



大地の恵みと伝統・文化にはぐくまれた郷土愛にあふれる、いきいきと暮らせるまち

# みなみ風



発行/新潟市南区役所  
編集/南区役所地域総務課  
〒950-1292 南区白根1235番地  
電話 025(373)1000(代表)  
FAX 025(373)2385

南区ホームページ <http://www.city.niigata.lg.jp/minami/> Eメール [chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp](mailto:chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp) (南区役所地域総務課)

南区の人口(令和2年3月末現在、カッコ内は前月比): 44,402人(-42) 男: 21,577人(-33) 女: 22,825人(-9) 世帯数 16,229世帯(+55) (住民基本台帳による)



4月から

## 発車オーライ!

# ぐるりん号本格運行開始!

問い合わせ 地域総務課 ☎372-6605

平成27年12月より社会実験として運行していたまちなか循環ルート「ぐるりん号」が本格運行を始めました。

まちなかのちょっとした移動などにぜひご利用ください。今後も継続して運行するため、多くの皆様のご利用をお待ちしています。

区バスの位置がスマートフォン・携帯で確認できる「e区バス」がぐるりん号にも導入され、さらに便利になりました。



停留所名	1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便
①白根学習館	8:50	9:20	9:50	10:20	10:50	11:20	11:50
②マーケットシティ白根前	8:51	9:21	9:51	10:21	10:51	11:21	11:51
③日の出町	8:52	9:22	9:52	10:22	10:52	11:22	11:52
④諏訪の木	8:53	9:23	9:53	10:23	10:53	11:23	11:53
⑤一の町	8:54	9:24	9:54	10:24	10:54	11:24	11:54
⑥ガンギ屋前	8:54	9:24	9:54	10:24	10:54	11:24	11:54
⑦三の町	8:55	9:25	9:55	10:25	10:55	11:25	11:55
⑧五の町	8:56	9:26	9:56	10:26	10:56	11:26	11:56
⑨白根小学校入口	8:56	9:26	9:56	10:26	10:56	11:26	11:56
⑩魚町	8:57	9:27	9:57	10:27	10:57	11:27	11:57
⑪能登一丁目	8:58	9:28	9:58	10:28	10:58	11:28	11:58
⑫おおや整形外科前	8:59	9:29	9:59	10:29	10:59	11:29	11:59
⑬能登(東)	8:59	9:29	9:59	10:29	10:59	11:29	11:59
⑭イオン白根店前	9:01	9:31	10:01	10:31	11:01	11:31	12:01
⑮南区役所	9:02	9:32	10:02	10:32	11:02	11:32	12:02
⑯白根さいとう眼科前	9:02	9:32	10:02	10:32	11:02	11:32	12:02
⑰かさはらクリニック前	9:03	9:33	10:03	10:33	11:03	11:33	12:03
⑱白根東町一丁目	9:04	9:34	10:04	10:34	11:04	11:34	12:04
⑲古川宮前(南)	9:05	9:35	10:05	10:35	11:05	11:35	12:05
⑳馬場内科前	9:05	9:35	10:05	10:35	11:05	11:35	12:05
㉑白根高校前	9:07	9:37	10:07	10:37	11:07	11:37	12:07
㉒和泉(西)	9:07	9:37	10:07	10:37	11:07	11:37	12:07
㉓皐月町	9:07	9:37	10:07	10:37	11:07	11:37	12:07
㉔白根第一中学入口	9:08	9:38	10:08	10:38	11:08	11:38	12:08
㉕新潟白根総合病院	9:12	9:42	10:12	10:42	11:12	11:42	12:12
㉖しろねカイトタウン前	9:13	9:43	10:13	10:43	11:13	11:43	12:13
①白根学習館	9:14	9:44	10:14	10:44	11:14	11:44	12:14



