



# にしかん

第361号

令和4年(2022年)

4月17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 54,773人 (-120) 世帯数 20,787世帯 (+27) 男 26,545人 (-56) 女 28,228人 (-64)

※3月末現在の住民基本台帳。  
カッコは前月対比

## 行こう！健康診断 毎年、健診(検診)を受けていますか？

☎健康福祉課 健康増進係  
(0256-72-8380)

40歳以上の健診(検診)対象者に、「受診券」と「案内冊子“検診いっ得?”」を送付しました

※令和4年1月28日現在の対象者に発送しました。令和4年2～4月に新潟市国民健康保険に加入した人には、5月下旬に発送予定です

### ①届いた封筒は、まず開けてください

封筒が届いたら、必ず開けて「受診券」と「検診いっ得?」を確認してください。「検診いっ得?」には、日程や受診の際の注意事項などが記載されています。



### ②受診券の色を確認してください

加入中の健康保険証により、受診券が異なります。保険証と色が合っているか確認してください。



新潟市国保用:ミドリ



後期高齢:オレンジ



その他の保険証用:アオ

#### 問い合わせが必要なこと

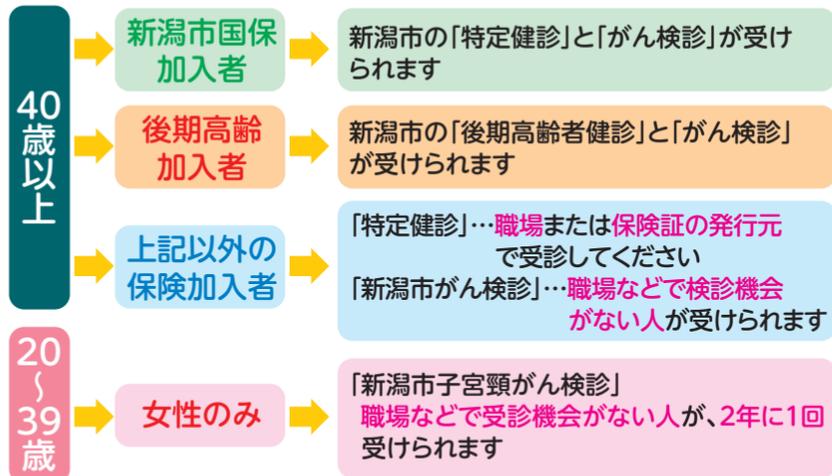
- ①保険証が変わった場合…受診券の変更が必要です。  
※新潟市国保から後期高齢に変わった場合は、そのまま使えます
- ②受診券が届かない場合…発送状況を確認します。再交付には申請が必要です。保険証を持参してください。

#### 申請が必要なこと

市民税非課税世帯の人は、事前に申請することで無料になります。窓口で申請する場合は、受診する2週間前までに健康福祉課の9番窓口へ保険証を持参して、申請してください。

### ③あなたが受けられる健診(検診)は？

年齢や加入している健康保険によって、受けられる健診(検診)が異なります。あなたが受けられる健診(検診)を確認してください。



### ④受診場所と受診日を決める

#### 集団検診で受診したい場合

肺がん検診(予約不要)…集団検診のみです。  
胃がん・乳がん検診(要予約)…集団検診しか受けられない年齢の人もいます。「検診いっ得?」で確認し、集団検診日程(P9～)を参考に会場と日時を選んで受けてください。

#### 施設検診で受診したい場合

「検診いっ得?」の新潟市特定健診・がん検診委託医療機関(P14～)などを参考に、受診したい健診(検診)を実施している医療機関や対象年齢かを確認し、予約してください。

※かかりつけの医療機関がある人は、まず主治医に相談してください

### 今年度からの変更点

#### 【集団検診】

- 感染予防のため、肺がん・胃がん・乳がん検診をそれぞれ単独で実施します。同時実施はありません。胃がん・肺がんセット検診を、新潟市医師会メジカルセンターのみで実施します。詳しくは「検診いっ得?」や市のホームページで確認してください。

