



南区役所だより No.466

みなみ風

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～



スマホのカメラをかざすだけ！



南区役所だより音声版

令和8年 9月6日

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8年7月末現在、カッコ内は前月比)：41,183人(-29) 男：20,106人(-30) 女：21,077人(+1) 世帯数 16,931世帯(+5) (住民基本台帳による)

認知症になっても 安心して暮らせる南区へ

令和7年の国統計では、65歳以上の7～8人に1人が認知症と推計されています。今号では、認知症の早期発見や認知症の人と接するときのポイントについて、白根緑ヶ丘病院・佐野院長に聞きました。
自分や大切な人が認知症になっても安心して暮らせるよう、正しい知識を身に付け、できることから始めましょう。 健康福祉課 ☎372-6320

医療法人社団 敬成会
白根緑ヶ丘病院
理事長・院長 佐野 英孝 さん



認知症の人と接するときのポイント ～「3つのない」～

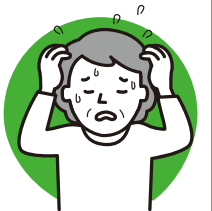
① 驚かせない

認知症の人は、突然の出来事や大きな音に驚き、不安を感じやすい状態です。背後から急に声をかけたり、体に触れたりするのは避けましょう。また、本人の視界に入ってから、穏やかな表情と声で話しかけることを心がけましょう。



② 急がせない

認知症になると、物事の理解や、行動に移すのに時間がかかることがあります。動作がゆっくりでも「早く早く」と急かしたり、先回りして手伝い過ぎたりせず、本人のペースを尊重し、じっくりと待つことが大切です。



③ 自尊心を傷つけない

できないことが増えても、本人の気持ちや自尊心がなくなるわけではありません。こども扱いや失敗を厳しく指摘する言動などは、本人の心を傷つけ、かえって混乱や反発を招きます。一人の大人として敬意を持って接することが大切です。



周りにこんな症状の人はいませんか？

- ▶ ついさっきのことを忘れる
- ▶ 物の整理が苦手になった
- ▶ 怒りっぽくなった
- ▶ 同じものを何度も買ってくる
- ▶ 車の運転が危なくなってきた

日常生活での「小さな変化」は、身近にいる人だからこそ気づくことができる大切なサインです。

認知症の早期発見と 早期治療について

認知症は、脳の異常からおこる病気です。65歳を過ぎると、認知症になる可能性が高まります。日常生活で気になる変化があれば、かかりつけ医に相談しましょう。症状に応じて、薬による治療や介護サービスの提案、専門医療機関への紹介などを受けられます。

早期発見により、初期の段階から病気と向き合い、今後の生活に向けて早めに備えることができます。また、治療を早く始めることで、症状の進行を緩やかにし、健康な時間をより長く過ごすことができます。



認知症サポーター養成講座

健康福祉課 ☎372-6320

認知症の人や家族を地域で温かく見守る「応援者」を増やすための講座です。詳しくは健康福祉課へ問い合わせてください。

令和7年度受講団体 ※順不同

・茨曽根小学校 ・小林小学校 ・月潟小学校 ・臼井中学校 ・味方中学校 ・白根高等学校
・(株)サカイ引越センター 新潟西支社 ・運動普及推進委員養成講座 ・民生委員児童委員協議会(南区内) ・南区役所



「認知症サポーターキャラバン」マスコットキャラクター

講座の様子



月潟小学校



臼井中学校



民生委員児童委員協議会

認知症サポーター 養成講座を開催します

先着
40人

講師 認知症疾患医療センター(白根緑ヶ丘病院)・南区地域包括支援センター職員

回 9月15日(火)午後1時半～3時
場 イオン白根店 フードコート
因 認知症の症状や認知症の人への対応について 因 市内在住・在勤・在学の人
回 当日直接会場へ
回 健康福祉課 ☎372-6320

