



快適なくらしと
豊かな自然や食が調和する
住み心地のよいまち



西区役所だより 第465号

令和8年(2026年) 8月16日

毎月第1・3日曜日発行

編集・発行 新潟市 西区役所 地域課

〒950-2097 西区寺尾東3丁目14番41号

☎025-268-1000(代表) FAX025-269-1650

<https://www.city.niigata.lg.jp/nishi/>

西区 人口：149,791人(+9) 男：71,994人(+3) 女：77,797人(+6) 世帯数：70,897世帯(+62)※令和8年7月末現在(カッコ内は前月比、住民基本台帳による) 面積93.87km²

認知症になっても 安心して暮らせるまちへ

高齢化の進展とともに、認知症と診断される人も増加しています。誰もがなり得る認知症について、一人ひとりが『自分ごと』として理解することが大切です。

☎ 西区 健康福祉課 高齢介護担当(☎025-264-7330)



知っていますか？認知症のこと

様々な病気により脳の神経細胞の働きが悪くなることで、『物事を記憶したり判断したりする能力』や『時間や場所、人などを認知する能力』が低下し、日常生活に支障をきたしている状態をいいます。

加齢による物忘れとの違い

加齢による物忘れ	認知症による物忘れ
体験の一部を忘れる (例)朝ごはんを食べたことは覚えていますが、メニューは思い出せない	体験したことの全てを忘れる (例)朝ごはんを食べたこと自体を忘れている
物忘れの自覚がある	物忘れの自覚がない

主な症状

思い当たることが複数ある場合は、認知症の初期症状かもしれません。



記憶力の低下

物忘れがひどくなり、同じことを何度も話したり、約束を忘れたりする。



判断力・理解力の低下

料理や買い物、お金の管理などが難しくなる。



場所や時間が分からなくなる

日付や曜日が分からなくなったり、慣れた道で迷ったりする。



性格や気持ちの変化

不安感が強くなる、意欲がなくなるなど。

気になる症状があったら早めに相談・受診を

自分自身、周りの人について「もしかして認知症では?」と思われる症状に気付いたら、まずはかかりつけ医に相談してみましょう。必要に応じ専門の医療機関を紹介してもらえます。

認知症のことを相談できる認知症サポート医や『にいがたオレンジドクター』もご利用ください。詳細は市ホームページ(右の二次元コード)をご確認ください。



また、地域包括支援センターでは、認知症の人の相談や認知症予防について相談に応じています。お気軽にご相談ください。

西区の 地域包括支援 センター

地域包括支援センター 小新・小針

(小新中・小針中学校区、関屋中学校区内の青山小学校区)
(☎025-201-1351)

地域包括支援センター 坂井輪

(坂井輪中学校区)
(☎025-269-1611)

地域包括支援センター 五十嵐

(五十嵐中学校区)
(☎025-378-2255)

地域包括支援センター 黒埼

(黒埼中学校区)
(☎025-377-1522)

地域包括支援センター 赤塚

(内野・赤塚・中野小屋園域)
(内野中・赤塚中・中野小屋中学校区)
(☎025-264-3377)

今年度もやります！認知症あんしん検診

検査・セミナー会場

新潟脳外科病院(山田3057)

① 認知機能 検査



はじめての人も昨年度受けた人も
この機会に受けてみませんか

☐ 9月4日(金)～令和9年2月末までの毎週月・金曜 午後2時～3時(祝日・12月28日(月)～1月4日(月)は除く)

☐ タブレット端末を用いた簡易検査(おひとり約30分)

☐ 認知症の診断を受けたことがない、西区在住の人 各日先着4人

☐ 8月17日(月)午後2時30分から申し込みフォーム(右の二次元コード)または電話で同病院(☎025-231-5125)
(電話申し込み受付時間は平日午後2時30分～4時)



② 認知症 予防セミナー



介護中のご家族の人も
ぜひご参加ください

☐ 右表の開催日で、午後2時～3時30分(全日火曜日)

☐ 認知症治療に関わる医師など専門職による認知症予防のための講座

☐ どなたでも 先着100人

☐ 9月1日(火)午後2時30分から申し込みフォーム(右の二次元コード)または電話で同病院(☎025-231-5125)
(電話申し込み受付時間は平日午後2時30分～4時)



