

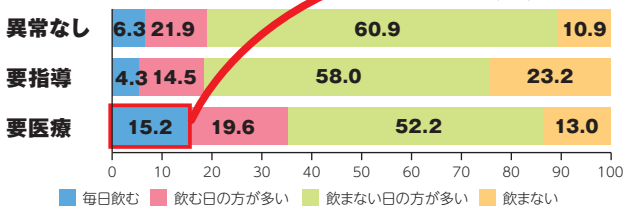
持続可能なげんきな体！～次世代を育むために～

問い合わせ 健康福祉課健康増進係(☎25-5686)

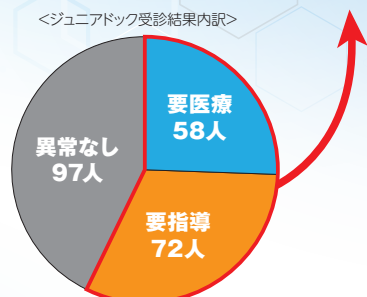
令和4年～6年で秋葉区の小学6年生227人がジュニアドック(生活習慣病健診)を受けました

保健指導や医療機関の受診が必要な人の割合 **57.3%**

甘い飲み物の摂取状況(%)



アンケート結果より、
要医療と判定された人は
他の判定と比べると
甘い飲み物を「毎日飲む」と
回答した割合が多かった
こどもの頃から生活習慣に
気を付けていく必要があります



家族みんなで見直そう生活習慣

新潟市国民健康保険加入者の特定健診の結果によると、秋葉区はメタボリックシンドローム該当者や血糖・血圧・脂質の3項目重複者が市内で最も多い状況です。ジュニアドックの結果からも分かるとおり、こどもの頃から所見のある人も多くなっているため、家族全員で生活習慣を改善していきましょう。

AKIHAの取り組み

ぜひ参加してください

- A あっという間に習慣になる！みんなで「ラジオ体操」
- K きっと改善のヒントが見つかる「笑顔健康クッキング」「健康相談会」
- I いつも食べよう！食物繊維たっぷり「もち麦」
- H 春が来れば思い出す～おとなは毎年受けよう「特定健診」
- A あなたも参加できます「健康ミニ教室」「秋葉てくてく健康散歩&体操」

『お子さまの基礎体力アップ教室』
無料体験会

こどもたちの健康や成長に大切な基礎体力の向上を目的に、エクササイズを行います。体を思いっきり動かして、楽しく体力アップを目指しましょう！

日時 5月12日(月)・26日(月)

キッズ 16時45分～17時35分 ジュニア 17時45分～18時45分

※無料体験は1人1回

会場 秋葉区総合体育館 アリーナ

対象・定員 【キッズ】年中・年長・先着10人
【ジュニア】小学1～3年生・先着10人持ち物 上履き、タオル、飲み物、動きやすい服装
申し込み 同館窓口もしくは電話(☎25-2400)

区民への情報掲示板

山びこコーナー

暮らしを楽しむ料理クラブ

回 5月16日(金)・17日(土)・23日(金)・24日(土)

11時～14時 ※全日同じメニュー

場 上野さん宅(荻島3-4-16)

内 鶏のトマトソース煮込み、春野菜のパスタ、マリネ盛り合わせ、タルト風ケーキ など

人 8人(応募多数の場合は抽選)

料 一般3,800円(外国人は2,000円)

持 エプロン、三角巾、筆記用具

申 5月13日(火)までに上野さん

(☎FAX 24-6859)

総会・春季囲碁大会

クラス別のトーナメント戦を行います。

回 5月25日(日)9時半～17時

場 新津地域学園

料 支部会員1,000円、会員以外1,500円、

高校生以下500円(昼食代含む)

申 5月17日(土)までの13時～17時に

日本棋院新津支部の樋口さん

(☎23-6700、金曜除く)

