



風と大地の恵みに新たな希望が芽吹く、郷土愛あふれるまち～みんなで作る暮らし続けたい南区～

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7年6月末現在、カッコ内は前月比): 41,865人(-41) 男: 20,443人(-16) 女: 21,422人(-25) 世帯数 16,919世帯(+22) (住民基本台帳による)

絵画部門 審査員 宮下 正孝 先生



絵画表現の出発点はモチーフとの出会いにあると思います。モチーフとの関わりが強さが見る人の心を引きつける重要な要素であると言っても良いでしょう。今回の出品作品は共通して身近な日常生活の中にモチーフを求め、何よりもモチーフとの関わりが深さを感じられる作品の集まりでした。また、出品数の少ない中、表現の仕方が油彩・エンピツ・水彩など幅広い作品が見られ、表現の基本である「自由」という点からも良い傾向かと思えます。



春の心地良い季節感が、大きな空気の動きの中でダイナミックに表現されています。作者のこの季節へのウキウキ、ワクワクする心の動きが伝わってくる様です。透明感のある色の扱い方にも技術の高さとセンスが感じられます。

優秀賞 「春に、歌う」
横山 直子 さん

写真部門 審査員 上杉 敬 先生



写真表現がデジタル化に伴い多様化している現在、写真コンテンツのあり方も当然変化している。しかし、写真の表現方法が広がったと捉え、より楽しくなったとも言える。

最優秀賞 「元気いっぱいおねえちゃんとねむいぼく」
真保 富美恵 さん



こどもたちの一瞬を撮ら得て、ひと目で伝えたいことが見る者に伝わる優しい素敵な写真です。

優秀賞 「炎炎」
桑原 太郎 さん

炎の形だけをフレーミングして炎の強さ、美しさ、また怖さまで表現されている。シンプルズベストと言える写真です。



第18回 南区美術展覧会 受賞作品紹介

4部門(絵画、書道、写真、彫塑・工芸)で85点の展覧があり、その中で最優秀賞3点・優秀賞4点・奨励賞9点が選ばれました。今号では、最優秀賞と優秀賞を受賞した作品と作品の審査員寸評を紹介いたします。受賞された皆さん、おめでとうございます!



最優秀賞 「大皿」
久須美 憲二 さん

背面の褐色とリズミカルに流れるような白色形体がマッチして、気品を感じさせる作品である。全体的な表現性に作り慣れている。

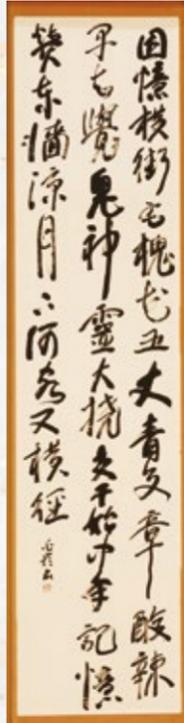
優秀賞 「異国」
野川 眞優美 さん

八頭身と思われるようなプロポーションのとれた作品である。人物の質感とコスチュームの質感が、よくマッチしたフォルム(形)になっている。



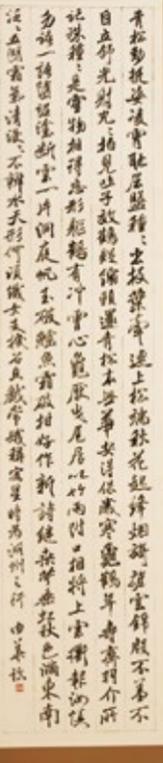
最優秀賞 「因憶兩首」
長谷川 白嶺 さん

ゆつたりとした運筆で余裕さえ感じさせる力作である。章法として無理なところは無い。今後が楽しみな方である。



優秀賞 「臨、蜀素帖」
目黒 由華 さん

米芾「蜀素帖」の臨書を見事に大作に仕上げた。もう少し肉太にし、更に堂々とした運筆であれば申し分ない。



書道部門 審査員 伊藤 省風 先生



20年程前、白根市展の審査をさせてもらい、南区展になってからは初めての審査である。この地域には過去に薄田起石、丸山翠蘭の優れた指導者がおられた関係で書のレベルはかなり高いようだ。出品数は少ないが、これはどこの地域も対策を要する課題である。入賞作品3点はかなりレベルが高い。

彫塑・工芸部門 審査員 幸田 顕 先生



表現の世界は、多種多様であり、特に彫塑・工芸部門においては、素材からフォルム(形)における興味は大きなものがある。そして、それぞれの技術は、より作品の価値観を高めてくれる。南区展での審査会では陶芸・陶彫・刺しゅう・漆芸での表現が展覧されていた。

いつまでも元気でいきいきと暮らすために フレイルチェック をしませんか?

