



にしかん

第364号

令和4年(2022年)

6月5日

毎月第1・3日曜日発行

【編集・発行】新潟市西蒲区役所 地域総務課
〒953-8666
新潟市西蒲区巻甲2690番地1
電話 0256-73-1000(代表)
FAX 0256-72-6022

西蒲区ホームページ
<http://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/>

● 西蒲区データ 人口 54,703人 (-70) 世帯数 20,821世帯 (+34) 男 26,526人 (-19) 女 28,177人 (-51)

※4月末現在の住民基本台帳。
カッコは前月末比

地域伝統の「わざ」を伝える なりわいの匠

西蒲区

問い合わせ

▼この記事の取材内容に関すること

地域総務課 広報・文化スポーツグループ (☎0256-72-8102)

▼「なりわいの匠」に関すること

産業観光課 農政・農業振興グループ (☎0256-72-8407)

「なりわいの匠」は、新潟県の農山漁村体験のインストラクターであり、農山漁村地域の暮らしの中で培った「わざ」を活かした体験交流の指導者として、新潟県知事が認定しています。西蒲区内にも、地元で採れる材料を使った加工品や、地域に伝わる工芸品・郷土料理づくりなどの匠に認定された人たちがいます。今回は第2弾「なりわいの匠」を紹介します。

米こうじづくり・おこわ・団子・大福 小林 金一さん



小林さんはもともと米農家としてお米を販売していましたが、平成12年からおこわや笹団子、ちまきなどの加工品の販売も行うようになりました。現在は団子や大福、米こうじなども作るようになり、販売種類を増やしお客様のニーズに応えてきました。平成21年に「なりわいの匠」に



認定された小林さんは、美味しい状態で皆さんに食べてもらいたいとの思いで、午前2時半から作業を始めるそうです。現在は巻や岩室、燕市など計7か所の直売所で販売しています。今年の春には、直売所で甘酒や米こうじを無料配布し、顧客層の拡大に努めていると言います。

米こうじ作りは3年前から始め、最初の頃は上手くいかず大変だったようですが、失敗を重ねていくうちに、こうじ菌が繁殖しやすい適温が分かるようになったと言います。小林さんは「何回も失敗したからこそ、自信をもって販売できるまでに成長できた。」と照れながらも話してくれました。こだわりはコシヒカリで米こうじを作ること、お客さんからは「小林さんの作った米こうじは甘い」と言われることが多く好評だそうです。

小林さんは毎日かかさず作業するため、体調には人一倍気を付けており、「家族を幸せにするためにまだまだ頑張っていきたい。」と真剣な眼差しで語ってくれました。

米こうじ作業工程



- ① 米を蒸して冷ました後、種こうじを撒きよく混ぜ1日寝かせる。
- ② 2日目の朝、米のかたまりを1粒ずつばらばらにほぐす。
- ③ 同日の夕方にもう1度、米のかたまりをほぐす。
- ④ 3日目の朝【完成】
こうじ菌の菌糸が米に根付いた状態になり、米こうじの完成!

そば打ち 大久保 直樹さん



大久保さんは長年、岩室村役場で勤務していました。退職後、高校時代の友人がそば打ちの先生をしていることを知り、その先生からそばを学び、平成23年に「なりわいの匠」の認定を受けました。コロナ禍以前は、県内外の友人を20人ほど招き、手打ちそばをふるまっていたそうです。現在、大久保さんは毎年行われている新そばまつりに参加しています。新そばまつりは、巻地域で生産された新そば粉を使い、会場で打った茹でたてのそばを食べることができるイベントで、大勢の人でにぎわいます。

大久保さんは、そばを一番美味しい状態で食べてもらうことがこだわりで、作り置きはせず、時間管理を徹底していると言います。打ちたて・茹でたてのそばは、こしがあり喉ごしの良さが自慢とのこと。そば作りを通して会話が盛り上がり、そば打ちを始めた大久保さんは、「また友人を招いてそばを振る舞える日が来ることを楽しみにしています。」と話してくれました。

大久保さんは、そばを一番美味しい状態で食べてもらうことがこだわりで、作り置きはせず、時間管理を徹底していると言います。打ちたて・茹でたてのそばは、こしがあり喉ごしの良さが自慢とのこと。そば作りを通して会話が盛り上がり、そば打ちを始めた大久保さんは、「また友人を招いてそばを振る舞える日が来ることを楽しみにしています。」と話してくれました。



