



# いくつになっても 支え合い健康に 暮らす



年を重ねてもずっと元気に過ごすには、一人一人が健康づくりに取り組むだけでなく、地域住民がお互いに支え合うことも大切です。今号では、地域での支え合いや健康づくりについて紹介します。 [☎ 地域包括ケア推進課 \(025-226-1281\)](tel:025-226-1281)

目次) CONTENTS

**1~3 特集**  
**支え合い健康に暮らす**

**4 にいがたCITY NOW**

- 生活支援特別給付金
- 新型コロナワクチン4回目の接種
- 参議院議員通常選挙
- 市職員を募集

**5 連載** 新潟の食を巡る心温まる1冊  
**熱中症を予防しよう**

他3ページは区役所だより「情報ひろば」は別冊で発行しています


新潟市長 中原 八一

超高齢社会を迎え、本市では、誰もが住み慣れた地域で生きがいを持ちながら、自分らしくずっと安心して暮らせる環境づくりを進めています。

「お互いさま」で支え合い、誰もが気軽に集まれる「地域の茶の間」は、今では市内500カ所以上で開催され、住民同士の助け合いや健康づくりの場として多くの方から大変親しまれています。

また、「元氣力アップ・サポーター」制度といった取り組みを通じて、高齢者の方から身近な福祉施設などでもちよつとしたボランティア活動をしていただき、地域の中で活躍いただいています。

住民同士の「支え合い」は健康づくりだけでなく、子育て環境や地域の活力、防犯・防災力の向上にもつながります。今後とも、地域住民の絆がより一層深まり、「助け合い・支え合いの輪」が広がっていくよう努めてまいります。







# 口の健康でずっと元気に

健康増進課 歯科医師 藤山

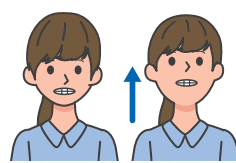
口は「食べる」「話す」「表情をつくる」などの機能を担っています。年を重ねると、滑舌の悪化や食べこぼし、むせ、かめない食べ物が増えるなど、口の機能が衰えることがあります。衰えが進み食べる量や活動量が減少すると、筋力などの身体機能が低下したり、人と交流する機会が減ったりする恐れがあります。

口の健康を保つことは、体の健康を守ることにつながります。口も体と同じく、体操で機能を維持・向上させることができます。いつまでも食事や会話を楽しむために、「お口の体操」を日常に取り入れましょう。

／ やってみよう ／

## お口の体操

### 1 顔の運動



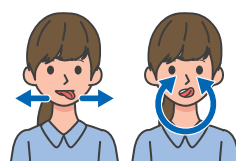
大きく口を動かし、発音する  
①口をとがらせて「うー」  
②口を横に広げて「いー」  
③上を向き、口を横に広げて「いー」

### 2 唾液腺マッサージ



両手を頬に当て、ゆっくり円を描くようにマッサージ(前回し→後回し)

### 3 舌の運動



①舌を前に出す  
②舌を左右に動かす  
③唇をゆっくりなめ(右回し→左回し)

### 4 発音



ゆっくりと口や舌を動かし、大きな声ではっきりと丁寧に発音する  
①「パ」「タ」「カ」「ラ」  
②「パンダのたからもの」

### ポイント

食事前や入浴時に行いましょう。継続して行うことが大切です。

## 高齢者の生きがいづくり

# にいがたし 元気力アップ・サポーター

福祉施設などでボランティア活動を行う高齢者の登録を受け付けています。

## 活動の流れ

1 登録説明会に参加 説明会は毎月開催しています。

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

### 7月の登録説明会

会場	開催日時	申込先
豊栄地区公民館	14(木) 13:30~15:00	東区社会福祉協議会 (☎025-272-7721)
東区プラザ	20(水) 10:00~11:30	
中央区社会福祉協議会	25(月) 10:00~11:30	中央区社会福祉協議会 (☎025-210-8720)
江南区福祉センター	7(木) 13:30~15:00	
秋葉区社会福祉協議会	19(火) 13:30~15:00	秋葉区社会福祉協議会 (☎0250-24-8376)
南区社会福祉協議会	14(木) 13:30~15:00	
小針青山公民館	26(火) 10:00~11:30	西区社会福祉協議会 (☎025-211-1630)
巻地区公民館	21(木) 13:30~15:00	

### 2 ボランティア活動に参加

新潟市に登録のある福祉施設などでボランティア活動を行います。

**活動施設の例** 介護老人福祉施設、通所リハビリテーション施設、障がい者支援施設、保育園、公民館、病院、図書館など

**活動内容の例** レクリエーションの指導・参加支援、お茶出しや配膳などの補助、散歩・外出・施設内移動の補助、入所者の話し相手など

### 3 ポイントを受け取る

活動に応じてポイントがたまります。ポイントは翌年度に交付金(最大5,000円)として受け取れます。

## 同サポーターに聞きました

# 人のため、自分のために取り組む

サポーター 天井澤 照明さん(東区在住)

私は3年前からサポーターとして活動しています。今は週に2日、東区のデイサービスセンターで主にお茶出しの手伝いをしています。

家の中で引きこもりがちになると体力が落ちてしまうので、サポーター活動で体を動かすことを大事にしています。利用者の方から「ありがとう」と言われると、とてもやりがいを感じます。自分の健康のためにも、元気なうちは活動を続けていきたいです。



▲利用者へお茶出しをする天井澤さん

# 地域の茶の間

# みんなで支え合える地域を目指して



▲気軽に集まって自由に交流する(実家の茶の間・紫竹)

**「お互いさま」で支え合う**  
地域の茶の間は、地域住民が気軽に集まれる交流の場です。高齢者だけでなく子どもから大人まで、障がいのあるなしに関係なく誰もが参加できます。

みんなで一緒に体操をしたり、料理教室を開いたり、お茶を飲みながら会話を楽しんだり、活動内容はさまざまです。会場や開催頻度などはそれぞれの地域の実情に合わせて自由に決められています。交流を通じて、同じ地域で生活する人たちの間に共感が生まれ、「お互いさま」の関係が作られます。お互いさまの関係は助け合いの意識を高め、困ったときにみんなで支え合える地域づくりにつながります。

