを行います。 ※緊急告知FMラジオ、緊急速報メールは対象外

日 2月17日(水)11時ごろ
問 危機対策課(☎025-226-1146)

元気力アップ・サポーター 2月の登録説明会

介護施設などでボランティア活動を行う同サポーターの登録説明会(各1時間半)を開催します。活動でポイントがたまり、翌年度最大5,000円を受け取ることができます。

対 新潟市在住で65歳以上の人
申 開催日前日までに電話で各申込先

- 1 北地区コミュニティセンター 日 18日(木)13時半
- 2 石山地区公民館 日 17日(水)10時
- 3 総合福祉会館 日 16日(火)10時
- 4 江南区福祉センター 日 15日(月)13時半
- 5 秋葉区社会福祉協議会 日 17日(水)13時半
- 6 南区社会福祉協議会 日 18日

- (木)13時半
- 7 小針青山公民館 日 25日(木)10時
- 8 巻ふれあい福祉センター 日 26日(金)13時半
- ▶ 申込先 1 2 東区社会福祉協議会(☎025-272-7721) 3 中央区社会福祉協議会(☎025-210-8720) 4 5 6 秋葉区社会福祉協議会(☎0250-24-8376) 7 8 西区社会福祉協議会(☎025-211-1630) ◀

交通災害共済に加入を

交通事故によるけがで7日以上(通院や入院があった場合)に見舞金を受け取ることができる制度です。

共済期間 4月1日~来年3月31日
¥500円 申 3月31日(水)までに所定の申込書と会費を区役所地域総務課(北・江南区は区民生活課、東・中央・西区は総務課)、出張所、連絡所、ゆうちょ銀行を除く金融機関へ ※申込書は申込先で配布。4月1日以降の加入も可(共済期間は手続きの翌日から)

問 市役所コールセンター(☎025-243-4894)
市民生活課(☎025-226-1113)

2/17~24 一部図書館 蔵書点検に伴い休館

- 山の下図書館(☎025-250-2920)
- 生涯学習センター図書館(☎025-224-2120)
- 亀田図書館(☎025-382-4696)
- 月潟図書館(☎025-375-3001)
- 黒崎図書館(☎025-377-5300)
- 西川図書館(☎0256-88-0001)

船見・中部公共下水道事業計画 変更案を縦覧

日 あす8日~2月22日(月)8時半~17時半

場 下水道計画課(市役所本館)、中央・江南・西区役所建設課 ※土・日曜、祝日は休日受付窓口で縦覧可
問 下水道計画課(☎025-226-2979)

令和2年7月豪雨災害義援金受け付け延長

日 3月31日(水)まで

日本赤十字社

募金箱設置場所 市役所本館地下売店、区役所健康福祉課、出張所、連絡所、関屋行政サービスコーナー、市パスポートセンター(NEXT21)、ほか
振込窓口(ゆうちょ銀行・郵便局)
口座番号「00110-8-588189」▷口座名義「日赤令和2年7月豪雨災害義援金」 ※受領証の発行希望者は通信欄に「受領証希望」と記載。窓口での振込手数料は無料(ATMは除く)
問 同社新潟市地区本部(福祉総務課内)☎025-226-1169

共同募金会

募金受付場所 市共同募金委員会(中央区八千代1、総合福祉会館内)、同区分会(区社会福祉協議会内)
問 同委員会(市社会福祉協議会内)☎025-243-4366

環境優良事業者 愛称とロゴマークを募集

令和3年度から認定を開始する、環境に配慮した経営を行う事業者の愛称とロゴマークを募集しています。応募資格 新潟市在住・在勤・在学の人
応募期限 3月7日(日) ※応募方法など詳しくは市HPに掲載。優秀作品に選ばれた人には賞金10万円を贈呈
問 環境政策課(☎025-226-1357)

アフタースクール学習支援 中学生への学習支援員を募集

6月~来年2月の放課後に年10回

程度学習支援をする人を募集
教科 数学、英語 対 中学校または高校の数学、理科、英語のいずれかの教員免許がある、ほか
申 2月22日(月)までに所定の申込書を学校支援課(市役所ふるまち庁舎)☎025-226-3261へ ※募集要項、申込書は市HPに掲載

新潟市の面積 726.27km²に

国土地理院による面積算定の結果、新潟市の面積は726.27km²に改められました。
問 総務課(☎025-226-2409)

