

北区役所 だより

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

令和8年(2026年) 8月2日号

毎月第1・3日曜日 発行
Vol.464

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 68,853人(−60) 男 33,602人(−52) 女 35,251人(−8) 世帯数 30,437世帯(+15) ※令和8年6月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

特殊詐欺が 急増しています

その電話、
本当に大丈夫？

区内の特殊詐欺被害は昨年、過去最多を記録しました。
新潟北警察署への取材をもとに、区内で実際に発生した事例や最新の
手口、今日からできる対策を紹介します。
☎新潟北警察署(☎025-386-0110)

北区内の特殊詐欺発生状況(令和8年1月～4月末現在)

被害件数 **6件**
(前年より**3件**増)

被害総額 **3,937万円**
(前年より**1,176万円**増)



今年も昨年を上回るペースで被害が発生しています
20・30・40代の被害が増えています

区内で実際に発生した事例

ケース1 ニセ警察

「あなたの口座
が犯罪に使われ
ている」
「あなたに犯罪
の嫌疑がかかっ
ている」



ケース2 宅配業者を名乗る電話

「保管している荷物
がある」「荷物からあ
なたの名義のカード
が見つかった」



このような電話は、**不安をあおって個人情報
聞き出そうとする特殊詐欺の手口**です！

ケース3 SNS型投資詐欺

SNSで知り合った人から
投資話を持ち掛けられ、
投資を始めた後、紹介さ
れたサイトなどで金額
を確認し、出金しようと
したがトラブルででき
ない。



SNSで知り合った人からの
お金の話は詐欺を疑いましょう！

被害を防ぐためのポイント

- ☑ 知らない番号には出ない
 - ☑ 電話でお金が出たら一度切る
 - ☑ 一人で判断せず、家族や警察へ相談する
- 少しでも違和感を感じたら、
警察に相談してください。

警察相談 #9110

今、一番の対策は

「+」から始まる
国際電話を止めること！



海外との電話を
利用しない人は

**今すぐ
利用休止を！**

詐欺電話は**アプリでブロック**！



警察庁**推奨**アプリ



詳細は
こちら



詐欺対策
byNTT
タウンページ



詐欺バスター
Lite

主な
機能

- ☑ 詐欺電話を警告・ブロック
- ☑ 国際電話などの不審な電話を防止
- ☑ 知らない番号の相手先を表示

固定電話の国際電話の発・着信は
無償で休止できます

国際電話不取扱
受付センター

☎0120-210-364

オペレーター案内：
平日午前9時から
午後5時まで
自動音声案内：
平日、土日祝24時間

Webからの
申し込み



にいがたポリスを
ご活用ください



特殊詐欺の最新の被害情報が
受け取れます。
そのほか、犯罪・不審者・ク
マなどの動物の出没情報も配信
しています。

登録は
こちらから



新潟医療福祉大学プロデュース 大学連携「未来のまちづくり」事業

同大学の先生や学生による、心と体も健幸になれる知識と実践が満載の講座を開
催します。人気の「健康講座」を1日で楽しめる「キタくなるフェス」も実施。皆さま
の参加をお待ちしています。 ☎地域総務課企画広報グループ(☎025-387-1175)

第2弾! 「キタくなる講座」参加者募集!

会 場 ラグーナ・スクエア(葛塚3222)

※講座開始10分前に開場

対 象 北区に在住、在勤、在学の人(各講座先着18人)

申し込み [e-NIIGATA]または電話で同課

※定員に達し次第募集を締め切ります。決定通知は送付しませんので、当日直接会場へ来場ください。
※第1弾①～⑤の募集は終了しました。

詳細・申し込みは
こちら
ホームページ内に
[e-NIIGATA]の
リンクがあります



	講座名	日 時	申込締切
⑥	鍼灸治療の学び～膝や腰の痛みとつぼ療法～	8月30日(日) 10:00～12:00	8月14日(金)
⑦	ドレッシングはなぜ振るの?～健康に効く粒の話～	9月5日(土) 10:30～11:30	8月21日(金)
⑧	鍼灸治療の学び～認知機能低下の予防とつぼ療法～	9月13日(日) 10:00～12:00	8月28日(金)
⑨	みえる喜び、いきいき生活	9月19日(土) 14:00～15:00	9月4日(金)
⑩	定年後の健康管理～「働くように暮らす」元気習慣～	10月3日(土) 11:00～12:00	9月18日(金)
⑪	鍼灸治療の学び～コロナ感染症と鍼灸治療～	10月11日(日) 10:00～12:00	9月25日(金)
⑫	見えない健康を「見える化」する ～健康診断・超音波検査からわかる体のサイン～	10月24日(土) 10:00～11:30	10月9日(金)
⑬	いざという時のセルフメディケーション ～自宅でできる病気の検査とくすり～	10月25日(日) 13:00～14:00	
⑭	こどもの体力向上プログラム	11月1日(日) 10:00～12:00	10月16日(金)
⑮	鍼灸治療の学び～フレイル予防とつぼ療法～	11月8日(日) 10:00～12:00	10月23日(金)

知りたくなる! 見たくなる! /

キタくなるフェス

日時 8月23日(日)
午前10時～午後3時
(最終受付午後2時半)

会場 豊栄地区公民館
(北区役所3階)

クイックイモ登場!

