豊かな自然、歴史と文化のかおりに満ちあふれ、人と人とがあたたかくつながるまち

豊かな自然
豊かなこころ
西蒲区

にしかん

第470号
令和8年(2026年)
11月1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
〒959-0492
新潟市西蒲区旗屋585番地1
電話　0256-73-1000(代表)
FAX　0256-72-6022

≪ 西蒲区ホームページ ≫
https://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/

● 西蒲区データ　人口 51,000人（−86）　世帯数 21,150世帯（−7）　男 24,665人（−40）　女 26,335人（−46）

※9月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比

11月30日まで 秋の読書週間開催中!

読書の秋は図書館へ行こう!



区内には4つの図書館と1つの図書室があります。各図書館では「秋の読書週間」にちなみ、**小さなこどもから大人まで楽しめるさまざまなイベントを開催しています。**ぜひこの機会に図書館へ行ってみませんか。

各図書館や図書室へのアクセスや開館時間などについては区ホームページ(右記二次元コード)を確認してください。

※西川図書館以外のイベントは11月29日(日)まで

問 西川図書館(☎0256-88-0001)

区内 4館共通

読書ノート・うちどく(家読)読書ノートの配布

読書記録ができる「読書ノート(大人用)」、「うちどく読書ノート(こども用)」を配布しています!

うちどく読書ノート(こども用)は3種類の絵柄から選べます!



※読書ノート(大人用)はなくなり次第配布終了

潟東図書館 (☎0256-70-5141)

2001年8月1日に開館し、25周年を迎えました!

休館日　毎週月曜、毎月第一水曜、国民の祝日(日曜を除く)、年末年始 など

開館25周年記念「読書ノート」の配布

「かもんちゃん」が表紙の読書ノート(大人用)を配布します。

※なくなり次第配布終了





潟東図書館キャラクター「かもんちゃん」

幼児以上

みつけて!かもんちゃんクイズ

館内に隠された「大型折り紙のかもんちゃん」を探して、図書館や潟東地区に関するクイズに挑戦できます。

参加者にはかもんちゃんシールをプレゼントします。

中学生以上

クロスワードチャレンジ

館内で配布しているクロスワードに挑戦できます。

参加者にはしおりをプレゼントします。



◀虫眼鏡のしおり



縦型のしおり▶

巻図書館 (☎0256-73-5066)

休館日　毎週月曜、毎月第一水曜、国民の祝日(日曜を除く)、年末年始 など

みるしる新潟

「もぐもぐ」「わくわく」「よむよむ」などのテーマに沿った、新潟にまつわる本を展示します。



もぐもぐ
郷土料理や銘品に関する本

わくわく
地理や歴史に関する本

よむよむ
ゆかりある文学作家に関する本

西川図書館 (☎0256-88-0001)

休館日　毎週金曜、毎月第一水曜、年末年始 など



乳幼児以上

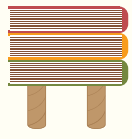
かがくあそび「これはトイレットペーパーのしん」

弱そうに見えるトイレットペーパーの芯ですが、実は本を積み重ねられるほどの強さがあります。**本に書かれていることを実際に試して**、その強さを体感してみましょう。

日11月3日(祝)、15日(日)午前11時～同30分

絵本の読み聞かせもあります!

参考書籍：「これはトイレットペーパーのしん」
(「ちいさなかがくのとも」2024年9月号)
谷内 つねお 作　黒田 菜月 写真　福音館書店



岩室図書館 (☎0256-82-4433)

休館日　毎週月曜、毎月第一水曜、国民の祝日(日曜を除く)、年末年始 など

みんなのおすすめ本を教えて!

西川・岩室共通

おすすめの1冊を紹介してください。希望者はおすすめ本に付けるスリップにコメントやイラストなどが書けます。





中之口地区図書室 (☎0256-88-0001(西川図書館))

本を貸りるためには、図書室で申込用紙の記入が必要です。

図書館をもっと身近に!

Book Pack(ブックパック)(団体向けの貸出)

市内で活動する団体(保育園・幼稚園・企業・サークル・自治会・地域の茶の間・こども食堂など)向けの貸出制度です。

本は自分で選ぶことも、図書館司書に要望を伝えてお任せすることもできます。

※1か月間、100冊まで

▲新潟市立図書館ホームページ Book Pack



▲区内特別養護老人ホームでの利用例

赤ちゃんから楽しめる「おはなしのじかん」



職員やボランティアによる絵本の読み聞かせや手遊びなどを行っています。



図書館	開催曜日	時　間	形　式
西川	毎週火曜、土曜、日曜	午前11時～同30分	みんなで一緒に
岩室	毎週土曜	午前10時～正午	1組10分程度
潟東			
巻	毎週金曜、第2・4日曜	午前11時～同30分	みんなで一緒に

▲新潟市立図書館ホームページ おはなしのじかん



\こどもも大人も/

公民館で見つける 趣味と仲間 第一弾!