#### 【施設検診】

- 乳がん検診の施設検診対象は、40～69歳の偶数年齢年度の人です。70歳以上の人は集団検診のみです。
- ピロリ菌検査対象は、40歳のみです。



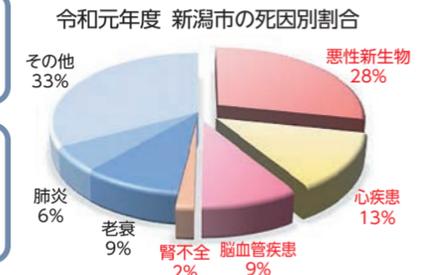
### 新潟市民の死因の約半数は、がんと、脳血管疾患や心臓病などの生活習慣病です

重症疾患で急に倒れた人のうち、約6割が健診連続未受診です。



早期発見・早期治療のため健診は重要です。

40～70歳代で介護が必要になった主な原因は、脳血管疾患(脳卒中)です。



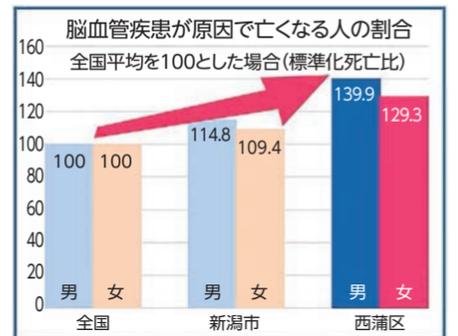
出典：新潟市の保健と福祉(保健編)令和2年度

### 西蒲区では脳血管疾患(脳卒中)で亡くなる人の割合が、全国平均の約1.5倍！

脳血管疾患にならないためには、血管をつまらせたり傷つきやすくする動脈硬化を防ぐことが重要です。動脈硬化かどうかは、自身の「血圧」「血糖」「脂質(中性脂肪・コレステロール)」を知ることが必要です。



まず出来るところから、自宅での血圧測定や体重測定をお勧めします。



出典：令和2年「新潟市健康寿命延伸計画[アクションプラン]」

### あなたも健診(検診)デビュー！40歳から受けられる！

胃・大腸・乳がん検診が無料で受けられるのは、70歳未満では40歳だけ！

40代になると、がんなどの生活習慣病で治療する人が、一気に増えてきます。とくに、男性の増加は顕著です。心筋梗塞、脳梗塞など、倒れる時は突然です。あなたの、血圧・血糖・脂質の数値はいくつか知っていますか？30代のうちからコレステロールなど高くなっている人が増えています。

ぜひ、このお得な機会を逃さず、健診(検診)を受けてください。

### コロナ禍だからこそかかりつけ医を

いざという時に診てもらえる「かかりつけ医」はいますか？いない人は「特定健康診査」や「がん検診」をきっかけにして、普段のあなたを知る「かかりつけ医」を作ってください。





新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、掲載したイベントは急きょ中止となる場合があります。感染症予防のため、3密（密集・密接・密閉）の場所の回避、こまめに手洗い・手指消毒を行う、飛沫防止のためにマスクを持参し着用するなど「新しい生活様式」の実践をお願いします。

問い合わせ 地域総務課 企画・地域振興グループ(☎0256-72-8143)

# 西蒲区自治協議会ってなに？

## 自治協議会とは、区民と行政の「協働の要」です

自治協議会は、区民の皆さんの多様な意見の調整や取りまとめを行い、区役所と連携して地域課題の解決に取り組んでいます。新潟市が各区に設置する市長の附属機関で、平成19年の政令指定都市移行に伴い設置されました。