フレイルとは
健康な状態と要介護状態の中間のことです。フレイルの兆候にいち早く気づき、生活習慣を見直すことで、健康な状態に戻したり、要介護になる時期を遅らせたりすることができますといわれています。



つまづきやすくなった、お茶・汁物でむせやすくなった、外出の機会が減ったなど…フレイルの前触れかも!?

「フレイルチェック」で元気度を確認しよう!

握力・筋力量などの測定や日々の生活の振り返りをチェックシートで行い、栄養・口腔・運動・社会性・こころについて、フレイルの兆候を確認します。

日時	会場	受付期間
8月26日(火) 13:30~	月潟農村環境改善センター	7/29(火)~8/19(火)
9月5日(金) ※2時間程度	大通地域生活センター	8/8(金)~8/29(金)
9月30日(火)	白根健康福祉センターなごみなみ	9/2(火)~9/22(月)

☑65歳以上 各会場先着15人 ☒健康福祉課 ☎372-6385

出典:「フレイル予防ハンドブック」(東京大学高齢社会総合研究機構)

子育て **子どもと一緒に出かけよう**



白根児童センター ☎372-0530

●水ふうせんで遊ぼう

回 8月21日(木)午前10時半から
※雨天の場合、翌日22日(金)に延期
因 水ふうせんで暑い夏を吹き飛ばそう
因 小学生 先着15人 着替え、タオル、飲み物 同館

味方児童館 ☎201-8346

●シアター会

回 8月21日(木)・22日(金)・23日(土)
午後2時~3時 因 遊戯室で映画観賞を楽しもう 因 乳幼児~中学生
回 8月14日(木)までに同館

白根北児童館 ☎379-1260

●わくわくタイム {中学生もどうぞ!}

回 毎週火曜・木曜(14日(木)を除く)
午後2時半から ※30分程度
因 遊戯室でみんなで遊ぼう。何をするかはお楽しみに♪ 因 小学生、中学生
回 当日直接会場へ

白根南児童館 ☎201-6021

●ちびっこらんど「水あそび」

回 8月11日(月・祝)午前10時~11時半
因 児童館の屋根付きポーチで水遊びをしよう 因 乳幼児親子
回 当日直接会場へ

子育てひろばモモ

回 ①8月12日②26日(火)午前10時~11時半 同館 白根学習館 因 ①自由遊び&足形ぺったん(絵本の読み聞かせや今月限定の台紙もあるよ) ②今こそ聞きたい!「保活」のハナシ~保育園入園のあれこれ~ ※終了後、午後2時まで会場を開放します。弁当・飲み物の持参可 因 乳幼児と保護者
回 ①当日直接会場へ ②8月19日(火)までにe-NIIGATA(右二次元コード)から 同館 白根地区公民館 ☎372-5533



安産教室

妊婦さんと家族が安心して出産を迎え、生まれてきた赤ちゃんにゆとりをもって接することができるよう安産教室を開催します。

回 白根健康福祉センターなごみなみ 因 令和7年11月~令和8年4月に出産を予定している人(南区民に限る。先着10人) 同健康福祉課 ☎372-6375

講座名	実施日	時間	内容	予約開始日
すこやかママ講座	9/9(火)	13:30~15:00 因 13:15から	・妊娠中の過ごし方について ・妊娠中の栄養と食事について ・市の母子保健サービスについて	8/6(水)

図書館 **本に親しみ読書の時間を楽しもう**



白根図書館 ☎372-5510

●読書会

回 8月17日(日)午後2時から 同館 白根学習館 因 テーマ「保阪正康対論集 昭和の戦争」保阪正康ほか著、朝日新聞社
回 当日直接会場へ

●おはなしのじかん

回 毎週土曜 ①午後2時②午後2時半 同館

●赤ちゃんタイム

回 毎週水・土曜 午前11時~午後2時半 同館

月潟図書館 ☎375-3001

●おはなしのじかん

回 8月10日・24日(日)午前10時半~11時 同館 因 乳幼児向け

●えほんのへや(絵本の読み語り)

回 毎週土曜 午前10時半~11時 同館

●月潟おはなしの会(民話語り)

回 毎月第1日曜 午前10時半~11時 同館

●赤ちゃんタイム

回 毎週日曜 午前10時~正午 同館

風フェス総踊り 参加団体募集



「風と大地のめぐみ~南区風フェスティバル&産業まつり~」で行われる風フェス総踊りの参加団体を募集します。

回 10月5日(日)午前9時半~午後3時 同館 白根総合公園、白根学習館 ※雨天の場合、一部を除き白根カルチャーセンターと白根学習館で実施
因 主に区内在住・在勤・在学の人で構成する団体 回 8月4日(月)~8日(金)に①チーム名②代表者名③住所④連絡先(電話番号・メールアドレス)を記入し、風と大地のめぐみ実行委員会事務局(産業振興課内)へメール(右上二次元コード)またはFAX371-0200 同産業振興課 ☎372-6505

白根学習館まつり 参加団体募集

手芸・陶芸・郷土芸能・音楽・舞踊・民謡など、日頃の活動の成果を発表しませんか?