認知症専門医による講演会を開催します

講師 白根緑ヶ丘病院 理事長・院長 佐野 英孝 さん

回 9月26日(土)午後1時～2時
場 白根健康福祉センターなごみなみ 3階多目的ホール
因 認知症の基礎知識、早期対応の重要性や治療、予防など
回 電話またはメール(右二次元コード)で
認知症疾患医療センター(白根緑ヶ丘病院内) ☎372-4107(月～金曜 午前9時～午後5時) 先着30人



認知症カフェ～より道カフェかけ橋～

認知症の人もそうでない人も、誰もが気軽に参加できるカフェです。介護専門職も参加し、介護や認知症について相談できます。
回 9月26日(土) 午後1時半～3時半(時間内出入り自由) ※毎月第4土曜、10月のみ第3土曜に開催
場 白根健康福祉センターなごみなみ
回 300円(茶菓代)
回 当日直接会場へ

10月はフラダンス、11月には語り部など楽しい催しも企画しています!



地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、福祉・保健・医療・介護保険など、さまざまな相談に応じています。生活に関する心配事や不安など、気軽に相談してください。

地域包括支援センターしるね南
(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るね北
(対象：白根北・臼井中学校区)
☎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

認知症疾患医療センター

白根緑ヶ丘病院内にあり、認知症に関する専門的な診察や検査、相談に対応しています。本人や家族で抱え込まず気軽に相談してください。

相談受付時間

月～金曜(祝日を除く)午前9時～午後5時

☎372-4107

新潟県認知症コールセンター

認知症の人やその家族が抱える困りごとや悩みごとに関する相談を無料で受け付けます。

相談受付時間

月～金曜(祝日、年末年始を除く)
午前9時～午後5時

☎281-2783

子育て

こどもと一緒に出かけよう

白根児童センター ☎372-0530

●秋まつり

回 9月12日(土) 午前10時～正午

因 今年も白根健康福祉センターと合同で開催します。楽しい縁日コーナーでみんなで遊ぼう 回 当日直接会場へ

味方児童館 ☎201-8346

●味方児童館祭り

回 9月27日(日) ①午前10時～正午 ②午後1時～3時 因 射的・スーパーボールすくい・輪投げ・ヨーヨー釣り 回 当日直接会場へ

白根北児童館 ☎379-1260

●いちご★マリン

回 9月29日(火)・30日(水) 午前10時～11時 因 手形足形アート&フォト。子育て支援センター「マリンキッズ」で人気のフォトコーナーが児童館に出張！白根北中学校の生徒と一緒に楽しもう 因 乳幼児親子 各日10組 回 同館

白根南児童館 ☎201-6021

●わくドキタイム「ドッジボール」

回 9月14日(月) 午後4時～4時半

因 投げるコツやキャッチするコツを身に付けて、大会に向けて練習しよう 回 タオル、飲み物 因 小学生 回 当日直接会場へ

子育てオーエンジャー☆みなみ

●しゃべろっと

回 9月18日(金) 午前10時半～11時半

回 味方児童館 因 ハンドトリートメントと絵本の読み聞かせ 因 乳幼児と保護者 先着6組 回 同館 ☎201-8346

●にゃんこの手 パパサロン

回 9月27日(日) 午前10時半～11時半

回 白根北児童館 因 パパと一緒にうんどうあそびたいそう 因 一人で立つことができる1～3歳児と父親(母親の参加も可) 先着15組 回 同館 ☎379-1260

子育て

こどもと一緒に出かけよう

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

●赤ちゃんタイム

にぎやかになっても大丈夫。赤ちゃんと一緒にどうぞ

回 毎週水・土曜 午前11時～午後2時半 回 同館

●おはなしのじかん

絵本の読み語りやストーリーテリング(昔話・創作物語の語り聞かせ)。

※終了後、絵本の相談ができます

回 毎週土曜①午後2時②午後2時半 回 同館 因 ①乳幼児から②幼児から

月潟図書館 ☎375-3001

●赤ちゃんタイム

回 毎週日曜 午前10時～正午 回 同館

●おはなしのじかん

回 9月13日・27日(日) 午前10時半～11時 回 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 回 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 回 同館

