

# 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) 7月5日号

毎月第1・3日曜日発行  
Vol.462

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](mailto:chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp)

北区 人口 68,913人(-45) 男 33,654人(-19) 女 35,259人(-26) 世帯数 30,422世帯(+40) ※令和8年5月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

## 熱中症を予防して夏を元気に過ごそう!

熱中症は正しい予防方法を知り、普段から気をつけることで防ぐことができます。救急の最前線で活動する北消防署の救急隊員と今日からできる予防・応急処置のポイントを紹介します。

問い合わせ 北消防署消防課消防係救急担当  
(☎025-387-0119)

私たち救急隊が、予防のポイントや、いざというときの対応をお伝えします!

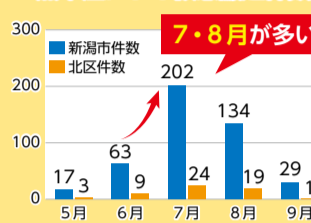


須佐消防士

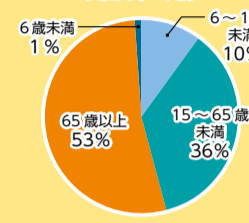
本間消防士

### 熱中症発生状況(令和7年)

熱中症による救急搬送件数



内訳(7月)



高齢者の搬送が多く、特に室内で発症するケースが多いです



### 救急隊が実演! 熱中症の応急処置

POINT

霧吹きやうちわなどで涼しい風を送る

POINT

首の両側を冷やす



POINT

タオルなどで足を上にあげ、全身の血液循環を良くする

POINT

脇の下を冷やす

氷のうや保冷剤、凍らせたペットボトルなどをタオルで包み、「太い血管が通るところ」を中心に冷やすと効果的です。



こんなときはためらわず  
救急車を☎119

- ◆自分で水分が摂れない
- ◆呼びかけに反応がない
- ◆全身がけいれんしている

### ⚠️ 高齢者は特に注意が必要です

高齢者は、次のような理由から熱中症のリスクが高くなります。

#### ◆なりやすい理由

- 体内の水分量が少ない
- 暑さや喉の渇きを感じにくい
- 汗をかく機能が低下し、体温調節が難しくなる

#### ◆予防のポイント

- 喉が渇く前にこまめに水分補給
- 室温を確認し、エアコンや扇風機を適切に使用
- 暑い時間帯の外出を控える

### コミュニティオアシスをご利用ください

暑さを一時的にしのげる場所として、また家庭での節電として、冷房設備のある市の公共施設などを利用できます。

詳しくはこちら



### 取材しました!

## 消防士の暑熱順化訓練に密着!

消防士は、災害現場で安全に活動するために、夏本番の前から計画的に体を暑さに慣らす「暑熱順化訓練」を行っています。今回は、6月18日(木)に行われた北消防署の訓練の様子取材しました。

#### ① 体調チェック



救急救命士が体温・血圧を測定し、体調を確認。訓練前と後で測定し、体調をチェックします。

#### ② 防火衣を着てランニング



防火衣と空気呼吸器(約20キログラム)を装着し、ランニング!

#### ③ 資機材を持って階段昇降



ホースや工具などの資機材を持ち、階段の上り下りなどの、実災害を想定した負荷をかけます。

#### ④ クールバスでクールダウン



クールバスに入浴し、体温の回復状況を確認。

←実際の現場でも使用されています!

### 家でもできる「暑熱順化」!

毎日少しずつ、体を暑さに慣らしましょう

- 無理のない範囲で軽い運動や散歩を行う
- 入浴で適度に汗をかく習慣をつける
- 少し汗ばむ程度の運動を日常に取り入れる
- 水分・塩分補給をこまめに行う
- エアコンに頼りすぎず、涼しい時間帯に体を動かす



消防署でも訓練を通じて備えを進めています。対策をしっかり行い、一緒に熱中症を防ぎましょう!

### 夏は海でエンジョイ!

## 島見浜海開き

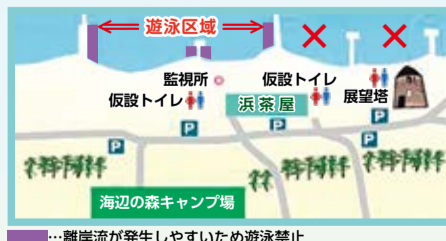
開設期間中は監視員を配置し、救急用具や仮設トイレを設置します。ごみ箱は設置しませんので、必ずごみは持ち帰ってください。

開設期間 7月18日(土)~8月16日(日)

開場時間 午前9時~午後5時

### 海を安全に楽しむために

- こどもだけの遊泳はさせない。
- 体調が悪いときは遊泳しない。
- 飲酒したら遊泳しない。
- 遊泳中は、遠くに流されていないか確認する。
- 開設期間外は遊泳しない。
- 必ず遊泳区域(下図)内で泳ぎましょう。



…離岸流が発生しやすいため遊泳禁止

### 離岸流に注意!

離岸流は、岸から沖に向かって強く水面の水を運び出す流れです。流れは目で見て確認することが難しいため、気づいたら沖に流されてしまうことがあります。近くの人に助けを求め、落ち着いて岸に向かって平行に泳いで脱出しましょう。



問い合わせ

産業振興課商工観光グループ  
☎025-387-1356

海のSOSは  
118番!