**孤独の解消 生きがいづくりにも**  
定期的に地域の茶の間に参加することで、充実した生活が送れる、新しい友人ができるなど、日々の生活に活気生まれます。

**地域を形作る健康づくり**  
地域の茶の間には、脳や筋力の簡単なトレーニング、ラジオ体操など、地域住民の健康づくりに取り組む団体が多くあります。参加者からは「一人ではできないことも、みんなと一緒に楽しく続けられる」という声が聞かれます。新型コロナウイルス感染症の影響で、体を動かすことが少なくなった、人と会う機会が減ったなど、体と心の健康に不安を感じている人もいます。ぜひ気軽に地域の茶の間に参加してみてください。

身近な所に居場所や友人、知人ができることは、孤独を感じやすい高齢者や障がい者の不安や寂しさを解消し、引きこもりの防止にもなります。地域の茶の間は、住み慣れたまちで誰もが安心して暮らすための仕組みです。

また、地域の茶の間では活動内容を参加者が自由に決められるため、自分の特技や趣味、経験を生かせる場にもなり、参加者の生きがいづくりにつながっています。



▲1人では難しいこともみんなで助け合う(同)

## 気軽に参加しませんか

地域の茶の間を紹介します。電話で問い合わせください。 ※週1回以上開催している地域の茶の間の一覧は新潟市ホームページにも掲載



スマートフォンはこちら

### 問い合わせ先

北区社会福祉協議会	☎025-386-2778
東区社会福祉協議会	☎025-272-7721
中央区社会福祉協議会	☎025-210-8720
江南区社会福祉協議会	☎025-250-7743
秋葉区社会福祉協議会	☎0250-24-8376
南区社会福祉協議会	☎025-373-3223
西区社会福祉協議会	☎025-211-1630
西蒲区社会福祉協議会	☎0256-73-3356



## 地域みんなで 体も心も元気に

地域の茶の間「明田しゃっきり体操」  
白井 悦子さん(西区在住)

地域のみんで毎週木曜日に集まって「体しゃっきり体操」をしています。講師を招いて体操を教えてもらいながら、みんなで楽しく取り組んでいます。

体操が体の健康につながっていることはもちろん、みんなと顔を合わせて世間話ができる場があることが心の安らぎになっています。いつまでも仲間たちと楽しく過ごせるように、これからもみんなで体を動かしていきたいです。



▲地域の仲間で楽しく体操する様子



発熱などの症状があるときはかかりつけ医または

市政



### 感染予防をして投票を 7/10(日) 参議院議員通常選挙

- 投票日時 7月10日(日) 7時~20時
- 投票できる人 平成16年7月11日までに生まれた日本国民で、令和4年3月21日までに新潟市に住民登録し、引き続き投票日まで住んでいる人
- 問 市役所コールセンター(☎025-243-4894)  
市選挙管理委員会(☎025-226-3343)



市選挙マスコット  
トウヒョウザウルス  
「きめたらう」

#### 投票時のお願い

- ・あらかじめ投票所入場券を切り離して持参してください。
- ・できるだけ鉛筆またはシャープペンシルを持参してください。
- ・マスクの着用やせきエチケットの徹底、入場前後の手指消毒をし、周りの人との距離を保ってください。
- ・新潟市ホームページに掲載している混雑が予想される時間帯をできるだけ避けて来場してください。



スマートフォンは  
こちらから

#### 期日前投票を受付中

- 期間 7月9日(土)まで8時半~20時
- 会場 住民登録している区の区役所、出張所(秋葉区は小須戸まちづくりセンター) ※中央区在住の人は石山出張所(東区)でも可

市政



### 就職氷河期世代、高校卒業程度など 市職員を募集



スマートフォンは  
こちらから

試験案内は7月11日(月)から新潟市ホームページに掲載するほか、市役所本館案内、区役所などでも配布します。

- 1次試験日 9月25日(日)  
※一般事務(高校卒業程度)は9月26日(月)~28日(水)のいずれか1日も実施
- 採用日 令和5年4月1日 ※消防士の一部は令和5年9月1日
- 試験会場 新潟市内
- 申 各申込期間内に新潟市ホームページから申し込み
- 問 人事委員会事務局(☎025-226-3515)



区分	職種	受験資格	申込期間
就職氷河期世代*	一般事務	昭和45年4月2日~昭和61年4月1日に生まれ、受験申込日に正規雇用労働者として雇用されていない人	7/11(月)~29(金)
免許資格職	保育士A	平成10年4月2日以降に生まれ、保育士登録を受けている人(見込み含む)	
高校卒業程度	一般事務、学校事務A、土木、土木(水道)、電気(水道)、機械(水道)、消防士	平成13年4月2日~平成17年4月1日に生まれた人	8/1(月)~19(金)
	学校事務B	平成4年4月2日~平成13年4月1日に生まれた人	

\*雇用環境が厳しい時期に就職活動を行った世代

子育て・教育



### ひとり親世帯、住民税非課税世帯など 生活支援特別給付金を支給

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した子育て世帯などへ、生活支援特別給付金を支給します。

- 対象 下の①②いずれかに該当する人
- 支給額 児童1人につき5万円
- 問 区役所健康福祉課



スマートフォンは  
こちらから

#### ①ひとり親世帯のうち以下のいずれかに該当する

区分	申請方法	支給時期
今年4月分の児童扶養手当が支給された	申請不要 ※該当者には6/10に案内を発送済み	6/30に支給済み
公的年金などを受給している、または同感染症の影響で収入が減少したなど、収入が同手当受給者と同水準	所定の申請書を同課へ ※詳しくは新潟市ホームページに掲載	7/29(金)から順次

#### ②平成16年4月2日(特別児童扶養手当の認定を受けた子は平成14年4月2日)~令和5年2月28日に生まれた子を養育し、以下のいずれかに該当する ※①に該当する場合を除く

区分	申請方法	支給時期	
令和4年度の住民税(均等割)が非課税	新潟市から児童手当または特別児童扶養手当が支給されている	申請不要 ※今年4月分の児童手当などが支給された人には7/6(水)に案内を発送。今年4/1以降に生まれた子の分などは8月以降に順次案内を発送	7/15(金)
高校生だけを養育している、または公務員	8月以降に申請受け付け開始 ※詳しくは新潟市ホームページに掲載	8月以降順次	
同感染症の影響で収入が住民税(均等割)非課税相当となった			

