

支え合いのしくみづくり ～できることから始めませんか～

誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりを目指し、支え合いのしくみづくりが広がっています。そのしくみや取り組み事例を紹介します。

問い合わせ 健康福祉課高齢介護係(☎025-387-1325)

支え合いのしくみづくり推進員・会議ってなに？

支え合いのしくみづくり推進員は、支え合いに向けて活動する団体などと協力し、不足する支援の実現をお手伝いします。支え合いのしくみづくり会議では、地域の課題や困りごとを把握し、足りない支援は何かを話し合います。

除雪やゴミ出しで困っている人もいますよね。買い物に行けなくて困っている人が地域で多くなっていますね。どうしましょうか？



どんな人の協力があれば解決できるかな？
商店街やスーパーの人に相談してみようかな？
地域の人にも声をかけてみよう。



【第1層会議】 北区全域を対象とした支援などについて話し合います
【第2層会議】 各圏域で、日常生活の支援などを話し合います

支え合いのしくみづくり出前講座

支え合いの手法について理解を深め、支え合いの意識を醸成するとともに、地域での支え合いのしくみづくりの取り組みのきっかけになるように出前講座を開催しています。

コミュニティや自治・町内会、地域の茶の間などに推進員が伺います。

お住まいの地域の「支え合いのしくみづくり」について一緒に考えてみませんか。



問い合わせ 各圏域の推進員まで

地域の茶の間交流会 in 北区



「地域の茶の間」の活動に関する情報交換や交流を目的として開催しました。テーマを「あなたの茶の間はどこにつながっていますか」として、地域の茶の間を自分事として考え、会場全体が一体となって理解を深めました。

岡方・長浦
圏域



本間 啓幸 推進員

連絡先：ながうらの郷内
☎070-1367-7399

葛塚・
木崎・早通
圏域



三浦 美穂子 推進員

連絡先：北区社会福祉協議会内
☎025-386-2778

松浜・
南浜・濁川
圏域



白川 弘美 推進員

連絡先：愛宕の園内
☎080-3548-3139

北区
全域



岡村 陽平 推進員

連絡先：北区社会福祉協議会内
☎025-386-2778

住民主体の支え合い活動研修会

「住民主体の支え合い活動」のさらなる活性化と新たに取り組むを行う団体の立ち上げ支援を目的として開催しました。昨年度を上回る85人から参加いただきました。地域での支え合いや助け合いに対する関心と意識の高さがうかがえました。



福島潟ウォーキングサロン



フレイルチェック参加者を対象として、福島潟を会場にウォーキングサロンを開催しました。スタッフと参加者がたくさんコミュニケーションを取って、楽しみながらウォーキングやお茶の間でも笑顔で情報交換を行って、非常に有意義な開催となりました。

広報紙「支え合いのしくみづくり」

区民へ情報発信をすることで地域活動の参考にしてもらい、支え合い・助け合いのさらなる機運の醸成を図っています。また、「支え合いのしくみづくり」の題字と紙面のイラストは、地域の人から作成協力いただいています。区内全世帯、関係機関などで配布していますのでぜひご覧ください。



特定健康診査・がん検診はお済みですか？

今年度の受診券の有効期限は **令和7年3月31日(月)** です！

委託医療機関で検診が受けられます。受診がまだの人は忘れずに受診しましょう。

受診券と『検診いっ得』をお手元に用意(紛失した場合再発行できます)



受診先を選び
電話で予約



委託医療機関は
こちらから

受診券、健康保険証、自己負担金を持って医療機関で受診(金額は『検診いっ得』でご確認ください)



問い合わせ 健康福祉課健康増進係(☎025-387-1340)

対象者(各年齢は令和7年3月31日時点)

特定健診	40歳以上の新潟市国保加入者、県後期高齢者医療制度加入者、生活保護受給者
胃がん検診	40歳、45歳、50歳以上
大腸がん検診	40歳以上
乳がん検診	40～69歳の偶数年齢の女性
子宮頸がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性
前立腺がん検診	50歳以上の5歳間隔の男性

※がん検診は特定健診の対象者や職場などでがん検診の機会がない人が対象

(区2)

Vol.429

北区役所だより

令和7年2月16日

令和6年分市・県民税の申告と所得税の確定申告

問 市民税課(☎226-2375)

【北区の日程と会場】 入場整理券配布時間 午前8時半～午後3時(なくなり次第配布終了) ※混雑状況により配布開始時間が前後する場合あり

2月							3月	
19	20	21	25	26	27	28	11	12
水	木	金	火	水	木	金	火	水
△	●	●	●	●	●	△	●	●
豊栄地区公民館							北地区コミュニティセンター(名目所3)	

