

北区役所 だより

潟と大河と日本海、水の恵みに生まれ、人と人がつながり、心豊かに支え合い、発展するまち

令和8年(2026年) **4月19日**号

毎月第1・3日曜日発行
Vol.457

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 <https://www.city.niigata.lg.jp/kita/> 電子メール chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp

北区 人口 68,990人(-257) 男 33,683人(-105) 女 35,307人(-152) 世帯数 30,286世帯(-4) ※令和8年3月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

区バス・住民バスをご利用ください

「地域の足」として活躍する区バスや住民バス。通院や買い物、駅への移動など、日常生活を支える重要な交通手段です。

今回は、区内の公共交通の概要や地域で運営されている住民バスの取り組みなどを紹介します。

問い合わせ 地域総務課(☎025-387-1155)



区バス

太郎代・島見町～
北区役所・文化会館前



運賃

中学生以上 210円
小学生以下 110円

お得な回数券も
あります

詳しくはこちら▶



住民 おらってのバス

松浜～新崎駅～
北区役所・文化会館前



運賃

高校生以上 200円
中学生以下 100円

お得な回数券や
定期券も
あります

詳しくはこちら▶



「ご利用案内」で時刻表と運行ルートを確認！

「ご利用案内」は区内の主な公共施設(北区役所、北出張所、各連絡所など)で配布しています。ホームページでも確認できます。



長岡地区 デマンド交通

予約に応じて運行します。(平日のみ)
岡方地区に在住の人のみ利用できます。
※事前に利用登録(無料)が必要です。

運賃

1人乗車 1,000円
2人以上乗車 300円/人

運行ルートや
利用方法の詳細はこちら▶



長浦地区 エリアバス×タク



運行日：火曜・木曜・金曜
(予約に応じて運行します)

運賃

中学生以上 300円
小学生以下 150円

運行ルートや
利用方法の
詳細はこちら▶



おらってのバスを支える人たち

インタビュー



住民バス運営団体 「はまなす「地域交通」研究会」
座長：村山和夫さん(左) 事務局：山口茂さん(右)



「おらってのバス」は、地域交通団体の「はまなす「地域交通」研究会」が主体となって運営する住民バスです。
「おらって」は松浜弁で「自分たちの」という意味で、「自分たちの手でバスを走らせる」という思いが込められています。

なぜ住民バスを始めたのですか？

平成22年から「おらってのバス」の運行を開始しました。
もともとこの地域は区バスの運行区域でしたが、収支率の悪化により、松浜地域での運行が終了することになりました。
しかし、地域の皆さんから「移動手段を残してほしい」という多くの声が寄せられたため、自分たちの手でバスを走らせることを決めました。

運営で大変なことは？

最も大変なのは収支率の維持です。利用者の皆さんの負担を考え、できるだけ運賃を上げずに運営を続けています。
近年は通勤・通学での利用が減少傾向にあり、日中の利用者、特に高齢者の方々にどれだけ利用していただけるかが、今後の存続の鍵となっています。

やっていて良かったと感じる瞬間は？

利用者数が見えて増えているとき、「地域に欠かせない足」になっていると実感します。
また、歩くことが難しい方々の移動を支えることができていると感じる瞬間は、大きなやりがいにつながっています。

今後の目標は？

「おらってのバス」の認知度をさらに高めることが目標です。また、利便性向上のためにバス停の増設や運行ルートの見直しを行い、より多くの方に利用していただけるよう取り組んでいきます。



住民バスってなに？

住民バスとは、地域の皆さんの移動を支えるために、住民や地域団体が主体となって運営しているバスのことです。
通院や買い物、通勤・通学など、日常のちょっとした移動を支える身近な交通手段として、それぞれの地域に合った形で運行されています。

おトクに乗車できます

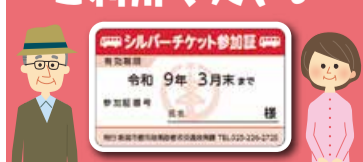
※区バス・おらってのバスが対象

次のいずれかの提示で運賃が半額(10円未満切り捨て)になります。

- ・身体障害者手帳 ・療育手帳 ・精神障害者保健福祉手帳
- ・運転経歴証明書(市内在住の65歳以上運転免許返納者)
- ・「シニア半わりりゅーと」カード(現金払いのみ)
- ・シルバーチケット参加証



65歳以上の皆さん/シルバーチケット参加証をご利用ください



登録方法

- <対象> 市内在住の65歳以上の人
- <必要書類> 利用者の住所と年齢が確認できる本人確認書類(原本)(代理人が手続きする場合は、委任状(原本)と利用者および代理人の本人確認書類(原本))
- ※引き続き利用する人は、現在利用している「シルバーチケット参加証」を持参すると手続きがスムーズです
- ※委任状は地域総務課で配布または市ホームページ(右二次元コード)からダウンロード可
- <窓口> 地域総務課、北出張所、南浜連絡所



みなさんの健康のために(5月・6月)

健康福祉課健康増進係 ☎387-1340

育児相談

☑ 身体計測、相談(保健師・栄養士・歯科衛生士)
☑ 乳幼児と保育者
☑ 健康福祉課地域保健福祉担当 ☎387-1345

Table with 4 columns: 5月, 会場, 時間, 申し込み先. Includes QR code.

