



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

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～

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8年3月末現在、カッコ内は前月比): 41,336人(-154) 男: 20,189人(-72) 女: 21,147人(-82) 世帯数 16,906世帯(+10) (住民基本台帳による)



可憐でみずみずしい
新潟のお姫様

当たりはずれのない!
しろねいちご部会の

越後姫

「県内で一番おいしい越後姫を作る」
を合言葉に切磋琢磨しています!

1966年、新潟生まれ新潟育ちのブランドイチゴとして、関東地方の「女峰」や九州地方の「とよのか」、東北地方の「ベルルージュ」といった品種の特徴を引き継ぎ「越後姫」が誕生しました。芳醇な香りと甘くジューシーなおいしさ、柔らかい果肉が特徴の越後姫は、口に入れた瞬間に幸福感が広がります。

今号は南区産の越後姫を支える「しろねいちご部会」について紹介します。

しろねいちご部会

白根の越後姫のおいしさをさらに広めるため、1998年に「いちご研究会」が発足しました。2002年から「しろねいちご部会」として、日々おいしい越後姫を栽培するため、惜しみない努力を続けています。



栽培の流れ

12月～6月末
収穫時期

6月末
栽培終了

7月
新しい苗の準備開始

9月末～10月初旬
苗を植える

衛生・管理にこだわっています



地面と栽培棚を離れた**高設栽培**を取り入れています!

地面と離すことで越後姫の株に病気が付きにくくなるとともに、柔らかい果肉を傷めないように設計されています。そして、液体肥料と水を混ぜて与えることで、成長に必要な栄養が適切に行き渡ります。

また、腰の高さほどの位置になるため、作業もしやすくなります!



地面ではなく、高い位置で栽培しています。



土があると、そこから病原菌が付きやすくなりますが、この栽培方法はロックウール・ヤシ殻などに苗を植えることでそれを防ぎます。

ハウスの中は、
きれいに保たれて
いました!

部会全体で**スマート農業**に取り組んでいます!



温度や湿度、CO₂濃度などハウス内の環境をセンサーで計測し、部会員同士で数値・情報をスマートフォンでいつでも確認と共有ができるようになってきました。長年の経験により引き継がれてきた高い栽培技術をデータ化して分析することで、全体の品質向上と収量の拡大を図っています。

データが共有できると、他の会員からのアドバイスがもらいやすくなるから、新規栽培者も安心だね!



機械頼りなことだけじゃない!
花が咲いた時に、まんべんなく花粉付けをしてくれる「蜜蜂」たちの力は大きいんだって!ハウス内には蜜蜂が飛んでいました。

品質にこだわっています

しろねいちご部会の**おいしさ**はここから生まれる



だからこそ
当たりはずれがない!

12月下旬～6月までの出荷期間中は、8人の生産者全員が集まり**毎週**糖度検査をしています。独自の糖度検査は先端だけでなく、一粒丸ごと絞って糖度10.5度以上が合格で、基準に満たなかった生産者は翌週まで出荷停止にするなど、厳しい自主基準を設けています。この厳しさから「おいしさ」が生まれています!



しろねいちご部会
部会長 小田 信一 さん

イチゴ栽培を始めて20年になります。作り始めた頃から比べると技術的な変化はかなり大きいですが「糖度にこだわる」、この一点に関してはブレずに、変わらず追い求めています。そのための努力は部会員全員が惜しみなく続けています。

今シーズンの越後姫栽培は順調にスタートし、量的にも問題なくきています。あと2カ月ほど、ぜひ「しろねいちご部会」の越後姫を楽しんでください。



月に1回以上、部会員全員でお互いのハウスを巡回し、データと実物を見比べながら、情報交換・意見交換をしているんだって!



みつけた!

その1 イチゴの食べ方は大きく分けて、次の2種類でしょうか?

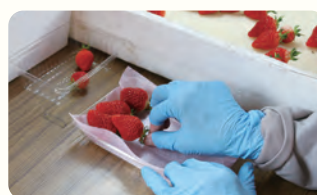
- ①へたを持ち、先端の方から食べる
- ②へたを取り、へたの方から食べる

さあ、どちらがおいしくイチゴを食べることができるかな?
イチゴは先端の部分の糖度が一番高くなっています。先端を最後に口に入れると甘い部分が最後に口に入り、その甘味を強く感じます。ということは②がベストということになりますね!

ちなみに...
購入後の保存は、冷蔵庫の「野菜室」がオススメ!



