

令和6年第57回新潟市北区元旦歩こう会

雄大な山並みを眺めながら福島潟近辺を周回する、新しい1年の始まりにふさわしいウォーキングイベントです。



アンケート 参加予定の方は市ホームページ「e-NIIGATA」で事前アンケートにご協力ください。



日時 令和6年1月1日(祝)

※午前6時40分までに集合。申し込みは不要です

集合場所 豊栄南運動公園 屋内ゲートボール場

コース 3.8km 約60分、0.7km 約10分

記念品 先着600人に参加記念品(干支入りタオル)を配布。
当日、水の駅「ビュー福島潟」では新春特別開館していて、参加記念品を提示すると入館料が無料になります。

問い合わせ 北区元旦歩こう会実行委員会事務局(産業振興課内)
(☎025-387-1195)

※にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業連携イベント(100ポイント付与)



新崎駅自由通路南口エレベーターが完成

11月17日(金)、新崎駅自由通路南口エレベーターの完成・供用開始セレモニーが開催されました。同通路南北両口のエレベーター設置は10年以上前から要望があったもので、濁川地区コミュニティ協議会の赤間会長(写真)は「多くの人たちが新崎駅の利用者を増やすために尽力してきた。地元住民の念願がかない、大きな喜びを感じている」と話しました。



エレベーターの設置には、JRA日本中央競馬会環境整備事業の交付金が活用され、現在工事中の北口エレベーターは、令和6年夏頃の完成予定です。

地道な活動に感謝

地域社会の発展や保健衛生・社会福祉の増進などに尽力された個人・団体に対して、北区長から感謝状と記念品が贈られました。

頓所キクエさん(木崎)

地域の茶の間の立ち上げ、交流会などの事業を積極的に実施し、住民の健康増進、福祉のまちづくりに貢献していただきました。

平山義三郎さん(松浜)

街頭での交通安全指導や自治会の自警部長を20年近く務め、安心・安全なまちづくりに貢献していただきました。



平山さん(左)、丸山区長、頓所さん(右)

新年号を笑顔の写真で飾りませんか

問い合わせ 地域総務課(☎025-387-1155)

今年撮影した笑顔の写真を募集します。写真は**北区だより新年号の特集記事に掲載**します。掲載された人の中から、**抽選で10人に図書カードを進呈**します。

募集写真 「笑顔」の写真 ※カラー写真に限る。複数人が写っている家族写真なども可。不鮮明な写真や加工した画像(特殊効果や文字の挿入など)は不可



募集点数 30枚程度
※応募多数の場合抽選。
応募は1人1点のみ

対象 区内在住・在勤の人

応募方法 12月12日(火)までに、市ホームページ「e-NIIGATA」で申し込み

応募はこちらから▶

注意点

- 必ず被写体の人の了承を得てください
- 写真の掲載にあたり、余白の削除など編集する場合があります
- 個人情報写真は写真の管理と図書カードの発送のみに利用します。氏名などは紙面には掲載しません
- 図書カードの当選者発表は、1月中旬の発送をもって代えさせていただきます

ゆりかご学級

問い合わせ 豊栄地区公民館(☎025-387-2014)

かわいい赤ちゃんの誕生に幸せを感じながらも、子育てって心配や不安がいっぱい。「こんなときみんなはどうしているの?」「本当にこれでいいの?」お話を聴いたりおしゃべりしながら、生の情報を共有しましょう!お気軽にご参加ください。



時間 午前10時~正午

会場 豊栄地区公民館

対象 令和5年6月~9月生まれの赤ちゃんの保護者12人
※保育あり、対象児10人
※応募多数の場合第一子の人を優先して抽選

参加費 無料

申し込み 12月19日(火)までに市ホームページ「e-NIIGATA」で申し込み



日にち	テーマ
1月16日(火)	お友だちになりましょう
1月23日(火)	赤ちゃんのカラダとココロの発達
1月30日(火)	子育てで大切にしたいこと
2月6日(火)	講師 木村いほ子さん(新潟県女性財団)
2月16日(金)	みんなで話そう、これからのこと

おしらせ版

回=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)
 申=申し込み(記載のないものは当日直接会場へ)
 問=問い合わせ