セミナー 全12テーマ

開催日	テーマ
9月29日	① 画像検査で認知症を早期発見
	② 認知症の原因と症状
10月13日	③ 最新の認知症治療
	④ 話題の認知症治療薬について
10月27日	⑤ 睡眠と認知症
	⑥ 認知症予防に効く作業
11月10日	⑦ 認知症予防のための食事のコツ
	⑧ MCI(軽度認知障害)を知ろう
11月24日	⑨ 加齢による脳の変化
	⑩ まわりの人が認知症になったら
12月8日	⑪ 認知症予防のためにできること
	⑫ 知って安心!介護保険と地域の支援



西区の海はこれからが あっちゃんだ！

夏は終盤を迎えますが、西区の海はまだまだイベントが盛りだくさん！朝は静かな波音に癒やされ、昼は思いきり体を動かし、夕暮れには美しい夕日を満喫。一日を通して、さまざまな表情を見せる西区の海へ出かけてみませんか。

問 西区 地域課 企画・広報担当 (☎025-264-7161)

SUP
(スタンド アップ パドルボード)



SUP申し込みフォーム

今回、レベルの異なる3つのSUPコースをご用意しました。各コースで申込締切日が異なります。区ホームページ(右の二次元コード)で締切日をご確認の上、同ページより申し込みください。



中・上級 堀越 カpro SUP講習会



全日本チャンピオン堀越proの講習会を開催します。プロから直接学べるチャンス逃すな！
日 9月27日(日) 午前9時～正午
場 なぎさのふれあい広場
人 SUP経験のある小学生以上30人(応募多数の場合抽選)
持 SUPボード、水着、タオル、飲み物 ￥ 2,000円
申 上記区ホームページより申し込み

初・中級 SUP体験教室



海の上をゆったり進むSUP体験。初めての人でも気軽に楽しめます。
日 8月22日(土)、29日(土)
①午前8時30分～10時 ②午前10時30分～正午
場 なぎさのふれあい広場
人 ①小・中学生とその保護者4組 ②高校生以上4人
①②共に応募多数の場合抽選
持 水着、タオル、飲み物 ￥ 500円
申 上記区ホームページより申し込み

初級 出張！SUP体験教室



海が不安という人にお勧め!安全なプールでSUPに挑戦できます。お気軽にご参加ください。
日 9月1日(火)、4日(金)、11日(金) 午前9時30分～10時45分
場 西総合スポーツセンタープール
人 18歳以上の人6人(応募多数の場合は、抽選)
持 水着、タオル、飲み物 ￥ 500円
申 上記区ホームページより申し込み

ワンコイン朝ヨガ



ヨガは、インナーマッスルが鍛えられ、呼吸法により自律神経が整います。朝のすがすがしい時間帯にヨガを体験して素敵な1日を始めてみませんか。

直接会場へお越しください。
日 8月22日～10月17日毎週土曜日
午前6時30分～7時30分
場 ゆうやけこぼり
人 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)
持 ヨガマット(持っている人)、タオル、飲み物
￥ 各回500円

夕やけLIVE



西区の海と言えば夕日。日本海に沈む夕日を背景に、ジャズやアコースティック、フラダンス、ウクレレ、ピアノなど多彩な音楽ライブコンテンツを展開し、音で楽しむ夏を演出します。

直接会場へお越しください。
場 なぎさのふれあい広場 ￥ 各回500円

【石田 耀子 日本海アニソンLIVE】

- ・9月22日(祝) 17:00～インダナイト
- ・10月11日(日) 16:30～クミコトヨウコ with DJ HOMMA

【多彩な音楽LIVE】

- ・8月30日(日) 17:30～Ryo Sano ウクレレ LIVE
- ・9月13日(日) 17:00～Trio Yunagi クラシック LIVE
- ・9月26日(土) 17:00～Keiko & BlueHour JAZZ LIVE
- ・10月24日(土) 17:00～三間ピアノトリオ JAZZ LIVE

