

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きょ中止となる場合があります。感染症予防のため、催しなどに参加する際には3密(密集・密接・密閉)の場所の回避、こまめに手洗い・手指消毒の実施、場面に応じたマスクの着用など「新しい生活様式」の実践をお願いします。



にしかん ウオーキングチャレンジ開催!

9~11月

☎健康福祉課 健康増進係(☎0256-72-8380)

とってもお得な特定健診が、年に1回受けられます

「にしかん健康プロジェクト」とは

西蒲区は、脳血管疾患(脳卒中)で亡くなる人の割合が、なんと、全国平均の約1.35倍! 市内でも運動習慣が少ない区は脳血管疾患で亡くなる人の割合が高い傾向にあります。西蒲区は、運動習慣がない人も多い状況です。

脳血管疾患が原因で亡くなる人の割合
※全国平均を100とした場合の標準化死亡比



運動習慣がない人の割合

※特定健診質問票「1回30分以上の運動を週2回以上している」に「いいえ」と回答



西蒲区民の傾向

- ・甘じょっぱい味付け、漬物を好む
- ・運動習慣が定着しない(農作業≠運動)
- ・特定健診受診率が低い
- ・飲酒、喫煙習慣が多い
- ・野菜の摂取量が少ない



出典:「新潟市」健康寿命延伸計画「アクションプラン」新潟市保健衛生総務課(令和3年3月)平成27-28年度新潟市健康・栄養調査、特定健診質問票

以上の状況を踏まえ、西蒲区民の健康寿命の延伸を目指して「にしかん健康プロジェクト」が立ち上がりました。

「にしかんウオーキングチャレンジ」とは

「にしかん健康プロジェクト」のもと、運動に取り組むきっかけづくりとして、令和元年度から始まりました。

参加方法は、開催期間中の歩数などをウオーキング手帳に記入し、期間終了後に提出するだけ。提出方法は、手帳で封筒を作成し、ポストに投函するだけです(切手不要)。



手帳を提出いただいた皆さんには、後日、参加結果と参加賞をお送りいたします。記録は毎日ではなく構いません。運動習慣を増やして健康寿命を延ばすために、ぜひ参加してください。

開催期間: 9~11月の3か月間
 記録提出: 12月(返却は2月予定)
 手帳設置場所:
 西蒲区役所 健康福祉課、巻地域保健福祉センター、各出張所、公民館、図書館、体育館、保育園、子育て支援センターなど



まちの話題!

第1回北陸農政局食育活動表彰 北陸農政局長賞受賞 (西蒲区農村地域生活アドバイザー連絡会 岩室地区)

6月23日(木)、北陸農政局(石川県金沢市)において、「第1回北陸農政局食育活動表彰」の表彰式が開催されました。これは、管内における食育関係者の取組を対象として、その功績をたたえるものです。受賞者6団体のうち、新潟市では「西蒲区農村地域生活アドバイザー連絡会 岩室地区」が表彰されました。連絡会会員は「小学校6年間の発達段階にあわせた食育・農業体験活動などの実施による、児童の成長支援」として和納小学校の全学年を対象に、大豆の栽培から味噌づくりまでの体験や「チマキ」づくりなどの指導を21年間にわたり実施してきました。7月5日(火)、連絡会を代表して阿部マサ子さんと阿部久美子さんが区長を訪問し、受賞の報告をされました。



味噌づくりは和納小学校6年生が対象で、10月の文化祭での販売に向けて、5月に仕込みが始まりました。煮て蒸された大豆をミートチョッパーで潰すグループや米こうじを作るグループなどに分かれ、児童は慣れない作業に戸惑いながらも、真剣に取り組んでいました。



潟東おまつり広場~どろんこカップ2022~

潟東地区の名物イベント「どろんこカップ」が開催されます。3年ぶりの開催となる今年は、田んぼの中でドッチボールやどろんこフラッグなどを行います。コスプレ衣装での参加者には特別賞が!? この他にも、楽しい催しが盛りだくさん。皆さんのお越しをお待ちしています。



☎8月16日(火)
☎潟東ゆう学館周辺

時間	催し
午前9時~正午ごろ	どろんこカップ2022
午前10時~	おまつり広場 屋台
午前11時~	子どもフェスタ2022
午後1時半~	ステージショー(昼の部)
午後4時~	潟東中学校吹奏楽演奏
午後5時~	ステージショー(夜の部)
午後7時半~	花火

※当日は潟東ゆう学館、潟東図書館は臨時休館です

「どろんこカップフォトコンテスト」も同時に開催します!

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止となる場合があります。

☎潟東おまつり広場実行委員会事務局(潟東地域コミュニティ協議会内)
(☎0256-86-3123)

《広告欄》

マイナンバーカードを作って、マイナポイントを申し込もう。