※申し込みは4月22日(水)から

妊婦歯科健診

☑ 5月12日(火) 受付時間午後1時~2時半
☑ 豊栄健康センター
☑ 母子手帳交付を受けた妊婦
☑ 健診日の2日前までに市ホームページ[e-NIIGATA]から申し込み
※ホームページから申し込みができない場合は、健康福祉課健康増進係 ☎387-1340へ問い合わせてください。



《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、他の日程を案内しますので問い合わせてください。
☑ 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。
☑ 豊栄図書館 ☎387-1123

安産教室

☑ 豊栄健康センター
☑ 出産予定日が令和8年8月~10月の妊婦
前期 先着16人、後期 先着12人
※後期のみ家族・パートナー1人の同伴可
☑ 電話で健康福祉課健康増進係 ☎387-1340

Table with 4 columns: 実施日, 時間, 内容, 予約開始日. Includes QR code.

離乳食講習会

☑ 豊栄健康センター
☑ 開催日の2日前までに市ホームページ[e-NIIGATA]から申し込み
※ホームページから申し込みができない場合は、健康福祉課健康増進係 ☎387-1340へ問い合わせてください。



■ はじめての離乳食

☑ 5月13日(水) 午後1時半~2時50分
☑ 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12人

■ ステップ離乳食

☑ 5月13日(水) 午前10時~11時20分
☑ 離乳食のすすめ方、情報交換、試食
☑ 生後6カ月以降で2回食・3回食に進もうとしている乳児の保育者 先着12人

健康相談

☑ 保健師、栄養士による個別相談(健診の結果、健康づくりのための食事や運動についてなど)

Table with 5 columns: 5月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Includes QR code.

健康づくりスタートセミナー

☑ 健康運動指導士による講話や実技
☑ 40~74歳の人

Table with 5 columns: 5月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Includes QR code.



食推イチオシレシピ ワカメとイワシの和え物

新潟市食生活改善推進委員協議会 北支部 光晴グループ

常備できる魚の缶詰と乾燥ワカメを使った一品です。春が旬のワカメ(100g程度)を使うと、磯の香りやシャキシャキとした食感をさらに楽しめます。

4人分の材料

- ワカメ(乾燥) ... 大さじ2と小さじ2(8g)
玉ネギ ... 3/4個(150g)
ニンジン ... 1/3本(50g)
ショウガ ... 1/2片(10g)
味付けイワシ缶詰 ... 1缶(150g)
みそ ... 大さじ1/2
A 酢 ... 大さじ3
ごま油 ... 小さじ1
白いりごま ... 大さじ2

— 作り方 —

- 1 鍋にたっぷりの湯を沸かし、沸騰したら乾燥ワカメを入れて約5秒茹で、色が変わったら湯から上げてすぐに冷水に浸し、冷えたらしっかり水気を切る。玉ネギは縦半分に切った後、繊維に沿って薄切りにし、2~3分水にさらした後水気を切る。ニンジンも千切りにし、耐熱容器に入れ、水を少々ふってラップをし、500ワットの電子レンジで1分加熱、冷めたら水気を切る。ショウガは千切りにする。
2 ボウルにAと白いりごまの半量を入れてよく混ぜる。
3 2に1を入れてよく混ぜたら、イワシをほぐしながら加え、少し時間をおいてなじませてから器に盛り、残りの白いりごまを指でひねりながらふって出来上がり。

<1人分当たりの栄養価>
エネルギー: 147kcal たんぱく質: 8.2g
脂質: 7.8g 炭水化物: 3.7g 食塩相当量: 1.3g



赤ちゃんを迎えるための心の準備講座

＼これだけは知っておいてほしいこと／

☑ 5月10日(日) 午前10時~正午
☑ 豊栄地区公民館
講師 親なるサポート代表 金子 和保さん
☑ 先着10組(妊娠中の人とそのパートナー)
☑ 4月26日(日)までに市ホームページ[e-NIIGATA]から申し込み
☑ 同館 ☎387-2014



