



大地の恵みと伝統・文化にはくまれた郷土愛にあふれる、いきいきと暮らせるまち

みなみ風



スマホのカメラをかざすだけ!



南区役所だより 音声版

発行/新潟市南区役所
編集/南区役所地域総務課
〒950-1292 南区白根1235番地
電話 025(373)1000(代表)
FAX 025(373)2385

南区ホームページ <https://www.city.niigata.lg.jp/minami/> Eメール chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp (南区役所地域総務課)

南区の人口(令和5年1月末現在、カッコ内は前月比): 43,102人(-48) 男: 20,967人(-21) 女: 22,135人(-27) 世帯数 16,562世帯(-6) (住民基本台帳による)



「みなみ風」を声でお届けします♪

目の不自由な人に寄り添う
～音声訳ひばり会～

音声訳とは…
目の不自由な人の目の代わりとなり、書いてあることを書いてある通りに声で置き換えることなんだよ!



南区役所だより「みなみ風」は、毎月第1・3日曜日に発行しています。この「みなみ風」に音声版があることを知っていますか?目が不自由な人などに向けて、声で区の情報をお届けしています。製作しているのは「音声訳ひばり会」の皆さん。毎号、紙面を読み上げ録音し、もう一つのみなみ風を作っています。



南区役所だより「みなみ風音声版」ができるまで

準備 印刷前の「データ」を区役所の担当者から受け取り、製作準備に入ります。

- 下読みをしながら、読めない字などを調べます。
- 写真、図、表、イラストの読みを準備します。
- ※難しいものは、担当同士、区役所の担当者に相談します



- 特に人名や固有名詞の読み方は、間違わないように気を遣います。
- 写真などを分かりやすく伝えるために、どう読むのがベストなのか話し合ったり、講師を招いて研修会を開いたりします。

録音 録音開始です。録音場所は「自宅」「白根学習館スタジオ」の2カ所があります。

※1人1ページ、3人で担当します



写真で紹介するのは、白根学習館スタジオでの録音風景です。



- 自宅で録音する場合は、雑音(ペットの鳴き声、テレビの音や自動車のエンジン音、呼び鈴など)が入らないように気を配ります。家族の協力も必要です。
- 録音は時間がかかる作業です。仕事や家事の合間に時間を確保し、数日かけて行います。

校正 録音したものを担当者3人でチェックします。

- 自分以外が録音したものを聞き、間違いがないか確認します。
- 修正箇所があった場合は、部分的に修正します。

間違いがないか、最終チェックです!



このCDは白根図書館にも届けられ、借りることもできます!



いよいよ 発送へ 3人分を結合し、一つにまとめて「みなみ風音声版」が完成します。

- 区役所に音声版の完成データを送付します(区役所の担当者はホームページに掲載します)。
- 白根健康福祉センターで、収録したCDを利用者へ発送する作業をします。



録音したものをCDにダビングします



送付するCD



発送作業中!

※利用者への送付、利用者からの返却は区社会福祉協議会を通じて行います

「正しく・分かりやすく」を心がけて

音声訳ひばり会 山田 久美子会長

音声訳ひばり会は昭和56年に発足しました。当時は「広報しろね」でしたが、現在まで1号も欠かすことなく「声の広報」をお届けしてきました。現在会員は18人で、みなみ風や区社協だよりなどの音声訳や、学校の福祉授業で音声訳体験の協力などをしています。

音声訳をする上で私たちが心がけていることは「正しく読む」「分かりやすく読む」、そして発行日に間に合うように作業をすることです。また、図や写真などを言葉にすることには、正解がないだけに、とても苦労しています。聞いてくださる人から「写真の情景が浮かぶ」などの感想をいただくと、とてもありがたく、励みになります。「みなみ風音声版」は、私たち読み手だけではなく、聞く人も一緒に作っているものなのかもしれません。

音声版が区のホームページに載り、多くの人が聞けるようになり、私たちの緊張感も少しアップしたように感じます。これからも正しく、分かりやすい読みを目指して、努力を積み重ねていきたいと思っています。