△：市・県民税申告のみ受付
●：簡易な確定申告と市・県民税申告を受付

2月19日、28日は市・県民税申告のみを受け付けます。
確定申告の受付はできませんのでご注意ください。

【申告についての詳しい内容はこちら】
市ホームページ

【所得税の確定申告はe-Tax(電子申告)で】
国税庁ホームページ「確定申告書作成コーナー」

混雑が予想されますので、市・県民税の申告は郵送(〒951-8554(住所不要)市民税課)による提出、所得税の確定申告は「e-Tax」による電子申告に協力をお願いします。

みなさんの健康のために(3月)

問 健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

育児相談

☑ 身体計測、栄養相談(計測のみも可)
☑ 乳幼児と保育者
☑ 2月19日(水)から

3月	会場	時間	定員	申し込み先
19日(水)	豊栄健康センター	9:30～11:30	先着40組	健康福祉課地域保健福祉担当(☎387-1345)
25日(火)	北地域保健福祉センター		先着24組	同センター(☎387-1781)

はじめての離乳食講習会

☑ 3月12日(水)午後1時30分～2時50分
場 豊栄健康センター
☑ 離乳食のすすめ方、情報交換、試食
☑ 生後5カ月頃の乳児の保育者 先着15人
☑ 2月19日(水)から市役所コールセンター(☎243-4894)

《その他》

■股関節検診・母体保護相談、1歳誕生歯科健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(3歳6カ月頃に実施)は該当者に個別案内をしています。
■当日、体調がすぐれない場合は、他の日程をご案内しますのでお問い合わせください。
問 健康福祉課健康増進係(☎387-1340)
■1歳誕生歯科健診時に、同会場で「ブックスタート」を実施します。
問 豊栄図書館(☎387-1123)

健康相談

☑ 保健師、栄養士による個別相談
健康診断の結果記録票のある人は持参してください。

3月	会場	時間	定員	申し込み先
26日(水)	豊栄健康センター	13:30～15:30	先着8人	健康福祉課地域保健福祉担当(☎387-1345)
28日(金)	北地域保健福祉センター	9:30～11:30	先着4人	同センター(☎387-1781)

健康づくりスタートセミナー

☑ 運動指導員による講話や実技
☑ 他の運動教室、運動サークルなどに参加していない40～74歳の人

3月	会場	時間	定員	申し込み先
11日(火)	北地区公民館	13:30～15:30	各先着12人	北地域保健福祉センター(☎387-1781)
26日(水)	豊栄健康センター			健康福祉課地域保健福祉担当(☎387-1345)

きたっこきずなメール配信中

登録方法

①スマートフォンなどにLINEアプリをインストール
②右の二次元コードを読み込むか、LINE上でID「@642ovxxt」を検索
③「新潟市北区健康福祉課」をLINEの友だちに追加
④案内に沿って情報を登録
問 健康福祉課児童福祉係(☎387-1335)

北地区スポーツセンター 春期スポーツ教室

※開催日程が変更になる場合があります 問 同センター

教室名	初回曜日	開始時間	定員	回数	参加費(円)
①カラダ引き締めトレーニング	4/7(月)	9:45	45人	9	3,600
②エアロビクス		10:30	50人		4,700
③高齢者のための筋力アップ		13:30	60人		2,400
④骨盤矯正エクササイズ	4/9(水)	9:45	各45人	8	4,200
⑤スロートレーニング&コアトレーニング		19:10			
⑥ボックスキック		20:05			
⑦ラテンダンスエクササイズ	4/10(木)	9:45	各45人	9	4,700
⑧やさしいステップエクササイズ		10:45			
⑨やさしいヨガ		13:15			
⑩フラダンス		14:30			
⑪金曜ヨガ	4/11(金)	13:15	各45人	9	4,700
⑫ピラティス&疲労回復ストレッチ		19:00			
⑬ズンバ	4/23(水)	13:45	各35人	4	2,100
⑭ズンバゴールド	5/16(金)	14:30		3	1,500

☑ 15歳以上(中学生を除く) ※③は60歳以上 場 同センター
☑ 3月15日(土)までに、メール(kitaspo@niigata-kaikou.jp)で①会員カード登録番号②教室名(複数の場合すべて)③氏名(ふりがな)④電話番号を明記し同センター(☎258-0200)
※申し込み多数の場合は抽選
※事前に会員カードの発行が必要です。詳しくは問い合わせてください。