委員は、地域コミュニティ協議会や公共的団体などからの選出者、有識者、公募委員の30名で構成されています。

西蒲区自治協議会は、全体会の他に、3つの常任部会を設置し、さまざまな事業を企画・実施しています。

## 他の組織との関係は？



### 自治協議会と地域コミュニティ協議会の関係

地域コミュニティ協議会は、小・中学校区単位で、自治会などの公共的団体により構成され、地域の身近な課題に取り組む任意の組織です。自治協議会委員の主要な選出母体であり、多くの委員が選出されることで、区民の多様な意見を調整し、行政運営に反映していくものです。

### 自治協議会と市議会の関係

市議会は、全市的な視点で市の将来の方向性を導き出す議決機関です。自治協議会は、区民の身近な地域課題の解決にあたる審議機関で、議会の議決の範囲内で、区民の意向などが行政的に的確に反映されるよう取り組むものです。

## 西蒲区の地域課題解決のために～3つの部会～

### 総務部会

防犯、防災、公共交通、教育、スポーツなどに関することを担当しています。

昨年度は、防災演劇の上演などを通じ、楽しみながら防災意識を高めることを目的に、防災啓発事業の開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響から残念ながら中止となりました。



▲防災演劇チラシ

### 保健福祉部会

地域の福祉・生活環境に関することを担当しています。

昨年度は、毎日の生活の困りごとなどについて「どこに相談すればいいの？」という疑問が生じた際に利用できる相談窓口が記載された冊子を発行しました。



▲はじめての福祉相談きっかけBOOK

### まちづくり・産業部会

まちづくりや農業、商工業、観光に関することを担当しています。

昨年度は「西蒲区の魅力発信動画」の令和4年度の発信に向け、西蒲区の各地区の魅力をj知るための各コミュニティ協議会訪問などを行いました。



▲コミュニティ協議会訪問の様子

## 令和3年度 第9回西蒲区自治協議会

3月16日(水)、総合教育センターで、第9回西蒲区自治協議会が開催されました。主な内容は次のとおりです。

- ①令和3年度 区自治協議会提案事業の事業評価について
- ②区ビジョン基本方針について

※詳しくは、西蒲区ホームページをご覧ください

### ■次回開催

回4月28日(木)午後から 場巻地区公民館  
問地域総務課 企画・地域振興グループ(☎0256-72-8143)

## 定例日健康相談会のご案内

5月	相談会場	相談時間
16日(月)	巻地域保健福祉センター	①午後1時半～2時半 ②午後2時半～3時半
19日(木)	西川健康センター	
27日(金)	潟東健康センター	

因保健師・栄養士が個別で健康相談に応じます。体組成測定(体脂肪率や筋肉量など)、血圧測定、血管年齢測定、生活習慣病予防のためのアドバイス  
持ち物 健康診断や人間ドックなどの結果、内履き  
問各相談日の2日前までに電話で巻地域保健福祉センター(☎0256-72-7100)へ

## 母子保健だより

問健康福祉課健康増進係  
☎0256-72-8372



新型コロナウイルス感染症の状況により、事業実施が困難となった場合には、ホームページなどでお知らせします。

感染症予防のために、マスクを持参・着用してください。

### ♡ステップ離乳食(要予約)

回5月9日(月)午後1時半～2時半(受付:午後1時15分～)  
場巻地域保健福祉センター  
因離乳食2回食・3回食の進め方、体重測定(希望の人)  
因生後6か月以上の乳児の保護者先着15人

持ち物 母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃん連れの場合)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている場合)  
問4月20日(水)～5月7日(土)までに市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

### ♡安産教室(要予約)

回①5月12日(木)②6月9日(木)午後1時半～3時頃(受付:午後1時15分～)※①②2回で1コースです  
場巻地域保健福祉センター  
因妊娠中～産後にかけての食事・歯のお話、助産師への相談など※①に骨密度測定あり(希望の人のみ)  
因出産予定日が令和4年8月～12月の妊婦 先着10人  
持ち物 母子健康手帳、筆記用具、飲み物  
問4月21日(木)から電話で健康福祉課健康増進係(☎0256-72-8372)へ