クイックイモ 新潟市

内容※申し込み不要 館内各所で全18講座を開催!
開催時間内はいつでも参加できます。

- ・気持ちよく体を伸ばすストレッチングの体験
- ・ペットも人も健康寿命に! シニア家族と一緒に学ぶこれからのペットの暮らし方
- ・あなたのカラダを「見える化」! 未来の健康チェック体験ラボ
- ・人生「栄養」ゲーム
- ・大学の授業をのぞいてみよう! 眼からうろこの眼の体験
- ・あなたの「つぼ治療」体験～肩こり、腰痛、膝痛、不眠…あなたの悩みを軽くします
- ・脳がだまされる!? 錯視で楽しく健康体験
- ・腸と脳はつながっている? ～おなかから始める健康づくり～
- ・ことば×あそびラボ
- ・「スカッ」と「ポッチャ」とコントロールゲーム
- ・誰でもできる屋内スポーツで健康に! ポッチャ体験!
- ・eスポーツでドキドキ! 心拍でわかる運動チャレンジ
- ・自分の姿勢と笑顔を「見える化」しよう! ～画像とデータで健康を科学する～
- ・からだの中をのぞいてみよう! ～エコーと健康チェックで学ぼう! わたしの体～
- ・骨をみにおいで～
- ・災害時の食の備え～もっとハードルを下げよう、私たちの3つの提案!～
- ・ゲームで脳トレ! プログラム的思考を楽しく学ぶワークショップ
- ・ボクシングで介護予防

第20回北区展 受賞者・作品紹介

「第20回北区展」が6月25日(木)から28日(日)まで豊栄地区公民館で開催されました。137点の出品があり、多くの来場者でにぎわいました。北区展賞、第20回記念賞に輝いた受賞者と作品を紹介します。

北区展賞

絵画



渡邊 恵子さん
「バイパス沿いの散歩道」

書道



今井 マキ子さん
「響」

写真



中川 愛美さん
「いのちに触れる」

彫刻



五十嵐 浩さん
「ぼくらは右の手で左耳をふさぎ
左手で右の耳をふさぐ」

第20回記念賞

絵画



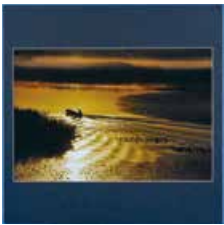
渋谷 和夫さん
「きらめくいとしのコリウス」

書道



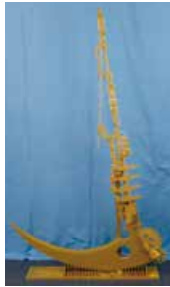
高橋 敏子さん
「黄庭堅詩」

写真



丸山 由美子さん
「早朝出漁」

工芸



山田 裕介さん
「無駄骨の鎌」

北区美術協会賞、奨励賞、特別賞受賞者一覧(敬称略)

絵画部門			書道部門			写真部門			工芸・彫刻部門		
受賞名	作品名	氏名	受賞名	作品名	氏名	受賞名	作品名	氏名	受賞名	作品名	氏名
北区美術協会賞	残秋	小林 圭子	北区美術協会賞	戦ー自分自身の戦い	斎藤 彩花	北区美術協会賞	花のじゅうたん	長谷川さち子	北区美術協会賞	秋 横ざし(工芸)	安達ヨシ子
奨励賞	今朝マイナス5℃晴れ	白神 孝雄	奨励賞	残響	五十嵐真凜	奨励賞	ひまわりの観察	富樫 幸治	奨励賞	灯里(工芸)	神田三栄子
	縄文の囁き	中野 京子		漢詩	長谷川はるえ		熾烈な戦い	館川 幸子			
	刻は流れて	益田 昭夫		漢詩	坂井 暖望		森の道化師	川崎三佐子			
			特別賞	莫眼花	五十嵐龍之介						

集団がん検診のお知らせ(9月)

問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

乳がん検診(予約必要)

㊦40歳以上の偶数年齢(令和9年3月31日現在の年齢)の女性が対象
(令和7年度未受診者も対象)
㊦二次元コードから予約▶
※電話予約(二次元コード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～午後9時 年中無休))