催し・募集

豊栄地区公民館

問同館(☎387-2014、第1日曜休館)
■ 近所だんざ 心あたたまる音楽の時間
 回12月14日(木)午後1時半～2時半
 ※手話通訳が必要な人は申し込み時に伝えてください
 申12月13日(水)午後4時まで電話で同館
■ 区民ギャラリー 楽画会 絵手紙展
 会期 12月9日(土)～12日(火)午前9時～午後5時
 場北区役所1階交流スペース

キネマ松浜劇場「ゆずり葉の頃」

回12月21日(木)午後1時半～3時半
 場北地区公民館 入先着40人
 申あす4日(月)午前10時から電話で同館(☎387-1761)

書き初め練習会

回(毛筆)12月26日(火)午前9時50分～11時半、(硬筆)27日(水)午前9時50分～11時
 場葛塚東児童館
 講師 石田孝雄さん、石田敏子さん、石田大和さん
 入小学生各日先着15人
 申あす4日(月)から電話で同館(☎386-9846)

市民健康講座

回12月10日(日)午前10時～11時半
 場新潟医療福祉大学 入先着50人
 内粕谷教授による講演「セルフケア～東洋医学のツボ刺激と養生～」など
 申電話で(有)アサヒ印刷クリエイティブ(☎250-1850)

豊栄児童センター

問同センター(☎384-1520)
■ 幼児クリスマス工作
 回12月16日(土)午前10時～11時半
 入乳幼児(保護者同伴)
■ ちびっこクリスマス会
 回12月18日(月)午前10時半～11時
 入乳幼児(保護者同伴)
■ お正月リースを作ろう
 回12月17日(日)午前10時～11時半
 入小学生 先着8人
 ￥100円
 申12月7日(木)から電話で同センター

大学生と遊ぼう クリスマス会

回12月16日(土)午前10時～正午
 場三ツ森児童館
 内新潟大学児童文化研究部の学生と一緒にレクリエーションをしたり、人形劇を見ます
 入小学生以下 先着15人
 申電話で同館(☎388-6691)

北区役所ロビーコンサート

回12月19日(火)正午～午後0時半
 場北区役所1階交流スペース
 出演 レディス4
 阿部真由美、えのもとくみこ、田村優子、川崎祥子(ヴォーカル&箏笛&ピアノ)
 問北区文化会館(☎388-6900)



スポーツ

豊栄総合体育館

場記載のないものは同館
 申電話でハピスカとよさか(☎386-7522、祝日を除く月曜休み)
■ チョイトレ 冷えコリ改善 フットコンディショニング
 回12月16日(土)午後2時～3時20分
 入先着14人
 ￥500円
■ ちょっと長めの土曜ヨガ(定期)
 回1月6日～3月30日(土曜全9回)午前10時～11時20分
 入先着14人
 ￥7,200円(全9回分)
■ 中学軟式野球教室 冬期練習会
 回1月～3月の第1・3日曜 午前9時～午後1時(2時間程度)
 場豊栄南運動公園
 入小学6年生～中学2年生 先着30人
 ￥6回3,000円
 申12月6日(水)正午から

図書館

■ 冬のふしぎなおはなし会
 回12月16日(土)午後2時～3時半
 場豊栄地区公民館
 入幼児以上先着25人 申豊栄図書館

豊栄図書館(☎387-1123)
 毎週金曜日、第1水曜日休館

赤ちゃんタイム
 毎週水・土曜日 10:00～12:00
おはなしのじかん 対象
 毎週土曜日 10:30～10:50 0～2歳児と保護者
 毎週日曜日 10:30～11:00
 12月23日(土) 13:00～13:30 幼児から
 12月24日(日) 14:00～14:30

松浜図書館(☎387-1771)
 毎週月曜日、第1水曜日、祝日休館

赤ちゃんタイム
 毎週木曜日 10:00～13:00
おはなしのじかん 対象
 毎週木曜日 11:00～11:20 0～2歳児と保護者
 毎週日曜日 15:00～15:20 幼児から
 12月9日(土) 11:00～11:30