新潟県警察防犯アプリ「にいがたポリス」運用開始

新潟県警察から、犯罪・不審者・特殊詐欺・交通事故・クマの出没などの情報をいち早く提供する防犯アプリ「にいがたポリス」の運用が開始されました。「にいがたポリス」で検索して、ぜひインストールをお願いします。詳しくは、最寄りの交番・駐在所もしくは、新潟北警察署(386-0110)までお問い合わせください。



にいがたポリス

新潟県警察 「ひかるくん」

骨粗しょう症予防相談会

健康福祉課健康増進係 ☎387-1340

自分の骨密度を知って、丈夫な骨で健康に過ごしませんか。

- ☑ 5月21日(木)
① 午前 9時40分~ ② 午前10時10分~
③ 午前10時40分~ ④ 午前11時10分~
⑤ 午後 1時10分~ ⑥ 午後 1時40分~
⑦ 午後 2時10分~
☑ 豊栄健康センター

あなたの骨は大丈夫?



☑ 骨密度測定(超音波式、かかとを測定)、骨粗しょう症予防のための健康相談

☑ 18歳以上 各回先着8人(骨粗しょう症で治療中の人を除く)

※年度内2回以上の測定はご遠慮ください。

☑ 4月23日(木)~5月16日(土)に右の二次元コードから申し込み
☑ インターネットからの予約が難しい場合は市役所コールセンター ☎243-4894 午前8時から午後9時まで(年中無休)



ござはなしレポート

北区と新潟食料農業大学が連携協定を締結

3月12日(木)、新潟食料農業大学(新潟キャンパス)において、北区と同大学による連携協定の締結式が行われました。本協定は、地域の特性や課題に即した取り組みを進めることを目的としています。今後は、同大学の食料・農業分野の専門性や学生の活動力を生かし、区内の各地域やコミュニティをフィールドとして、地域課題の解決や農業・食に関するさまざまな協働事業を展開していく予定です。

新潟市北区・新潟食料農業大学 包括的連携に関する協定締結式



(左)丸山北区長 (右)中井学長

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

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)
 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

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

日 4月23日(木)午後1時30分頃から
 場 豊栄地区公民館
 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)

5月の相談会(無料)

■ 弁護士相談(要予約)
 日 12日・19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」
 日 1日(金)午前10時～正午 北区役所
 日 13日(水)午前10時～11時 北出張所
 内 年金、福祉、相続など行政手続きの相談。予約不要、秘密厳守します。
 問 新潟行政評価事務所(☎282-1112)

5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
 日 月・金曜午前9時半～正午
 ※4日(祝)は休み
 ■ 傾聴相談
 日 7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☎386-2778)
 日 12日(火)午後1時45分～3時45分
 ■ 身体障がい者相談
 日 14日(木)午前10時～午後0時半

催し・募集

北区郷土博物館

場 問 同館(☎386-1081)
 ■ 企画展「昭和100年衣食住タイムスリップ!」解説会
 日 5月3日(祝)午後1時半～
 ￥ 観覧料のみ(一般260円、大学・高校生130円、中学生以下無料)
 ■ 絵が変わる! からくり屏風を作ろう
 日 5月6日(振休)午後2時～3時半
 人 先着20人
 ￥ 一般350円、大学・高校生220円、中学生以下90円(観覧料と材料費込み)
 問 電話で同館

中学生学習会 中学生の茶の間

学習サポーターと一緒に学習しませんか。
 経験豊かな学習支援員が、中学生の学習や学校生活などへのアドバイスをし、高校進学や将来の職業などの相談に応じます。
 日 令和9年3月31日(水)までの土曜日(年末年始、お盆期間は除く)
 ※松浜地区は午前9時～正午、葛塚地区は午後1時半～4時半となります。
 対象者 北区在住で市・県民税所得割非課税世帯の中学生
 ※塾に通っている人は原則対象外
 問 電話で健康福祉課(☎387-1315)



南浜ミ二朝市

日 4月26日(日)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 コウイカ、アジ、カレイなどの販売
 問 新潟漁業協同組合南浜支所 神田(☎250-1127)

新潟水俣病資料館特別上映会

日 5月3日(祝)～6日(振休)午前10時～、午後1時半～
 場 環境と人間のふれあい館
 内 水俣病語り部の映像記録と映画「阿賀に生きる」を上映
 問 同館(☎387-1450)

スポーツ

健康づくり運動教室

日 5月19日～7月14日(火曜全9回)午前10時40分～午後0時10分
 場 新潟医療福祉大学
 内 ウオーキングのほか認知機能改善を目的とした全身エクササイズ
 人 先着20人(40歳以上で主治医から運動制限を受けていない人)
 ￥ 2,000円※保険料2,000円別途必要
 日 4月24日(金)までに電話(☎257-4694)またはメール(atsuki-fukutani@nuhw.ac.jp) ※メールの場合は、氏名、生年月日、郵便番号、住所、電話番号を記載してください。

