

マイナンバーカードの受け取りは、交付通知書が届いたらお早めに（要予約）

問 区民生活課（☎025・382・4203）

小さな不安も、気軽に相談 地域包括支援センターをご利用ください

市では、**高齢者の総合相談窓口**として**地域包括支援センター**を設置しています。
介護・福祉・健康・生活などの困り事をお聞きし、必要な手続きのご案内をしたり、関係機関との連携により解決に取り組みます。
問 健康福祉課 高齢介護担当（☎025-382-4383）



健康や介護保険のこと

Q.最近、足腰が弱ってきて、買い物や掃除が続けられるか不安…

A.まずは身体の状態を詳しくお聞きして、介護認定の相談・申請を受け付けます。

お金や財産管理のこと

Q.一人暮らしで将来のお金の管理や葬式、不動産の処分など、不安がいっぱい…

A.成年後見制度や弁護士相談など、内容に応じて関係窓口へおつなぎします。

その他にも、家族のことや近所の高齢者のことなど、様々な悩みをお聞きします。

こんな相談でも大丈夫！

介護のストレスで、家族を叩いてしまった…

一人暮らしの母に物忘れが出てきて心配…

家の屋根がこわれていると見知らぬ人に言われた。安くてくれると言っているけど…

「これって相談していいのかな？」と思うことも、まずはお話しください。お話の内容から、どの分野のお悩みかを一緒に整理し、受けられる制度や市区町村の取り組みをご紹介します。早めの相談が、安心への第一歩です。

お住まいの中学校区にある地域包括支援センターにご相談ください

電話または来所で受け付けています。
相談は無料。相談者のプライバシーは守られます。

受付時間 平日8時半～17時半

●大江山・横越中学校区
☎025-278-7860
(三百地2312-1)

●亀田・亀田西中学校区
☎025-383-1780
(早通6-7-34)

●曾野木・両川中学校区
☎025-282-7295
(曾川甲1326)

ご自宅への訪問相談も行います。まずはお電話でお問い合わせください。

お知らせ

カナリア号の運行事業者が変わります

2月1日から、茅野山・早通地区住民バス（カナリア号）の運行事業者が変更となりました。料金やダイヤなど、運行内容に変更はありません。
問 2月1日からの運行事業者：新潟第一交通（株） 亀田営業所（☎025-385-7570）

はるみどりキッチン

うどん・そば・カレーなどの軽食を販売します。
回 2月18日（水）11時半～13時半
場 江南区福祉センター
問 健康福祉課（☎025-382-4346）

第11回江南区自治協議会を傍聴しませんか？

回 2月26日（木）13時から
場 江南区福祉センター
先着10人（当日受付開始時に定員を超える場合は抽選）
問 地域総務課（☎025-382-4619）

毎月第1・3木曜日開催 弁護士無料相談

回 3月5日・19日（木）13時15分～16時15分
※1人30分以内
場 江南区役所
問 区民生活課（☎025-382-4203、要予約）

亀田駅東パークアンドライド駐車場 利用者募集

回 令和8年4月1日～令和9年3月31日
先着10人（当日受付開始時に定員を超える場合は抽選）
問 地域総務課（☎025-382-4619）

¥年48,000円（月額4,000円×12か月、一括前納）
回 2月19日（木）までに申請書と必要書類を建設課へ郵送か持参、または専用フォーム＝右＝より申し込み
問 同課（☎025-382-4738）

ふれあい掲示板 市民グループなどの催しを掲載しています

北方文化博物館 享保雛と京の豆人形展示

回 2月21日（土）～3月22日（日）9時～16時半
¥大人：800円 小中学生：400円（入館料）
※小中学生は日曜・祝日無料
問 同館（☎025-385-2001、沢海2）

令和8年度「福寿大学」学生募集

仲間と一緒に、無理なく楽しく学んでみませんか。全体講演や研修旅行も用意しています。

部活動名	日時
健康の部	第2・4火曜日 午後
探訪の部	第2・4水曜日 午前
歌謡の部	第2・4木曜日 午前
詩吟の部	第2・4金曜日 午後

場 亀田市民会館
先着50歳以上
¥2,500円（年間運営費）
※その他、活動費用が必要
回 3月20日（金・祝）までに電話で連絡の上、年間運営費を添えて申し込み
問 亀田福寿大学 小島（☎090-2474-7696）

健康・福祉に関するお知らせ

献血にご協力ください

回 ①3月7日（土）10時～正午、13時半～16時
②3月9日（月）9時半～11時半
③3月14日（土）9時半～正午、13時半～15時半
④3月21日（土）10時～正午、13時半～16時
場 ①④アピタパワー新潟亀田店（鶴ノ子4）
②中央卸売市場
③イオンモール新潟亀田インター（下早通柳田1）
問 献血カード（初めての人は運転免許証などの身分証明書）
問 健康福祉課 健康増進係（☎025-382-4340）

フレイルチェックに参加しませんか？

簡易機器を使用した握力・筋肉量・滑舌の測定や、生活に関する質問への回答により、フレイル（高齢期に心身の機能が衰えた状態）の兆候を確認します。
回 3月12日（木）13時半～15時半（受付：13時10分から）
場 亀田地区コミュニティセンター
先着65歳以上 先着20人

軽便きやすい服装、運動靴、飲み物
回 3月3日（火）までに（株）ヴァーテックス 新津健康センター（☎0250-22-2940）へ
問 健康福祉課 健康増進係（☎025-382-4316）

運動でヘルスアップ

自宅でできるストレッチや筋トレなど、健康づくりのための運動とお話
回 3月16日（月）13時半～15時（受付：13時15分から）
場 亀田総合体育館
先着12人 問 運動靴、飲み物、タオル
回 2月27日（金）までに健康福祉課 健康増進係（☎025-382-4316）へ

保健師・栄養士による健康相談

回 3月23日（月）①13時20分 ②14時10分 ③15時
場 亀田健康センター
問 健康福祉課 地域保健福祉担当（☎025-382-4138）

防災 Q&A Q. 江南区の災害リスクはなにがあるの？

A. 江南区全域で洪水や浸水に備える必要があります。加えて、各地域の特性をハザードマップで確認しましょう。
江南区は周囲を河川に囲まれており、豪雨時には河川の水位上昇や氾濫の恐れがあります。
加えて、曾野木中学校区では、地震発生時の津波の被害が住宅地にも想定され、曾野木中学校、曾野木小学校、東曾野木小学校などが津波避難ビルとなっています。
また、大江山中学校区の一部の箇所には、土砂災害のリスクがあります。

ハザードマップを確認しよう

ご自宅や職場の近くの災害リスク、避難場所などを確認しておきましょう。
＜ハザードマップの確認方法＞
○市ホームページよりダウンロード
○にいがたeマップから確認
○江南区地域総務課で配布

防災啓発チラシを1月4日の新聞折込で配布しています。災害に備えるための情報が掲載されていますので、ぜひご活用ください。チラシは地域総務課の窓口でも配布しています。

問 地域総務課（☎025-382-4526）

市ホームページ

にいがたeマップ

< 広告欄 > ※ 広告欄の掲載内容についての問い合わせは各広告主へ



緑と潤和した 賑わいと安らぎのあるまち 江南区
区役所
だより

こうなん

広告募集中

対 象 江南区内にお店や事業所を持つ事業者
申し込み 地域総務課（☎025-382-4619）

17,000部/月2回発行

縦3.9cm×横7.9cm

1回 7,000円