出品・展示部門第1部	10月12日(日)、13日(月・祝)
出品・展示部門第2部(しろね絞)	11月1日(土)~3日(月・祝)
芸能部門	11月23日(日・祝)

回 白根学習館 因 主に区内在住・在勤の人で構成する団体
回 8月31日(日)までに申請書を白根地区公民館 ※新規団体は事前に連絡してください 同館 ☎372-5533

こんにちは!高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センター

まだまだ暑さが続きます!

脱水から身を守る
~食事、水分の大切さ~

脱水や熱中症に気を付けましょう!

①脱水ってなに?

脱水とは、生命維持に必要な水分が不足している状態のことです。



水分を摂る量よりも出る量が多くなると、脱水状態に!

②身体の中の水分量(目安)

子ども	成人	高齢者
体重の70~80% ・水分量が多い ・水分を保持しにくい	体重の60% ←→	体重の50% ・水分量が少ない ・代謝機能の低下

高齢者や子どもは特に注意を!

③脱水を予防しよう

●規則正しい食生活を!3食きちんと食べましょう

食事からも水分は摂れます。食事と一緒に飲み物があると良いでしょう。

●アルコール、カフェインが含まれているものは水分補給に適さない

利尿作用があるので、脱水を助長する可能性があります。

●こまめな水分補給、時にはスポーツドリンクなどの活用も

意識的に、こまめに水分補給することが大切。水分を摂りづらい人はゼリー飲料もオススメ!

→ 持病などで水分制限がある人は、主治医の指示に従いましょう!

認知症カフェ ~より道カフェかけ橋~

回 8月23日(土)午後1時半~3時半 ※時間内出入り自由

回 白根健康福祉センターなごみなみ 因 300円(茶菓代) 同館 当日直接会場へ

高齢者が住み慣れた地域で、安心して生活できるよう、さまざまな相談に応じています。認知症など、困っていることについても気軽に相談してください。相談は無料で、秘密は守られます。

地域包括支援センターしろね南 (対象:白根第一・白南中学校区) ☎373-6770
地域包括支援センターしろね北 (対象:白根北・白井中学校区) ☎362-1750
地域包括支援センターあじかた (対象:月潟・味方中学校区) ☎372-5121

健康・医療 **肺がん・胃がん・乳がん検診 骨粗しょう症予防相談会**

同健康福祉課 ☎372-6385



肺がん検診

因 検診車による胸部X線撮影 因 40歳以上

予約不要

因 無料 因 受診券、個人記録票、本人確認書類

●9月の日程 受付開始直後は混雑が予想されます。都合がつく人は開始直後を避けて来場してください。

検診日	会場	受付時間
9月19日(金)	白根健康福祉センターなごみなみ	9:00~11:30

胃がん検診

要予約

因 検診車によるX線撮影(バリウム)検査 因 40歳以上 因 受診券、個人記録票、本人確認書類 または 加入資格確認書類、自己負担金

検診日	会場	定員	予約受付期間
9月25日(木)	白根健康福祉センターなごみなみ	40人	8/28(木)~9/20(土)

●当日受付時間 ①9:00 ②9:30 ③10:00 ④10:30 ⑤11:00
予約 市ホームページ(右二次元コード)または市役所コールセンター ☎243-4894



乳がん検診 マンモグラフィ検査

要予約

●集団検診 回 9月4日(木) 因 ①9:30 ②10:00 ③10:30 ④11:00 ⑤13:30 ⑥14:00 ⑦14:30 ⑧15:00 同館 白根健康福祉センターなごみなみ

因 職場などで受診機会のない40歳以上偶数年齢の女性 先着120人 因 受診券、本人確認書類 または 加入資格確認書類、自己負担金、バスタオル
予約 回 8月7日(木)~30日(土)に市ホームページ(右上二次元コード)または市役所コールセンター ☎243-4894