「音声訳に感謝!」利用者 板谷 真知子さん

活字が見えなくなった私にとって、音声訳ひばり会の皆さんは大きな存在となっています。第1・3日曜日に「みなみ風」が発行されると、音声訳されたCDが間もなく郵送で手元に届きます。区のイベント案内や検診など生活に必要な情報が得られるので、欠かさず聞いています。家族に頼らずに自分の好きな時間に聞くことができる、自由にコントロールできるところがうれしいです。昨年は、この情報を頼りに健康診断を受診することができました。「声のみなみ風」に感謝しつつ、ひばり会の皆さんの活動がこれからも長く続いてくれたらいいと思います。

「みなみ風音声版」をお届けます

障がいや高齢などにより文字を読むことが難しい人にひばり会が録音したCDをお届けしています。希望する人は問い合わせください。

☎区社会福祉協議会 ☎373-3223



健康相談会(予約制)

回 2月21日、3月14日(火)
場 午前9時～11時 南区役所
内容 健康相談(禁煙相談も可)
対象 直近の健康診断の結果(なくても可)
回 健康福祉課 ☎372-6385

はじめての離乳食(予約制)

回 3月9日(木) 場 午後1時45分～2時
場 白根健康福祉センター 内容 離乳食の進め方(1時間程度) 対象 生後5カ月頃の赤ちゃんの保育者 先着10人
回 母子健康手帳、バスタオル

回 2月22日(水)～3月7日(火)に市役所
コールセンター ☎243-4894

育児相談会(予約制)

回 3月9日(木) ①9:30②9:50③10:10
④10:30⑤10:50 場 白根健康福祉センター 内容 身体計測、保健師・助産師・栄養士による相談

対象 乳幼児の保育者 各時間先着5人
回 母子健康手帳、バスタオル
回 2月22日(水)～3月8日(水)に健康福祉課 ☎372-6375

※妊娠や子育てについての相談はいつでも受け付けています

その他健診

対象の人には個別に案内を送ります。

●股関節検診 3月1日(水)

●1歳誕生歯科健診 3月2日(木)

※健診後に「ブックスタート(絵本のプレゼント)」を実施

●1歳6カ月児健診 3月8日(水)

●3歳児健診 3月10日(金)

新型コロナウイルス感染防止のため、原則、住所区以外での受診はできません。



南區観光協会 公式SNSアンバサダーを募集

詳細は当協会
ホームページから!



区の魅力ある写真をInstagramで発信し、区の魅力を広く伝えてくれる人(アンバサダー)を募集します。

活動期間 令和5年4月1日(土)～令和6年2月29日(木)

活動内容 ①と②の写真に「#みなみくSNSアンバサダー」を付け、自身のInstagramアカウントで発信する

①区の観光スポットやイベント、祭り、グルメ、美しい景色など魅力が伝わる写真

②当協会からの「お題(例:迫力ある大風の魅力など)」に合った写真
南区観光協会公式アカウント(@minamikukankou)をフォローし、積極的に区の魅力を発信できる人 ※区民に限られません

応募資格 ●アンバサダーのInstagramでのアカウント名を当協会のホームページに掲載

●投稿の一部はSNSの当協会アカウントで、シェア・リポストして紹介

●シェア・リポストされた投稿数やお題達成数に応じ、区の特産品をプレゼント

注意事項 ○応募者の中から当協会にて選定します ○非公開アカウント、当協会アカウントのフォローが解除された場合は応募無効

回 2月20日(月)～3月10日(金)に当協会Instagramをフォローし、かんたん申込み(右二次元コード)から ※結果は認定者のみにメールで通知します。結果に関する問い合わせは受け付けませんので、ご了承ください 南区観光協会(産業振興課内) ☎372-6505



冬季に休止していた枝葉・草の収集を3月から再開します

「枝葉・草」とは?