健康・医療



### 接種券を順次発送 新型コロナワクチン 4回目の接種

同ワクチンの3回目の接種から5カ月以上経過した人のうち、60歳以上の人やまたは18~59歳で基礎疾患があるなど重症化リスクの高い人を対象に、4回目の接種を実施しています。60歳以上の人には、接種時期に合わせて接種券を順次発送します。

18~59歳で接種を希望する人は、接種券の発行申請が必要です。4月までに3回目の接種を完了した人には、申請方法などを記載した案内はがきを送付しています。

問 新潟市コロナワクチン専用コールセンター(☎025-250-1234)

#### 4回目の接種 Q & A

Q. 案内はがきで接種を受けられますか?

A. 接種を受けるには接種券が必要です。接種対象の人は申請をしてください。

Q. (申請をしても)接種券が届きません。 ▲接種券送付用封筒(表)

A. 接種券は3回目の接種から5カ月経過する頃に発送します。接種時期までお待ちください。

6月下旬~7月上旬に発送した同ワクチンの3・4回目の接種券に同封の個別接種実施医療機関一覧に記載漏れがありました。最新の一覧は新潟市ホームページ=右=に掲載しています。





新連載



### 心温まる 1冊①

図書館司書がお薦めする本を紹介しします。  
問 ほんぽーと中央図書館 (☎025-246-7700)



### 和菓子のアン 著者：坂木司

発行元：光文社 発行年：2010年(文庫は2012年刊)  
市内図書館所蔵数：単行本15冊、文庫本7冊

#### あらすじ

食べることが好きな梅本杏子。大学進学するほど勉強好きではないし、すぐに就職するのめんどくさい。そんな彼女は高校卒業後、デパート地下の和菓子屋「みつ屋」でのアルバイトの道を選びました。店長や和菓子職人志望の社員、女子大学生の3人と働き始めた杏子は、「杏」を「アン」と読んで「アンちゃん」とあだ名を付けられます。一緒に働くうちに、3人は一癖も二癖もある魅力的なメンバーだと分かってきます。

#### おすすめポイント

この本はデパートでの「お仕事小説」でもあり、和菓子を通して日常の謎を解く「ミステリー小説」でもあります。デパート内で起こるささやかな事件をアンちゃんと一緒に解くうちに、季節のお菓子や和菓子の歴史にも詳しくなれます。アンちゃんが説明する和菓子のおいしそうなお話！読み終わると和菓子を食べてくなります。アンちゃんの成長物語は、続編の「アンと青春」「アンと愛情」でも描かれています。



市の図書館で所蔵している資料は、ウェブ予約=右=で希望する館に取り寄せて借りることができます。  
※図書館の窓口で事前登録が必要



連載

### 新潟の食を巡る⑧

### 山ノ下なつとう (東区・食品製造)

歴史ある企業や店舗を訪ねます。

#### 新潟で長く愛される納豆

「創業は昭和2(1927)年。私の曾祖父が山ノ下神明宮近くの小さな工場を始めました」と話す4代目社長の佐藤彰城さん。「当時は保存用の冷蔵設備が普及していませんでした。そのため、わらで包んだ手作りの納豆をその日のうちに沼垂や本町の市場へ売りに行ったそうです」。平成2年に東区山木戸へ工場を移転し、機械化を進めたことで生産性が向上。現在は1日に約3~5万パックの納豆を製造し、県内外のスーパーマーケットなどに出荷しています。

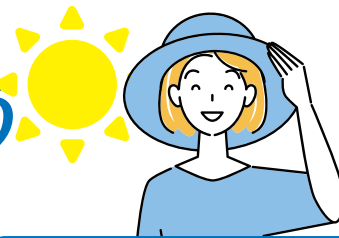


4代目 佐藤彰城さん

#### 変わらない「手作り」の意識

「納豆の出来は気温や水温の違いに左右されます。大豆がふっくらやわらかく炊き上がるよう、今でも毎日職人の手で微調整を加えています」と佐藤さん。「地産地消」を掲げ、商品には市内を含む下越地方産の大豆や、県内のしょうゆメーカーが専用に開発した無添加のたれを使用しています。「安心・安全を第一に、これからも地元新潟の皆さんに喜ばれるおいしい商品を提供していきたいです」と笑顔で語ってくれました。

## 夏到来 熱中症を予防しよう



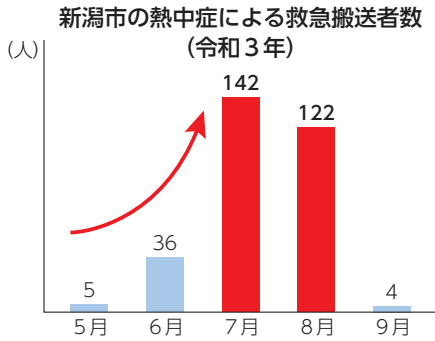
熱中症は重症化すると命の危険があります。正しく予防し、健康に過ごしましょう。

問 消防局救急課 (☎025-288-3260)

### 7・8月は要注意

新潟市では昨年5~9月、309人が熱中症で救急搬送されました=グラフ=。熱中症は例年、気温が上がる7・8月に集中して発生しています。

子どもや高齢者は体温調節機能が低いので、特に注意が必要です。



### 「熱中症かな?」と思ったら

- ・涼しい場所で安静にする
- ・衣服を緩め体を冷やす(首の周り、脇の下、太ももの付け根などを冷やすと効果的)
- ・飲めるようであれば、水分や塩分を少しずつ頻繁に取る(スポーツドリンクなど)

※出典：厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」



### ためらわずに119番通報を

意識の低下、自分で水が飲めない、動けない、全身のけいれんなどの症状がある場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

### 熱中症警戒アラートを確認しよう

気温の上昇などで熱中症の危険性が極めて高いと予想される日の朝に、気象庁から「熱中症警戒アラート」が発表されます。同アラートが発表されたときは、普段以上に熱中症予防を意識して行動しましょう。