ドッグスポーツフェスティバルNIIGATA

日 5月5日(祝)、6日(振休)午前8時～午後5時 場 島見緑地のびのび広場
 内 ①フリスビードッグ公式戦②アジリティー競技会③犬のしつけ教室④キッチンカー、ワンちゃんグッズ販売
 ※申し込みや持参するものは、ホームページを確認してください。▶
 問 島見緑地公園管理事務所(☎255-3202)

松浜剣道少年団 団員募集

日 毎週火曜日 午後7時～8時45分
 場 松浜小学校 人 小学生、中学生
 ￥ 月2,000円(保険料込み)
 ※防具貸し出しあり
 問 同少年団 芳賀(matsuken.53027@gmail.com) ※見学や体験できます。

水の駅「ビュー福島潟」からのお知らせ

場 問 同館(☎387-1491 月曜休館※祝日の場合は翌日休館)

国際湿地都市NIIGATAパネル展

日 4月29日(祝)～6月7日(日)午前9時～午後5時
 内 湿地の歴史や水辺の生き物との共生などを紹介
 ￥ 入館料のみ(一般520円、小中高生260円、就学前児無料)



福島潟マルシェ

日 5月10日(日)午前10時～午後3時※荒天時中止
 場 潟文化の森、ビュー広場
 内 焼き芋、サンドイッチ、羊毛フェルト作品、射的など多数出店



昨年の様子

福島潟インフラツアー

日 5月17日(日)午前9時～午後0時15分
 場 ビュー広場
 内 福島潟水門の現場を見学後、福島潟放水路をウォーキングし、水門を見て学びます。最後に展望ホールで講演があります。
 講師 大熊孝名誉館長
 演題 「福島潟治水は難しいけれどおもしろい!!」
 人 先着80人 ￥500円(資料と保険代) 問 電話で同館またはこちら▶



おしゃべり館長の
ジャズ・ヴォーカル鑑賞講座
 ～夏に聴きたいスタンダード～
 日 5月23日(土)午後2時～4時 場 北区文化会館
 解説 同館館長 高坂元己(元BSNアナウンサー)
 人 先着30人 ￥500円 問 電話で同館(☎388-6900)

フードドライブ受付中

家庭にある未使用、未開封の食品を集め、地域で必要としている人へ無償で届ける活動をしています。
 募集期間 令和9年3月31日(水)まで
 回収場所 豊栄総合体育館、遊水館
 対象 米、麺類、缶詰、レトルト食品、インスタント食品
 条件 賞味期限まで1か月以上、常温保存、未開封、日本語表記のもの
 ※寄付された食品は、月に1度「フードバンクにいがた」へ引き渡します。
 問 ハピスカとよさか(☎386-7522 月曜休館)



新潟税務署からのお知らせ

○令和7年分確定申告において、振替納税を利用されている方は、以下の日に登録された口座から引き落としされます。
 口座振替日の前日までに口座残高の確認をお願いします。

	申告所得税及び復興特別所得税	消費税及び地方消費税	申告所得税及び復興特別所得税(延納分)
口座振替日	令和8年 4月23日(木)	令和8年 4月30日(木)	令和8年 6月1日(月)

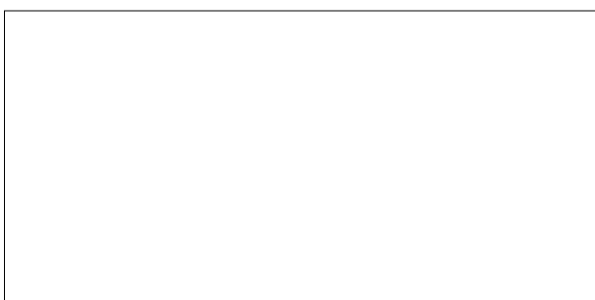
※振替日に口座から引き落としができなかった場合、法定納期限の翌日(申告所得税及び復興特別所得税は3月17日(火)、消費税及び地方消費税は4月1日(水))から、延滞税がかかることとなりますので、ご注意ください。なお、延納期間中は利子税がかかります。
 問 同署(☎229-2151)

バーベキュー時の火災に注意!

- ・事前に水バケツの準備をしましょう。
 - ・着火剤の追足しは、非常に危険!!
 - ・風が強い日はお休みするのも勇気です。
- 問 北消防署予防課予防調査係(☎387-0119)



<広告欄>



足圧測定体験会

日 4月20日(月)～22日(水)午前10時半～午後8時
 場 北地区スポーツセンター
 内 測定結果の説明や生活面などでの体の悩みを聞き、アドバイスをを行います。
 問 同センター(☎258-0200)