●施設検診 委託医療機関に予約。委託医療機関は受診券に同封の「検診いっ得」に掲載。 ※70歳以上の人は施設検診を受診できません。集団検診を利用してください

自己負担金【胃がん・乳がん検診共通】

年齢	40歳	41~69歳	70歳以上
自己負担金	無料	1,000円	無料
その他	新潟市国民健康保険加入者は半額(加入資格確認書類が必要) 市民税非課税世帯の人は無料(「無料券」が必要。検診日の2週間前までに申請)		

お知らせ 持ち物が変わりました

本人確認書類	マイナンバーカード、運転免許証、有効期限内の健康保険証、資格確認書等 のいずれか一点
加入資格確認書類 (新潟市国民健康保険加入者のみ)	資格確認書、マイナ保険証と資格情報のお知らせ のいずれか一点

骨粗しょう症予防相談会

要予約

回 9月4日(木)午前9時40分~11時10分、午後1時10分~2時10分(30分ごと)

回 白根健康福祉センターなごみなみ 因 骨密度測定と健康相談

因 18歳以上 各時間帯先着7人 ※骨粗しょう症で治療中の人は不可
回 8月7日(木)~30日(土)に市ホームページ(右二次元コード)または市役所コールセンター ☎243-4894



《広告欄》

ごみの減量にご協力ください!!

南区民生活課

☎ 372-16145



出発進行! KABO-DEN かぼでん通信



このコーナーは「かぼちゃ電車保存会」が愛するかぼちゃ電車について紹介します



かぼちゃ電車保存会
会長 平田 翼さん

1999年に保存が始まって以来、最大規模の専門業者による車両修復工事が完了しました。今回は、その中でもかぼちゃ電車にとって特徴的な修復箇所を紹介します。

毎年「走れ!かぼちゃ電車」で活躍するモハ11号では、車内外の修復に加え、走行に欠かせない空圧配管(※①)の補修も実施。車内では、破れが目立っていた座席シートや開閉できない箇所のあった窓も整備され、安全で快適に乗車できるようになりました。特に大規模な修復が行われたのが、荷物

電車のモフ51号です。腐食が進んでいた部分には外板の張り替えや骨組みの補強が施されました。外板を車体骨組みに取り付ける工程では、戦前製車両特有の部品・リベット(※②)の特注ネジを約400個手作業で一つつ丁寧に取り付け、当時の風貌を復元しました。

一見すると、ピカピカな外観に「きれいに塗装した」としか感じないかもしれませんが、今回紹介したように、細部まで専門業者さんの真心のこもった手が入っています。ゼ

ひ9月28日(日)の「走れ!かぼちゃ電車」で、1人でも多くの皆さんに間近でご覧いただければ幸いです。



車体のリベット

※①プレーキや警笛、ドアの開閉などに使われる圧縮空気を送るためのパイプ
※②溶接が普及する以前に使われていた留め具

スポーツ 秋期スポーツ教室 参加者募集

申し込みには事前に窓口で「スポーツ教室会員登録」が必要です。回数や受講料などの詳細は施設に問い合わせてください。

8月31日(日)までに窓口、電話、ホームページ(右二次元コード)で白根カルチャーセンターまたは白根総合公園屋内プール ※応募多数の場合は抽選

●白根カルチャーセンター ☎373-6311

教室名	期間	曜日	時間
フラダンス	10/6~12/8	月	13:30~14:30
ZUMBA【ズンバ】(夜)			19:30~20:20
姿勢改善 エクササイズ			10:00~11:30
ストレッチヨガ(夜)	10/7~12/9	火	19:00~19:50
エアロビクス & 骨盤ダンス(夜)			20:00~20:45
ZUMBA【ズンバ】(午前)	10/8~12/10	水	10:30~11:20
【入門編】キッズヒップホップ	9/17~12/10		17:00~18:00

教室名	期間	曜日	時間
ストレッチヨガ(午前)	10/2~12/11	木	10:00~10:50
エアロビクス & 骨盤ダンス(午前)			11:00~11:45
いきいき健康	10/2~11/27		14:00~15:00
太極舞【タイチーダンス】	10/2~12/11		20:00~20:45
骨格コンディショニング	10/3~11/28	金	10:30~11:30
ピラティス(夜)	10/3~12/5		19:30~20:30

●白根総合公園屋内プール ☎378-4435

教室名	期間	曜日	時間
はじめてクロール 背泳ぎコース	9/22~12/15	月	10:30~11:30
しっかりクロール 背泳ぎコース			
はじめて平泳ぎ パタフライコース			
しっかり平泳ぎ パタフライコース			

教室名	期間	曜日	時間
らくらく アクアフィットネス	9/22~12/15	月	14:30~15:15
アクア エクササイズ(夜)			19:30~20:15
シニア水泳 はじめて平泳ぎ パタフライコース	9/25~11/27	木	14:00~15:00
プールde健康	10/24~11/21	金	14:00~14:50

公共交通情報コーナー 夏休み子どもワンコインバスのお知らせ

8月31日(日)まで、ぐるりん号を含む区バス全ルートで小学生はワンコイン(50円)で乗車できます。

運賃表	区バス	月湯住民バス
大人	210円	300円
中学生	110円	100円
小学生	50円	
小学生未満	無料	



☎地域総務課 ☎372-6609

南区在住の10代以下の皆さん 南区の公共交通についてアンケートにご協力ください!!