HEALTH & WELFARE 健康 と 福祉

妊婦歯科健診

9月	受付時間	会場	定員(先着)
9日(水)	午後1時～1時30分 午後1時30分～2時 午後2時～2時30分	坂井輪健康センター	18人 17人 10人

持 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票
申 実施日の2日前までに市ホームページ(右の二次元コード)内の申し込みフォームから申し込み



健康相談

健診結果がある人はお持ちください。

9月	時間	会場	問い合わせ・申し込み
15日(火)	午前9時30分～11時30分	西地域保健福祉センター 要申し込み	西地域保健福祉センター ☎025-264-7731
17日(木)	午前9時30分～11時30分 午後1時30分～3時30分	坂井輪健康センター 要申し込み	西区健康福祉課 地域保健福祉担当 ☎025-264-7453
25日(金)	午前9時30分～11時30分	黒埼出張所※ 要申し込み	黒埼地域保健福祉センター ☎025-264-7474

乳幼児に関する育児相談

●は栄養相談 ★は歯科相談あり
持 母子健康手帳、バスタオル

申 市ホームページ(下記二次元コード)内の申し込みフォームから申し込み

9月	時間	定員(先着)	会場	申込開始日	新潟市ホームページ
16日(水)	午前9時30分～11時●	42人	坂井輪健康センター	8月19日(水)	
28日(月)	午前9時30分～11時●★	20人	黒埼出張所※	8月31日(月)	

※黒埼健康センターが工事中的のため、会場が黒埼出張所に変更しています。ご注意ください。

事業実施について日程などに変更が生じた場合は、西区役所ホームページや西区役所公式エックス、にしっこはぐくみLINKなどでお知らせします。

さかいわ じどうかん

開館時間 午前9時～午後5時
(清掃時間中は利用制限あり)



8・9月の休館日・利用できない時間
毎週月曜の終日(祝日の場合、翌平日休館)、
8月25日(火) 正午～午後5時、9月2日(水) 午前9時～正午、5日(土) 午前9時～正午
問 ☎025-269-3154
清掃時間など、坂井輪児童館の詳細は、区ホームページ(右の二次元コード)をご覧ください。



今月のイベント

●チャレンジ工作

日 ①8月30日(日)まで
②9月1日(火)～15日(火)
受付時間午前9時～11時15分、
午後1時30分～4時15分
内 ①牛乳パックのゆるゆる万華鏡
②ありがとうロゼット

●乳幼児の時間

日 8月19日(水)、26日(水)、28日(金) 午前9時～正午
内 自由遊び
人 乳幼児とその保護者

●身体測定

日 8月21日(金) 午前9時～正午
内 身体測定・自由遊び(身体測定は10時30分～11時30分)
人 乳幼児とその保護者
持 バスタオル、おむつ

●は直接会場へ、★は要申込

★ママさんブラス☆ひかり音楽隊

日 9月5日(土) 午前10時30分～11時
内 こどもたちの大好きな曲で楽しもう
人 乳幼児とその保護者、小学生(保護者の参加可) 先着15組
申 8月17日(月)～27日(木)に上記ホームページから申し込み

★タッチケアと産後ママのストレッチ

日 9月8日(火) 午前10時30分～11時30分
講 佐藤 麻美(ベビーマッサージ、ベビーヨガインストラクター)
人 生後2か月～歩き始め前の乳児とその保護者 先着15組(初めて参加する人のみ)
持 バスタオル2枚、飲み物、いつものお出かけセット
申 8月21日(金)～31日(月)に上記ホームページから申し込み

ぜひ、フォローしてください。

フォローはこちらから



情報プラザ

西区公式Instagram「にしくらし」西区の魅力を写真に乗せて、お届けしています。

★メールでの問い合わせ、申し込みは、携帯電話の迷惑メール対策(ドメイン拒否)などにより、担当課から返信できない場合があります。送信する

お知らせ

第4回西区自治協議会
傍聴を希望する人は直接会場へお越しください。なお、会議の概要や資料は、区政情報コーナーや西区ホームページでご覧になれます。
日 8月28日(金)午後3時から
場 西区役所健康センター棟3階
人 先着10人
問 西区 地域課 企画・広報担当 (☎025-264-7161)

みどりと森の運動公園を一部制限
下記の期間、野球場から飛球の恐れがあることから、事故防止のため公園の利用を一部制限します。
日 9月3日(木)～10日(木)、12日(土)～15日(火)、26日(土)～29日(火)
問 同公園(☎025-379-3766)