海上保安庁の緊急通報用番号です。海上での事故を見つけたら落ち着いて通報してください。☎万が一、事故にあった場合に連絡できるように、携帯電話は防水パックを利用しましょう!

問い合わせ 新潟海上保安部交通課(☎025-244-1008)

### 集団がん検診のお知らせ(7月)

☎健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

#### 肺がん検診(予約不要)

- ☑対象年齢はすべて40歳以上(令和9年3月31日現在の年齢)です。
- ・肺がん検診の予約は不要です。

月	日	曜	会場	時間
7	7	火	岡方コミュニティセンター	9:00~11:00
			内沼公民館	13:30~14:00
10	金		長浦コミュニティセンター	9:00~11:00
			上大月公民館	13:30~14:00
7	29	水	北区役所1階 交流スペース	9:00~11:00
			北区役所1階 交流スペース(女性専用)	13:00~15:00
30	木		岡方第二小学校	9:00~10:00
			シルバー人材センター北事務所	11:00~11:30

#### 集団がん検診を受けるときの注意事項

- 持ち物：・加入健康保険の資格がわかるもの(マイナ保険証、資格確認書のいずれか)、がん検診受診券、個人記録票(肺がん)  
 ・ファスナー等の金属や、ボタンのない無地のTシャツで来てください。検診着のご利用は有料(200円)です。

### 知っ得! 食のミニ教室

～野菜deちょいしお生活のすすめ～

☑8月18日(火)午前10時～正午

☑長浦コミュニティセンター

☑栄養士の講話、簡単な体操、調理実習・試食

#### 【予定メニュー】

あっさり減塩冷しゃぶサラダ、トマトときのこのスープ、ごはんの3品

☑先着10人 ☑500円 持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

☑7月8日(水)～7月28日(火)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎387-1340)



### 北区バスに広告を載せませんか?

区バス車両への広告掲載を通じて、運行を支援していただける企業などを募集します。

募集対象者 新潟市内または隣接する市町村に事業所などがある団体  
 広告の掲載箇所、規格、料金

No	掲載箇所	規格(横×縦)	料金
①	車外・側面窓	800mm×300mm以内	2,000円/月/1カ所
②	車外・後部窓	820mm×320mm以内	4,000円/月
	車内・広告入りポケットティッシュ	95mm×65mm以内 500個(3カ月設置またはなくなり次第終了)	5,000円



ホームページはこちら

運行日 平日(年末年始を除く) 11便/日

月間利用者数 約1,000人

運行区間 太郎代浜～新富町～豊栄駅～北区役所・文化会館

※料金には広告作製料、ポケットティッシュ購入料を含んでいません  
 ☑東港タクシー株式会社(☎255-3233)

### ござはなしレポート

#### 北区建設業協会が地域美化活動を実施

6月20日(土)、北区建設業協会の皆さんが地域貢献活動として、北警察署前から高速道路までの区間で歩道の清掃や草刈りを行いました。会員企業から多くの従業員が参加し、協力しながら作業を進め、快適で安全な道路環境づくりに汗を流しました。

北区建設業協会の皆川会長は、「社会貢献の一環として実施しています。こうした活動を通して、建設業や建設業に携わる人を広く知ってもらいたい」と話しました。



### 第69回豊栄大民謡ながし 参加者募集!

☑豊栄大民謡ながし実行委員会(☎387-2014)

☑9月5日(土)午後7時～8時半

☑場 北区役所前道路

☑曲名 ざりがち唄・豊栄おどり

☑8月7日(金)までに市ホームページ

[e-NIIGATA]から申し込み、または

参加申込書を豊栄地区公民館へ提出



▲詳しくはこちら

### ハピスカとよさか 参加者募集!

申込みはこちら▶

LINE公式アカウント



☑ハピスカとよさか(☎386-7522 月曜休館※祝日の場合は翌日休館)

### 中学生硬式野球教室

☑7月18日(土)～令和9年3月20日(土) 午前7時～9時(全34回)

☑場 豊栄南運動公園野球場

(雨天・降雪時は屋内ゲートボール場)