こども未来館

回 5月18日(日)10時から

場 新津地域交流センター

内 新津松坂の歌や踊りの練習

場 秋葉タンポポ会の西片さん

(☎080-1028-9173)

一緒に和太鼓をしてみませんか？

新津秋葉太鼓では会員を募集しています。楽譜を使わないのでどなたでも気軽に参加できます。

回 第1～4土曜 19時半～21時

場 新津地区勤労青少年ホーム

料 月1,500円(中学生以下1,000円)

申 同団体の横木さん(☎47-4788)

初級音声訳ボランティア養成講座

音声訳の知識・技術を学び、音声訳ボランティアを目指します。

回 6月7日～28日の毎週土曜13時半～15時半

場 新津地域交流センター

人 先着8人

申 音声訳さやの会の羽生さん

(☎090-5502-3124)

◇山びこコーナーへの掲載依頼は、地域総務課(区役所3階、☎25-5673、FAX 22-0228)

6月 1日号の原稿締め切り… 5月 7日(水)
6月15日号の原稿締め切り… 5月21日(水)

お詫びと訂正

4月20日号に掲載した「きらめきサポートプロジェクト」「秋葉区未来ビジョン」の二次元コードが誤っていました。お詫びして訂正いたします。

きらめき
サポート
プロジェクト秋葉区
未来
ビジョンサーカス 47周年
“Covers” in 新潟

日時 9月27日(土) 15時半開演(15時開場)

会場 秋葉区文化会館 ホール

チケット料金 一般7,500円、友の会会員6,800円

チケット販売 一般5月24日(土)～ 友の会会員5月21日(水)～
※発売初日のみ 窓口10時～21時、電話13時～21時
発売二日目以降 窓口、電話ともに9時～21時チケット取り扱い 秋葉区文化会館、小須戸まちづくりセンター、
野本時計店(新津本町3)、セブンチケット<https://7ticket.jp/> ほか

問い合わせ 同館(☎25-3301)

よみきかせのご案内
(特に記載がないものは幼児・小学生対象)

■新津図書館

5/6(火・振休)・13(火) 10時半から
(0～3歳児対象)5/6(火・振休)・13(火) 15時半から
5/10(土)・17(土) 14時から

■荻川地区図書館

5/10(土)・17(土) 10時半から

■金津地区図書館

5/17(土) 14時から

■小須戸地区図書館

5/17(土) 10時半から

各種無料相談

■心配ごと相談 ※予約不要

回 5/9(金)・12(月)・16(金)

10時～15時

場 秋葉区社会福祉協議会(新津地域
交流センター2階、☎24-8376)

■法律相談(弁護士相談) ※要予約

回 毎月第2・4金曜

13時15分～16時15分

場 区民生活課(☎25-5674)

■教育相談 ※要予約

回 月～金曜(祝日を除く)

9時10分～17時

場 秋葉区教育相談室(新津図書館2階、
☎23-0101)FM76.1MHz
RADIO CHAT

5月4日～17日のおすすめ番組！

◆クリック！秋葉区◆

毎週月～金曜の10時～11時に秋葉区役所がお届けする行政情報番組。区内のイベント情報やお役立ち情報をお知らせしています。

毎週月曜は「健康・福祉メモ」のコーナー。5月12日は健康福祉課の加藤さんが出演し、フレイルチェックについてお話しします。今後開催されるフレイル予防教室の日程や内容についてもお知らせするので、ぜひお聴きください！

◆Music Clip
(月曜チャットンロール内)◆

毎週月～金曜の17時～19時に生放送のチャットンロール。日替わりで個性溢れるパーソナリティーが登場します。月曜の担当は、ボーカリストの緒形奈美さん。県内外のライブ・コンサート情報や、ピックアップしたアーティストについてお話しします。皆さんからのメッセージ、リクエストもお待ちしています。

インターネットからも
聴くことができます↓

番組表はこちら↓



☎23-5000 (リクエスト ☎23-5900)

FAX 23-5100 <http://www.chat761.com>

広告スペース