会計年度任用職員などの募集

現在募集中の情報は市HPに掲載しています。



市HPから [職員募集情報一覧](#) [検索](#)

相談

アルザにいがた相談室(中央区東万代町)

問 同施設(☎025-246-7713)
■ ころの相談 電話相談 ☎025-245-0545 日 水・日曜10時~15時半、金曜14時~19時半
面接相談 日 火・水・木・土曜10時~17時 ※電話相談で要予約
■ 女性のこころとからだ専門電話相談 日 第2水曜14時~17時 対女性
定 各日先着3人 申 開催日前日までに電話で同施設
■ 男性相談員による男性電話相談 ☎025-246-7800 日 第4火曜18時半~21時 対男性
■ 性的マイノリティ電話相談 ☎025-241-8510 日 第1月曜17時半~20時

電話番号案内
市急患診療センター ☎025-246-1199
口腔保健福祉センター ☎025-212-8020
西蒲原地区休日夜間急患センター ☎0256-72-5499
水道局 ☎0120-411-002(または☎025-266-9311)

消防局 ☎025-288-3191
火災情報テレホンガイド ☎025-285-1119
災害時の問い合わせ ☎025-226-5656
市役所(〒951-8550) ☎025-228-1000

北区役所(〒950-3393) ☎025-387-1000
東区役所(〒950-8709) ☎025-272-1000
中央区役所(〒951-8553) ☎025-223-1000
江南区役所(〒950-0195) ☎025-383-1000

秋葉区役所(〒956-8601) ☎0250-23-1000
南区役所(〒950-1292) ☎025-373-1000
西区役所(〒950-2097) ☎025-268-1000
西蒲区役所(〒953-8666) ☎0256-73-1000

広報テレビ
NST 八千代コースター 2/27(土)10:25~
UX 知ツク!新潟 毎週土曜 11:58~
TeNY いきいき新潟 毎月第1・3土曜 11:40~
NCV(ケーブルテレビ) 水の都新潟市 毎月第2・4土・日曜 9:00~12:00~、ほか

FM新潟 NICE TOWN にいがた 毎週土曜 7:55~77.5MHz
BSN おはよう!新潟市です 毎週金曜 7:50~ AM1116KHz FM92.7MHz
FM KENTO What's Up NIIGATA CITY 毎週月~金曜 8:25~76.5MHz
エフエム新潟 クリック!秋葉区 毎週月~金曜 10:00~76.1MHz
FM角田山 西蒲ぼかぼか情報 毎週月・水・木曜 12:00~84.9MHz

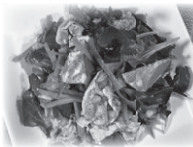
ウェブ
市報にいがた

区役所だより

市長記者会見

にいがた流

ちょいしお生活



⑦豚肉と野菜のおかずサラダ

栄養価(1人分)
エネルギー: 190kcal
塩分: 0.8g

オレンジの酸味とマスタードの辛味が引き締まります。

■作り方

- ①タマネギはみじん切りにして水にさらし、水気を切ってAとよく混ぜる。
- ②ニンジンとパプリカは千切りにする。ベビーリーフは洗って水気を切る。オレンジは皮をむき、乱切りにする。
- ③鍋に湯を沸かし、豚ロース肉を1枚ずつ広げ入れ、火が通ったら水に取る。
- ④③の水気を切って①と絡め、食べる直前に②とあえる。

問 健康増進課(☎025-212-8166)

材料(4人分)

- タマネギ…………… 1/3個(60g)
- 酢…………… 大さじ2と1/2
- A マスタード…………… 大さじ2
- しょうゆ…………… 小さじ2
- ニンジン…………… 5cm(80g)
- パプリカ(赤)…………… 1/2個(70g)
- ベビーリーフ…………… 30g
- オレンジ…………… 1個
- 豚ロース肉(しゃぶしゃぶ用)… 200g

配偶者暴力相談支援センター

DVの相談に専門相談員が対応
日・月・水曜 9時～17時、火・木・金曜 9時～20時
相談専用電話 ☎025-226-1065

消費生活センター(中央区西堀前通6) 高齢者向け電話相談

日 2月18日(木)・19日(金) 9時～16時半 ※来所相談は電話で要予約
相談・予約電話 ☎025-228-8100

趣味・講座



佐潟水鳥・湿地センター(西区赤塚) 佐潟探鳥散歩



日 2月13日・27日(土) 7時半～9時
¥無料
問 同センター(☎025-264-3050)