☑高校野球に向けた基礎体力作りや基本技術の向上を目指す硬式野球教室

☑主に部活動を引退した中学3年生 先着30人

☑12,800円(年会費、年間参加費、保険料含む)



年間予定表など詳しくはこちら▶



### スポーツ教室夏休み特別体験

	教室名(場所)	時間	開催日	対象学年	参加費(全日程分)
火	①たいそう教室 キッズ【B】	16:30~17:20	7/21、28 8/4	年中～小学1年生	1,600円
	②たいそう教室 ジュニア【B】	17:30~18:30		小学生	1,800円
	③卓球 初級～中級者(火)【B】	16:00~18:00		小学生・中学生	500円
水	④陸上教室 キッズ【B】	16:40~17:40	7/22、29 8/5	小学1～3年生	1,800円
	⑤陸上教室 ジュニア【B】	17:50~18:50		小学4～6年生	
	⑥陸上教室 中学生【B】	19:00~20:00		中学生	
木	⑦フットサル教室 U9(木)【A】	16:40~18:00	7/23、30 8/6	小学1～3年生	1,600円
	⑧フットサル教室 U12(木)【A】	18:10~19:30		小学4～6年生	
	⑨ヒップホップダンス 教室 キッズ【B】	16:40~17:30	7/16、23	年少～年長	900円
	⑩ヒップホップダンス 教室 ジュニアU9【D】	18:00~19:00		小学1～3年生	
	⑪ヒップホップダンス 教室 ジュニアU12【D】	19:10~20:10		小学4～6年生	
	⑫ヒップホップダンス 教室 オープン【D】	20:20~21:20		中学生	
金	⑬ミニバスケットボール 教室【A】	19:30~21:00	7/23、30 8/6	小学生	600円
	⑭テーマパークダンス 教室 ジュニア【E】	17:45~18:45	7/24、31 8/7	小学3～4年生	2,000円
	⑮テーマパークダンス 教室 オープン【E】	18:50~19:50		小学5～中学生	
土	⑯テニス教室 中学生【C】【A】	17:50~19:20	7/24、31 8/7	中学生	2,100円
	⑰卓球 初級～中級者(土)【F】	9:30~11:30	7/18 8/1	小学生・中学生	250円

☑場【A】豊栄総合体育館大体育室 【B】同館中体育室 【C】テニスコート 【D】北区文化会館練習室1 【E】長浦コミュニティセンター多目的ホール 【F】光晴中学校

☑令和8年度に上記教室に初めて参加する人

歴史と魅力を、北区郷土博物館の「潟と人々展」で紹介しています。詳しくはこちら。



# おしらせ版

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

新潟市内最大の潟「福島潟」。自然豊かで美しいだけではない福島潟の

## お知らせ

### 新潟市ファミリー・サポート・センター入会説明会

日 7月16日(木) 午前10時～11時  
 場 豊栄地区公民館  
 内 子育て支援「ファミサポ」の入会説明会。希望者は現住所が確認できるものを持参  
 人 先着10人(支援を受けたい人)  
 申 電話で同センター(☎248-7178)

## 催し・募集

### 豊栄地区公民館

場 同館(☎387-2014 ※7月5日(日)休館)  
 区民ギャラリー  
 ・つまみ画作品展  
 日 7月7日(火)～13日(月) 午前9時～午後4時 ※7日は午後1時から、13日は午後2時まで  
 場 区役所1階交流スペース  
 ・観風会書道展  
 日 7月17日(金)～21日(火) 午前9時～午後9時 ※21日は午後3時まで  
 ご近所だんぎ  
 日 7月9日(木) 午後1時半～3時  
 テーマ ひと夏の音さんぽ  
 話題提供者 音楽療法士 新田奈緒美さん  
 日 8日(水) 午後4時までに電話で同館 ※手話通訳申し込み必要  
 朗読劇「夏の空」—1945あの日あの時—  
 日 7月26日(日) 午後2時～3時10分  
 内 広島原爆被爆者や家族の手記朗読  
 人 先着100人 ※手話通訳申し込み必要  
 ・原爆パネル展、原爆被害関連図書の特展企画展示  
 日 7月31日(金)まで

### 傾聴サロン「にこっと」研修会

日 7月18日(土) 午後2時～4時  
 場 豊栄地区公民館  
 テーマ 大人の発達障害  
 講師 新潟医療福祉大学 原口彩子先生  
 人 先着20人 ￥1,000円(資料代)  
 申 電話で同代表本間(☎387-5647)

### 赤ちゃん体操

日 7月18日(土) 午前10時～10時45分  
 場 北地区スポーツセンター  
 内 赤ちゃんといっしょ遊びをしながら、発達に大切な感覚を取り入れて体操

### キネマ松浜劇場「アンネの日記」

日 7月16日(木) 午後1時半～3時半  
 場 北地区公民館  
 内 1987年作品 日本語字幕  
 人 先着45人  
 申 6日(月) 午前10時から電話で同館(☎387-1761)