### ♡はじめての離乳食(要予約)

回5月23日(月)午後1時半～2時半(受付:午後1時15分～)  
場巻地域保健福祉センター  
因離乳食のはじめ方と進め方、体重測定(希望の人)  
因生後5か月ごろの乳児の保護者先着15人  
持ち物 母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃん連れの場合)  
問4月20日(水)～5月21日(土)までに市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

### ♡育児相談会(要予約)

回5月24日(火)(受付:午前9時半～11時)  
場巻地域保健福祉センター  
因個別相談、体重測定、栄養相談、歯科相談  
因区内在住の乳幼児の保護者

持ち物 母子健康手帳、バスタオル  
問開催日の前日までに電話で巻地域保健福祉センター(☎0256-72-7100)へ

### ♡妊婦歯科健診(要予約)

回5月25日(水)(受付:①午後1時～、②午後1時25分～、③午後1時50分～)  
場巻地域保健福祉センター  
因西蒲区に住民登録している妊婦先着24人  
持ち物 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票  
問4月20日(水)から市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

### 【5月の健診のお知らせ】

- ・股関節検診
  - ・1歳6か月児健診
  - ・3歳児健診
- ※対象者には、個別に案内を送付しています

《広告欄》



# ＼おめでとうございます／ 西蒲区の生産者が受賞しました！

圃産業観光課 農業振興グループ (☎0256-72-8407)

## 令和3年度新潟県果樹高品質生産拡大共進会(いちじく) 最優秀賞 (農林水産大臣賞)



巻地区

### 高橋 敏英さん

新潟県果樹高品質生産拡大共進会は、果樹農業者の技術と経営の改善意欲の高揚を図るため、毎年樹種を変えて実施されています。令和3年度はいちじくを対象に実施され、経営内容と生産性・栽培技術・果樹品質・販売・総合性の5項目について、県やJA全農にいがたなどで構成された審査員により審査が行われました。

高橋さんは、いちじく中心の経営で、細やかな栽培管理やいちじくの生態をよく理解した上で生産に取り組み、高品質・高収量の生産を実現したことなどが評価されました。令和2年に開講した「いちじく塾」の塾長も務めていて、いちじくの栽培に関心がある人などに技術を共有し、区全体でいちじく生産の質と量を高めるべく熱心に取り組んでいます。

3月14日(月)には鈴木区長を表敬訪問し、受賞を報告しました。高橋さんはいちじく生産について、「他の農産物と比べて初期投資額が少なく、新規参入をしやすい。健康食品としても注目されてきているほか、収穫時にもぎ残して熟しすぎた果実も、お菓子用として無駄なく消費者に届けることができるので、取り組み次第では、これからの数年で飛躍的に区の生産量を向上させることができるはず」と話してくれました。現在は関東圏の需要に生産が追いつかない状況とのことで、いちじく生産の今後の発展に鈴木区長も期待を寄せていました。



## 令和3年度新潟県大豆作共励会 優秀賞



中之口地区

### (有)グリーンプランツ河間

県では、水田を最大限活用することで生産者所得の最大化を図るための重要な作物の一つとして、大豆を位置付けています。新潟県大豆作共励会は、大豆の生産性向上や技術・経営の普及を図ることを目的に、個人と集団を対象として毎年実施されています。

(有)グリーンプランツ河間は、生産コストの低減や収量・品質の向上による所得向上などの取り組みにより経営改善を図っている先進的で他の模範となる生産集団として、集団の部の優秀賞を受賞しました。排水対策や適当な時期に適切に作物の根元に土寄せを行うことや、農地ごとの収量実績に基づく肥料の管理などの細やかな栽培管理を実践したことにより、高い収量レベルを確保している点や、研修などを通じて地域の生産者などに技術が波及した点が評価されました。