回答期限 8月17日(日)まで

南区を走る区バス・乗合タクシーなどの運行効率化に向けた検討を進めています。若い世代の利用状況や意見を調査するため、10代以下の方を対象としたアンケートを実施します。 ※保護者の代理回答も可能です ☎地域総務課 ☎372-6609、都市交通政策課 ☎226-2750



選べるギフト券(1,000円分)を抽選で50人にプレゼント!

Amazonギフトカード Google Playカード Apple Gift Card

☎回答はこちらから

※当選の発表は発送をもって代えさせていただきます

「しろね祭り」と同時開催! みなみく妖怪大図鑑 町屋でお化け屋敷

8月9日(土) 午後4時半~8時半 ※受付は午後8時まで ※どちらも先着50人

白根高校生が企画をした「みなみく妖怪 発見隊!」、ホラー&ミステリーを町屋で体験できる「少女失踪事件」で夏の1日をお楽しみください! ☎産業振興課 ☎372-6507



みなみく妖怪 発見隊! どこに隠れているかな? 懐中電灯を手に、妖怪たちを探そう! ☎シロネもん(三の町会場内)

恐怖×謎解き 少女失踪事件 失踪した少女の謎を解きながら、お化け屋敷の奥へ奥へ。。。 ☎まちやの駅(白根商店街)

お盆期間の火災予防対策 ☎南消防署予防課 ☎372-0119

お盆は仏壇やお墓参りで、ろうそくや線香など火気を使用する機会が多くなります。下記のポイントを確認して火災を予防しましょう。

- 仏壇・お墓での火災予防
- ・ろうそくの火を付けたままその場を離れない。
- ・ろうそくや線香から供花や供物を十分に離す。
- ・電気式の盆提灯などは定期的に配線などの点検をする。
- ・座布団や敷物などは防災製品を使用する。
- ・水の入ったバケツや消火器などの準備をしておく。



お知らせ

南区戦没者追悼式

8月15日(金)午前11時45分から 陽月湯農村環境改善センター ☎当日直接会場へ ☎健康福祉課 ☎372-6310

読み聞かせ講習会 「絵本と音楽で楽しもう!!」

8月31日(日)午前10時から 陽味方地区公民館 ☎絵本音楽ユニット「わいわい」による読み聞かせなど ☎乳幼児と保護者先着15組 ※大人のみも可 ☎8月4日(月)~22日(金)に同館 (373-4788)または右二次元コードから

つきがた映画むら

8月26日(火)午前9時半から 陽月湯地区公民館 ☎「ガス燈」の上映 ☎当日直接会場へ 先着50人 ☎同館 ☎375-1050

漏水調査にご理解とご協力を

漏水の早期発見のため、道路上からお客さまの水道メーター付近までの範囲で漏水調査を行います。下記期間中に「新湯市

水道局委託調査員」の腕章と受託証明書および身分証明書を携行した調査員が宅地内に立ち入ることがあります。

※調査料金はかかりません ☎8月18日(月)~11月28日(金) ☎下曲通、月湯、上曲通、西萱場、大別當、釣寄、釣寄新、東長嶋、木滑 ☎水道局秋葉工事事務所維持係 ☎0120-411-002または266-9311

令和7年度 ふくし教育講座 自尊感情と農業

8月20日(水)午後1時半から 陽なごみなみ ☎不登校やひきこもる人に農作業が及ぼす効用を考える講座 先着40人 ☎8月14日(木)までに南区社会福祉協議会 ☎373-3223

所有地の管理を適切に

空き地や休耕地などに雑草が生い茂り、困っていると苦情が寄せられています。害虫の発生、交通の妨げ、景観悪化など周辺に迷惑をかけてしまいます。土地所有者(管理者)は定期的に状況を確認し、草刈りを行うなど適切な管理をお願いします。 ☎区民生活課 ☎372-6145

生ごみを水切りネットなどに入れて「ギュー」っとひとしぼり!