同アラートは同庁ホームページなどで知らせるほか、にいがた防災メールや新潟市LINE公式アカウントでも情報を配信します。

#### 登録はこちらから



防災メール



市LINE公式アカウント

### 熱中症予防のポイント

- 小まめに水分補給をする
  - ・のどが渇いていなくても水分を取る
  - ・寝る前や起きた時、入浴前後にも水分を取る
  - ・大量に汗をかいたときは塩分補給も忘れずに
- 暑さを避ける
  - ・エアコンや扇風機を使い、室温を28度以下にする
  - ・外出するときは涼しい服装をし、日傘や帽子で日差しをよける
- しっかり体調管理をする
  - ・3食きちんと食べ、よく寝て生活リズムを整える
- 適宜マスクを外す
  - ・屋外で周りの人と2m以上離れているときや会話をほとんどしないときはマスクを外す

1日1.2ℓを目安に水分を取りましょう。







### 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

### 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6月23日時点のものです

## お知らせ

### 感染症の影響による保険料の減免 来年3/31までに申請を

新型コロナウイルス感染症により、世帯の主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った場合や収入減少が見込まれるなどの場合は、申請により国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料が減免となることがあります。詳しくは問い合わせてください。

申 来年3月31日(金)までに所定の申請書を郵送で、〒951-8550、保険料減免担当へ ※申請書は市HPに掲載。収入が分かる書類等が必要

問 保険料減免コールセンター(☎025-226-2633)

### 国民年金保険料免除申請を受け付け

同保険料の納付が困難で免除や納付猶予を希望する人は、申請日の2年1カ月前の月分まで、さかのぼって免除申請ができます。令和4年度(7月~来年6月分)の申請を受け付けています。

申請先・問い合わせ 区役所区民生活課(中央区は窓口サービス課)  
※申請は出張所でも可。審査については新潟東年金事務所(☎025-283-1013)、新潟西年金事務所(☎025-225-3008)

### 高齢者向け市営早川町住宅(中央区早川町3) 入居者を募集

入居日 9月1日 戸数 1DK・2戸  
主な入居資格 60歳以上で自活可能な単身または親族世帯(夫婦のみの世帯は一方が59歳以下可)、ほか  
申 7月15日(金)までに所定の申込書

を市営住宅白山サービスセンター(中央区白山浦1 ☎025-234-5252)へ  
※申込書は申込先で配布

### 障がい者向け市営住宅抽選会

抽選に参加するには7月19日(火)までに事前登録が必要です。登録については区役所健康福祉課に問い合わせてください。 ※登録済みの人には7月1日に案内を発送済み

日 7月29日(金)

車いす用 藤見町第2住宅(東区)、川岸町住宅(中央区)、小須戸文京町住宅(秋葉区) 視覚障がい用 稲荷町住宅(中央区)、曾野木住宅(江南区)  
問 障がい福祉課(☎025-226-1239)、区役所健康福祉課

### 特定医療費(指定難病)受給者証 8/31までに更新手続きを

現在同受給者証を持っていて、更新の案内が届いていない人は問い合わせてください。

問 保健管理課(☎025-212-8183)

### 7月は「愛の血液助け合い運動」月間 献血に協力を

血液の安定供給と新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来場前の予約をお願いします。

時 9時半~17時 場 献血ルームばんだいゆとり(中央区万代1) ※市内を巡回する献血バスでも可。巡回スケジュールや予約方法は県赤十字血液センターHPに掲載 問 保健衛生総務課(☎025-212-8014)

### 7/7から スマートフォンで図書などを貸し出し

市の図書館で、貸し出しカードの代わりにスマートフォンを提示して図書などを借りることができます。 ※利用前に貸し出しカードとパス

ワードの登録が必要。登録方法など詳しくは市図書館HPに掲載

問 ほんぽーと中央図書館(☎025-246-7700)

### 7/16から海水浴場オープン

日 7月16日(土)~8月21日(日) 9時~17時45分

※中央区の海水浴場は17時まで、西蒲区の海水浴場は8時半~17時15分。期間中は監視員を配置

場 島見浜、山の下船江町浜、日和山浜、関屋浜、青山海岸、内野浜、越前浜、角田浜、間瀬下山、田ノ浦  
問 観光政策課(☎025-226-2608)

### 海で泳ぐときに気をつけること

- 1 出発前に検温し、体調が優れないときは海水浴を自粛する
- 2 指定海水浴場で指定期間に泳ぐ
- 3 子どもから目を離さない

4 急な深みや離岸流(沖に向かう流れ)に注意する

5 波の高いときは海に近づかない

6 お酒を飲んだら泳がない

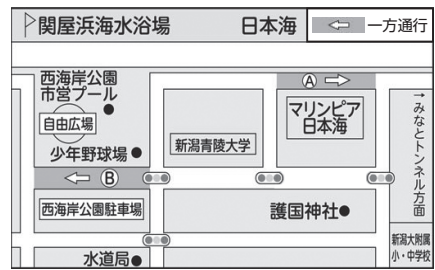
7 時間と体力にゆとりを持つ

8 周囲の人と適度に距離を空ける

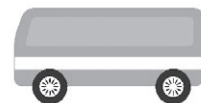
### マリニピア日本海・関屋浜海水浴場周辺で交通規制を実施

日 A区間...7月17日(日)、8月11日(祝)~15日(月)▷B区間...7月18日(祝)、8月11日(祝)~16日(火)

時 9時~17時 問 マリニピア日本海(☎025-222-7500)



### 9~3月の利用団体募集 福祉バス



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。

※案内は市HPに掲載。区役所健康福祉課、出張所、連絡所でも配布

対 原則全員が60歳以上の団体、障がい者団体

利用人数 リフトバス11人(車いす利用者2人追加乗車可)、中型バス22人

利用可能日時 月~金曜 9時半~15時半

※祝日など一部利用できない日あり(要問い合わせ)

申 7月15日(金)までにFAX(025-222-5531)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 ※8月3日までに利用団体の決定を通知

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(☎025-226-1238)

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

BSN 土曜ランチTVなじラテ。 7/9(土)12:10~  
NST 八千代コースター 7/16(土)10:25~  
UX 知ット!新潟 毎週土曜 11:58~  
TeNY いきいき新潟 毎月第1・3土曜 9:25~  
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 7:47~ AM 1116KHz FM 92.7MHz  
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