公民館では、音楽や美術、運動など、さまざまな分野のサークルが活動しています。「新しいことを始めたい」「仲間と趣味を楽しみたい」という人に向け、会員を募集しているサークルを一部紹介します。

本号は巻・岩室地区公民館、次号(第471号(11月15日号))は西川・潟東・中之口地区公民館のサークルを掲載します。自分に合った趣味を見つけてみませんか。

問い合わせは各公民館へお願いします。

会員募集中のサークル一覧は、市ホームページ(右記二次元コード)で公開しているほか、公民館でも配布しています。

問い合わせは各公民館まで!



健康の維持のために始めましたが、今では仲間に会って交流するのが楽しみになっています。

岩室太極拳に参加
安澤さん

会場 巻地区公民館

問同館(☎0256-72-3329)

にしかん ジュニア音楽くらぶ



歌やリズム、楽器演奏を楽しみながら、仲間と発表する喜びを感じてみませんか。

日毎月2～3回(土・日曜を含む)
午前10時～11時
※大人可

巻絵画クラブ



世代を問わず、仲間と楽しく油彩・水彩・パステル画などを自由に制作してみませんか。

日毎月第1・第3土曜
午後1時～5時半

会場 岩室地区公民館

問同館(☎0256-72-8844)

ピアノ秋桜



ピアノを通じて交流を楽しみ、一人ひとりのペースで音楽のある豊かな時間を過ごしませんか。

日毎月第2・第4金曜
午前9時半～正午

岩室太極拳



ゆったりとした動きと呼吸で心身を整えませんか。無理なく続けられます。

日毎週金曜 午後1時半～3時

高齢者の総合相談窓口「地域包括支援センターです!」



地域包括支援センターは、あなたの権利を守るための相談先です!

地域包括支援センターでは、**65歳以上の人**が地域で安心して生活できるように、**「権利や尊厳」**を守るため、専門職員が次のような相談支援を行っています。
※65歳以上または家族など誰でも相談可

・お金の管理や契約の手続きが心配
物忘れが増えて、お金の管理が難しくなってきた
大事な契約の手続きが不安になってきた
⇨ 成年後見制度などの利用について相談

・お金の契約についてのトラブル
怪しい業者からのしつこい電話や訪問がある
知らないうちに高いものを買っている
⇨ 悪質な詐欺やトラブルから高齢者を守る相談

・高齢者虐待が心配
近所の人が怒鳴られている
家族から叩かれているようで心配
ご飯を食べさせてもらっていない
家族が本人のお金を使い込んでいる
⇨ 虐待の早期発見・防止のために本人、家族への支援

健康づくりをしていつまでも元気に暮らしたい人へ 「幸齢ますます元気教室」1～3月コース参加者募集

幸齢ますます元気教室とは?

元気に動ける体の状態を維持し、自立した生活を送ったり、介護が必要な状態になることを予防するための教室です。

※週1回(計12回)、1回の時間は1時間半程度

対象者 「介護予防の基本チェックリスト」に回答し事業対象となった人または要支援の認定を受けている人のうち、医師による運動制限の無い人
※事業対象となるチェックリストの回答は、各地域包括支援センターに確認してください

内容 簡単な体操やレクリエーション、口の健康・栄養についてのミニ講座など

参加費 無料 ※舌ブラシ等の教材費等で実費相当額の負担あり

会場・申込 自宅近くの地域包括支援センターに問い合わせください
※会場は各センターで異なります
※自分で会場まで行くことができない、家族の送迎が困難な人は無料送迎あり

問い合わせ先
■地域包括支援センター西川 (☎0256-88-3122)
■地域包括支援センター中之口・潟東 (☎025-375-8833)
■地域包括支援センター巻 (☎0256-73-6780)
■地域包括支援センター岩室 (☎0256-82-5501)