出し方

①枝・木 ひも結束
・1本の太さは直径15cm以内
・1束の太さは直径30cm以内 1本あたり長さ1m以内

②葉・草
無色透明または無色半透明のポリ袋に入れる(肥料袋などは使えません)。土・砂をしっかりと落とし、口は縛る。

収集しないもの ●家具類 ●野菜の茎、つる ●石・土・砂 ●紙くず・吸殻 ●廃材(ベニヤ板・角材等)、木製品、竹垣などに使用した竹 ●色が変わった竹 ●軍手など ●冬囲い用品(縄・竹・むしろなど) ●くだもの、野菜、球根

※農業や造園業、事務所から出るものは収集しません。処理業者に依頼するか処理施設に搬入してください。詳しくは市のホームページ(右二次元コード)から 南区民生課 ☎372-6145



3月上旬は大変混み合います!



健康応援通信⑩

かかりつけ医をもちましょう!

「かかりつけ医」は地域に密着し、私たちの健康を支えてくれます。また、市では保健・介護・福祉の関係者と連携しながら、長く慣れ親しんだ地域で生活できるように在宅医療を推進しています。

かかりつけ医をもつメリット

- ①日頃の状態をよく知っているため、少しの体調の変化にも気づきやすく、病気の予防や早期発見、早期治療につながる
- ②病気や症状、治療法などについての確かな診断やアドバイスをしてくれる
- ③必要に応じて適切な医療機関を紹介してくれる

かかりつけ医を選ぶポイント

1人に決める必要はありません

- ・どの診療科の医師でもかかりつけ医になりますので、自分自身で選択できます。
- ・日常生活における健康の相談や体調が悪い時などに、まず相談してみましょう。
- ・自分が信頼できると感じた、話しやすい医師を選びましょう。

回 健康福祉課 ☎372-6375

スポーツ



春期スポーツ教室

白根カルチャーセンター ☎373-6311



回 窓口、電話、ホームページ(右二次元コード)で同施設

※申し込みには事前に同館窓口で「スポーツ教室会員登録」が必要



教室名	期間	曜日	時間
フラダンス	4/10～5/29	月	13:30～14:30
ナイター初心者テニス	4/17～6/5		19:20～21:00
ルーシーダットン&セルフマッサージ	4/11～6/6	火	10:00～11:30
ストレッチヨガ(夜)	4/11～6/13		19:00～19:50
エアロピクス&骨盤ダンス(夜)	4/11～6/13	水	20:00～20:45
ZUMBA(ズンバ)	4/12～6/28		11:00～11:50
キッズヒップホップ	4/12～6/7	木	17:00～18:00
ストレッチヨガ(午前)	4/13～6/22		10:00～10:50
エアロピクス&骨盤ダンス(午前)		11:00～11:45	
いきいき健康	4/27～6/22	14:00～15:00	
太極舞(タイチーダンス)		20:00～20:45	
骨格コンディショニング	4/21～6/16	金	10:30～11:30
ヨガ(午前)	5/20～6/24	土	10:30～11:30

※回数や受講料などの詳細は問い合わせてください

統一地方選挙(4月9日執行予定)の立会人を募集

期日前投票所の立会人を募集

対象 南区の選挙人名簿に登録されている人
勤務場所 南区役所、味方出張所、月潟出張所のいずれか
勤務日 4月1日(土)～4月8日(土)の指定する日
勤務時間 午前8時10分～午後8時
募集人数 各期日前投票所1日につき2人(応募多数の場合は抽選。勤務日については後日連絡します)
報酬 1日12,700円



回 3月3日(金)までに申込書を地域総務課・各出張所に提出(メールchiikisomu.s@city.niigata.lg.jp、FAX373-3933も可)
※申込書は地域総務課・各出張所に設置(市ホームページからダウンロード可)
回 南区選挙管理委員会事務局(地域総務課内) ☎372-6421