主食・主菜・副菜を揃えて食べよう

# フレイル予防 応援レシピ



## 大豆のごまマヨあえ

副菜

\*栄養価(1人分)\*

エネルギー: 79kcal たんぱく質: 5.4g  
塩分: 0.6g

たんぱく質を多く含む大豆を使った、混ぜるだけで作れるメニューです。

### ■作り方

- ①シラスに熱湯をかけ、塩抜きをする。
- ②①とAを合わせ、大豆とあえる。
- ③②を器に盛り、いりゴマを少々(分量外)かける。

問 健康増進課(☎025-212-8166)



### \*材料(2人分)\*

- シラス…………… 大さじ2弱(10g)
- マヨネーズ…………… 大さじ1/2
- A ①いりゴマ(白)…………… 小さじ1
- 塩…………… 少々
- 大豆水煮缶…………… 1/2缶(60g)

## 市街化区域・市街化調整区域の見直し 事前相談を受け付け

都市計画法に基づく市街化区域・市街化調整区域の区分を見直します。市街化調整区域内で開発を計画している人などは、9月30日(金)までに所定の申込書を区役所建設課へ提出してください。 ※要事前相談。詳しくは市HPに掲載

問 都市計画課(☎025-226-2679)

### ■説明会を開催

日 7月15日(金) 10時半、14時

※各1時間 場 江南区役所

定 各回先着50人 申 7月6日(水)

からメール(tokei@city.niigata.lg.jp)で基本事項を都市計画課へ

## 若年無業者(ニート)・就職氷河期世代 企業説明会

日 7月13日(水) 13時~15時半

場 市民プラザ(NEXT21・6階)

対 15~49歳で仕事に就いていない人

定 先着100人 問 雇用・新潟暮らし推進課(☎025-226-2149)

## 市陸上競技場(中央区一番堀通町) リレーフルマラソン

5~10人のチームでたすきをつなぐ

日 9月10日(土) 15時~20時

対 小学4年生以上

※未成年者は保護者の同意が必要。中学生以下は保護者同伴

定 先着50チーム ¥1人2,000円(中学生以下1,000円)

申 7月13日(水) 9時から所定の申込書を同施設(☎025-266-8111)へ

※申込書は市開発公社HP=右上=に掲載

## フラワーパートナーを募集

まちなかのプランターに植栽と管理をする団体を募集します。



募集箇所 国道7号沿線(中央区万代4)

対 自治会・町内会、市内事業者など

定 先着3基

申 7月6日(水)から電話でみどりの政策課(☎025-226-3065)

## 市民団体の国際活動に補助

対 10月1日~来年3月31日に行う国際交流・協力、多文化共生についての活動

補助率対象経費の2分の1以内(上限15万円)

申 8月15日(月)までに所定の申込書を国際交流協会(中央区礎町通3 ☎025-225-2727)へ

※申込書は同協会HPに掲載。同協会でも配布

## みなとトンネル開通イベント「20年後の自分への手紙」を発送

平成14年5月に開催した新潟みなとトンネル開通記念イベントの来場者が20年後の自分などに宛てて書いた手紙を、記載された住所へ6月6日に発送しました。手紙が届かない人で引き渡しを希望する場合は、来月3月31日(金)までに当時交付した登録証または身分証明書(マイナンバーカードなど)をクロスパルにいがた(中央区礎町通3)に持参してください。

問 同施設(☎025-224-2088)

## 雁巻緑地公園(秋葉区小須戸) 敷地活用団体を募集

同公園の一部敷地(約5,000㎡)を有効に活用し、併せて管理運営を行う団体を募集します。

対 新潟市内に拠点があるスポーツ関連団体、自治会など

期間 最長5年間(年度ごとに更新)

申 7月19日(火)までに所定の申込書をみどりの政策課(☎025-226-3065)へ

※選考あり。募集要項、申込書は市HPに掲載

## 無事故・無違反にチャレンジ 参加チームを募集

高齢者を対象とした交通安全運動の参加チームを募集します。期間中無事故・無違反のチームには、抽選で賞品を進呈します。

日 9月23日(祝)~12月31日(土)

対 65歳以上(5人1組) ¥500円

申込期限 8月19日(金)

※詳しくは県HP=右上=に掲載

問 市民生活課(☎025-226-1113)

## 信濃川・大河津分水 写真コンテスト 作品を募集

部門 信濃川下流、信濃川中流・魚野川、大河津分水、ジュニア(18歳以下)

応募資格 アマチュア

募集作品 四つ切り(ワイド判可)の銀塩プリント

※合成写真、組み写真は不可。未発表のものに限る

申 9月2日(金)までに所定の応募票と作品を信濃川河川事務所(長岡市)または新潟フジカラー取扱店へ

※応募票は同事務所HPに掲載。申込先でも配布

問 土木総務課(☎025-226-3025)



## 広域養護老人ホーム県央寮(三条市) 職員を募集

採用日 来年4月1日

職種 支援員兼介護職員兼訪問介護員

※資格要件あり 申 8月1日(月)までに所定の申込書を同施設へ

※応募用紙、試験案内など詳しくは同施設HPに掲載。同施設でも配布

問 高齢者支援課(☎025-226-1295)

## ひまわりクラブ 支援員・補助員募集

問 市社会福祉協議会地域福祉課(☎025-248-7167)

■支援員 採用日 10月1日 受験資格 保育士など所定の免許・資格がある

定 8人程度 申 7月12日(火)までに所定の申込書を同課へ

※試験案内、申込書は同協議会HPに掲載。同協議会(中央区八千代1)でも配布

■補助員 定 10人程度

申 電話で同課

## 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

### 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

### 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 奇数月第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

### くらしとこころの総合相談会

弁護士、保健師らが生活や仕事、心の健康や借金などの相談に対応

日 7月15日(金) 17時半~20時半

場 総合福祉会館(中央区八千代1)

申 7月14日(木)までに電話でこころの健康センター(☎025-232-5570)

## 趣味・講座

### 下山スポーツセンター(東区下山1) 足圧バランス測定会

日 7月7日(木)~9日(土) 10時半~20時

¥無料

問 同センター(☎025-272-7677)

### ほんぼーと中央図書館(中央区明石2) 7月の講座

問 同館(☎025-246-7700)

■新潟ゆかりの文学「中田みづほとゆかりの人々」

日 9日(土) 13時半~15時

定 先着15人 ¥500円

■読書会 日 20日(水) 10時半~12時

テーマ「やんごとなき読者」アラン・ベネット著

¥無料

## 横越総合体育館 赤ちゃんと産後ママのエクササイズ

日 7月14日(木) 10時~11時

対 生後3~12カ月の子と母親

定 先着10組 ¥無料 申 7月6日(水)