遊水館 春のワンデーレッスン

場 問 遊水館(☎384-1211、祝日を除く月曜休み)

教室名	開催日	時間	定員(先着)	対象者
15歳以上クラス ※複数クラスの申し込み可能				
レインボー水中体操	3/21	10:30～11:30	40人	
クロールの基礎		11:45～12:45	12人	クロール25m泳げない人
おさらいクロール		11:45～12:45	15人	クロール25m泳げる人
極めよう!クロール	3/27	10:30～11:30		クロール50m泳げる人
アクアビクス		11:45～12:45	40人	
幼児クラス ☑ プールに入るなど	3/19	16:00～16:45	15人	年長児・年中児(※R7年4月時点)
	3/21	16:00～16:45	7人	
	3/22	15:30～16:15	15人	
小学生クラス ☑ 水に慣れる、バタ足、クロールなど	3/21	16:00～16:45	各20人	小学1～6年生(※R7年4月時点)
		16:45～17:30		
	3/22	16:15～17:00		
	3/27	16:00～16:45		

☑ 1回300円(※幼児以外は入館料・ロッカー代が別途必要)
☑ 2月23日(祝)午前10時半から申請フォーム(窓口、電話は午後1時から)
※幼児・小学生クラス経験者は3月2日(日)午前10時半より応募可能(幼児クラス経験者で小学生クラスへの申し込みは未経験者扱いとします)。また、1人1教室のみ申し込みできます。

申請フォームはこちらから

にいがた防災メールでも緊急情報を発信しています。ご利用ください。



お知らせ版

市からの防災情報を受け取るには新潟市公式LINEが便利です

お知らせ

北区自治協議会を傍聴しませんか

回 2月27日(木)午後1時30分頃から
場 北地区コミュニティセンター
内 北区自治協議会委員改選についてほか
人 6人(受付開始時に定員を超える場合抽選) 問 地域総務課(☎387-1175)

3月の相談会(無料)

弁護士相談(要予約)

回 4日・18日(火)午後1時15分～4時15分 場 北区役所
申 区民生活課(☎387-1295)
困ったら一人で悩まず「行政相談」
回 場
・5日(水)午前10時～正午 北区役所
・12日(水)午前10時～11時 北出張所
内 暮らしの中の困りごとを相談できます。
問 区民生活課(☎387-1255)

3月のさわやかなんでも相談所(無料)

場 豊栄さわやか老人福祉センター
問 同相談所(☎386-0745、午前9時半～正午)
一般相談
回 月・金曜午前9時半～正午
傾聴相談
回 6日(木)午前10時～午後3時
司法書士法律相談 ※前日までに要予約
回 11日(火)午後1時45分～3時45分
身体障がい者相談
回 13日(木)午前10時～午後0時半

休日労働相談会

回 3月2日(日)午後1時～午後4時半
場 新潟県労働相談所
内 面談、オンライン、電話相談
申 面談は、2月28日(金)正午まで、オンライン相談は2月26日(水)午後5時までに電話で同相談所(☎281-6110)※電話相談は予約不要
同相談所の詳細はこちら▶

北区郷土博物館協議会公募委員を募集します

応募資格 令和7年4月1日時点、満18歳以上で市内に在住、在勤、在学している人(本市のほかの附属機関などの委員、市議会議員、市職員を除く)
募集人員 1人
任 期 2年(令和7年4月1日～令和9年3月31日)
報 酬 会議(年2回を予定)1回につき8,000円
応募方法 ①住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、応募動機
地域での活動状況、同委員として役立つと思われる資格などを記載した用紙(任意様式)
②「これからの北区郷土博物館に期待すること」をテーマとした作文
800字以上1,200字以内(任意様式)
上記2点を同館窓口、郵送、FAX、メールで提出
応募期限 3月4日(火)必着
受付確認後3日以内(休館日除く)に確認連絡をします。
※連絡がない場合は必ず問い合わせてください。
選定方法 同協議会公募委員会で作文を審査 ※面接を行う場合あり
応募・ 同館(〒950-3322 嘉山3452 ☎386-1081、FAX388-6290
問い合わせ メール museum.n@city.niigata.lg.jp)

回＝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)
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