図書館

本に親しみ読書の時間を楽しもう

健康・医療

いきいきシニアライフ

いこいの家 楽友荘 ☎373-2304

●いきいき健康ヨガ教室

回 9月10日・24日(木) 午後1時～2時

因 笑顔で元気に、若々しく過ごすためのやさしいヨガ教室 回 1,000円 回 同館 先着15人

●柔道整復師の健康体操教室

回 9月16日(水) 午前9時半～10時半

因 姿勢改善のためのストレッチや、全身の筋肉を鍛える体操を紹介 回 500円 回 同館 先着10人

いこいの家 月寿荘 ☎375-2474

●いきいき健康ヨガ教室

回 9月24日(木) 午前10時～11時

因 笑顔で元気に、若々しく過ごすためのやさしいヨガ教室 回 1,000円 回 同館 先着15人

●楊名時八段錦 太極拳

回 9月19日(土) 午後1時～2時半

因 楊名時太極拳師範の太極拳教室。ゆっくりとした動きや呼吸で、心と体を元気にしよう 回 1,000円 回 同館 先着10人

●筆ペンで気軽に書ける己書幸座

回 9月26日(土) 午後1時～3時

因 筆で自由に書く自分だけの「己書」を楽しもう。集中して書くことで脳トレやストレス解消にもつながります 回 初回1,100円、2回目以降2,200円+筆代3,000円 回 同館 先着15人

※両館とも別途入館料がかかります。利用証を持っている人は入館料無料

月寿荘は、漏水修繕工事のため、9月7日(月)～14日(月)は臨時休館します。

健康・医療

いきいきシニアライフ

秋の南区 まちめぐりスタンプラリー

区内を中心に、各施設や店舗、イベントなどを巡るスタンプラリーを開催します。対象スポットに設置した二次元コードをスマートフォンで読み込み、クイズに答えてデジタルスタンプを集めてください。集めたスタンプ数に応じて、抽選で南区の農産物や限定グッズをプレゼントします。

回 9月15日(火)～11月15日(日)まで

回 市内30スポットに掲示の二次元コード

回 産業振興課 ☎372-6505

スタンプを1個集めると「みなみく妖怪缶バッジ」のカプセルトイで遊べるよ！

スポットの詳細は、特設ページで確認してね！

特設ページはこちら

健康・医療

肺がん・胃がん検診

回 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 回 無料 回 受診券、個人記録票、本人確認書類

●10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
10月6日(火)	白根健康福祉センターなごみなみ	9:00～11:30
10月14日(水)	大郷地域生活センター 鷲巻地域生活センター	9:00～9:30 10:30～12:00
10月31日(土)	白根健康福祉センターなごみなみ	9:00～11:30

胃がん検診 因 検診車によるX線撮影(バリウム)検査 因 40歳以上 回 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

●10月の日程

検診日	会 場	予約受付期間
10月7日(水)	鷲巻地域生活センター	9月9日(水)～10月2日(金)
10月16日(金)	白根健康福祉センターなごみなみ	9月18日(金)～10月11日(日)

●当日受付時間 ①9:00 ②9:30 ③10:00 ④10:30 ⑤11:00

回 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

自己負担金

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)		

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)

マイナ保険証と資格情報のお知らせまたは、資格確認書

健康・医療

肺がん・胃がん検診

くらし

下水道の接続は済んでいますか

下水道へ接続すると、側溝などの汚泥や悪臭がなくなり、ハエや蚊の発生を防ぐことができます。快適な生活空間、水質保全のため、下水道整備地域に住んでいる人は、下水道の早期接続をお願いします。