その2 越後姫は新潟のお姫様♪
パックには、人の手で一粒ずつ丁寧に詰めています。



新潟のお姫様は、優しく優しく扱われています♪



健康相談(予約制)

回 5月20日(水)
 ①9:00②10:00 場 南区役所
 内容 健康相談(禁煙相談も可)
 種 直近の健康診断の結果(なくても可)
 場 健康福祉課 ☎372-6395

はじめての離乳食(予約制)

回 5月21日(木) ①午後1時15分~同30分
 場 白根健康福祉センターなごみなみ
 内容 離乳食の進め方と試食(80分程度)
 種 生後5カ月頃の赤ちゃんの保育者
 先着10人 種 母子健康手帳、筆記用具
 場 4月21日(火)~5月19日(火)に市ホームページ(右二次元コード)または健康福祉課 ☎372-6385

育児相談会(予約制)

回 5月14日(木) ①9:30 ②10:00

③10:30 各回先着7人 ④11:00 先着4人
 場 白根健康福祉センターなごみなみ
 内容 身体計測、保健師・助産師・栄養士による相談
 種 乳幼児の保育者 種 母子健康手帳、バスタオル
 場 5月12日(火)までに市ホームページ(右二次元コード)または健康福祉課 ☎372-6395
 ※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 5月7日(木)
 ●1歳6カ月児健診 5月13日(水)
 ●1歳誕生歯科健診 5月27日(水)
 ※1歳誕生歯科健診後に「ブックスタート(絵本のプレゼント)」を実施

献血にご協力を

回 5月13日(水)午前9時~11時 場 南区役所
 内容 400ml献血 種 献血カードまたは献血手帳
 ※初めての人は本人確認書類(運転免許証など)
 場 健康福祉課 ☎372-6385



肺がん検診

場 健康福祉課 ☎372-6385

内容 検診車による胸部X線撮影 対象 40歳以上 費用 無料 種 受診券、個人記録票、本人確認書類

●5月の日程 予約不要 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
5月11日(月)	小林地域生活センター	13:00~15:00
5月18日(月)	大通地域生活センター	9:00~11:30
5月22日(金)	白根健康福祉センターなごみなみ	9:00~11:30

本人確認書類	マイナンバーカード、運転免許証、資格確認書等のいずれか一点
--------	-------------------------------



南区DAY 4/29(水・祝)

オイシックス新潟アルビレックス・ベースボール・クラブの公式戦無料招待

4月29日(水・祝)の試合に区内在住・在学・勤務の人を無料招待します。

回 4月29日(水・祝)午後4時から
 場 ハードオフエコスタジアム(中央区長湯)
 内容 区内在住・在学・勤務の人 先着1,000人
 場 4月27日(月)までに申し込みフォーム(右二次元コード)から
 場 産業振興課 ☎372-6505



29日の試合で南区イベントを同時開催

白根大風の展示や凧揚げの実演のほか、太鼓の演奏、区内の農産物を使用したジェラートなどを販売し、試合だけでなく会場全体を「南区」で盛り上げます!



第19回 南区美術展覧会 出展作品を募集

今回は5/30(土)午後2時から公開審査を実施します!

会 期 6月6日(土)~10日(水)
 午前10時~午後5時(10日は午後4時まで)
 会 場 白根学習館
 応募資格 南区およびその周辺に在住・在勤・在学の人。中学生以下は不可
 部 門 絵画(日本画・洋画・版画)、書道、写真、彫塑・工芸
 出 品 数 1部門につき1人2点以内
 ※作品は全て自作のオリジナルとし、公募展などに未発表・メディアなどに未掲載の作品
 出 品 料 1点につき2,000円(高校生は無料)
 展 示 出展作品は全て展示
 表 彰 部門ごとに最優秀賞、優秀賞、奨励賞を決定
 申込・搬入 5月24日(日)午後1時~5時に白根学習館
 場 地域総務課 ☎372-6604



白根まち歩きガイド入門講座 受講者募集

まち歩きを体験してみたい人、大歓迎!