健康ひろば お酒と上手に付き合おう

問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

■ お酒は適量を楽しみましょう
 ●お酒の飲み過ぎは肝臓などの臓器に負担をかけたり、生活習慣病などの要因につながります。程よい量を楽しみましょう。

■ 適量の目安(1日あたり) [純アルコール量で20g程度]
 ●1日にどれか1つが適量の目安です。

日本酒(15度) 180ml (1合)	ビール(5度) 500ml (ロング缶1本)
焼酎(35度) 80ml	ワイン(12度) 200ml

※女性や高齢者はこの目安よりも少なめに
 ※できれば週に2日、飲酒しない日を設け肝臓を休めましょう

■ 北区民 男女別の特徴 [毎日飲酒している人の割合] ~新潟市国保「特定健診質問票」より~

男性

市平均に比べ毎日飲酒している人の割合が高い
 市平均では減少傾向
 →毎日飲まない人が増えている

女性

市平均に比べ毎日飲酒している人の割合はほぼ同率だがやや増加傾向

ハピスカとよさか 冬期ヘルシーエクササイズ教室

教室名	定員	初回	曜日	時間		
①フラダンス(夜)	40人	1/9	火	19:00～20:00		
②ZUMBA®	40人			20:15～21:15		
③いきいき健康トレーニング	30人	1/10	水	10:00～11:30		
④やさしいペルビックヨガ(午後)	40人			13:30～14:30		
⑤すこやかピラティス	14人			19:00～20:00		
⑥汗をかいてシェイプアップ	40人	1/11	木	20:15～21:15		
⑦やさしい有酸素運動	40人			9:30～10:30		
⑧フラダンス(午前)	20人			11:00～12:00		
⑨やさしい健康たいそう	40人			13:30～14:30		
⑩ペルビックヨガ(夜)	40人	1/12	金	20:15～21:15		
⑪太極拳	40人			10:00～11:00		
⑫ソフトエアロビクス	40人	1/16	火	13:30～14:30		
⑬やさしい有酸素&筋トレ①(文化会館)	20人			9:30～10:30		
⑭やさしい有酸素&筋トレ②(文化会館)	20人			10:45～11:45		
⑮ルーシーダットン(文化会館)	25人			13:30～14:30		
⑯ルーシーダットン(長浦コミセン)	25人			1/10	水	13:30～14:30

場①～⑫豊栄総合体育館 ⑬～⑮北区文化会館 ⑯長浦コミュニティセンター
 入15歳以上 ※③、⑦、⑨、⑬、⑭は50歳以上 回数 各教室 全10回
 ￥年度会員4,000円 1～3月のみ参加5,100円
 申ハピスカとよさか ☎386-7522(祝日除く、月曜休館)

北地区スポーツセンター 冬期スポーツ教室

場問同センター(☎258-0200)

入15歳以上(中学生を除く) ※③は60歳以上
 申12月16日(土)までに、メール(kitaspo@niigata-kaikou.jp)で①
 会員カード登録番号②教室名(複数の場合すべて)③氏名(ふりがな)
 ④電話番号を明記し同センター ※申し込み多数の場合は抽選
 ※事前に会員カードの発行が必要

教室名	初回	開始時間	定員	回数	参加料(円)
①カラダ引き締めトレーニング	1/15(月)	9:45	各45人	8	2,800
②エアロビクス		10:30			3,800
③高齢者のための筋力アップ		15:30	30人		1,900
④骨盤矯正エクササイズ	1/17(水)	9:45	45人	7	3,300
⑤ズンバ	1/31(水)	13:45	35人	5	2,400
⑥スロートレーニング&コアトレーニング	1/17(水)	19:10	45人	7	3,300
⑦ボックスキック		20:05			
⑧ラテンダンスエクササイズ	1/11(木)	9:45	各45人	9	4,300
⑨やさしいステップエクササイズ		10:45			
⑩やさしいヨガ		13:15			
⑪フラダンス		14:30			
⑫金曜ヨガ(昼)	1/5(金)	13:15	45人	9	4,300
⑬ズンバゴールド	1/12(金)	14:30	35人	4	1,900
⑭ピラティス&疲労回復ストレッチ		19:00	45人	7	3,300

<広告欄> 広告掲載の申し込みは地域総務課(☎387-1175) 1枠(3.9cm×7.9cm) 1回7,000円(税込)