回 西部地域下水道事務所 ☎370-6372

くらし

下水道の接続は済んでいますか

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

「にいがたポリス」は、県内の犯罪発生情報や防犯情報のほか、防犯ブザーやちかん対策など、安全・安心に役立つ便利な機能を備えた防犯アプリです。

回 新潟南警察署 ☎373-0110

防犯マップ

防犯ブザー

現在地送信

パトロール支援

インストールはこちら

にいがたポリス

募 集

10月25日(日) 執行の新潟市長選挙 期日前投票所立会人を募集

回 南区役所:10月12日(月・祝)～24日(土)、味方・月潟出張所:10月17日(土)～24日(土)

回 南区役所、味方出張所、月潟出張所のいずれか

回 選挙人名簿に登録されている人 各期日前投票所1日につき2人(半日も可) ※応募多数の場合は抽選

1日(8:30～20:00)	日額	12,700円
半日(8:30～14:15または14:15～20:00)	日額	6,300円

※集合時間は別途連絡します

回 9月18日(金)までに申込書を地域総務課・各出張所の窓口またはメール(chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp)、FAX(373-3933)で提出 ※申込書は地域総務課・各出張所窓口で配布、市ホームページからもダウンロード可

回 地域総務課 ☎372-6421

募 集

10月25日(日) 執行の新潟市長選挙 期日前投票所立会人を募集

《 広 告 欄 》

回＝日時 回＝受け付け 回＝会場 因＝内容 因＝対象・定員 回＝参加費(記載のないものは無料) 回＝持ち物 回＝申し込み 回＝問い合わせ

10月8日(木)まで「白根学習館 1階交流ひろば」に展示しています。ぜひご覧ください！

問 地域総務課 ☎372-6621

南区は農家の皆さんを応援します！

7月・8月の販売の様子

FARM NAGASAKIの桃やブドウ、リンゴ、とみやま農園のプラムなどが販売されました。

FARM NAGASAKIで果樹農家を目指し、修行中の野手さん

とみやま農園のプラム

7月から、南区役所2階にミニ直売所「みなみの恵マーケット」がオープンしました。この直売所では、チャレンジ農家(新規就農・就業者や、新たな品目などに挑戦している若手農家)が育てた旬の農産物を販売しています。

南区のおいしい農産物との出会いを楽しみながら、若手農家を応援しませんか？

圃産業振興課 ☎372-6525

9月はナシやブドウの販売を予定しています♪

いつ・どこで買える??

開設時間
午前9時～なくなり次第終了

場所
南区役所2階

開催日
不定期

開催日はSNSでチェック!
南区公式エックス・インスタグラムでお知らせします。

健康福祉課

区民生活課

南区公式エックス

南区公式インスタグラム

公共交通情報コーナー

AI予約型乗合バス「みなくるん」予約説明会について

10月5日(月)運行開始予定の、AI予約型乗合バス「みなくるん」の予約方法について、説明会を開催します。

※居住地に関係なく、どの会場でも参加できます

※スマートフォンアプリのダウンロードや利用者登録を希望する人は、スマートフォン、携帯電話番号・メールアドレスがわかるものをお持ちください

圃地域総務課 ☎372-6609

みなくるん

日にち	10:00～11:30 午前の部 会場	13:30～15:00 午後の部 会場
9/24(木)	南区役所 101 会議室	
9/25(金)	新飯田地域生活センター	茨曾根地域生活センター
9/28(月)	臼井地域生活センター	大郷地域生活センター
9/29(火)	庄瀬地域生活センター	鷲巻地域生活センター
9/30(水)	月潟集落開発センター	味方地区公民館
10/1(木)	根岸地域生活センター	小林地域生活センター
10/2(金)	大通地域生活センター	

南区自治協議会提案事業

みなみく

しあわせなまち・きれいなまち美南区

クリーンアップ月間に参加しませんか

気軽にできる“ごみ拾い”を通じてみんなでつながり、私たちの大切な南区の環境を守りましょう。

圃10月1日(木)～11月1日(日)

圃区在勤・在住など、区内で活動する団体・人であれば参加できます

圃10月16日(金)までに申請用紙をメール(kumin.s@city.niigata.lg.jp)またはFAX(371-5572)で区民生活課※申請用紙は、区民生活課・地域総務課、味方・月潟出張所、地域生活センターにあります(区ホームページからダウンロード可)