3月24日(木)には、新潟地域振興局巻庁舎にて、代表取締役の長沼威さんに表彰状が授与されました。長沼さんは、品種による収量の違いや生育の苦勞などを語るとともに、「大豆と米をローテーションで作ることは、肥やしが少なくても稲が育つなど、米作り側からのメリットもある。大豆ミートなどの代替肉が注目されているので、今後の大豆需要が期待されている。大豆はいろいろな加工も可能な作物なので、可能性が広がると思う」と話してくれました。



## 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)

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載した催しなどが中止となる場合があります。開催については事前に主催者へ問い合わせてください。感染症予防のため、催しなどに参加する際はマスクを持参し着用してください。

### 子育て(子育て支援センター・児童館)

### とろとろ広場(世代交流館 どんぐりの舎内)

■赤ちゃん広場「ベビーマッサージ」  
日4月26日(火)午後2時～  
講師 Teharue T(てはるて)さん(看護師)  
先着10組  
日4月19日(火)から直接または電話で同センターへ

### ほかほかヨアア(岩室保育園内)

定期開催の催し以外で、掲載するイベントはありません。

### さくらんぼ(中之口こども園内)

定期開催の催し以外で、掲載するイベントはありません。

### かるがも広場(鑑郷保育園併設)

オンライン育児相談(ZOOM)と「おはなしの会」の動画配信を行っています。どちらも事前予約が必要です。詳しくは、鑑郷保育園ホームページを確認の上、希望する人は同ホームページのお問い合わせ項目から申し込みをしてください。

### ひよひよ(かたがし保育園内)

定期開催の催し以外で、掲載するイベントはありません。

### トマトくらぶ(めぐみこども園併設)

●おやこ体操  
日4月20日(水)午前10時半～  
講師 めぐみこども園体操講師  
先着4組  
日直接または電話で同センターへ

### ●「端午の節句」をお祝いしよう

日4月27日(水)・28日(木) いずれも午前10時半～  
先着4組  
日直接または電話で同センターへ

### おそびの山(岩室地域児童館)

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間、通常と異なる利用方法とします。詳細はホームページで確認してください。ご理解とご協力をお願いします。

### 相談

#### 無料カウンセリング

新潟県カウンセリング協会「傾聴の会」による無料カウンセリングを行います。夫婦、家族、仕事、転職、人間関係など、さまざまな悩みに心理カウンセラーが対応します。  
日5月8日(日)・22日(日) いずれも午前9時～正午  
場クロスパルにいがた(中央区礎町通3)  
先着10人  
その他 相談時間1人50分  
日各開催日の前日までに電話で新潟県カウンセリング協会 傾聴の会 阿部(☎090-3210-0051)へ

### 催し

#### 潟東樋口記念美術館 小企画展「美術館でお花見を！」

いでがくすい なめたかいあん  
「夜桜」井出岳水や「花図」行田魁庵などの収蔵作品を展示します。  
日開催中～6月26日(日)午前9時～午後4時  
休館日 毎週月曜(祝日の場合はその翌日)  
場同館  
¥500円(小・中学生300円)  
※土日・祝日は、小・中学生無料  
日同館 (☎0256-86-3444)

### 令和4年度前期 新潟大学公開講座

新潟大学では、地域社会に生涯学習の機会を提供することを目的として、毎年公開講座を開講しています。令和4年度前期は、新型コロナウイルス感染症予防のため、動画配信による5つのオンライン講座を実施します。ぜひ、参加してください。  
開講日程 6月4日(土)～9月10日(土)  
講義内容・申込方法など  
詳細は右記QRコードから新潟大学ホームページを確認してください。各講座の申し込み締め切りまでに、申し込みが必要です。  
受講料 各講座により異なります。大学生以下の学生は無料です。  
日新潟大学 研究企画推進部 産学連携課 (☎025-262-7633)