ガイドに必要な知識や技術などを学び、南区の魅力を伝える「まち歩きガイド」を養成する講座です。未経験者の方でも、まずはガイドと一緒にまち歩きを楽しみながら、魅力あふれる白根の歴史・文化に触れてみませんか。

回	日 時	セミナー名
1	5月23日(土) 9:00~12:00	白根のまち歩きの楽しさを体験
2	6月6日(土) 13:30~16:00	白根大風合戦を学ぶ
3	7月4日(土) 9:00~12:00	白根の町屋の魅力を探る
4	9月5日(土) 9:00~12:00	魅力を伝えるスマホ写真の撮り方とSNS発信の仕方
5	10月17日(土) 9:00~12:00	みんなで話そうまち歩きの楽しみ方&修了式

場 白根商店街ほか

内容 まちの見どころや魅力を学びたい人・まち歩きボランティアガイドを目指す人 20人 ※応募多数の場合は、全5回出席できる人を優先して抽選
 場 5月10日(日)までに白根地区公民館(☎372-5533)またはオンライン申請(右二次元コード)から
 場 しろね大風タウンガイド ☎070-4296-3345



道路の側溝清掃をお願いします

場 建設課 ☎372-6470

ご協力をお願いします!

側溝清掃は梅雨前に!

側溝内に土砂や落ち葉が堆積すると、雨水の流れを妨げる恐れがあるほか、悪臭や害虫の発生など、生活環境の悪化につながります。側溝清掃は梅雨前の5月・6月を目安に実施してください。

側溝清掃をする前に建設課へ連絡を!

自治会へ清掃で発生した泥を入れる土のう袋の支給や、清掃後の土のう袋の回収を行っています。また、希望する自治会には、ふた上げ機の貸し出しも行っていきます。



ごみの分別と出し方を確認しましょう

1. ごみの分別と出し方を確認してください。

ごみの分別や出し方については「ごみ分別百科事典」で確認できます。ごみを出せる日は「ごみカレンダー」で確認しましょう。LINE版→新潟市ごみ関連チャットボット(右二次元コード)も利用してください。

2. 「燃やすごみ」「燃やさないごみ」は必ず新潟市指定袋で出してください。

※他市町村の指定袋やレジ袋を使うことはできません

3. ごみ集積場へは、収集日の午前8時までに出してください。

場 区民生活課 ☎372-6145



WEB版



あなたと大切な人を守ります 新潟県警察防犯アプリ「にいがたポリス」



インストールはこちら

にいがたポリス

「にいがたポリス」は、県内の犯罪発生情報や防犯情報、防犯ブザー機能・ちかん対策機能など安全安心に役立つ便利機能を提供する防犯アプリです。ぜひ、活用してください。

場 新潟南警察署 ☎373-0110



第1回 南区自治協議会 場 地域総務課 ☎372-6609

回 4月22日(水)午後2時から 場 南区役所 内容 傍聴 先着10人 場 当日直接会場へ ※実施済みの会議の内容は、区ホームページや区役所2階市政情報コーナーなどで閲覧可能 ※休会する場合があります



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** 42

ろう者(ろうあ者) 音声言語(声で言葉を伝える)を使えるようになる前に聞こえなくなった人。手話を第一言語とする人がほとんどです。手話では「聞こえない・話せない」「人たち」と表現します。

1 聞こえない話せない



右手を耳、左手を口に当てる

2 人たち



親指と小指を立て、その手を胸側・外側とパタパタさせながら広げる

耳が聞こえない人には「ろう者(ろうあ者)」と「中途失聴者」の人がいます。



中途失聴者

音声言語を習得後に聞こえなくなった人。話すことができる人も多いため「聞こえる人」と勘違いされやすいです。手話では「途中」の「聞こえない・話せない」「人たち」と表現します。

1 途中



右手の手のひらを顔側、左手は手のひらを内側にする。→右手を下げる

これに続けて「ろう者(ろうあ者)」を表現します!



40歳から毎年受けよう特定健診

特定健診とは...
メタボリックシンドロームの予防・解消に重点を置いた健診です。



南区の特性

- 一人あたりの糖尿病・腎不全医療費が全市平均と比べて高い。
- 喫煙・毎日飲酒する人が多く、運動習慣のある人が少ない。



脳血管疾患などで急に倒れた人のうち、約6割の人が健診を定期的に受けていない人です。自覚症状がなくても「自分のからだ」の状態を知るために、忘れずに年に1回健診を受けましょう。 健康福祉課 ☎372-6385



食べ過ぎ・お酒の飲み過ぎ・喫煙・運動不足は心疾患や脳血管疾患の危険因子となる**生活習慣病**の重症化を招きます。改善しましょう!