圃事業について
地域総務課 ☎372-6609

圃清掃について
区民生活課 ☎372-6145

① 企業・家族・地域などでチームを作りましょう。

② チームで清掃活動を企画し、申し込みましょう。

③ 活動を実行し、その様子を撮影しましょう。

活動成果を報告しましょう。
報告した内容は南区ホームページなどで紹介します。

申請用紙、詳細はこちらから

南区自治協議会提案事業

みんなおいでよ! 第2回 白ねごマルシェ

南区の旬な農産物や特産品などを販売します。

圃10月3日(土)午前10時～午後1時 圃左工門小路(白根商店街付近)

圃区内の旬な野菜や果物、焼き魚などの販売

※出店内容は変更になる場合があります

圃南区自治協議会事務局(地域総務課内) ☎372-6609

●じゃんけん大会 ※各回先着50個

じゃんけんに勝った人に和ナシをプレゼント!

時間 ①10:30～ ②11:30～ ③12:30～

●買い物して遊ぼう! ※なくなり次第終了

500円以上の買い物で1回

カプセルトイか

スーパーボールすくい

カプセルトイの中身は南区関連グッズです!

さてもんこ

カプセルトイの中身は南区関連グッズです!

お知らせ

シロネシネマ喜楽座

圃9月15日(火)午後1時半から 圃白根学習館 圃「ミッドナイトバス」の上映

圃当日直接会場へ 先着400人

圃白根地区公民館 ☎372-5533

愉快痛快シニアライフ

最期の時までより良く生きるために「人生会議」しませんか

「人生会議」(ACP)、フレイル予防、「そぞく」について学びます。

圃10月20日(火)、11月12日・26日、12月3日(木)午後1時半～3時半(全4回)

圃白根学習館

圃おおむね50歳以上の人(各日20人)

※応募多数の場合は4回全て受講できる人を優先して抽選

圃9月28日(月)までにe-NIIGATA(右二次元コード)または白根地区公民館 ☎372-5533

健康体操教室

理学療法士から健康になれる体操を教わりましょう!

圃9月25日、10月9日・23日(金)午後7時～8時(全3回) 圃味方公民館

圃中学生以上 25人 ※応募多数の場合は抽選

圃9月15日(火)までにe-NIIGATA(右二次元コード)または味方地区公民館 ☎373-4788

つきがた映画むら

圃9月29日(火)午前9時15分から 圃月潟地区公民館

圃「若草物語」の上映

圃当日直接会場へ 先着50人

圃同館 ☎375-1050

味方書道愛好家作品展

圃9月27日(日)～10月23日(金)午前9時～午後5時(入館は午後4時10分まで)

※毎週月曜(祝日の場合は翌日)および、9月29日(火)休館 圃曾我・平澤記念館 圃笹川邸共通入館料 一般500円、小・中学生300円 ※土・日曜、祝日は中学生以下無料 圃当日直接会場へ 圃同館 ☎373-6600

9月と10月は「行政相談月間」です

総務省では、行政相談をより多くの人に知ってもらうため、毎年9月・10月を「行政相談月間」とし、広報活動や相談所を各地域で定期的に開設しています。「どこに相談したらよいか分からない」など困っていることがあれば、気軽に相談してください。 圃区民生活課 ☎372-6105

市民の情報掲示板

おやこ自然観察会

日本自然環境専門学校の学生と秋の公園の自然観察や木の実を使った遊びを楽しもう。

圃9月12日(土)午後2時～3時半 圃県スポーツ公園(中央区清五郎)レストハウス・ながたの森

圃同公園 ☎286-1080

《広告欄》

圃＝日時 圃＝受け付け 圃＝会場 圃＝内容 圃＝対象・定員 圃＝参加費(記載のないものは無料) 圃＝持ち物 圃＝申し込み 圃＝問い合わせ