◆◆矢代田駅前第1・2駐車場利用者を募集◆◆

車で自家用車から電車に乗り換える「パークアンドライド」のための駐車場です。通勤・通学でJR矢代田駅(秋葉区矢代田)を利用する人は活用してください。※「パークアンドライド」とは、駅などで自家用車から公共交通機関に乗り換えて目的地に向かうシステムです。市内中心部を走る自家用車の数が減り、交通渋滞の緩和や環境保全などの効果があります

回 市内在住または市内に通勤・通学していて、矢代田駅を利用する人
回 1区画 月4,000円 ※利用月分を一括納入してください
回 以下の書類を窓口提出、郵送またはメール(右二次元コード)(〒956-8601秋葉区役所建設課管理係※住所記載不要)
①所定の用紙(市ホームページ「申請・届出の総合窓口」からダウンロード、秋葉区役所建設課に設置)②自動車検査証の写し③勤務先・通学先を確認できる書類(社員証・学生証などの写し)
回 同課 ☎0250-25-5690



《広告欄》

FMにいつ(76.1MHz)で情報発信しています

地域総務課(☎372-6621)

毎週水曜午前11時15分からは「みなみ」で！南区



健康福祉課に在籍しています！

手話通訳者 鈴木さんの **かんたん手話講座** ⑫

新潟の冬は、ウィンタースポーツを楽しめます。皆さんはスキー派？スノーボード派？それとも温泉でゆっくり雪見風呂派??今回は冬の楽しみを3つ紹介します。

スキー



両手の人差し指を上に向け軽く曲げる



そのまま前に出す

曲げた人差し指でスキーの板を表現します!



スノーボード



両手を肘から曲げて胸の前で平行にする



そのまま前に出す

平行にした手のひらがスノーボードなんだね!



温泉



片方の手で「3」もう片方の手は下に添えます

両手で「3」マークを表現しているよ!



南区と共にごんばる白高生!

県立白根高等学校・地域コーディネーター 織田さんが活動を紹介します



○1月の全校ボランティアでは、体を拭く「清拭布」とチラシで「ごみ箱」を作製し、老人介護施設「南区ゆとり」に届けました。

○1年生が探究の時間で準備をした「茨曾根どんど焼き」でのイルミネーション企画では、地域の皆さんの協力により、会場を華やかに飾ることができました。ペットボトルツリーの光とアイスキャンドルの炎の演出は、来場した皆さんに笑顔を届けることができ、大成功でした!



茨曾根イルミネーション

○2月8日のしろみな塾アイデア発表会では「新飯田地区の高齢者向けに、さらに元気を提供できるようなイベントを考える」という課題にアイデアを提案しました。新飯田地区の皆さんの参考になればうれしいです。



しろみな塾アイデア発表会

お知らせ

南区役所 ☎373-1000 (代)

味方・月潟出張所へもつながります

区役所関係の問い合わせ先は、各係の直通番号です。時間外および閉庁時は代表電話にご連絡ください。

相談

弁護士の無料法律相談

回3月8日・22日(水)午後1時15分～4時15分 場南区役所 内容土地、金銭貸借、保証、債務、離婚、認知など法律についての相談 先着6人 ※1人30分 回2月21日(火)以降に区民生活課 ☎372-6105

白根地区公民館 ☎372-5533

「いまさら聞けない!?しろね塾」パーソナルカラーを学ぶ

回3月18日(土)午後1時半～2時半 場白根地域生活センター 内容自分に合う色のタイプを考える 先着15人(おおむね50歳以上の人) 回2月22日(水)～3月7日(火)までに白根地区公民館

生活

野焼きは絶対にやめましょう

野焼きの煙害による苦情が多数寄せられています。家庭ごみや農業用廃棄物(剪定枝など)、枝葉や草、材木などをドラム缶

で燃やす事例があります。野焼きは健康被害や環境に影響を与えるだけでなく、火災の原因にもなります。

場区民生活課 ☎372-6145、産業振興課 ☎372-6515

市民の情報掲示板

新潟大学医学部医学科学外講義 転ばぬ先の予防医学 「元気に長生き」のサイエンス

回3月25日(土)午前10時～11時50分 場①新潟大学駅南キャンパスときめいと(中央区笹口1) 先着45人 ②Zoomオンライン 内容新潟大学医学部医学科の研究を分かりやすく紹介します ※詳しくは右二次元コードから 場①電話(227-2203)またはメール(右二次元コード)で同大学