月	日	曜	会場	時間	予約受付期間
9	2	水	早通いするぎ荘 濁川連絡所	9:30～11:30 13:30～15:30	8月5日(水)～8月28日(金)
	13	日	北地域保健福祉センター	9:30～15:30	8月16日(日)～9月8日(火)
	18	金	豊栄健康センター (さわやかセンター)		8月21日(金)～9月13日(日)

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、自己負担金、バスタオル

健康ひろば

問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

健康寿命の力ギは“血管”にあり

生活習慣の影響で「動脈硬化」が進むと、血液の流れが悪くなり、心筋梗塞や脳卒中などの病気につながる場合があります。動脈硬化は自覚症状がほとんどなく、気づかないうちに進行してしまいます。そのため、日々の食事や運動などのちょっとした工夫が重要です。
北区では動脈硬化の予防をわかりやすく学べる「血管げんき塾」を開催します。
いつまでも元気に過ごすために、この機会に血管の健康について学んでみませんか。

血管げんき塾(2回コース)		
	1回目	2回目
日時	9月4日(金) 午後2時～4時	10月1日(木) 午後2時～4時
会場	北地区コミュニティセンター(名目所)	
講師	豊栄病院内科 菊地 博医師	健康運動指導士
内容	生活習慣病予防など 血管を元気に保つ講座	実技を交えた 運動の効果について
定員	30人(おおむね40歳以上)	
申し込み	8月5日(水)から電話で健康福祉課健康増進係(☎387-1340)	

さらに、参加者は無料で尿検査による「推定塩分摂取量チェック」が受けられます！

いつまでも元気に歩くために
骨の健康チェックしてみませんか。
(骨粗しょう症予防相談会)

㊦9月13日(日) 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
㊦北地域保健福祉センター(松浜)
㊦①骨密度測定 ②結果説明および骨粗しょう症予防のための生活相談
(食事、運動) ※①と②合わせて20分程度
㊦18歳以上 各回先着8人(骨粗しょう症治療中の人除く)
※年度内の測定は1回まで
㊦8月16日(日)から9月8日(火)までインターネット予約▶
※電話予約(二次元コード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～午後9時 年中無休))
問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

北地区スポーツセンター 秋期スポーツ教室

※開催日程が変更になる場合があります

㊦15歳以上(中学生を除く) ※③は60歳以上
㊦9月12日(土)までに、メール(kitaspo@piif-nk.com)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)
※申込多数の場合は抽選。
注：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。

教室名	初回 曜日	開始 時間	定員	回数	参加料 (円)
① カラダ引き締めトレーニング	10/5(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	9/28(月)	13:30	60人	10	2,700
④ 水曜ヨガ	10/14(水)	10:00	40人	8	4,200
⑤ ZUMBA®	10/21(水)	13:45	各35人	4	2,100
⑥ ボックスキック	10/14(水)	19:30		8	4,200
⑦ ラテンダンスエクササイズ	10/1(木)	9:45	各45人	10	5,300
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 メンテナンスピラティスヨガ	10/2(金)	13:15	35人	5	2,600
⑫ ZUMBA®GOLD		14:30			
⑬ ピラティス & 疲労回復ストレッチ		18:45	45人	8	4,200

北区役所・北出張所・各連絡所など

令和8年10月5日(月)から窓口受付時間が変わります。

おしらせ版

お知らせ

出張ハローワーク「ひとり親全力サポートキャンペーン」

回 8月3日・17日・24日(月)午後1時～午後4時
場 北区役所 2階201会議室
問 ハローワーク新潟(☎280-8609 43#)

漏水調査にご理解とご協力を

漏水の早期発見のため、道路上から各世帯・事務所の水道メーター付近までの範囲で漏水調査を行います。調査期間中、委託調査員が敷地内に立ち入り作業を行わせていただくことがあります。ご理解とご協力をお願いします。調査員は「新潟市水道局委託調査員」の腕章を付け、受託証明書及び身分証明書を携行しています。調査料金はかかりません。
調査期間 8月17日(月)～11月27日(金)
調査区域 高森新田、森下、島見町、太郎代、白勢町、東栄町、太夫浜
問 水道局中央工事事務所維持グループ(フリーダイヤル0120-411-002、☎266-9311)

催し・募集

遊水館にクイクイがやってくる！

回 8月12日(水)、13日(木)午前11時から11時20分(小雨中止)
場 同館エントランス
内 クイクイとの写真撮影やハイタッチ
問 同館(☎384-1211 月曜休館※祝日の場合は翌日休館)

