

北 区役所 だより

自然・活力・安らぎにあふれるまち 一住みたくなるまち 北区

令和4年(2022年)10月2日号

毎月第1・3日曜日発行
Vol.372

編集・発行 新潟市北区役所地域総務課

〒950-3393 新潟市北区東栄町1丁目1番14号 ☎025-387-1000(代表) ☎025-387-1020
ホームページ <http://www.city.niigata.lg.jp/kita/> 電子メール chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp

北区 人口 72,065人(-8) 男 35,203人(-19) 女 36,862人(+11) 世帯数 29,777世帯(+33) ※令和4年8月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

楽しく動いて体カづくり

期日：11月13日(日)
会場：豊栄総合体育館
問い合わせ 同館(☎025-386-7511)

エンジョイスポーツ in 北区

参加費
無料

申し込みが必要な催し

10月6日(木)午前10時から受け付け開始



アルビレックス新潟 ドキドキ・ワクワクふれあいサッカー教室



時間 午後1時45分～3時半
対象・定員 区内在住または在学の小学生 先着60人
申し込み アルビレックス新潟のホームページから申し込み
問い合わせ アルビレックス新潟サッカースクール (☎025-257-0155)



©1999 ALBIREX NIIGATA INC.

元プロ選手 佐藤公威さんによる バスケットボールクリニック



時間 午前9時半～11時
対象・定員 小学4～6年生 先着30人

ゲートボール体験会

時間 午前11時～正午
対象・定員 小学生以上 先着20人



剣道体験会

時間 午後2時半～3時半
定員 先着20人



エンジョイ！ランニング教室

らくらく走るポイントを学びます。
時間 午前10時～同45分
対象・定員 小学生以上 先着30人



バウンドテニス体験会

時間 午後1時～2時
定員 先着20人



たいどう 躰道体験会

時間 午前11時～正午
定員 先着20人



みんなでツバメダンスを踊ろう

NHKのEテレで人気の「ミドリーズ」のツバメダンスを一緒に踊りましょう。
時間 午前10時～11時
定員 先着60人



「ドキドキ・ワクワクふれあいサッカー教室」以外の催しの申し込み方法
1. スマートフォンで右の二次元コードを読み取り、LINE公式アカウント「エンジョイスポーツin北区」を友だち登録する
2. 友だち登録時に表示されるメッセージに従い、必要情報を入力して送信する
※受付完了後、豊栄総合体育館から返信します。LINEでの申し込みが難しい人は問い合わせてください



eスポーツミニ大会

Nintendo Switchのマリオカートなど話題のゲームを大画面で楽しもう。
時間 ①午前9時 ②午前10時 ③午前11時 ※各回45分
定員 各回 先着12人

新潟医療福祉大学 軟式野球部が教える ボール投げ特訓教室

時間 午前9時～同45分
対象・定員 小学1～3年生 先着25人



申し込みが不要な催し

ムラサキスポーツ キッズバイク体験会

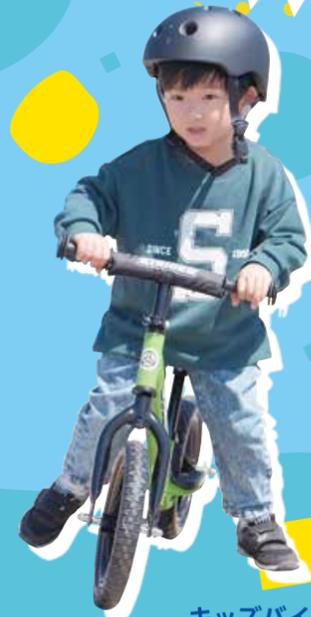
時間 午前9時～正午
対象 幼児～小学生 ※保護者要同伴

スポーツ用品おさがり市

寄付されたスポーツ用品を無料で譲渡します。
時間 午前9時～10時45分 (午前8時半から入場整理券を配布)
対象 中学生以下の親子

スポーツキッズパーク

時間 午前9時～正午
対象 幼児～小学生 ※保護者要同伴



キッズバイク

キッチンカーもやってくる

- はまカフェ TACO(キッチンカー) おにぎり、とん汁、スイーツ等の販売
- 新郷屋 たい焼きの販売



集団がん検診のお知らせ

健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

肺がん検診(申し込み不要)