健診を受けるには

1. 受診券を用意する

令和8年度の対象者...40歳以上の新潟市国民健康保険加入者、新潟県後期高齢者医療制度加入者、生活保護受給者にはすでに郵送済みです。
 ※社会保険加入者は、加入している保険者が実施します。加入している保険者に問い合わせてください
 ※加入保険が変更になった場合は「受診券」の変更手続きが必要になります



2. 受診機関を選ぶ

「検診いっ得」17~22ページの「施設検診 委託医療機関一覧表」から、受診機関を選びましょう。
 予約が必要な場合もあるので、事前に電話で問い合わせてください。



案内冊子「検診いっ得」

3. 受診する

①受診券 ②質問票 ③マイナ保険証または資格確認書
 ※生活保護受給者の場合は、生活保護受給証明書
 ※マイナ保険証に対応していない医療機関では、マイナ保険証と併せて「資格情報のお知らせ」が必要です

自己負担金

年齢	40歳~59歳	60歳以上、後期高齢者・生活保護受給者
自己負担金	500円	無料
その他	市民税非課税世帯の人は無料(「無料券」が必要。受診日の2週間前までに健康福祉課に申請)	

4. 結果を確認する

結果が届いたら、受診が必要な項目や経過観察が必要な項目がないか確認しましょう。



毎年受けて結果を比較して、生活習慣を見直しましょう!

5. 健康相談会を利用する(毎月第3水曜日:午前)

保健師や栄養士が健康づくりについて一緒に考え、アドバイスをします。相談は無料です。日程や申し込み方法は、南区役所だより毎月第3日曜日号に掲載中の「健康カレンダー」や市ホームページで確認してください。

今回は 5月20日(水)です!

南区と共にならぶ白高生!

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



白根高校は、南区とにいがた南区創生会議と連携協定を結び、地域と協同した活動を続けてまもなく5年目を迎えます。「地域の中の白高」として、全校ボランティアや「総合的な探究の時間」の授業でも、地域の皆さんとの交流から多くの学びを得ています。



使用済み切手を届けました!

全校ボランティアでの使用済み切手の収集は、南区社会福祉協議会を通じて災害復興支援に活用されています。校内だけでなく、区役所や白根学習館に設置した回収箱にも多くのご協力をいただき、年々増加する総重量は、昨年5kgを超えました。本当にありがとうございました。

白高生の活動は、学校ホームページをはじめ、インスタグラム「しろたんDiary」でも紹介しています。昨年度、二年生が制作した「地域を支える 南区仕事人の図鑑」も見ることができるので、ぜひご覧ください!



しろたんDiaryはこちら

地元密着通信 **カメラと散歩**

今回は白根地区

今回は、白根ライオンズクラブが主催する「昭和もりもり食堂」(白根地域生活センター)取材しました。地域や年齢関係なく、誰でも参加できることも食堂です!



11:00 受付開始
こどもにはお菓子のつかみ取りやポップコーンのプレゼントもありました!



12:00 いただきます
この日は、学生ボランティアも参加して、100人分のカレーを作っていました。



カレーは甘口・中辛・辛口から選べます。おいしいご飯でみんな笑顔に!

幼児から高齢者まで幅広い年代が参加していました。中学生以下は無料、大人は一人300円で参加することができます。次回は8月23日(日)に開催予定です!



お知らせ

弁護士の無料法律相談

☎5月13日・27日(水)午後1時15分~4時15分
 ☎南区役所 ☎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
 ☎4月21日(火)以降に区民生活課 ☎372-6105

シルバーカレッジ開催

☎4月22日(水)午前10時~11時20分
 ☎老人福祉センターいこいの家 楽友荘
 ☎薬剤師による薬の正しい飲み方ミニ講話、地元芸能団体によるダンス・カラオケ
 ☎当日直接会場へ ☎味方地区公民館 ☎373-4788

健康スマイルウォーキング

大鷲公園から白根グレープガーデンまでのウォーキングとイチゴ狩り!

☎5月16日(土)午前9時半~正午
 ☎大鷲公園(集合・解散) ☎先着50人
 ※中学生以下は保護者同伴 ☎中学生以上1,400円、小学生1,100円、幼児(3歳以上)800円、幼児(2歳以下)無料
 ☎4月30日(木)までに白根地区公民館または鷲巻地域生活センター窓口で備え付けの申込書(チラシ裏面)を提出
 ※電話での申し込みは不可
 ☎白根地区公民館 ☎372-5533



アクアチューブ無料体験会

☎5月5日(火・祝)①午前の部 午前11時~同45分②午後の部 午後2時~同45分
 ☎白根総合公園屋内プール
 ☎小学生以上 ☎入場料 ☎水着、スィムキャップ ☎当日直接会場へ ☎白根カルチャーセンター ☎373-6311

2026白根大風合戦応援プロジェクト開催中!