にいがた防災メールでも緊急情報を発信しています。ご利用ください。



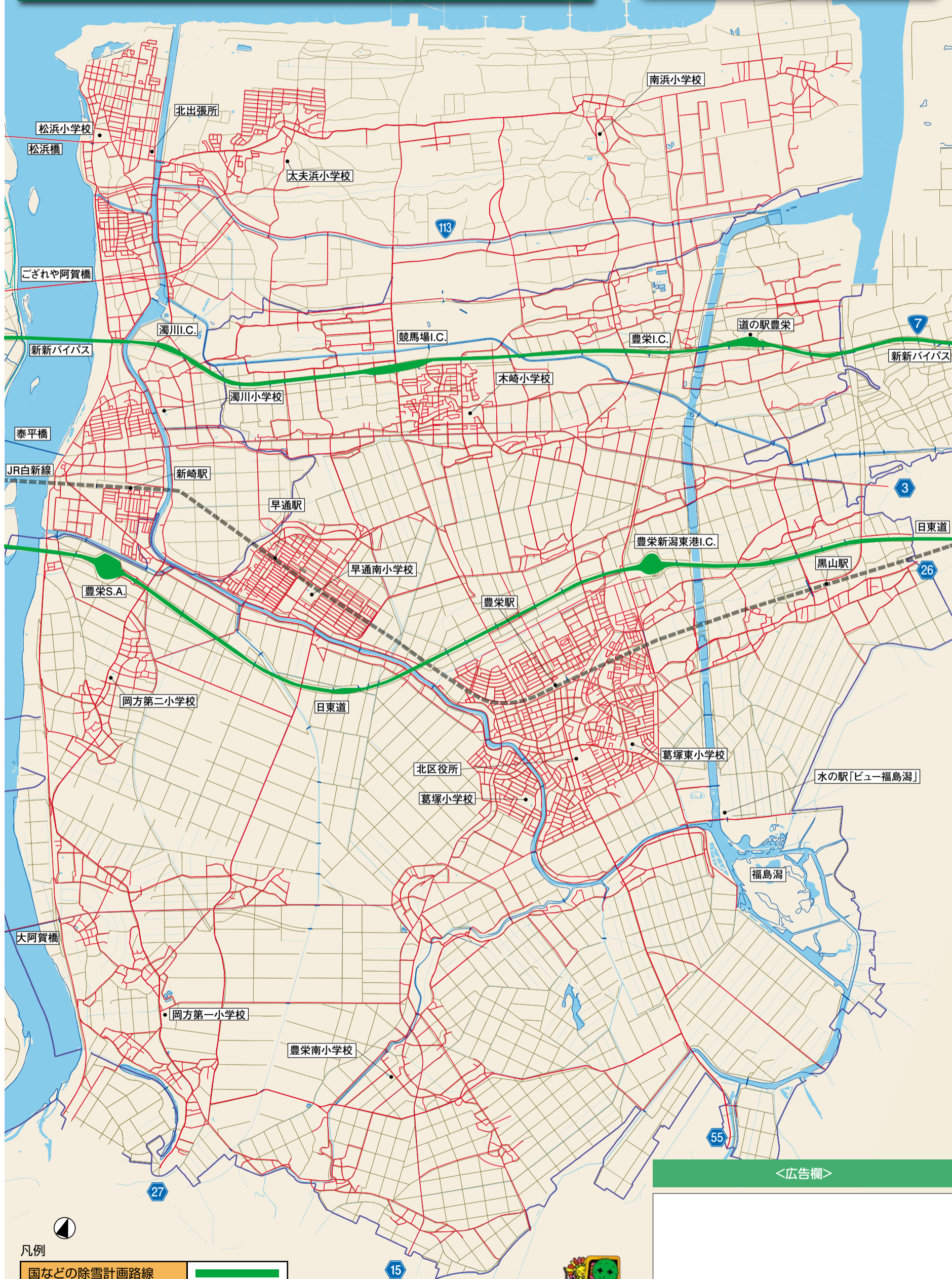
令和5年度 北区車道除雪計画路線図

詳細な路線図は、建設課維持係にあります。(きょうの市報にいがたにも関連情報がありますので、ご覧ください。)

除雪に関する問い合わせ

- ▼市道や市が管理する国県道の除雪について
建設課維持係(☎025-387-1415)
- ▼自治会・町内会が行う除雪費用の助成について
建設課管理係(☎025-387-1405)

市からの防災情報を受け取るには新潟市公式LINEが便利です



凡例

国などの除雪計画路線	
北区管理道路除雪計画路線	



<広告欄>