令和5年3月31日時点で40歳以上の人
受付開始直後の時間は混雑が予想されます。
会場の密を避けるため、ご都合のつく人は比較的空いている受付時間後半にお越しください。お住まいの対象地区での受診にご協力ください。

Table with columns: 月日曜, 時間, 会場, 対象地区. Rows for 10/4, 10/5, 10/16.

胃がん検診(要申し込み)

令和5年3月31日時点で40歳以上の人
・予約開始日の午前中は電話が集中し、つながりにくいことが予想されます。

Table with columns: 月日曜, 時間, 会場, 予約開始日, 予約・申し込み. Rows for 10/26, 10/27, 10/31, 11/8, 10/28.

乳がん検診(要申し込み)

令和5年3月31日時点で40歳以上の女性(令和3年度未受診者も対象)

Table with columns: 月日曜, 時間, 会場, 予約開始日, 予約・申し込み. Rows for 11/10.

集団がん検診を受けるときの注意事項

- 健康保険証、がん検診受診券、自己負担金、個人記録票(肺がん・胃がん)、バスタオル(乳がん)
・検診前に体温を確認します。自宅で体温を測定してください。
・発熱(37.5度以上)、せき、息苦しさ、のどの痛み、倦怠感などの風邪症状や味覚・嗅覚の異常のある人は受診できません。
・マスク(なるべく不織布マスク)を着用してください。
・ファスナー等の金属や、ボタンのない無地のTシャツで来ててください。検診着のご利用は有料(200円)です。

食推イチオシレシピ 魚肉ソーセージとトマトの甘酢野菜炒め

新潟市食生活改善推進委員協議会 北支部 早通グループ

Table with columns: 材料名, 分量. Lists ingredients like 魚肉ソーセージ, ジャガイモ, タマネギ, etc.

作り方

- 1 魚肉ソーセージは斜め切り、タマネギとピーマンは5mm幅程度の細切りにする。
2 Aの調味料を混ぜておく。
3 フライパンにごま油、ショウガ、ニンニクを入れて弱火で炒める。
4 香りが立ったらジャガイモを加え、少し柔らかくなったたらタマネギ、ピーマン、シメジを加えて炒める。
5 火が通ったら魚肉ソーセージ、ミニトマト、2を加えて混ぜ、とろみがつくまで炒める。
6 最後にフタをして少し蒸らしたら、皿に盛り付けて出来上がり。



具材は変更しても作れます。家にある材料ですぐにできる簡単メニューです。
<1人分当たりの栄養価>
エネルギー：109kcal たんぱく質：3.2g 脂質：4.3g 炭水化物：9.5g 食塩相当量：1.1g

北区自治協議会地域づくり部会×濁川地区コミュニティ協議会

「みんなであそんでまなぼうさい!! in 濁川」

10月16日(日)午前10時～午後3時
※受付時間：午前10時～11時半、午後0時半～2時
場 濁川小学校
内 ジャッキアップゲーム、AED・応急手当体験、オリジナル防災グッズ作り、水消火器・煙体験、消防車展示
入 就学前児は要保護者同伴
問 濁川まちづくりセンター(☎259-3088)



ジャッキアップゲーム

北区文化会館からのお知らせ

問 同館(☎388-6900)