健康・福祉

参加者追加募集! フレイルチェックを受けてみませんか

フレイルチェックでは、**65歳以上の人を対象に、握力、筋肉量、滑舌を測定し、普段の生活について振り返り、体の状態を確認**します。参加することでフレイルの兆候にいち早く気づき、生活習慣を見直すことで健康な状態に戻しましょう。



期日	会場	時間
11月26日(木)	岩室健康センター	午後1時半～3時半(受付：午後1時～同20分)
27日(金)	潟東地域コミュニティセンター	
12月10日(木)	西川健康センター	

持ち物 飲み物、室内用運動靴、動きやすい服装
申11月20日(金)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎0256-72-8380)へ

《広告欄》

日=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員 ¥=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)

11月は新潟県拉致問題等啓発月間です。

澤将監の館　西蒲区文化再発見事業 コスプレガタケット in にしかん2参加者募集

歴史的な建物でコスプレを楽しみませんか。
日11月15日(日) 午前10時～午後4時
場同館（打越甲434番地）※当日、同館へはイベント参加者のみ入館可
受付　中之口地域コミュニティセンター（会場までシャトルバス）
人150人
¥コスプレイヤー:1,500円（事前受付）1,800円（当日受付）
上記以外:1,800円（事前受付）2,000円（当日受付）
申あす2日(月)午後6時～14日(土)午後6時までに専用フォームへ
問ガタケット事務局（☎025-228-8718）正午～午後8時

▲専用フォーム



区内の風景写真を展示した区バスに乗ってみよう!

漆山公民館カメラ部の皆さんが「西蒲区の風景」をテーマに撮影した写真を展示したバスを運行します。区バスに乗って作品を鑑賞しませんか。
※運賃が必要、65歳以上の人はシルバーチケットの利用で運賃半額

展示バス運行日（平日のみ）11/4 ～11/30

▲区バス詳細はこちら

潟東地区　総合文化祭・芸能祭

問潟東地区公民館（☎0256-86-3077）

総合文化祭 11/7、8

開催時間　午前９時半～午後５時（８日は午後４時まで）
場潟東地域コミュニティセンター
展示作品・地域で活動している団体の作品（書道、生け花、ちぎり紙、手芸など）
・潟東小・中学生や園児の作品
・公民館事業作品（夏休み体験教室の作品など）
イベント・こども茶会（11月７日（土）午前10時半～11時半）
・体験コーナー（バルーンアート、羊毛フェルトでカップケーキづくり、ストロー笛作り）
※体験コーナーの詳細は問い合わせください
¥200～500円（体験コーナー）

芸能祭 11/14

開催時間　午後１時～３時（開場：午後０時半～）
場潟東地域コミュニティセンター
内潟東地区で活動している個人、団体による発表



こころも体もほっかほか かもん!カモねぎまつりへ come on

カモは寒さが増すごとに脂がのり、特に12月初旬のカモはおいしいと言われています。カモ猟の盛んな潟東地区で、カモ汁を食べてみませんか。

日12月6日(日)午前9時半～午後2時
場潟東地域コミュニティセンター
¥１杯1000円（前売りのみ先着800食）
カモ汁券(前売り)販売　11月7日(土)から同センターで
問かもん！カモねぎまつり実行委員会（☎0256-86-3123）



▲詳しくはこちら

お知らせ版

日＝日時　場＝会場　内＝内容　人＝対象・定員
¥＝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）

公民館

巻地区公民館（☎0256-72-3329）

●親子de楽しむ工作工房「紙バンドで作るサンタクロース」
日11月28日(土)午前10時～11時半
講師　土田年代さん
場同館
人小学4～6年生の親子　先着10組
¥1つ100円（材料費）
持ち物　はさみ、おしぼり、筆記用具
申11月4日(水)～19日(木)までに新潟市オンライン申請システム「e-NIIGATA」で申込

●キッズ倶楽部「バルーンアートをつくろう」
日12月6日(日)
①午前10時～同45分
②午前11時15分～正午
いずれも受付は15分前から
場同館
人幼児（要保護者同伴）、小学生　各回先着10人
申11月4日(水)～30日(月)までに新潟市オンライン申請システム「e-NIIGATA」で申込

西川地区公民館（☎0256-88-2334）

●幼児から大人まで気軽に楽しめる「弦楽四重奏で楽しむ秋のコンサート」
日11月21日(土)午後1時半～2時半（開場：午後1時～）
場西川多目的ホール（西川図書館 内）
演奏家　藤田旬葉さん（ファーストヴァイオリン）
熊田美也子さん（セカンドヴァイオリン）
片倉多恵さん（ヴィオラ）
牧野純子さん（チェロ）
人先着300人