催し

おはなしのじかん
直接会場へお越しください。
会場 9月 時間
坂井輪図書館 毎週月曜 10:30～10:50
12日、26日(土) 10:30～11:00
黒埼図書館 9日、30日(水) 10:30～10:50
16日(水)★ 10:30～11:00
19日(土) 10:30～11:00
内野図書館 毎週金曜 10:30～12:00(希望の時間に1組10分程度)
西内野地区図書室 12日、26日(土) 14:00～14:30
内 絵本の読み聞かせなど
★はわらべうた
人 乳幼児から
問 坂井輪図書館(☎025-260-3242) 黒埼図書館(☎025-377-5300) 内野図書館(☎025-261-0032) ※西内野地区図書室は、坂井輪図書館へ

読書会
本を読んで感想を語り合います。直接会場へお越しください。
日 9月9日(水)午前10時～正午
場 坂井輪地区公民館4階
内 課題本『国境なき医師団』を見に行く(いとう せいこう 著)
問 坂井輪図書館(☎025-260-3242)

行政書士無料相談会
遺言、相続、成年後見制度などに関する相談に応じます。
日 9月16日(水)午後1時30分～2時30分、2時30分～3時30分、3時30分～4時30分
場 坂井輪地区公民館4階
人 各回先着1組
申 8月19日(水)午前10時から電話で坂井輪図書館(☎025-260-3242)

公民館

坂井輪地区公民館 ☎025-269-2043 〒950-2055 寺尾上3-1-1 第4日曜休館 メール sakaiwa.co@city.niigata.lg.jp
坂井輪ちいさな映画館
直接会場へお越しください。
日 8月31日(月)午前10時～11時45分
内 おじいさんと草原の小学校(103分)
人 先着50人

前に設定の確認・変更をお願いします。
★FAX・メールでの申し込みで、特に記載のないものは、住所、氏名、電話番号を明記してください。

黒埼地区公民館 ☎025-377-1420 〒950-1115 鳥原909-1 第2日曜休館 メール kurosaki.co@city.niigata.lg.jp
おもちゃ病院in黒埼地区公民館
直接会場へお越しください。
日 8月23日(日)午後1時～3時
¥ 実費負担の場合あり

大人にもおすすめしたい えほんのじかん
直接会場へお越しください。
日 9月1日(火)午前10時30分～11時
内 『のりもの』をテーマにした絵本の読み聞かせと紹介

お楽しみ会
日 9月15日(火)午前10時30分～11時30分
内 保育コンシェルジュ相談会(希望者のみ個別相談可)
人 お子さんの入園を考えている保護者とそのこども 先着10組
申 9月1日(火)からオンライン申請『e-NIIGATA』(右の二次元コード)から申し込み

ママさんプラス☆ひかりおんがく隊『オータムコンサート』
日 10月9日(金)午前10時30分～11時10分
人 未就学児とその保護者 先着120人
内 親子で吹奏楽を楽しむ時間
申 9月1日(火)～25日(金)に子育て支援センターほほえみ(鳥原923)で直接申し込み※電話申し込み不可

西地区公民館 ☎025-261-0031 〒950-2112 内野町603 第2日曜休館 メール nishi.co@city.niigata.lg.jp
おもちゃ病院in西地区公民館
直接会場へお越しください。
日 9月6日(日)午後1時～3時
¥ 実費負担の場合あり

パソコンの町医者 地域のパソコン相談室
日 9月8日(火)午後1時30分～3時30分
場 内野まちづくりセンター
内 パソコンなどの操作に関する相談や学習会
人 先着5人
持 ノートパソコンなど
申 8月19日(水)～9月7日(月)に電話で同館

小針青山公民館 ☎025-230-1071 〒950-2022 小針2-24-1 第4日曜休館 メール kobariaoyama.co@city.niigata.lg.jp
地域ふれあいサロン 音楽療法体験
直接会場へお越しください。
日 8月26日(水)午後1時30分から
内 音楽を聴いたり歌ったりし、脳の活性化を図ります。
講 大竹 孔三(音楽療法士)
¥ 100円