9時から電話で同館(江南区いぶき野1 ☎025-385-4477)

## 中之口農業体験公園(西蒲区東小吉) 夏野菜料理教室

日 7月15日(金) 9時半~12時半

定 先着12人 ¥1,200円

申 7月6日(水) 9時から電話で同公園(☎025-375-2505)

## 読書会

イギリスについての本の感想などを語り合う

日 7月16日(土) 14時~16時

場 西川学習館(西蒲区曾根)

定 先着10人 ¥無料

問 西川図書館(☎0256-88-0001)

## うららこすど(秋葉区小須戸) 夏野菜漬物教室

日 7月17日(日) 10時~12時

定 先着12人 ¥1,200円

申 7月6日(水) 9時から電話で同施設(☎0250-38-5430)

## 初心者・未完走者向けフルマラソンセミナー

日 7月21日(木)~9月24日(土)

※全6回

場 市陸上競技場(中央区一番堀通町)、ほか

対 新潟市在住で平成16年4月1日以降に生まれた人

定 30人 ¥5,000円

申 7月12日(火)までに市スポーツ協会HP=右上=で申し込み

問 同協会(☎025-266-8250)

## 蔵の宿「菱風荘」(北区前新田) 不用紙でバッグ作り

日 7月23日(土) 10時~11時半

対 小学生と保護者 定 先着12組

¥500円 問 7月17日(日) 13時から電話で同施設(☎025-388-5314)

## 旧齋藤家別邸(中央区西大畑町) 7月の講座

定 各先着10人

申 7月6日(水) 9時半から電話で同施設(☎025-210-8350)

※各別途要観覧料

## 同施設の魅力と見どころ

日 23日(土) 11時~12時 ¥700円

## 日本庭園・数寄屋造りの見方

日 24日(日)

時 初級…10時▷中級…14時

※各2時間半 ¥各1,200円

## 歴史博物館みなとぴあの講座

日 7月24日(日) 問 同館(中央区柳島町2 ☎025-225-6111)

①水防と湿田農耕 時 10時~11時半 定 先着60人 ¥100円

②高機織り体験 時 14時~16時半

対 小学3年生以上 定 先着5人

¥200円

▶申①は7月6日(水)から、②は21日(木)までにメール(museum@nchm.jp)で基本事項(②は学年も)を同館へ

※②は7月23日までに抽選結果を発送

発送物など 介護保険料確定通知書 発送日 7月12日(火) 問 区役所区民生活課(中央区は窓口サービス課)

国民健康保険料確定通知書、後期高齢者医療保険料額決定通知書 発送日 7月15日(金) 問 同課

定期的に検診を受けましょう。 問 健康増進課(☎025・212・8162)



糖尿病ミニ講座

運動療法、体操、一人暮らしの食事の工夫について専門家が語る
日7月24日(日)13時半~15時15分
場クロスパルにいがた(中央区礎町通3)
定先着20人
¥無料
申7月6日(水)から電話で健康増進課(☎025-212-8166)

講座「成年後見制度」

日7月28日(木)10時~11時半
場豊栄地区公民館(北区東栄町1)
定先着20人
¥無料
申7月7日(木)9時から電話で消費生活センター(☎025-228-8102)

分水の歴史をガイドと学ぶ 分水探検ウォーク

対小学生と保護者
定各10組
¥無料
問歴史博物館みなとぴあ(☎025-225-6111)



関屋分水 通水50周年

- 1大河津分水
日7月29日(金)13時半~15時半
集解信濃川大河津資料館(燕市)
2関屋分水
日8月3日(水)9時半~12時
集解関屋分水資料館(西区関屋)
申1は7月21日(木)、2は26日(火)までにメール(museum@nchm.jp)で基本事項、学年を歴史博物館みなとぴあへ
申1は7月23日、2は27日までに抽選結果を発送

MGC三菱ガス化学アイスアリーナ 夏休みスケート教室

MGC三菱ガス化学アイスアリーナ

日7月30日(土)・31日(日)9時~同45分
※全2回
対4歳~高校生
定先着100人
¥3,800円
申7月6日(水)10時から電話で同施設(中央区鐘木☎025-288-1234)

文化財センター(西区木場) 「の」字状石製アクセサリー作り

日7月31日(日)10時半~12時、13時半~15時
対小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)
定各回10人
¥250円または300円
申7月21日(木)までに市HPから申し込み
問同センター(☎025-378-0480)



いくとぴあ食花(中央区清五郎) 食育・花育センター 8月の講座
問同センター(☎025-282-4181)
※各定員あり。詳しくは同施設HPに掲載



- 料理教室 申7月20日(水)までに電話で同センター ※各2時間半~3時間半
1大豆ミートと夏野菜の献立
日1日(月)

- 2野菜パエリア 日3日(水)
3フランス料理 日5日(金)
4初めてのお使いとピザ作り 日6日(土) 対4~6歳の親子
5手ごねスイカパン 日7日(日)
6親子でパン作り 日19日(金) 対小学生の親子
7パスタと夏野菜 日25日(木)
8キッズキッチン魚料理 日28日(日) 対4・5歳
▶時10時半(5)12時 ¥各2,500円(1)1,600円(3)2,000円(4)1,000円(5)2,600円(7)1,800円 ◀
園芸講座 申7月25日(月)までに電話で同センター ※各70~120分
9水草ガーデニング 日6日(土)
10エアプランツのボトルアレンジ 日11日(祝)
11初心者向け白菜・ホウレンソウ・ブロッコリーの育て方 日25日(木)
12観葉植物のテラリウム 日28日(日)
13バラの夏剪定と手入れ 日31日(水)
▶時13時半(1)14時半(3)9時半、14時半 ¥各2,800円(1)300円(2)1,300円(3)500円 ◀
楽しく健康づくり・介護予防 8月の総おどり体操
¥無料 申7月8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) ※各1時間半
1巻体育館 日2日(火)10時
2内野まちづくりセンター 日2日(火)13時半
3東総合スポーツセンター 日4日・25日(木)13時半
4豊栄地区公民館 日5日(金)10時
5新津健康センター 日9日(火)10時
6白根健康福祉センター 日9日(火)13時半
7総合福祉会館 日18日(木)13時半、30日(火)10時
8市体育館 日19日(金)10時
9クロスパルにいがた 日25日(木)10時
10亀田市民会館 日26日(金)10時
▶定110各30人24各20人37各日40人59各25人615人850人
※各先着。37はいずれか1日のみ ◀
こども創造センター(中央区清五郎) 8月の催し
うちわ作り(日5日金曜)、造形アート(日7日日曜)、絵の具アート(日11日祝日)などの催しを行います。 ※各定員あり
申7月13日(水)17時までに電話で同センター(☎025-281-3715)
※当選者は7月17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