### 新潟県立 島見緑地

場 同管理事務所(☎255-3202)  
 各イベントの詳細は、ホームページを確認してください。

### キッチンカーフェスタ

日 7月10日(金)まで 午前11時～午後2時 ※雨天中止  
 内 ホットドッグ、ハンバーガー、焼きそば、たこ焼きなど ※日によってメニューが違います。

### ミニキッズプール

日 7月18日(土)～8月31日(月) 午前10時～午後3時 ※7月は(土)(日)(祝)のみ、8月は毎日開催  
 人 1時間枠に各回先着7組(こどもと保護者) ※小学校低学年以下対象  
 ￥1時間につき、こども200円、保護者(18歳以上の大人)100円  
 申 7月12日(日)から電話で同管理事務所

### 昆虫はかせと昆虫観察会

日 7月20日(祝) 午前10時半～正午  
 内 昆虫はかせと虫を見つけて観察  
 人 先着20人(小学生) ￥600円  
 申 7月19日(日)までに電話で同管理事務所

### ミニガーデンコンテスト

日 7月31日(金)まで  
 内 一般参加者の作品を鑑賞して投票

### 海岸サマーフェスティバル in 南浜

日 8月1日(土) 午後5時～9時  
 場 島見浜 海辺の森海岸  
 内 ガラポン大抽選会、サクソ奏者日比野則彦さんとソプラノ歌手日比野愛子さんの演奏、カラオケタイム、花火大会  
 問 夕焼けコンサート実行委員会 加無木(☎090-2551-6895)

### 図書館

【図書館からのお知らせ】  
 豊栄図書館は、7月1日(水)から10月7日(水)まで空調設備工事のため臨時休館しています。

松浜図書館(☎387-1771)  
 毎週月曜、第1水曜、祝日休館

赤ちゃんタイム  
 毎週木曜日 午前10時から午後1時

おはなしのじかん	対象
毎週木曜日 午前11時から11時20分	0から2歳と保護者
毎週土曜日 午前11時から11時30分	乳幼児から

### 電気火災に注意

夏場は高温多湿な環境のため、電気火災が発生しやすくなります。次のことに注意し、電気火災を未然に防止しましょう。

- タコ足配線をしない
- プラグにほこりをためない
- 傷んだコードを使用しない
- 電源を入れたまま放置しない

場 北消防署予防課 予防調査係 消防局マスコットキャラクター「消太くん」  
 (☎387-0119)

### オニバスマンとごぼはなちゃん

No.140 By You

いひわつぱわりが  
 ひまわりと  
 ひまわりと  
 まじった！  
 とさの  
 ちやんはな  
 とときますと  
 どの  
 夏に  
 花火で  
 どちら  
 も咲く

### ミニ四駆展 in 北区文化会館

場 同 北区文化会館 (☎388-6900)

日 7月12日(日)～22日(水) 9:00～17:00  
 観覧無料 ※13日(月)休館  
 内 ミニ四駆 約150台、パッケージデザインパネルの展示のほか同館特別仕様のロングコースの展示

こどもはもちろん、こどもの頃に作って遊んだ大人の皆さんも楽しめる企画展です。

### 近藤克 テンペラ画作品展

場 同 北区郷土博物館 (☎386-1081)

日 7月18日(土)～8月23日(日) 9:00～17:00  
 ※休館日 月曜日(7月20日は開館)、7月21日(火)、8月12日(水)  
 ￥一般260円、高校・大学生130円、中学生以下無料

美術講演会 ～もっと知りたい作家のこど～  
 日 8月16日(日) 14:00～15:30  
 テーマ テンペラ画の魅力と制作のおはなし  
 講師 画家 近藤克先生  
 人 先着30人  
 ￥一般300円、高校・大学生170円、中学生以下40円(観覧料込み)  
 申 7月22日(水) 9:00から電話で同館

テンペラ画とは顔料に卵などを混ぜて描く技法です。透明感と耐久性に優れ経年劣化も少なく鮮やかな発色が特徴です。

### 「日本の自然」写真展

期間 7月26日(日)まで 午前9時～午後5時  
 ※入館は午後4時半まで  
 休館日 月曜日 ※祝日の場合は翌日休館  
 場 水の駅「ビュー福島潟」  
 内 2025年第42回「いつまでも守り続けたい日本の自然写真コンテスト」の入賞・入選作品66点を展示  
 ￥入館料のみ(一般520円、小中高生260円、就学前児無料)  
 問 同館(☎387-1491) 三重県一賞「嫌われ者」立松祐二



### <広告欄>

Three empty rectangular boxes for advertisements.