小針青山みんなの映画館
直接会場へお越しください。
日 9月7日(月)午後1時30分から
内 パンクシー抗うものたちのアート革命(113分)
人 先着100人

西新潟オープンカレッジ
日 9月10日(木)午後1時30分～3時30分
内 体の中と外の境界『皮膚』のお話 体の中の別世界『大腸』のお話
講 小川 和也(藤田内科消化器科医院 副院長)
人 先着60人
¥ 500円
申 9月5日(土)までに電話で同館

はぐくみベビー教室 乳児期家庭教育学級



西区内4つの公民館と西区健康福祉課が連携し、乳児期家庭教育学級『はぐくみベビー教室』を開催しています。赤ちゃんとの生活がより楽しく温かいものになるように、月齢の近い赤ちゃんの保護者同士で話し合い、交流しながら楽しく学びませんか。
問 黒埼地区公民館(☎025-377-1420)

開催日(全5回)		テーマ	形態
9月13日	日	ようこそ!はぐくみベビー教室へ	親子同室
9月30日	水	赤ちゃんのいる暮らし	
10月4日	日	知りたい!保育サービス&入園準備	保育付き
10月18日	日	チーム子育て 夫婦はチーム	
11月8日	日	お隣の子育て拝見! はじめての絵本	

時間 午前10時～正午
場 黒埼地区公民館
人 令和8年2月～6月生まれの乳児とその保護者 10組(応募多数の場合、第1子の人、初めて参加の人を優先のうえ抽選) 保育定員10人
持 筆記用具
申 8月30日(日)までにオンライン申請『e-NIIGATA』(右の二次元コード)から申し込み



今後の開催予定	
対象	開催月及び会場
令和8年5月～令和8年9月生まれの赤ちゃんの保護者	令和8年11・12月 小針青山公民館

高齢運転者実技講習会



自動車の交通ルールや緊急時の対応方法などを、講師指導の下で実際に自動車(AT軽自動車)を運転しながら再確認します。なお、運転免許更新時の高齢者講習とは異なります。

場 新潟文化自動車学校(青山1)
人 西区在住の65歳以上で運転免許証を持っている人 先着12人
申 8月19日(水)～9月9日(水)に電話で西区 総務課 安心安全担当 (☎025-264-7120)

まちの話題 TOWN TOPICS 身近な情報をお知らせください ☎264-7161 地域課 企画・広報担当まで

みんなの力で青山海岸をきれいに 青山海岸ビーチクリーン



7月4日、青山海岸で海水浴シーズン前の海岸清掃活動が行われました。UX新潟テレビ21 Team ECO事務局が主催し、新潟県Honda Carsの特別協賛、新潟市西区の協力により実施されたもので、当日は晴天のもと約280人が参加しました。開会式と準備運動の後、参加者は家族や友人と声を掛け合いながら、楽しんでごみ拾いに取り組みました。また、一部の区画ではHondaの海岸清掃車が細かなごみを効率的に回収しました。多くの人の協力により、海水浴シーズンを前に、安全で気持ちよく利用できる海岸に整えることができました。

ふれあい掲示板

市民グループなどから寄せられた催し物案内を掲載しています。詳細は、主催者にお問い合わせください。

イオン社協のひろば『防災講座とクロスロードゲーム』
日 9月15日(火)午後2時～3時30分
場 イオン新潟青山店 2階 コミュニティ広場(青山2)
内 防災の基本とクロスロードゲームで災害時の対応を考える
講 西区総務課安心安全担当職員
人 先着15人
申 9月11日(金)までに電話で西区社会福祉協議会 (☎025-211-1630)

市民公開講座 第39回有壬セミナー
日 9月26日(土)午後3時30分～5時30分
場 第四北越銀行本店『だいしほくえつホール』(中央区東堀前通7)
内 引き算の縁と足し算の縁～がんステージ4からの生還～
講 笠井 信輔(元フジテレビアナウンサー)
人 先着250人
申 9月18日(金)までに往復ハガキで応募(往信:〒951-8510 新潟市中央区旭町通1-757 新潟大学医学部学士会 往信裏:申込者住所、氏名、年齢、電話番号、参加人数)
問 新潟大学医学部学士会 (☎025-227-2037)