ほんぽーと中央図書館(中央区明石2) 2月の講座

問 同館(☎025-246-7700)
■新潟ゆかりの文学「**原民喜「鷲」を読む**」 日 13日(土) 13時半～15時 定 先着15人 ¥500円
■読書会 日 17日(水) 10時半～12時 テーマ「**路**」吉田修一著 ¥無料

東総合スポーツセンター(東区はなみずき3) 英語で親子ヨガ

日 2月24日～3月31日(水曜全5回) 13時～同45分 対 1～4歳の子と母親 定 先着8組 ¥3,000円
申 2月10日(水) 9時から電話で同センター(☎025-272-5150)

旧齋藤家別邸(中央区西大畑町) 講座「**檀一雄家の庭**」



日 2月27日(土) 10時半～11時半 定 先着10人 ¥200円(別途要観覧料)
申 2月10日(水) 9時半から電話で同施設(☎025-210-8350)

歴史博物館みなとぴあ 講座「**小池上家文書を読む**」

日 2月28日(日) 13時半～15時 定 先着60人 ¥100円 申 2月10

日(水) 9時からメール(museum@nchm.jp)で基本事項を同館(中央区柳島町2 ☎025-225-6111)へ
※このほか本冊5面に催しを掲載

いくとぴあ食花(中央区清五郎) 食育・花育センター 3月の講座

申 2月25日(木)までに電話で同センター(☎025-282-4189) ※各定員あり。詳しくは同施設HPに掲載



◆料理教室

- ①メキシコ料理 日 2日(火)
- ②おからみそ 日 14日(日)
- ③イチゴのパウンドケーキ 日 20日(祝)・30日(火) 対 6歳以上の親子
- ④代謝を上げる料理 日 25日(木)
- ⑤生食パン 日 28日(日)
▶時 10時半(③ 10時半、13時半 ⑤ 12時) ※各1時間半～3時間半
¥ ① ⑤ 各 2,500円 ② 3,500円 ③ 1,500円 ④ 1,400円 ◀

■園芸講座 ※各70～90分

- 園芸道具の使い方と管理 日 7日(日) 11時 ¥1,000円
- クリスマスローズの植え替えと育て方 日 7日(日) 14時 ¥2,500円
- 雪割草 日 11日(木) 13時半 ¥500円
- 畑の土作りとジャガイモの育て方 日 15日(月) 14時半 ¥100円
- 季節の花の寄せ植え 日 25日(木) 13時半 ¥2,000円

こども創造センター(中央区清五郎) 3月の催し

親子ふれあい遊び(日 2日 火曜)、親子リトミック0歳(日 15日 月曜)、コミックイラスト講座(日 28日 日曜)などの催しを行います。 ※各定員あり
申 2月17日(水) 17時までに電話で同センター(☎025-281-3715)
※当選者は2月21日(日) 9時からいくとぴあ食花HPに掲載。このほかにも催しを実施。各催しの時間、対象、参加費など詳しくは同施設HPに掲載



3月の応急手当講習会

心肺蘇生法、AED 使用法、窒息の対処法、ほか 対 10歳以上 ¥無料
申 2月10日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)



問 消防局救急課(☎025-288-3260)

■救命入門(各1時間半)

- ①南消防署 日 3日(水) 9時半
- ②西蒲消防署 日 10日(水) 9時
- 普通救命(各3時間)
- ③中央消防署 日 13日(土) 9時
- ④西消防署 日 13日(土) 9時
- ⑤東区プラザ(東区下木戸1) 日 17日(水) 13時半

⑥江南消防署 日 21日(日) 9時

▶定 ① 24人 ② ⑤ 各 15人 ③ 23人 ④ 20人 ⑥ 10人 ※各先着 ◀

楽しく健康づくり・介護予防 3月の総おどり体操

¥無料

申 2月12日(金)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)
問 高齢者支援課(☎025-226-1290)

