

## 健康・福祉ガイド

### 成人の健康相談 ※要申し込み

回 令和5年1月13日(金)  
午前9時～正午  
場 新津健康センター1階  
内 保健師・栄養士による個別相談  
申 健康福祉課地域保健福祉担当 (☎25-5695)

### 半日1回でよくわかる! 健康ミニ教室 ※要申し込み

回 令和5年1月18日(水)  
午前9時半～11時半  
(受付は9時15分から)  
場 新津健康センター  
内 よくわかる検査値の見方の話、  
すぐに役立つ食事・運動の話と実践  
持 健康診断の結果、筆記用具、飲み物  
申 1月16日(月)までに  
健康福祉課健康増進係(☎25-5686)

## 新津育ちの森

開館日 毎週火曜～日曜 開館時間 9:00～17:00  
対象 小学2年生までのお子さんと保護者、妊娠中の人  
☎21-4152

### お誕生日 days

12月生まれのお子さんに誕生日カードをプレゼントします  
日にち 12月6日(火)～9日(金)  
わくわくタイム～おやこリトミック～  
親子で音楽に触れ合いましょう  
日時 12月15日(木) 午前10時半～10時50分  
みんなで楽しくクリスマス  
日時 12月17日(土) 午前10時半～11時  
内容 歌やダンス、記念撮影コーナー など  
サンタさんもやってくるよ!

## 講演会 他人事ではない 空き家の話

### ～今から一緒に考えてみませんか～

相続していない土地・建物はありますか。  
令和5年4月以降、法律の改正により、不動産に関するルールが大きく変わります。  
空き家、空き地の問題が起こらないように、考えてみませんか。

日時 12月22日(木) 午後2時～4時 会場 秋葉区文化会館 ホール

内容 ・法律の改正などについての説明(新潟地方務局)  
・講演「将来、空き家で悩まないために今からできること」  
講師 秋山 貴子さん(秋山貴子行政書士事務所 代表)

定員 先着200人  
申し込み 12月15日(木)までに①氏名②電話番号を  
電話(☎25-5470)、ファクス(FAX22-0228)、  
メール(chiikisomu.a@city.niigata.lg.jp)、の  
いずれかで地域総務課安心安全担当、または  
新潟市「かんたん申し込み」から→

問い合わせ 地域総務課安心安全担当(☎25-5470)

## コラム 「認知症を知ろう」 ～その②～

### ◆認知症の症状を知ろう

認知症にはその原因となる病気によって違いや個人差はありますが、脳の細胞の機能が低下することで、生活場面においてさまざまな症状が現れます。

- 記憶障害** 経験したこと自体を忘れる
- 見当識障害** 慣れた道なのに、道に迷う
- 理解力・判断力の障害** 料理の手順を忘れる
- 感情表現の変化** 状況が読めず、いきなり怒る
- 実行機能障害** 同じものをいくつも買う
- 行動・心理症状の変化** 元気がなく、すべて面倒に感じる

### ◆認知症の方の気持ちを理解することが大切です

認知症の方も、同じように物事を見て、感じ、考えています。認知症の症状には原因があることを理解し、気持ちに寄り添って対応することが大切です。

おだやかに、はっきりした話し方で

- 余裕をもった対応
- 声をかけるときは一人で
- やさしい口調で
- 後ろから声をかけない
- まずは見守る
- 相手の言葉に耳を傾けて ゆっくり対応

認知症に関するご相談は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへご相談ください。

## キャッシュレスで区バスに乗ろう!

### 「らくらく実感キャンペーン実施中」

1月31日まで

問い合わせ 地域総務課企画グループ ☎25-5672

区バスのキャッシュレス決済「らくらくチケレス」を利用すると期間限定でお得に乗車できます。シニア半わり・障がい者・免許返納者割引後の運賃からさらに割引します。この機会に区バスを利用してみませんか。

	通常運賃	割引運賃
大人	180～210円	→ 150円
小学生・シニア半わりなど	90～110円	→ 80円

「らくらくチケレス」利用者は、乗車日当日に限り下記店舗、施設で特典を受けることができます。ぜひお立ち寄りください。

店舗・施設名	特典	最寄りの区バス停留所
温泉カフェわかば	ご飲食の方ソフトドリンク1杯無料	花の湯館前
totoかふえ	ドリンクメニュー100円引き	うららこすど
うららこすど	お会計の合計金額から100円引き	うららこすど
CAFE GEORG	ドリンクのサイズアップ無料	小須戸4丁目
新津美術館	新津出身画家 笹岡一展 図録プレゼント	美術館・植物園前

## お知らせ

### ファミリー・サポート・センターに登録して 子育て世帯を応援しよう!!

ファミリー・サポート・センターに登録して、子育てを応援したい人を対象に、研修会を開催します。

回 1月27日(金) 午前9時50分～午後4時  
1月28日(土) 午前10時～午後5時  
1月29日(日) 午前10時～午後3時 (全3回)

場 新津健康センター3階  
人 先着20人  
料 2,000円(テキスト代)  
申 新潟市ファミリー・サポート・センター (☎025-248-7178)

### 秋葉区中学生勉強会

講師が個別学習支援を行います。  
回 12月26日(月)・27日(火)  
午前9時20分～午後0時10分  
午後0時50分～3時40分  
※参加日時は選択できます  
場 秋葉区内(申込者に後日通知します)  
人 区内在住のひとり親世帯の中学3年生 持筆記用具、昼食(1日参加の人)  
申 12月14日(水)までに  
新潟市「かんたん申し込み」→  
健康福祉課児童福祉係 (☎25-5683)

### 新津健康センターからの お知らせ

#### 体力測定会参加者募集

いつまでも若々しくいられるように日頃の運動の成果を確認してみませんか。  
※体操教室の無料体験チケット付き

回 12月15日(木) 午後2時45分～4時15分  
人 65歳以上・先着20人  
持 動きやすい服、上履き、飲み物  
申 同センター(☎22-2940)

### 排水設備設置資金の利子を市が負担

下水道や、公設浄化槽へ接続するための工事費を、金融機関で借り入れた際の利子を市で負担します。事前に問い合わせください。※新築・法人は対象外です。

融資額 100万円以内  
利率 無利子(市が負担)  
償還方法 60カ月以内で元金均等

場 西部地域下水道事務所 秋葉下水道分室 (☎25-5810)

### 雪によるLPガス事故防止のお願い

雪によるLPガス事故を防ぐため、次のことに気をつけましょう。

- LPガス容器やメーター周辺、屋外設置の給湯器などは、雪に埋もれることがないように除雪しておきましょう。
- 屋根の雪下ろしの際は、周囲のLPガス設備にもご注意ください。
- 排気筒や吸気口が雪でふさがれたり、排気筒に破損はないか点検してください。

※万一、ガス漏れや燃焼器具の異常があった場合は、すぐ取引のあるLPガス販売店にご連絡ください。

場 (一社)新潟県LPガス協会 (☎025-267-3171)

### 遺言書保管制度をご利用ください

あなたの大切な遺言書を法務局に保管できる制度です。保管場所にお困りの人や、書き換えるなどのトラブルが心配な人、遺産分割で争いになるのを避けたい人におすすめです。

詳しくはこちら→  
場 新潟県法務局新津支局 (☎22-0501)

### 秋葉区の魅力を発信しています!

Twitter Instagram Facebook @akihhasumu 検索

広告スペース

電話番号(☎)は市外局番0250を省略しています ◆マイナポイント第2弾実施中!12月末までにマイナンバーカードを申請した人がマイナポイント付与対象者です。申請はお早めに! ◆