国土館大学 男子新体操部 演技発表会・新体操教室

回3月26日(日)①演技発表 午前10時～午後0時半②新体操教室(小学生対象)午後1時～2時 場鳥屋野総合体育館(中央区神道寺南2) 場①以下の表のとおり ②500円

	S席	A席	B席
大人	2,000円	1,500円	1,000円
中学生以下	1,400円	1,000円	700円

場窓口、電話(241-4600)、ホームページ(右二次元コード)で 同体育館



10周年を記念して

白根健康福祉センター愛称決定

応募総数 500件



白根健康福祉センターの愛称募集に、たくさんの応募をありがとうございました。

愛称は「なごみなみ」に決定しました。

より親しみを持って利用してもらえる施設になるよう指定管理者と共に努めます。施設内には、区内の障がい者団体による軽食喫茶「わいわいカフェ」が毎週火曜から金曜の午前10時から午後2時まで営業中です。ぜひ利用してください。



考案者 横 麻里さん(区内在住) 南区に住む赤ちゃんからお年寄りまでみんながなごみ、過ごせる施設であってほしいという願いを込めました。

選定理由 「みんなが和んで過ごせる施設であってほしい。温かいイメージがある」「南区の「みなみ」という言葉が入っている」ことから選びました。

にししろね保育園での 南区の実りをいただく日

「冬においしい白菜について調べてみよう!」と、収穫した白菜の重さを量ったり、葉が何枚あるか数えてみました。重さは約3kg、葉はなんと80枚もありました。「中の方は黄色いね!」「ツルツルしている!」とたくさんの発見がありました。給食調理のお手伝いにも挑戦。芯の部分をちぎると筋があり「骨が出てきた~!」とかわいい驚きもありました。なめこの味噌汁に入れてもらい「ちぎった白菜あった~!」と喜んで食べていました。



区内4会場で開催 定期露店市場

●新規出店者募集

野菜や果樹、雑貨や衣類などの販売をしませんか。1日限りや季節限定の出店も可能です。希望する人は問い合わせください。

●白根・新飯田露店市場中止

白根露店市場・2月28日(火)、新飯田露店市場・3月1日(水)は休みます。

会場	開催日
白根市場	4・9の付く日
新飯田市場	5・0の付く日
庄瀬市場	1・6の付く日
月潟市場	2・7の付く日

場産業振興課 ☎372-6507

まちの話題

根岸小学校でキャリア教育講話実施!

6年生25人がアルビレックス新潟・田上大地選手の体験談など貴重な講話を聴きました。田上選手は「苦しい・悔しいことはたくさんあります。しかし、楽しい・うれしい一瞬のためにこのつらさがあり、やり遂げるためには何かを犠牲にすることも必要です」と、自身の経験から思いを話しました。質疑応答では、恥ずかしがっている子どもたちに「一番に手を挙げるといいことは、良い流れを作るよ。勇気を出して1番に手を挙げてみよう!」とやる気を促しました。中には「プロサッカー選手になるのが夢です」と話した児童もいました。子どもたちの心に田上選手の熱い言葉は響きました。



南区特別感謝状贈呈式

堀部安兵衛は15歳から数年間、姉・きんの嫁ぎ先である武家の長井家(庄瀬地区)で過ごし、文武に励みました。その長井家に代々伝わる家宝を令和元年に市に寄付(長井源太郎さん、廣次さん、寛三さんの連名)されたことに感謝を伝えるため、白根学習館で南区特別感謝状贈呈式を開催しました。贈呈式の後には、記念公演と展示品の説明会を開催し、長井家の家宝の品々を紹介しました。



《広告欄》