- ①江南区文化会館 日 4日(木)
- ②東区プラザ 日 9日・16日(火)
- ③巻地区公民館 日 11日(木)
- ④クロスパルにいがた 日 12日(金)・18日(木)
- ⑤豊栄地区公民館 日 19日(金)
- ⑥内野まちづくりセンター 日 23日(火)
- ⑦新津健康センター 日 25日(木)
- ⑧白根健康福祉センター 日 25日(木)
- ⑨総合福祉会館 日 26日(金)
▶時 10時(⑧ 13時半) ※各1時間半
定 ① ③ ⑧ 各 15人 ② ⑤ ⑥ 各 日 20人 ④ ⑦ 各 日 25人 ⑨ 40人 ※各先着。② ④ はいずれか1日のみ参加可 ◀

市体育館(中央区一番堀通町) ピラティス体験会

日 3月5日(金) 13時半～14時半 対 中学生を除く15歳以上
定 先着15人 ¥500円
申 2月11日(祝) 13時半から電話で同館(☎025-222-6006)



視覚障がい者のための生活訓練 接触確認アプリCOCOA講座

日 3月6日(土) 9時半～12時
場 総合福祉会館(中央区八千代1)
対 新潟市在住の視覚障がい者で自分のスマートフォンを持参できる人
定 先着5人 ¥無料 申 2月10日(水) 9時から電話で市視覚障害者福祉協会・佐藤(☎025-231-2657)
問 障がい福祉課(☎025-226-1238)

講座「公文書館の魅力と役割」

日 3月13日(土) 14時～16時 場 ほんぽーと中央図書館(中央区明石2)
定 先着75人 ¥無料
申 2月13日(土)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)
問 歴史文化課(☎025-385-4290)

認知症サポーター ステップアップ講座

日 3月24日(水) 13時半～16時半
場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2)
対 新潟市在住・在勤・在学で同サポーター養成講座を受講済みの人
定 先着50人 ¥無料
申 2月10日(水)から所定の申込書を県介護福祉士会(中央区上所2)へ ※申込書は同会、地域包括ケア推進課(市役所本館)、区役所健康福祉課で配布。市HPにも掲載
問 地域包括ケア推進課(☎025-226-1281)

催し物

新田清掃センター(西区笠木) リサイクル品展示提供

日 あす 8日～2月19日(金) 9時～17時 対 小学生以上 ¥無料
※1人1点。当選者のみ2月24日14時以降に連絡
問 同センター(☎025-263-1416)

旧小澤家住宅の催し(中央区上大川前通12)



問 同施設(☎025-222-0300)

■おやつ販売 日 2月14日(日) 11時～15時

■◇稲わらでひな人形作り 日 2月21日(日) 10時、13時 ※各2時間 対 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴) 定 各回先着7人 申 2月10日(水) 10時から電話で同施設

■箏の演奏会 日 3月6日(土) 13時～同40分

▶ ¥入館料(◇は別途1,300円が必要) ◀

まちなかステージ「よろっとローサ」 2月のイベント

¥無料 問 同施設(中央区西堀前通6 ☎025-378-1137)

■講演「ひとり親経験について」

日 14日(日) 13時～15時

■法律講座 日 19日(金) 13時半～15時

■箏の演奏とトーク 日 23日(祝) 15時～16時

砂丘館の催し(中央区西大畑町)



問 同館(☎025-222-2676)

■駒林修・霜鳥健二展 日 2月18日(木)～3月28日(日) 9時～21時

※月曜休館 ¥無料

■駒林文代・霜鳥健二ギャラリートーク 日 2月27日(土) 14時～15時半

定 先着15人 ¥500円
申 2月10日(水) 9時から電話で同館

天寿園(中央区清五郎) 2月の催し



申 2月10日(水) 10時から電話で同施設(☎025-286-1717)

■産後ママヨガ 日 18日(木) 10時半～11時半

対 生後4カ月～1歳の子と母親 定 先着20組

■ゆるりヨガ 日 19日(金) 10時半～11時半

定 先着30人
■◇定期コンサート 日 21日(日)

しっかりと手洗い マスクを着用 「3密」を避ける 保健管理課(☎025・212・8194)

新型コロナウイルス感染症を予防しよう

13時半～15時 出演西内野コミ協吹奏楽団 定先着80人
●抱っこでダンス 日25日(木)
10時半～11時半 対生後4カ月～1歳半の子と母親 定先着20組
▶ ¥各500円(◇無料) ◀