●キッズ倶楽部「バルーンアートをつくろう」
日12月6日(日)
①午前10時～同45分
②午前11時15分～正午
いずれも受付は15分前から
場同館
人幼児（要保護者同伴）、小学生　各回先着10人
申11月4日(水)～30日(月)までに新潟市オンライン申請システム「e-NIIGATA」で申込

潟東地区公民館（☎0256-86-3077）

●オンライン講座「うちの子は大丈夫？～こどもの笑顔のために知っておきたいSNSとの上手な付き合い方～」
日12月19日(土)午前10時～11時半（受付：午前9時45分～）
講師　青山真理さん（地域教育アドバイザー）
場同館
人小・中学生の保護者または興味のある人　先着30人
その他　遠方の講師と会場をオンラインで繋ぎ、受講する形式
申あす2日(月)～12月10日(木)までに新潟市オンライン申請システム「e-NIIGATA」または電話で同館へ

図書館

西川図書館（☎0256-88-0001）

●行政書士無料相談会
日11月17日(火)、12月15日(火)
①午後2時～3時 ②午後3時～4時
場同館
人各日、各回先着1組
申電話で同館へ

●金融講座「リタイア前後に知っておきたいお金の話」
定年退職後の生活を見据えた年金などの社会保険、退職金、税金の仕組みなどを学びます。
日11月29日(日)午後2時～4時
場西川多目的ホール（西川図書館 内）
講師　金融経済教育推進機構 講師
人概ね50歳以上の人 先着20人
申11月5日(木)午前10時から直接または電話で同館へ

子育て　子 子育て支援センター（未就学児）　児 児童館（0～18歳）

子 ころころ広場（世代交流館 どんぐりの舎内）　問0256-72-6240

●こどもの個性を知ろう
日11月18日(水)午前10時半～
講師　佐藤真琴さん（心理インストラクター）
申直接または電話で同センターへ

●コンシェルジュの日
日11月26日(木)午前9時45分～
講師　区内保育コンシェルジュ
人先着5組
内保育園・こども園の入園、保育サービスの相談
申直接または電話で同センターへ

●タミさんと遊ぼう
日11月27日(金)午前10時半～
講師　TAMiさん（保育士シンガーソングライター）
申直接または電話で同センターへ

子 ぽかぽかコアラ（岩室保育園内）　問0256-82-2900

●絵本読み聞かせ
日11月10日(火)　午前10時50分～11時10分
講師　岩室図書館　司書

●オカリナコンサート
日11月12日(木)午前10時半～
講師　かのん
申直接または電話で同センターへ

子 さくらんぼ（中之口こども園内）　問025-375-5690

●コンシェルジュの日
日11月17日(火)午前9時45分～
講師　区内保育コンシェルジュ
人先着5組
内保育園・こども園の入園、保育サービスの相談
申直接または電話で同センターへ

●赤ちゃん体操
日11月19日(木)午前10時半～
講師　保育士
人先着7組
持ち物　バスタオル
申直接または電話で同センターへ

子 かるがも広場（鎧郷保育園併設）　問0256-88-2286

●ふれあい遊び
日11月6日(金) 午前10時半～
人先着7組
申直接または電話で同センターへ

●コンシェルジュの日
日11月9日(月)　午前9時45分～11時15分
講師　区内保育コンシェルジュ
人先着5組
内保育園・こども園の入園、保育サービスの相談
申直接または電話で同センターへ

子 ぴよぴよ（かたひがしこども園内）　問0256-77-9399

●リラックスヨガ
日11月12日(木)午前10時～
講師　宮本綾乃さん（ヨガインストラクター）
人先着5組
申ホームページまたは電話で同センターへ

●栄養相談会
日11月16日(月)午後1時半～
講師　園内栄養士
人先着10組
申ホームページまたは電話で同センターへ

子 トマトくらぶ（めぐみこども園近く）　問0256-78-8817

●絵の具でお絵かき
日11月10日(火)午前10時～正午

●タッチケア講座
日11月18日(水)午前10時半～
講師　丸山マチ子さん（タッチケア協会認定指導者）
申直接または電話で同センターへ

児 あそびの山（岩室地域児童館）　問0256-82-2169

●赤ちゃんママのおしゃべり会
日11月11日(水)午前10時半～正午

《広告欄》

問合せ・申し込みの際は、電話番号のかけ間違いがないようご注意ください。