「コロナ禍」でも「がん検診」は重要です。早期発見の機会を逃さないよう、

申し込み不要

おでかけナビ

申し込みなしで参加・観覧できる催しを紹介します。
※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

新潟市美術館

中央区西大畑町 ☎025-223-1622

- 時9時半~18時 ※月曜(7月18日除く)休館
1企画展「マン・レイと女性たち」
日9月25日(日)まで ※7月24日、8月7日(日)14時に展示解説を実施
2コレクション展I「Colors!/えほんのひとびと」
日7月10日(日)まで
3コレクション展II「シュルレアリスムのひろがり/涼を愛でる」
日7月15日(金)~10月23日(日)
▶¥1一般1,500円、高校・大学生1,000円(2)3一般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。土・日曜、祝日は小・中学生無料 ◀

新津美術館

秋葉区蒲ヶ沢 ☎0250-25-1300

- 日7月18日(祝)まで10時~17時
※月曜(18日除く)休館
●企画展「山形美術館所蔵 長谷川コレクション展」 ¥一般1,000円、高校・大学生800円
●コレクション展「水の様態一雨、露、湿気」 ¥無料

佐潟水鳥・湿地センター

西区赤塚 ☎025-264-3050

- 佐潟自然散歩
日7月9日・23日(土)9時半~11時 ¥無料

天寿園

中央区清五郎 ☎025-286-1717

- のみの市 日7月10日(日)8時~12時 ¥無料

史跡古津八幡山 弥生の丘展示館

秋葉区蒲ヶ沢 ☎0250-21-4133

- 対小学生以上(小学生は保護者同伴)
※月曜(祝日の場合翌日)休館
●古津八幡山遺跡発掘調査速報展
日9月4日(日)まで10時~17時 ¥無料
●弓矢体験
日7月31日(日)まで10時~11時40分 ¥無料
●勾玉・管玉作り
日7月31日(日)まで13時~15時 ¥各200円

まちなかステージ「よろつとローサ」

中央区西堀前通6 ☎025-378-1137

- ¥無料
●ジャズライブ 日7月7日(木)15時~15時50分
●ストレッチ 日7月9日(土)11時~12時
●椅子ヨガ 日7月14日(木)14時~15時

文化財センター

西区木場 ☎025-378-0480

- ¥無料 ※月曜(祝日の場合翌日)休館
●企画展「地味にすごい! 下越の縄文時代」
日9月25日(日)まで9時~17時 ※土・日曜、祝日は10時~16時
●火起こし体験 日7月31日(日)まで10時~15時

旧小澤家住宅

中央区上大川前通12 ☎025-222-0300

- 桜井進一写真展「新潟まつり」 日7月16日(土)~8月28日(日)9時半~17時
※月曜(祝日の場合翌日)休館 ¥一般200円、小・中学生100円
※土・日曜、祝日は小・中学生無料

會津八一記念館

新潟日報メディアシップ5階 ☎025-282-7612

- 企画展「獨往の書 八一の手紙編」
日7月12日(火)~9月25日(日)10時~18時
※月曜(祝日の場合翌日)休館 ¥一般500円、大学生300円、高校生200円、小・中学生100円
※土・日曜、祝日は小・中学生無料

新津鉄道資料館

秋葉区新津東町2 ☎0250-24-5700

- ¥一般300円、高校・大学生200円、小・中学生100円
※土・日曜は小・中学生無料。火曜休館
1鉄道模型走行会 日7月16日(土)~18日(祝)
2クイズラリー 日7月16日(土)~8月31日(水)
3トイトレイン 日7月23日(土)~8月31日(水)
▶時110時~16時239時半~17時 ◀

歴史博物館みなとぴあ

中央区柳島町2 ☎025-225-6111

- 「大河津分水・関屋分水と新潟市」展
日7月17日~8月28日(日)9時半~18時
※月曜(祝日の場合翌日)休館
¥一般500円、高校・大学生300円
※常設展示も観覧可。日曜13時半から展示解説を実施

そのほかの催し

- 環境学習モデル校パネル展
日7月5日~8月2日(火)10時~20時
※日曜、祝日17時まで。7月6日(水)・8日(金)休館
場ほんぽーと中央図書館(中央区明石2) ¥無料
問環境政策課(☎025-226-1363)
●にいがたサマーリリーフェア ユリの品種紹介と装飾展示 日7月5日(火)12時~8日(金)17時半
場NEXT21・1階アトリウム ¥無料
問食と花の推進課(☎025-226-1864)
●新潟ジャズストリート 古町、市民プラザなど25会場で235公演を実施 日7月16日(土)・17日(日)12時~23時
共通1日券1,000円
※中学生以下無料。チケットは各会場で販売。詳しくは同イベント公式HPや公共施設に設置のチラシに掲載
問文化政策課(☎025-226-2631)
●東北地区支部消防救助技術指導会
救助隊員が救助技術を正確さとタイムで競う
日7月27日(水)9時半~16時半
場消防局訓練場(中央区鐘木) ¥無料
問消防局企画人事課(☎025-288-3210)



8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 7月6日(水)から電話で市役所コールセンター(025-243-4894) 消防局救急課(025-288-3260)

救命入門(各1時間半)

- 1秋葉消防署 17日(水)10時
2巻やすらぎ会館(西蒲区巻甲) 20日(土)9時
3南消防署 24日(水)9時半
4北消防署 24日(水)10時

普通救命(各3時間)

- 5東区プラザ(東区下木戸) 17日(水)9時半
6中央消防署 27日(土)9時
7乳幼児救命 24日(水)9時~12時

定各15人(324人623人79人) ※各先着

にいがた市民大学公開講座

市民プラザ(NEXT21・6階) 対新潟市在住・在勤・在学の人 定各100人 各1,000円(高校生以下無料) 7月31日(日)までに電話(025-243-4894)またはFAX(025-244-4894)で基本事項を市役所コールセンターへ