△延ばし

打ち粉を振りながら麺棒で中央手前から押し出すように、1~2mmの薄さになるまで丁寧に延ばします。



△切り

駒板を押さえ、駒板に沿って包丁をスライスさせるように生地を切ります。



△二八そば

そば粉8に対して強力小麦粉2の割合で打つ二八そば。そばちよこも大久保さんの手作り、竹を切り加工したそうです。

野菜・漬物作り 笹川 フミ子さん



結婚を機に巻地域に移住した笹川さんは、平成16年からご自身で育てた野菜を使った漬物の販売を始め、平成20年に「なりわいの匠」に認定されました。現在はズッキーニ、ナス、ダイコン、ジャガイモ、タマネギなど多くの野菜を育てており、給食センターにも出荷しています。ズッキーニは1個500~600gの大きなサイズのものも含め200kg程度出荷する月もあるとのこと。また、この地域でズッキーニを大規模で育てている農家が珍しいことから、県内外から小学生がズッキーニの収穫に訪れたことがあるそうです。「収穫や給食をきっかけに、こどもたちがズッキーニを大好きになってくれた。とても嬉しくやりがいを感じた。」と笑顔で話してくれました。

1人で多くの野菜と漬物を作るため、体への負担が大きくならないよう、合理的に作業することを心掛けているそうです。「お客さんからの『早く笹川さんの漬物が食べたい。』という言葉が励みになる。まだまだ作り続けていきたい。」と語ってくれました。



△ズッキーニ・カブ・キュウリの漬物。採れたての野菜をすぐに漬けるので新鮮です。



△カブを酢と砂糖と食紅でピンク色に漬けた「ピンクレディ」。カブのビタミンと酢の健康効果を得ることができることから、女性に人気の商品だそうです。甘めな味付けも人気の秘訣です。





新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、掲載したイベントは急ぎょ中止となる場合があります。感染症予防のため、3密（密集・密接・密閉）の場所の回避、こまめに手洗い・手指消毒を行う、飛沫防止のためにマスクを持参し着用するなど「新しい生活様式」の実践をお願いします。

歯

がしみる～知覚過敏症かもしれません～

6月4日(土)～6月10日(金)は歯と口の健康週間です。歯や口の健康について見直しましょう。

健康福祉課健康増進係 (☎0256-72-8380)

たはた歯科医院
田畑伸人先生に話を伺いました

冷たい食べ物や飲み物が恋しい季節がやってきました。ですが、冷たいものを口にすると「キーン!」と歯がしみるのが怖くて口にできない、という人も多いのではないのでしょうか?虫歯が見当たらないのに歯がしみる、という人は**知覚過敏症**の可能性があります。

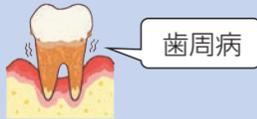
▼歯の構造

象牙質には象牙細管と言われる微細な管状構造があります。本来はエナメル質に覆われていますが、何らかの原因で象牙質が表面化し露出すると象牙細管を通じて神経に刺激が伝わり、「しみる」「痛む」といった症状が現れます。



▼原因

▼歯周病や、歯ブラシの誤った使用による歯肉退縮（歯茎が下がって根が露出する）



歯周病

▼酸蝕症：酸によって歯が溶けてしまっている状態
健康志向の高まりで日常的に酢やレモンなどの酸性食品を摂る人が増えてきましたが、体に良いことも歯にとっては被害甚大です。



エナメル質が溶け薄くなっている

▼歯ぎしりや食いしばり

- ① 歯の根元にひずみが生じ根元がえぐられる（楔状欠損）
- ② 歯に亀裂が入る
- ③ 歯の摩擦で象牙質が露出する



亀裂



摩擦

▼対処方法

- ① 生活習慣の改善、歯周病の治療、知覚過敏抑制効果が期待できる歯みがき剤の使用
- ② 露出した象牙質面に対し、塗り薬やコーティング剤の塗布、修復治療処置
- ③ 症状が深刻で改善が困難な場合は神経をとる
- ④ 歯ぎしり、食いしばりに対し、就寝時マウスピースを使う



最近、重度で難治症の知覚過敏症が増えているように感じます。適切に対処して冷たいアイスががぶり!としたいですね。



親子の絆づくり（愛称：BP2）プログラム

きょうだいが生まれた!