北区ジュニア吹奏楽団 「第7回定期演奏会」

10月9日(日) 開演 午後2時

入場無料(全席自由)、就学前児入場可
※同館窓口で配布の入場券が必要です

北区フィルハーモニー管弦楽団 第11回ファミリーコンサート

北区から世界へ～音楽の旅をあなたに～

12月4日(日) 開演 午後2時

前売券 大人1,000円(当日1,200円)、4歳～中学生500円(当日600円)
※全席自由、3歳以下入場不可

今が旬! 北区が誇る農産物⑤

香り高くあふれる果汁「日本梨」

出荷時期 8月～12月 主要産地 木崎地区

北区は古くからの日本梨の産地です。「新高」や「新興」のほか、「幸水」「豊水」「あきづき」「新美月」「新王」といったさまざまな品種が栽培されています。きめ細やかな手入れがおいしさの秘訣です! 食べ比べて甘みや酸味、独特の香りなど、自分好みの梨を見つけてみてください。



新高と新興は「新潟市食と花の銘産品」に指定されています。
問 産業振興課農業振興グループ(☎387-1365)

マイナンバーカードの申請をお手伝いします(予約制)
写真撮影・申請補助サービス実施中!
問 区民生活課区民窓口係(☎387-1265)

うまいもん市場開設
10月10日(祝)・15日(土)
午前9時～午後1時(売り切れ次第終了)
場 葛塚市場内
内 お弁当・お惣菜・スイーツなど、北区の「うまいもん」のテイクアウト販売
問 葛塚市活性化実行委員会(☎386-1212)

<広告欄>

催しの開催状況はそれぞれの問い合わせ先までご確認ください。

おしらせ版

今号掲載の情報は9月26日時点のものです。状況により催し等を中止する場合があります。

北区郷土博物館 資料整理に伴う休館
 横井の丘ふるさと資料館閉館に伴う資料移動および常設展示拡張作業のため休館します。
期間 10月31日(月)～令和5年1月3日(火)
問 同館 (☎386-1081)

お知らせ

10/17～10/24行政相談週間 特設無料相談

会場
 17日(月)早通コミュニティセンター
 18日(火)木崎コミュニティセンター
 19日(水)濁川公民館
 20日(木)長浦コミュニティセンター
 21日(金)岡方コミュニティセンター
時間 午前10時～正午
問 区民生活課 (☎387-1255)

催し・募集

北区児童館・児童センター座談会

問 10月28日(金)、12月2日(金)
 午後1時半～4時
場 豊栄地区公民館
内 児童館サービスに関する意見交換
込 先着25人
問 電話で健康福祉課児童福祉係 (☎387-1335)

ごさばなレポート

岸田首相が北区にキター!

9月4日(日)、岸田首相をはじめ谷内閣府防災担当大臣、花角知事などが県内視察の途中、昼食で北区役所に立ち寄り、「割烹松湯屋」のお弁当で北区の味を楽しみました。

岸田首相は、松浜産大粒のシジミみそ汁や鮭のみそ漬、豊栄産のトマトやナスを使った料理に「大変おいしかった」と感謝の言葉を述べました。



花角知事はデザートでできた「絹いもや」のしるきーもソフトを、「最高!」と絶賛しました。



日=日時 **場**=会場
内=内容 **込**=対象・定員
¥=参加費(記載のないものは無料)
申=申し込み(記載のないものは当日直接会場へ)
問=問い合わせ

豊栄地区公民館

問 同館 (☎387-2014)
■ ご近所だんご
問 10月13日(木)午後1時半～2時半
内 大型絵本&パネルシアターでお話し会
問 10月12日(水)までに電話で同館
 ※手話通訳が必要な人は申し込み時に知らせてください
■ 豊栄文化協会祭 作品展示
場 豊栄地区公民館視聴覚室
時間 午前9時～午後9時
・書道展
問 10月8日(土)～11日(火)
・短歌展
問 10月13日(木)～16日(日)

北地区公民館

問 同館 (☎387-1761)
■ キネマ松浜劇場「禁じられた遊び(字幕)」
問 10月20日(木)午後1時半～3時
込 先着40人
問 10月3日(月)午前10時から電話で同館
■ 北地区公民館合同作品展
問 10月29日(土)・30日(日)午前10時～午後3時
内 同館で活動しているサークルの作品展示