クロスパルにいがた(025-224-2088) ※手話通訳・要約筆記あり

支え合い買い物支援の取り組み

8月17日(水)19時~21時

佐渡島の金山の価値

8月20日(土)13時~15時

酒・薬物・ギャンブル依存治療・回復プログラム

8月19日~来年2月17日(金曜全7回)14時~15時半 場所の健康センター(中央区川岸町1) 対酒・薬物・ギャンブルをやめたい人 定先着10人 無料

7月6日(水)9時から電話で同センター(025-232-5580)

登録保育者養成講座

9月6日~11月22日(火)9時半~11時半 ※全4回。このほか実習(2回)あり

黒崎市民会館(西区烏原)、ほか 対62歳以下で胸部レントゲン検査結果に異常がなく、次の施設で活動できる人 1豊栄地区公民館 2中央公民館 3東地区公民館 4関屋地区公民館 5新津地区公民館 6小須戸地区公民館 7西地区公民館 8巻地区公民館 9アルザにいがた ※活動日は施設によって異なる

定各2人(19各3人) 無料 8月22日(月)までに電話でアルザにいがた(025-246-7713)

9月の認知症サポーター養成講座

症状の特徴や患者への接し方などを学ぶ 無料 7月6日(水)10時から電話で各申込先 地域包括ケア推進課(025-226-1281)

1みどり病院 7日(水) 申込先同病院(080-7993-8044)

2ウエルシア薬局中山店 20日

(火) 申込先東区キャラバン・メイト連絡会事務局(025-278-4735)

3メッツ古町薬局 22日(木)

申込先同薬局(070-2830-3434)

時14時(110時) ※各1時間半 定各先着5人(1先着10人)

催し物

新津鉄道資料館(秋葉区新津東町2) 実物車両公開

7月24日(日)10時~12時、13時~15時半 定先着26組(1組3人まで) 入館料

7月6日(水)9時半から電話で同館(0250-24-5700)

會津八一祭 松村雄基トークイベント

7月31日(日)15時~16時半

場日報ホール(中央区万代3)

定先着180人 1,000円

7月6日(水)から往復はがきに基本事項を記載し、〒950-0088、中央区万代3-1-1、會津八一記念館(025-282-7612)へ

国際友好会館(中央区礎町通3) 8月の催し

7月6日(水)9時から電話で国際交流協会(025-225-2727)

新潟まつり大民謡流し

5日(金)15時半~20時半 対新潟市在住の外国人 定先着100人

300円(2歳以下無料)

講座「メキシコの死者の日祭り」

18日(木)13時半~15時

定先着20人 500円

外国籍市民のための弁護士相談会

20日(土)13時~16時40分

定先着5人 無料

クロスパルにいがた 映画「黄昏」鑑賞会

8月11日(祝)13時半~15時40分

定先着85人 無料 7月9日(土)から電話で市役所コールセンター(025-243-4894) 同施設(中央区礎町通3 025-224-2088)

高次脳機能障害者「家族のつらい」

8月18日、10月13日、12月8日、来年2月9日(木)13時半~15時

場県精神保健福祉センター(中央区上所2) 対同障がい者の家族

定各日先着15人 無料 7月6日(水)8時半から電話で同障害相談支援センター(025-280-0114)

場こころの健康センター(025-232-5580)

西区黒烏 くらさき茶豆収穫体験

8月20日(土)8時半、9時半、10時半、11時半 ※各1時間

定各回10組(1組4人まで) 1,500円

8月5日金曜(必着)までに、はがきに基本事項、参加者全員の年齢を記載し、〒950-2097(住所不要)、西区役所農政商工課(025-264-7623)へ ※当選者のみ8月8日までに案内を発送



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。

市HPから 会議の開催予定 検索

にいがた市民大学運営委員会 7月19日(火)

生涯学習センター(025-224-2088)

男女共同参画審議会 7月21日(木)

男女共同参画課(025-226-1061)

豊栄地区公民館運営審議会 7月22日(金)

同館(025-387-2014)

中央公民館運営審議会 8月3日(水)

同館(025-224-2088)

附属機関などの委員募集

最新の情報は市HPに掲載しています。

市HPから 委員の公募 検索

動く市政教室 夏休みの親子参加者を募集

市の施設や事業を市職員と専用バスで巡る

集解新潟駅南口 定各9組(2人1組)

7月13日(水)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、参加者全員の住所・年齢(学年)・電話番号を同課(025-226-2094)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

1ゼロカーボン教室 7月27日(水)9時~12時半
2議会体験 7月27日(水)14時~16時10分
3みなとびあを学ぶ 7月31日(日)9時10分~12時
4白根凧作り 7月31日(日)13時~16時
5県庁・警察本部見学 8月3日(水)9時50分~12時10分
6消防局・中央消防署見学 8月3日(水)13時半~15時半

対小学生(12)小学3~6年生と保護者 無料(34)500円

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。

市HPから パブリックコメント 検索

市総合計画(素案) 7月19日(火)まで

政策調整課(025-226-2066)

DVD上映会 「ママをやめてもいいですか!」

8月27日(土)14時~15時45分

場万代市民会館(中央区東万代町)

対小学生以上 定140人 無料

7月10日(日)~8月10日(水)に電話で市役所コールセンター(025-243-4894)

※保育あり(生後6カ月~就学前児15人、要申し込み)

場アルザにいがた(025-246-7713)

事業者向け

下水道排水設備工事 責任技術者認定試験

11月20日(日)10時~12時

場建設会館(中央区新光町)、亀田市民会館(江南区船戸山5)

3,500円 7月21日(木)までに所定の申込書を提出

※受験資格など詳しくは東部地域下水道事務所(中央区太右工門新田)などで配布する申込書に掲載

場同事務所(025-281-9562)

上堰潟公園(西蒲区松野尾) わらアートまつり出店者を募集



8月28日~9月25日の土・日曜、祝日10時~16時

対市内の飲食店または農商工業者

定各日10店舗 無料

7月29日(金)までに所定の申込書を西蒲区役所産業観光課(0256-72-8417)へ ※申込書は市HPに掲載