赤ちゃんとの親子の絆づくりの他、幼児期に入っている上のお子さんとの関わり方などを学ぶ講座です。毎週1回2時間の5週連続講座です。ぜひ参加してください。



以前参加したお母さんたちの声

- 3人の子育ては大変ですがこどもたちを生んでよかったと思えた。
- 感情的に怒るのではなく、いったんこどもの気持ちを受け止めることが大事だと思った。
- より一層上の子との関わりを深く持とうと思えた。
- 改めて自分を振り返る良い機会になった。

期日	時間	内容
7月14日(木)	午前10時～正午	新しい出会い
7月21日(木)		こどもとの関わり方
7月27日(水)		こどもの心の発達と「しつけ」
8月3日(水)		私のストレス
8月10日(水)		親としてよりよく生きる

※開催曜日がそれぞれ異なります

場 巻地域保健福祉センター

人 西蒲区在住の生後2か月～5か月の赤ちゃん（第2子以上）とその母親 先着10組程度

※幼児期（就学前児）の上のお子さんがある人が対象です

※参加は乳児と母親のみとなります

※上のお子さんの保育あり（希望者は事前に申し込んでください）

持ち物 後日発送する案内にて持ち物を確認してください。

その他 テキストは貸し出します。

問 あす6日(月)午前9時から電話で健康福祉課児童福祉係 (☎0256-72-8369) へ

県民介護知識・技術習得講座

在宅高齢者やその介護家族等に役立つ講座を開催します。

場 新潟ユニゾンプラザ（中央区上所2-2-2）

人 新潟県内在住の人（高校生以上）各コース先着15人程度

※介護技術・基本コースは3日間全て参加できる人

問 新潟県社会福祉協議会へ

• 電話：025-281-5525 ※受付時間：平日午前8時半～午後5時

• メール：kaigo@fukushiniigata.or.jp

• FAX：025-282-0548（チラシを持っている人）

介護体験・入門コース Aコース

日 6月14日(火)午前10時～午後4時

① 講義「介護のための基礎知識」

② 講義「地域住民による助け合い活動」

持ち物 昼食、筆記用具

介護体験・入門コース Bコース

日 6月17日(金)午前10時～午後4時

① 講義「高齢者・障がい者の理解」

② 体験「家庭における緊急時の対応」

持ち物 昼食、筆記用具、動きやすい服装、内履き、ハンカチ1枚

介護技術・基本コース 6月コース

日 6月22日(水)・6月23日(木)・6月28日(火) (全3日間) 午前10時～午後4時

実技「在宅介護の基本介護技術の習得」

介護の基本、介助の方法(寝返り、車いす、衣類の着脱、食事、排せつなど)

持ち物 昼食、筆記用具、動きやすい服装、内履き、バスタオル1枚、フェイスタオル1枚

《広告欄》



危険物安全管理運動

一連の確かな所作で無災害

西蒲消防署では、危険物取扱事業所などにおける自主的な保安体制の確立と事故・災害の未然防止を図るため「危険物安全管理運動」を行います。注意事項を守り、安全で適切な取り扱いをお願いします。

回きょう5日(日)～6月11日(土)
西蒲区在住の人
西蒲消防署市民安全課予防調査係 (☎0256-72-3309)



胃がん集団検診 (要予約)

期日	対象	会場	予約開始日
6月20日(月)	男女問わず	巻地域保健福祉センター	予約受付中
6月22日(水)	女性のみ	巻地域保健福祉センター	予約受付中
7月1日(金)	女性のみ	西川健康センター	6月10日(金)
7月4日(月)	男女問わず	西川健康センター	6月10日(金)
7月14日(木)	男女問わず	巻地域保健福祉センター	6月24日(金)

各予約開始日から検診日2日前までに電話で労働衛生医学協会 (☎025-370-1800) へ ※受付時間:平日午前9時～午後4時半 定員になり次第締め切ります。
健康福祉課健康増進係 (☎0256-72-8380)

もっと西蒲区の歴史を知ろう!

巻郷土資料館「初級 古文書講座」受講生募集

回7月13日(水)・8月10日(水)午前10時～11時半
巻地区公民館
講師 高野まりいさん (新潟市文書館)
古文書に興味のある人 先着24人
回6月7日(火)～6月16日(木)までに電話で巻郷土資料館 (☎0256-72-6757) へ
※月曜休館

西蒲区スポーツ協会主催

無料スポーツ体験教室「ホッケー体験会」

回6月26日(日)午前10時～午後1時
城山運動公園 屋内コート
6歳(年長)～小学6年生 先着20人
持ち物 運動できる靴、服装
その他 体験会后バランススクーターに試乗できます。
回6月8日(水)～6月22日(水)までに電話で城山運動公園 (☎0256-72-1212) へ

お知らせ版

日=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員
円=参加費(記載のないものは無料) 問=問い合わせ
申=申し込み(記載のないものは申し込み不要。当日直接会場へ)

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載した催しなどが中止となる場合があります。開催については事前に主催者へ問い合わせてください。感染症予防のため、催しなどに参加する際はマスクを持参し着用してください。

子育て (子育て支援センター・児童館)