催し・募集

はまなす学会 市民健康講座
セルフケア～東洋医学のツボ刺激と養生～

回 3月2日(日)午前10時～11時40分
場 新潟医療福祉大学U棟
講師 新潟医療福祉大学 粕谷大智先生
①講演会(座学とツボ刺激体験)
②附属鍼灸センターの見学
人 先着50人 ※北区在住の人
申 電話で同学会講座事務局(☎250-1850) ※アサヒ印刷クリエイティブ内
問 北新潟地域づくり学会(同学会)上松(☎090-7907-1969)

外国人に日本語を教えるための
日本語ボランティア養成講座

回 4月～8月の第2、第4日曜(全10回)午後1時～3時
場 クロスパル新潟(中央区礎町通)
人 先着10人
¥ 初回のみ1,000円、2回目から1回700円
申 3月31日(月)までに電話でいろはにほん語教室 長谷川(☎080-4058-6640)

南浜ミニ朝市

回 2月23日(祝)午前7時～8時
※売り切れ次第終了
場 南浜船だまり(島見町)
内 ミズダコ、アカヒゲなどの販売
問 新潟漁協協同組合南浜支所 神田(☎250-1127)

北区親善フロアカーリング

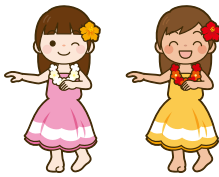
回 3月2日(日)午前8時45分～午後1時
場 北地区スポーツセンター
¥ 100円
申 電話で北地区スポーツ振興会 本間(☎090-4129-7341)

「ハピスカとよさか」からのお知らせ

場 豊栄総合体育館
申 電話で同館(☎386-7522)
(祝日除く月曜休館)

・チョイトレ 姿勢ドック 姿勢の健康診断

回 3月15日(土)午後2時～3時20分
人 先着16人 ¥ 1回800円



・ヘルシーエクササイズ教室お試し体験会

教室名	日にち	曜日	時間	対象者
①フラダンス(夜)	3/4、11	火曜	19:00～20:00	15歳以上
②ZUMBA®			20:15～21:15	
③健幸レクリエーション	3/5、12	水曜	9:30～10:30	50歳以上
④いきいき健幸トレーニング			10:45～11:45	
⑤やさしいペルビックヨガ(午後)			13:30～14:30	15歳以上
⑥ルーシーダットン(長浦コミセン)			13:30～14:30	
⑦かんたんエアロ	3/6、13	木曜	20:15～21:15	50歳以上
⑧やさしい有酸素運動			9:30～10:30	
⑨フラダンス(午前)			11:00～12:00	15歳以上
⑩やさしい健幸たいそう			13:30～14:30	50歳以上
⑪ペルビックヨガ(夜)	3/7、14	金曜	20:15～21:15	15歳以上
⑫太極拳			9:30～10:30	
⑬ソフトエアロビクス			11:00～12:00	

※⑥のみ長浦コミュニティセンター
¥ 各教室500円(2回分) 申 本日午後1時から電話で同館

プールで遊ぼう

回 3月20日(祝) ①午前9時半～10時25分 ②午前10時半～11時25分
場 遊水館 内 簡単なゲームや遊具を使って自由に遊びます。
持ち物 水泳道具、浮き輪や水鉄砲などの遊具
人 先着各50人(小学生限定) ¥ 入館料200円のみ、別途ロッカー代必要
申 本日午前10時半から同館まで電話(☎384-1211)、または窓口
※祝日除く月曜休館



南浜・幸齢者健康講座「心も体もさびない生き方」

回 3月6日(木)午後2時～3時半 場 南浜公民館
講師 医療法人社団 山口クリニック院長 山口正康先生
内 人生100年時代に向け、楽しく生きるコツを学びましょう 人 先着30人
申 17日(月)午前10時から北地区公民館の窓口または電話(☎387-1761)

令和6年 北区の消防概況

～まず防火
新潟市民の合言葉～

火災
件数

令和5年と比較し8件減少しました。
また火災による死者はなく、負傷者は3人でした。

原因	件数
たばこ	3
排気管	2
こんろ	1
ストーブ	1
たき火	1
放火	1
その他(調査中含む)	3
不明	3
合計	15

火災種別	件数
建物	9
車両	4
その他	2
合計	15

※建物火災のうち住宅火災5件

救急件数

令和5年と比較し17件増加しました。

事故種別	件数
急病	2,370
一般負傷	499
交通事故	121
転院搬送	256
その他	148
合計	3,394

救助件数

令和5年と比較し同数でした。

事故種別	件数
交通事故	4
水難事故	8
機械の事故	1
その他	5
合計	18

※北消防署の救急隊が出動した件数

問 北消防署予防課予防調査係(☎387-0119)



<広告欄>