豊栄文化協会祭大民謡まつり

問 10月22日(土)午後0時半～4時
場 北区文化会館
¥ 500円
問 電話で豊栄民謡連盟 近藤 (☎387-1380)

葛塚市ながらウォーキング

買い物をしながら、歩数を計測してみませんか?消費カロリーの推定により、果物のプレゼントもあります。
問 10月15日(土)午前8時半～正午ごろ
場 葛塚市 旧区役所側入り口付近
問 遊水館 (☎384-1211)
 ※祝日を除く月曜休み

クイズコーナー

【問題】
 楽しく動いて体づくり○○○○
 ○スポーツ
【応募方法】
 はがき、または電子メールにクイズの答えと郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、身近な話題や区役所だよりの感想を記入し、地域総務課へ応募してください。(所在地などは表紙をご覧ください)
 正解者の中から抽選で5人に図書カードを進呈します。
締切日 10月14日(金)
 (7月3日号の答え/島見)

わんパトフェスタin福島潟2022

問 10月23日(日)午前9時50分～午後0時半
場 水の駅「ビュー福島潟」野外ステージ
内 警察犬模範演技、犬のしつけ教室、犬のミニ健康診断、愛犬活動写真コンテスト、ほか
問 葛塚わんわんパトロール隊(葛塚コミュニティセンター内☎384-6077)

スポーツ

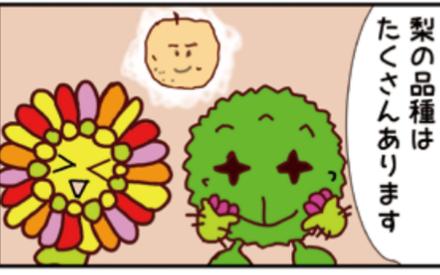
ハピスカとよさか

問 ハピスカとよさか (☎386-7522、祝日を除く月曜休み)
■ チョイトレ スルンとほぐす肩甲骨ストレッチ
問 10月15日(土)午後2時～3時20分
場 豊栄総合体育館
込 先着12人
¥ 500円
問 電話でハピスカとよさか
■ ナイトヨガ
問 11月5日(土)①午後6時半～7時20分 ②午後7時50分～8時40分
場 水の駅ビュー福島潟
込 各回先着20人
¥ 1,000円
問 10月5日(水)正午から直接豊栄総合体育館

豊栄児童センター

問 同センター (☎384-1520)
■ ぴよんぴよんきっず
問 10月13日(木)午前10時半～11時15分
込 1歳以上の幼児(保護者同伴)
■ 抱っこでハロウィンダンス
問 10月20日(木)午前10時半～11時半
込 首の据わった4カ月～2歳の乳幼児親子 先着15組
問 10月11日(火)から電話で同センター

オニバスマンとごさばなちゃん



市報にいがた・区役所だよりは新潟市LINE公式アカウントでも読むことができます。



北区自治協議会提案事業

遠藤麻理さんと語る

福島潟の楽しみ

問 11月5日(土)午後2時～(午後3時半終了予定)
 場 水の駅ビュー福島潟 展望ホール
 込 先着100人
 問 市ホームページ「かんたん申込み」
 問 北区自治協議会自然文化部会事務局
 地域総務課企画広報グループ (☎387-1175)
メール chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp

ビュー福島潟名誉館長の遠藤麻理さんと、福島潟のおすすめスポットや食文化、歴史について語り合います。

出演者 遠藤麻理さん(フリーアナウンサー)
 県立豊栄高等学校の皆さん
 曾部珠世さん(北区郷土博物館学芸員)
 熊倉 怜さん(ビュー福島潟レンジャー)
 大倉雄二さん(割烹 大倉屋店主)

福島潟マスコットキャラクタークワイ ©新潟市

<広告欄>



電話番号(☎)は市外局番025を省略して記載しています。