ぐるぐる広場 (世代交流館 どんぐりの舎内) ☎0256-72-6240

●赤ちゃん広場「オカリナコンサート」

回6月9日(木)午後2時～
講師 かのんさん
先着10組
直接または電話で同センターへ

●ゆたぴー先生の育児講座「幼・保・こども園」個別相談有り

回6月10日(金)午前10時半～
講師 斎藤裕さん (新潟県立大学教授)
先着10組
直接または電話で同センターへ

●赤ちゃん広場「夏の感染症と肌ケア」個別相談有り

回6月13日(月)午後2時～
講師 健康福祉課 保健師
先着10組
回あす6日(月)から直接または電話で同センターへ

ほかほかヨアラ (岩室保育園内) ☎0256-82-2900

●育児講座「離乳食の初期・中期について」

回あす6日(月) 午前10時～11時
講師 健康福祉課 栄養士
先着5組
回あす6日(月)電話で同センターへ

さくらんぼ (中之口こども園内) ☎025-375-5690

●リズム遊び

回6月14日(火)午前10時50分～11時20分
講師 横山香代子さん
先着5組
直接または電話で同センターへ

●赤ちゃん広場 健康講座「暑い季節に向けて」

回6月15日(水)午後2時20分～3時20分
講師 健康福祉課 保健師
先着5組
直接または電話で同センターへ

かるがも広場 (鏡郷保育園併設) ☎0256-88-2286

●育児講座「お口の健康」

回あす6日(月)午前10時半～11時
講師 幡本範子さん (歯科衛生士)
先着5組
回あす6日(月)電話で同センターへ

ぴよぴよ (かたひがし保育園内) ☎0256-86-2023

定期開催の催し以外で、掲載するイベントはありません。

トマトくらぶ (めぐみこども園併設) ☎0256-78-8817

●育児講座「色を使ってママの心のメンタルケア」

回6月14日(火)午前10時半～
講師 久保田和世さん (カラーセラピスト)
先着4組
直接または電話で同センターへ

●骨盤ケア講座

回6月21日(火)午前10時半～
講師 松山由美子さん (保健師)
先着4組
直接または電話で同センターへ

あそびの山 (岩室地区児童館) ☎0256-82-2169

6月の休館日は、6月7日(火)午後です。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間、通常と異なる利用方法とします。詳細はホームページで確認してください。

ださい。ご理解とご協力をお願いします。

お知らせ

フードバンクにいがた ボランティア募集のお知らせ

ボランティア内容 食品の回収、配達、仕分け作業
募集曜日 都合の良い火・木・金曜午後1時～4時 (週1回～)
場フードバンク新潟センター (中央区幸町7-16 KRビル1階)
持ち物 帽子、内履き
回電話で同センター (☎025-282-7374) へ

相談

無料カウンセリング

新潟県カウンセリング協会「傾聴の会」による無料カウンセリングを行います。夫婦、家族、仕事、転職、人間関係など、さまざまな悩みに心理カウンセラーが対応します。

回6月12日(日)・6月26日(日)午前9時～正午
場クロスパルにいがた (中央区礎町通3)
先着10人
その他 相談時間1人50分
回各開催日前日までに電話で新潟県カウンセリング協会 傾聴の会 阿部 (☎090-3210-0051) へ

特設人権相談所の開設について

心配事や困り事などを気軽に相談してください。人権擁護委員が相談を受けます。
回6月15日(水)午前10時～午後3時
場巻ふれあい福祉センター
場新潟県地方務局人権擁護課 (☎025-222-1563)

県が「休日労働相談会」を開催します

労働者や事業主の労働についてのさまざまな悩みに社会保険労務士(県労働相談アドバイザー)や職員がアドバイスします
回6月19日(日)午後1時～4時半
電話相談または面談相談(対面またはオンライン)

場新潟地域振興局 (秋葉区新津4524-1)

回予約があれば予約優先で対応
回面談相談:6月17日(金)正午までに電話で新潟県新潟労働相談所 (☎0250-23-6110) へ
※電話面談は予約不要。当日に同電話番号へ電話してください。
場新潟県新潟労働相談所 (☎0250-24-7148)
備考 ホームページで詳細を確認できます。「新潟県 新潟労働相談所」で検索、またはQRコードを読み取ってください。



催し

第32回日本顎変形症学会総会・学術大会 市民公開講座

顎の形態とかみ合わせを治す外科的矯正治療の流れとその効果について、分かりやすく解説します。
回6月10日(金)午後5時～6時
場インターネットで視聴可能な環境が整っている場所
講師 小林正治さん (新潟大学組織再建口腔外科学分野 教授)
先着400人
その他 申し込み不要です。当日午後4時40分～5時の間に下記QRコードからオンラインセミナー (Zoom) に入室してください。詳細は運営事務局にお問い合わせください。
場運営事務局 (☎025-278-7232)
受付時間:平日午前10時～午後5時



《広告欄》