豊栄児童センター

場 問 同センター(☎384-1520)
■ 手形うちわ作り
回 8月13日(木)～16日(日)午前10時～11時半
内 手形を押してうちわを作る
入 各日先着10人(乳幼児とその保護者)
■ オカリナ体験
回 8月22日(土)午前10時半～11時半
内 オカリナの演奏鑑賞と演奏体験
入 体験は10人(鑑賞は人数制限なし)
■ おまつりごっこ
回 8月23日(日)午前10時半～11時半
内 ヨーヨー釣り、ひもくじ
入 先着20組(乳幼児とその保護者)
申 電話で同センター

回＝日時 場＝会場
内＝内容 入＝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

キネマ松浜劇場「おくりびと」

回 8月20日(木)午後1時半～3時半
場 北地区公民館 入 先着45人
申 8月3日(月)午前10時から電話で同館(☎387-1761)

大学生とあそぼう

回 8月22日(土)午後1時～3時
場 岡方コミュニティセンター
内 新潟大学児童文化研究部の学生と一緒にレクリエーションや人形劇鑑賞
入 先着20人
申 電話で三ツ森児童館(☎388-6691)

らく～なカフェ 作業療法士による認知症カフェ

回 8月28日(金)午後2時～3時半
場 ラグーナスクエア(葛塚)
内 認知症サポーター養成講座
入 先着15人
申 電話で北区社会福祉協議会(☎386-2778)

きたっこきずなメール配信中

二次元コードを読み込むか、LINEでID [@642ovxxt]を検索

「キテ・ミテ・キタ区」文化祭ステージ出演者募集

問 同実行委員会(産業振興課内☎387-1356)

回 10月10日(土)午前10時～午後4時
場 豊栄地区公民館
内 参加者募集要項は、市ホームページから確認してください。市ホームページはこちら▼
申 8月24日(月)午後5時までに参加申込書を市ホームページからダウンロードして同課までメール(sangyo.n@city.niigata.lg.jp)またはFAX(☎384-6712)
※締切日を過ぎて到着した申し込みは、受付しません。

遊水館 秋期水泳教室(18歳以上のクラス) 場 問 同館(☎384-1211月曜休館※祝日の場合は翌日休館)

内容	日程	時間	定員(先着)	参加費 (入館料・ロッカー代別途必要)
① 背泳ぎの基礎&クロール	9/29～12/22(火曜全10回)	11:45～12:45	各15人	5,000円
② バタフライの基礎&平泳ぎ	※10/13、11/3、11/24は休み			
③ アクアビクス	10/1～12/17(木曜全12回)	10:30～11:30	各40人	6,000円
④ レインボー水中体操	10/2～12/18(金曜全12回)			
⑤ クロールの基礎		11:45～12:45	各15人	
⑥ 平泳ぎの基礎&背泳ぎ				

申 8月16日(日)までに同館窓口または申込フォーム▶
※同じ曜日、時間帯の教室は重複して申し込みできません

お盆も火の用心！ 問 北消防署予防課予防調査係(☎387-0119)

お盆の時期は、お墓や仏壇などでろうそくや線香を扱う機会が増えます。火災予防の5つのポイントに注意し、適切に取り扱いましょう。

- 火を灯したままその場を離れない
- 仏壇などの周りに燃えやすいものを置かない
- ろうそくや線香が倒れないよう、専用の立て具を使用する
- 「着衣着火」に十分注意する
- マッチやライターは、こどもの手が届かない場所に保管する

消防局マスコットキャラクター「消太くん」

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。

【松浜図書館のイベント】
(☎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

知っ得！ 食のミニ教室
～野菜deちょいしお生活のすずめ～

回 9月7日(月)午前10時～正午(受付 午前9時40分～)
場 早通コミュニティセンター
内 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、トマトとキノコのスープ、ごはんの3品
入 先着12人 ¥500円
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具
申 8月5日(水)～8月24日(月)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

オニバスマンとごぼはなちゃん

No.141 By You

新しい あたらしい
読むでしよう
これは何よう

新
あたらしい
これはあ

今年の新しい
ごぼはなちゃんの花火の
ちがいます
これはあ

楽しみだね
花火
ごぼはなちゃん
阿賀野川
8月25日は

ワラマナベシキ作り

回 8月11日(祝)午前10時～午後3時
場 北区郷土博物館
¥ 一般460円、高校・大学生330円、中学生以下200円(観覧料込み)
問 同館(☎386-1081)

フットサル特別体験会

教室名	対象学年	日程(全2回)	時間	定員(先着)	参加費
フットサル教室U9	小学1～3年生	8/22(土)、9/5(土)	9:20～10:40	6人	800円
フットサル教室幼児	年少～年長		10:45～11:45		

場 豊栄総合体育館 入 令和8年度上記教室に初めて参加する人
申 問 ハピスカとよさか(☎386-7522 月曜休館※祝日の場合は翌日休館)

<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。