



特殊詐欺被害防止活動

国際電話を利用した特殊詐欺が急増しています。詐欺被害を防止するためには、**国際電話からの着信を受けない対策が有効**です。

この度、区と西蒲警察署が合同で、国際電話からの発着信を休止する「国際電話不取扱手続き」についての説明をする窓口を開設します。国際電話不取扱申請書の書き方も説明しますので、ぜひ利用してください。

回 9月12日(金)、10月15日(水) 午前10時～正午

場 西蒲区役所

回 地域総務課総務・安心安全グループ (☎0256-72-8147)



高齢者の総合相談窓口「地域包括支援センターです！」

第3回



9月は新潟県高齢者見守り強化月間です！

新潟県高齢者見守り強化月間とは、県民一人一人が高齢者を見守り、支え合う地域づくりを目指し、民間企業と連携して見守り体制を整える期間です。この機会に、高齢化や地域の課題について考え、見守りや支え合いの活動を始めてみませんか。

皆さんの近くに住む高齢者にいつもと違った様子はありませんか？

以下の項目について、チェックしてみましょう。

●ひとり暮らしの高齢者

- ☐ 最近姿を見ない
- ☐ 新聞がたまっている
- ☐ 夜になっても電気がつかない

●悪質商法

- ☐ 見慣れない人が出入りしている
- ☐ 未開封の段ボール箱がたくさんある

●認知症

- ☐ 何回も同じ話をする
- ☐ 不自然な時間に散歩している

近所の高齢者をみんなで温かく見守りましょう！

地域包括支援センターでは、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、さまざまな相談に応じています。“いつもと様子が違う”と感じたら、地域包括支援センターや民生委員などに連絡してください。(相談無料、秘密は守られます)

■地域包括支援センター西川 (☎0256-88-3122)

【担当地域】西川中学校区

■地域包括支援センター中之口・潟東 (☎025-375-8833)

【担当地域】中之口中学校区・潟東中学校区

■地域包括支援センター巻 (☎0256-73-6780)

【担当地域】巻東中学校区・巻西中学校区

■地域包括支援センター岩室 (☎0256-82-5501)

【担当地域】岩室中学校区

幼児期家庭教育学級 受講者募集 「1～3歳児の子育て 今、ちょっと知りたいこと」

期 日	内 容	講 師
10月29日(水)	イヤイヤ期は イライラ期？	丸山マチ子さん (公認心理師 臨床発達心理士)
11月5日(水)	こどもをはぐくむ 「食と栄養」	健康福祉課管理栄養士
11月15日(土)	なっちゃん先生と おやこ de ダンス	下田奈津美さん (ダンスインストラクター)

場 岩室地区公民館 時間：午前10時～正午 全3回

人 1歳～3歳児の保護者 8人 (応募者多数の場合は抽選)

保育あり 1歳～3歳までの未就学児 8人

回 10月3日(金)までに

①新潟市オンライン申請システム「e-NIIGATA」
(右記二次元コード) で申し込み

②電話で岩室地区公民館 (☎0256-72-8844) へ

▼申し込み



からだ測定！体操教室(要予約)

理学療法士の体操教室と各種測定を一緒に行います。
今回のテーマは「**骨粗しょう症予防と運動**」です。

回 9月25日(木) 午後1時半～3時

場 巻地域保健福祉センター

回 理学療法士による講話・体操 (個別相談も可)、
各種測定 (体組成、血管年齢、血圧測定)

人 先着20人

持ち物 内履き、飲み物

回 電話で健康福祉課健康増進係

(☎0256-72-8380) へ



からだのどの部分に筋肉や
脂肪が多いか、左右差は
あるかなど、ボディバラ
ンスも分かります！

健康増進普及講習会「食べていきいき！フレイル予防」

回 9月30日(火) 午前9時45分～午後0時半 (受付：午前9時半～)

場 潟東地域コミュニティセンター

人 先着10人

回 ①管理栄養士によるミニ講話

「フレイルについて、フレイル予防のための食事」

②食生活改善推進委員との調理実習・試食

¥500円

持ち物 参加費、エプロン、三角巾、筆記用具、飲み物、内履き

メニュー 大豆ミート餃子、ねぎチーズ和え

回 明日8日(月)～22日(月)までに電話で健康福祉課健康増進係

(☎0256-72-8380) へ



胃・乳がん集団検診日程のお知らせ(10月)

集団検診は
11月までです
お早めに

胃がん検診 要予約

申入前に「個人記録票」裏面の**注意事項**をよく読んでください。
※前日の飲酒、当日の検査前2時間以内の飲水などがあると受診ができません。

期 日	会 場	予約期間
10月24日(金)	巻地域保健福祉センター	9月26日(金)～10月19日(日)
10月30日(木)	西川健康センター	10月2日(木)～25日(土)

乳がん検診 要予約

期 日	会 場	予約期間
10月3日(金)	中之口地区公民館(午前のみ)	～9月28日(日)まで
	巻地域保健福祉センター(午後のみ)	
10月22日(水)	巻地域保健福祉センター(午前のみ)	9月24日(水)～ 10月17日(金)まで
	西川健康センター(午後のみ)	

検診当日の受付時間：予約時に選んでください

回 インターネットで予約 (右記二次元コード)

※インターネット予約が難しい場合は電話で市のコールセンター
(☎025-243-4894) へ ※電話予約受付時間：午前8時～午後9時
回 健康福祉課健康増進係 (☎0256-72-8380)



乳児期家庭教育学級 受講者募集 「ぴよぴよ学級」



期 日	内 容	講 師
11月4日(火)	オリエンテーション &産後の栄養	健康福祉課管理栄養士
11月11日(火)	赤ちゃんのいる暮らし	松山由美子さん(NPO法人はっ ぴい mama 応援団代表理事)
11月18日(火)	いま、親として	小熊洋子さん (新潟県女性財団専門員)
11月22日(土)	ママとパパ、 笑顔で子育て！	椎谷照美さん (NPO とらのまき代表)

場 西川地区公民館 時間：午前10時～正午 全4回

持ち物 筆記用具、飲み物

人 令和7年2月～8月生まれの赤ちゃんの保護者 15人
(応募多数の場合は初めて受講する人を優先に抽選)

保育あり 対象月齢の赤ちゃん 10人

回 明日8日(月)から10月10日(金)までに電話で同館 (☎0256-88-2334) へ
(抽選結果は10月17日(金)までに郵送でお知らせします)

回 同館または中之口地区公民館 (☎025-375-5008)