ゆいぽーと滞在アーティスト 応援団体活動レポート展
日2月19日(金)～23日(祝) 10時～17時 ※22日(月)除く。23日は16時まで
場新潟市美術館(中央区西大畑町) ¥無料 問文化創造推進課(☎025-226-2624)

White Love Concert
日2月20日(土) 14時～16時
場秋葉区文化会館(秋葉区新栄町)
出演今井あい(ソプラノ)
定先着240人 ¥500円 問文化創造推進課(☎025-226-2624)

東京2020オリンピック聖火リレーランタンによる展示
日2月22日(月) 13時～20時 ※18時から30分程度展示を中断
場MGC三菱ガス化学アイスアリーナ(中央区鐘木) ¥無料 問スポーツ振興課(☎025-226-2601)

北区 渡り鳥の越冬地巡りと割烹ランチ満喫ツアー



瓢湖、福島潟、わくわくファーム、ほか
日2月27日(土) 10時～16時 15分 集解新潟駅南口 定30人(中学生以下は保護者同伴) ¥5,720円
申2月14日(日)までに、はがきに基本事項を記載し、〒950-3308、北区下大谷内378-43、(株)フリーウェイツアーへ ※当選者のみ2月16日までに案内を発送
問北区役所産業振興課(☎025-387-1356)

国際友好会館の催し(中央区礎町通3)
申2月10日(水) 9時から電話で国際交流協会(☎025-225-2727)

ロシアの冬の過ごし方 日2月27

日(土) 10時～11時半 定先着20人
●初心者向けハングル講座 日3月6日(土) 14時～16時 定先着20人
●国際交流員とおしゃべり 期日・テーマ3月9日(火)…アメリカ▷3月18日(木)…スリランカ 時14時～15時 定各先着20人

◇日本語学習支援者向け講座
日3月13日(土) 13時半～16時半 定先着30人
▶ ¥無料(◇500円) ◀

遺跡発掘調査速報会
今年度の発掘調査成果発表と考古学者の講演
日2月28日(日) 10時半～15時 場市民プラザ(NEXT21・6階) 定先着200人 ¥無料
申2月13日(土)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894) 問文化財センター(☎025-378-0480)

市民プラザ(NEXT21・6階) 誰でも自由にピアノが弾ける日

日3月1日(月)～3日(水) 9時～19時
定各日先着20組
¥30分500円
申2月10日(水) 9時から電話で同施設(☎025-226-5500)



防災カフェinにいがた

女性防災士による講演、東日本大震災追悼パフォーマンス
日3月11日(木) 13時半～16時
場東区プラザ(東区下木戸1)
定先着100人 ¥無料 申2月11日(祝)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894) 問アルザにいがた(☎025-246-7713)

●中央卸売市場(江南区茗荷谷) 親子市場せり見学会

日3月13日(土) 4時半～8時半 対小学2年～中学生と保護者
定15組(2人1組)
¥無料 申2月20日(土)までにメール(ichiba@city.niigata.lg.jp)で基本事項、年齢、子の学年を記載し同施設(☎025-257-6767)へ ※1通につき1組まで。2月24日に抽選結果を連絡



市政参画コーナー

附属機関などの会議

次の会議の開催を予定しています。日程など詳しくは市HPに掲載しています。



スマートフォンはこちらから

市HPから 会議の開催予定 検索

名勝旧齋藤氏別邸庭園保存整備検討委員会 日2月15日(月)

問歴史文化課(☎025-226-2575)

豊栄地区公民館運営審議会 日2月17日(水) 問同館(☎025-387-2014)

亀田地区公民館運営審議会 日2月24日(水) 問同館(☎025-382-3703)

附属機関などの委員募集

次の委員を募集しています。詳細や最新の情報は市HPに掲載しています。



スマートフォンはこちらから

市HPから 委員の公募 検索

男女共同参画審議会 問男女共同参画課(☎025-226-1061)

動く市政教室「小須戸町屋とおひな様巡り」

舟運で栄えた在郷町・小須戸の町並みを巡り、北前船の寄港地として栄えた新潟に残る貴重なひな人形を見学し、新潟の歴史や文化を学びます。



スマートフォンはこちらから

日2月25日(木)・27日(土)、3月3日(水) 9時～12時50分

コース町屋ギャラリー薩摩屋、雛の町家(吊るし雛) 定各日18人

¥500円 申2月15日月曜(必着)までに往復はがき(〒951-8550、広聴相談課)またはメール(kocho@city.niigata.lg.jp)で基本事項、希望集合場所(市役所分館または新潟駅南口)、参加者全員(2人まで)の住所・年齢・電話番号を同課(☎025-226-2098)へ ※応募は1組1通。市HPからも申し込み可。見学後レポートを提出。マスクの着用と筆記用具が必要

