

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。

まちの話題1 秋の全国交通安全運動が行われました!

9月21日からの10日間「秋の全国交通安全運動」が行われ、初日には交通安全功労者等表彰式や出発式、白バイ隊員による見本走行が行われました。また、ラジオパーソナリティーの遠藤麻理さんが1日署長に就任し、ドライバーに安全運転を呼びかけました。

夕暮れの早まりと秋の行楽期の重なる時期に交通事故が多発することから、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を呼びかける目的で行われた同運動は、西蒲地区交通安全センター前をはじめ西蒲区内の7か所で行われ、通りかかったドライバーに啓発のチラシと地元の梨を手渡し、「事故なしをお願いします」と声掛けを行いました。

12月11日~20日には冬の交通事故防止運動が始まります。冬型の気候や飲酒機会の増加による交通事故が懸念されます。安全運転を心がけましょう。



まちの話題2 講演会「年をとっても脳が元気になる!」~認知症をくいとめる10か条~が開催されました!

10月1日(土)西川多目的ホールにて、西蒲区自治協議会主催の講演会が開催されました。長岡市寺泊野積出身の医学博士・加藤俊徳先生を講師に迎え、認知症予防のコツや認知症患者との向き合い方などを分かりやすく時に笑いを交えながらお話をされていました。

当日は580人が来場し、講師の話に熱心に耳を傾け、メモを取る姿もあり、関心の高さが伺えました。来場者からは「認知症予防の方法が分かった」や「生活改善を図りたい」などの声があり、認知症予防のコツを学べたようでした。ここで、講師からお話のあった実践の一部を紹介します。ぜひ実践して、認知症を予防しましょう。

- ・寝不足、運動不足、食事不足を予防する
・毎日7時間寝て、正しい脳内リズムをつくる
・新聞を読む、日記を付ける、音読をする
・指先の運動、片付け整理整頓をする

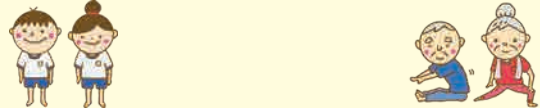


まちの話題3 ぐる〜んとつなぐれ西蒲9コミ協大運動会が開催されました!

10月10日(祝)のスポーツの日に、城山運動公園で大運動会が行われました。3~82歳の幅広い年代の人が参加し、レクリエーションやチーム対抗戦で汗を流しました。司会はお笑い芸人の新宿カウボーイのお2人が務め、漫才の披露も行われました。

個人で行うレクリエーションは、障害物フリーキックやスリッパとばしなどバラエティに富んだ6つの競技があり、参加者は限られた時間で各競技を楽しんでいました。

チーム対抗戦は、地域ごとの9つのチームに分かれ、高さ3メートルのかごに玉を投げ入れるアジャタやバケツリレー、しっぽとりゲームの3つの競技で競い合い、漆山①チームと角田チームが同率一位という結果になりました。参加者からは、「チームワークで1位が取れたと思う。最高のスポーツの日だった」との感想をいただきました。



定例日健康相談会のご案内

Table with 3 columns: Date (12月), Venue (相談会場), and Time (相談時間). Rows include 12日(月) at 西川健康センター, 14日(水) at 巻地域保健福祉センター, and 23日(金) at 中之口地区公民館.

保健師・栄養士が個別で健康相談に応じます。体組成測定(体脂肪率や筋肉量など)、血圧測定、血管年齢測定、生活習慣病予防のためのアドバイス
持ち物 健康診断や人間ドックなどの結果、内履き
各相談日の2日前までに電話で巻地域保健福祉センター(☎0256-72-7100)へ

水洗便所改造助成金について

浄化槽やくみ取り便所から下水道への切り替え工事の助成金があります。処理開始から3年以内の改造工事が対象です。

- ◆1年以内の工事 30,000円
◆1年を超え3年以内の工事 20,000円
※新築や法人は対象外です
☎西部地域下水道事務所 普及推進室 (☎025-370-6372)



親子de楽しむ工作工房 干支飾りを作ろう -兎年編-

12月17日(土)午前10時~正午
巻地区公民館
講師 Atelierちか室 乙川千香さん
小学4~6年生の親子 先着8組
1組1,200円(材料費)
持ち物 汚れてもいいタオル、持ち帰り用の箱など
11月24日(木)~12月6日(火)までに電話で巻地区公民館(☎0256-72-3329)へ ※受付時間:月~金曜の午前9時~午後5時



ビジネスセミナー 起業準備のすすめ方~お金・アイデア・計画のお話~

起業に不安がある人に、起業までのステップを事例を交えながら分かりやすくお伝えします。

- 12月3日(土)午後2時半~4時(開場:午後2時~)
西川学習館
講師 新潟IPC財団 プロジェクトマネージャー 山崎寛和さん
20人(応募多数の場合は抽選)
11月26日(土)までに以下のいずれかの方法でお申し込みください
① 西川図書館への申し込み
...かんたん申し込み(右記二次元コード)、窓口、電話(☎0256-88-0001)で受付
② 新潟IPC財団への申し込み
...新潟IPC財団ホームページで受付



母子保健だより

健康福祉課健康増進係 ☎0256-72-8372



妊婦歯科健診(要予約)
12月7日(水)(受付:①午後1時~、②午後1時25分~、③午後1時50分~)
巻地域保健福祉センター
西蒲区に住民登録している妊婦 先着24人
持ち物 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票
11月23日(祝)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

育児相談会(要予約)
12月16日(金)(受付:午前9時半~11時)
巻地域保健福祉センター
個別相談、身体測定、栄養相談
区内在住の乳幼児の保護者
持ち物 母子健康手帳、バスタオル
開催日の前日までに電話で巻地域保健福祉センター(☎0256-72-7100)へ

新型コロナウイルス感染症の状況により、事業実施が困難となった場合には、ホームページなどでお知らせします。
感染症予防のために、マスクを持参・着用してください。

はじめての離乳食(要予約)
12月19日(月)午後1時半~2時半(受付:午後1時15分~)
巻地域保健福祉センター
離乳食のはじめ方と進め方、体重測定(希望の人)
生後5か月ごろの乳児の保護者 先着15人
持ち物 母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃん連れの場合)
11月23日(祝)~12月17日(土)までに電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

12月の健診のお知らせ
・1歳6か月児健診
・3歳児健診
※対象者には、個別に案内を送付しています

《広告欄》

かもん!カネねぎまつり 12月4日(日)開催! 場潟東地域コミュニティセンター