ご意見・ご提案(パブリックコメント)

パブリックコメントの手続きは、政策形成の透明性と公平性、市民の市政への参加機会の確保を目的に行われます。次の内容についてご意見・ご提案を募集しています。今後の募集予定は市HPに掲載しています。



スマートフォンはこちらから

市HPから パブリックコメント 検索

第11次交通安全計画(案) 日2月10日(水)まで

問市民生活課(☎025-226-1113)

食品衛生監視指導計画(素案) 日3月2日(火)まで

問食の安全推進課(☎025-212-8230)

予防接種事務に係る特定個人情報保護評価書(案)

日あす8日～3月10日(水) 問保健管理課(☎025-212-8123)

新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止に協力を

引き続き日頃の感染予防や新しい生活様式の実践を徹底しましょう。



さあ、新しい日常へ。 New Lifestyle. New Niigata

問保健管理課(☎025-212-8194)

感染予防の基本

●こまめに手洗い

- ・30秒程度水とせっけんで丁寧に
・帰宅後、食事の前、くしゃみや鼻をかんだとき
・帰宅後は顔も洗う



●マスクを着用

- ・せき・くしゃみが出るとき
・会話をするときや人混みに行くとき
・持病などでマスクの着用ができないときはハンカチで押さえる

●体調が悪いときは自宅で療養

- ・会社や学校を休む
・毎日体温を測る



発熱したら、かかりつけ医へ

発熱などの体調不良があるときは自分で判断せず、かかりつけ医などに電話で相談し、受診してください。かかりつけ医を持たない人やどこに相談してよいかわからない場合は、新潟県新型コロナ受診・相談センターへ相談してください。

●新潟県新型コロナ受診・相談センター

☎025-256-8275 ※24時間対応。土・日曜、祝日も受け付け

☎025-246-5672 ※保健管理課。月～金曜9時～17時

最新情報はこちら

▷新潟市ホームページ

新潟市 新型コロナウイルス

検索

▷厚生労働省ホームページ

厚労省

検索

市・県民税申告と所得税の確定申告 3月15日(月)までに申告を

令和2年分の市・県民税の申告と所得税の確定申告が始まります。申告書は市民税課(市役所ふるまちなか庁舎)、区役所、出張所、連絡所に設置しています。市・県民税申告が必要と思われる人には2月5日に申告書を発送しました。

例年、申告会場は大変混雑します。新型コロナウイルス感染防止のため、郵送での提出に協力をお願いします。

令和3年1月1日現在、新潟市に住所がある人は市・県民税の申告が必要です

収入がなかった人や非課税収入(遺族年金、障害年金、雇用保険の失業給付など)だけの人、各種保険料の算定などのため申告が必要です。ただし、次のいずれかに該当する人は市・県民税の申告をする必要はありません。

①所得税の確定申告を提出する

※上場株式などの譲渡所得・配当所得(源泉徴収口座分)は、確定申告とは別に市・県民税申告書を提出することで所得税と異なる課税方式を選択可

②給与収入のみで年末調整済み

③公的年金のみで控除の追加がない

④収入がなく、新潟市に住んでいる人に所得税法上扶養されている

申告に必要な物

- はんこ(スタンプ式は不可)
- (確定申告の場合)申告者本人の金融機関・口座番号が分かる物
- マイナンバーカード、または個人番号通知カードと本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)
- 令和2年中の所得が確認できる書類
 - ・給与所得者、年金所得者は源泉徴収票の原本
 - ・事業所得者、不動産所得者は収入金額と必要経費を集計した書類、収支内訳書など
- 所得から控除する額が確認できるもの
 - ・生命保険料、地震保険料の控除証明書
 - ・国民年金、同基金の控除証明書
 - ・国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料などの領収書または納入済み額のお知らせ
 - ・(医療費控除を申請する場合)医療費控除の明細書または健康保険者が発行する医療費通知(領収書添付の申請は不可)
 - ・6カ月以上寝たきりの人のおむつ代で、その人の治療をしている医師が発行したおむつ使用証明書のあるもの(2年目以降の場合は主治医意見書内容確認書=下囲み=に代えることができます)
 - ・身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳または障害者控除対象者認定書=下囲み=
 - ・寄附金の領収書やふるさと納税の寄附金受領証明書

主治医意見書内容確認書と障害者控除対象者認定書の発行

申請窓口 区役所健康福祉課(中央区は窓口サービス課)、出張所、地域保健福祉センター

持参する物 介護保険被保険者証、申請者の本人確認書類 ※写しは不可

問 区役所健康福祉課

■主治医意見書内容確認書

要介護認定の主治医意見書から寝たきり状態と尿失禁の発生の可能性があることが確認できる場合に発行

■障害者控除対象者認定書

要介護認定を受け、心身の状態や日常生活の状況が障がい者と同等と認められるなど一定の要件に該当する65歳以上の人に発行 ※申請から発行まで1週間程度要する

問い合わせ・郵送提出先
〒951-8554(住所不要) 市民税課
北区・秋葉区に住んでいる人…☎025-226-2375
東区・江南区に住んでいる人…☎025-226-2365
中央区・南区に住んでいる人…☎025-226-2245
西区・西蒲区に住んでいる人…☎025-226-2370

パソコン・スマートフォンで市・県民税の申告書の作成や税額の試算ができます

スマートフォンはこちらから



▶市HPから

申告会場の入場制限を行います

新型コロナウイルス感染防止のため、会場ごとに受付人数の上限を設けています。申告当日は市・税務署の各会場で入場整理券を配布します。配布状況によって後日の来場をお願いする場合がありますので注意してください。完成済みの申告書を提出するだけの人は、入場整理券は不要です。

会場では入り口での検温と手指の消毒、マスクの着用をお願いします。体調のすぐれない人や検温で発熱が判明した人は、入場できません。

市の申告日程・会場

入場整理券配布時間 9時～15時(◆は16時まで)

区	会場	2月							3月											
		16	17	18	19	22	24	25	26	1	2	3	4	5	8	9	10	11	12	15
		火	水	木	金	月	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月
北	豊栄地区公民館	●	●	●	●		△	△	●						●	●				
	北地区コミュニティセンター												●	●						
東	東区プラザ					△	△	△	△											
	中地区公民館									△	△									
	石山地区公民館											△	△	△						
中央	市役所分館	△	△	△	△										△	△	△	△	△	△
江南	江南区役所				●	●				●	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△
秋葉	◆秋葉区役所	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
南	白根学習館					●	●	●	●	●	△	△								
	味方出張所																●	●	●	
	月潟出張所																			●
西	西区役所	●	●	●	△	△											●	●	△	△
	内野まちづくりセンター						●	●												
	黒崎市民会館									●	●	●								
西蒲	◆巻ふれあい福祉センター	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△

※●は市・県民税の申告と簡易な確定申告を、△は市・県民税申告のみを受け付け

市の申告会場で受け付けできない確定申告

次の申告は市の申告会場で受け付けできません。税務署が開設する確定申告会場で申告してください。

- ・給与および年金の収入があり、源泉徴収票を持っていない
- ・営業等、農業、不動産の収支内訳書が未完成
- ・青色申告
- ・分離課税の申告(土地、建物、株式の譲渡所得など)
- ・令和元年分以前の申告
- ・準確定申告(亡くなった人の申告)
- ・修正申告、更正の請求
- ・繰越損失がある申告
- ・住宅ローンなどの控除がある申告(年末調整が済んでいないもの)
- ・雑損控除がある申告
- ・配当所得がある申告

税務署の確定申告日程・会場

2月16日(火)～3月15日(月) 9時～16時

※土・日曜、祝日除く。朱鷺メッセ会場のみ2月21日・28日(日)も開設。「税務署公式LINE」で入場整理券の事前発行可

対象区	会場	問い合わせ (月～金曜8:30～17:00)
北・東・中央 江南・南・西	朱鷺メッセマリナーホール (中央区万代島)	新潟税務署 (☎025-229-2151)
秋葉	秋葉区役所	新潟税務署 (☎0250-22-2151)
西蒲	巻ふれあい福祉センター (西蒲区巻甲)	巻税務署 (☎0256-72-2355)

※国税庁HPで申告書の作成、送信ができます