**利用者の声**

**運行が継続されて良かった**  
イオン白根店前まで毎週火曜日に利用しています。車の運転をしないため、ぐるりん号がなくなると困る。(本格運行が決まって)良かったです。(60代女性)

**バス停が多くて便利**  
おおや整形外科前まで通院する必要があり、これから毎日利用する予定です。買い物などに利用することもあります。バス停が多いので、細かく停まり利用しやすいです。(70代女性)

**買い物などで毎日利用**  
マーケットシティ白根前まで、今日は買い物で利用。免許証を返却してからほぼ毎日、買い物以外にも友達の家に行くときなどさまざまな目的で利用しています。ほかの利用者と顔見知りになりました。(80代男性)

**南風(乗合)タクシーの1人乗車利用料金が変わりました**

社会実験実施中

距離	1人乗車		2人以上 運賃
	変更前運賃	変更後運賃	
0~2km	300円	600円	1人につき 300円 (均一)
2~4km	400円	700円	
4~6km	500円	800円	
6~8km	600円	900円	
8~10km	700円	1,000円	

2人以上乗車の運賃は変更ありません。ぜひ乗り合いでご利用ください。

**大野仲町まで利用できる停留所が増えました**

これまでは鷺巻・大郷地区の一部停留所のみ西区大野仲町まで移動ができましたが、両地区の全停留所から移動ができるようになりました。

**乗降停留所が増えました**

ぐるりん号専用の停留所のうち、「おおや整形外科前」「白根さいとう眼科前」「かさはらクリニック前」の3つの停留所で乗合タクシーが利用できるようになりました。

**月湯住民バスにノンステップ車両導入**

月湯住民バスの車両が段差のないノンステップバスになり、乗り降りがしやすくなりました。

区バス・乗合タクシー・住民バスの詳しい運行時刻、利用料金等は、区役所、地域生活センターに設置のチラシのほか南区ホームページでも確認できます。



### 定例日健康相談(予約制)

#### ■南区役所

☎ 4月21日・5月19日(火)  
 受け付け 午前9時～11時半  
 ☎ 健康相談(禁煙相談も可)  
 持ち物 直近の健康診断の結果(なくても相談可)  
 ☎ 健康福祉課 ☎372-6385

### 離乳食電話相談

☎ 5月21日(木) 午後2時～4時  
 ☎ 離乳食の進め方などについて栄養士が応じます。  
 ☎ 乳幼児の保育者  
 ☎ 372-6385

#### 母子事業の中止について

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、股関節検診・1歳6カ月児健診・3歳児健診・育児相談会・離乳食講習会・1歳誕生歯科健診・子どもの集団フツ化物塗布・妊婦歯科健診・安産教室は当面の間、中止します。再開時期は市のホームページなどでお知らせします。

● 妊娠・出産・産後の体調について子育ての困り事はいつでもお気軽に相談してください。 ☎372-6375

## 健康

### 乳がん検診

☎ マンモグラフィ検査

☎ 職場などで受診の機会がない40歳以上で偶数年齢(令和3年3月31日現在)の女性。ただし、奇数年齢であっても昨年度受診していない人は受診可能

持ち物 受診券、健康保険証、自己負担金

#### 【自己負担金】

年齢	40歳	41～69歳	70歳以上
自己負担金	無料	1,000円	無料
その他	新潟市国民健康保険加入者は半額 市民税非課税世帯の人は無料 (「無料券」が必要。検診日の2週間前までに申請)		

#### ○集団検診

検診車による検査です。バスタオルを持参ください。  
 ☎ 5月1日(金)～5月27日(水)に新潟市役所コールセンター ☎243-4894

検診日	会場	検診受付時間	定員
5月29日(金)	白根健康福祉センター	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時30分～11時30分 ③午後1時30分～2時30分 ④午後2時30分～3時30分	各時間 32人

#### ○施設検診

委託医療機関に予約をして受診します。委託医療機関は受診券に同封の「検診いっ得?」に掲載しています。今年度から対象年齢を69歳までに拡大しました。

☎ 健康福祉課 ☎372-6385

### 国民健康保険料の納め忘れはありませんか

国民健康保険はみんなで支える医療制度です。未納がある場合は督促状などでお知らせをしています。至急納めましょう。

令和2年度国民健康保険料の確定通知書を7月中旬に発送します。期限までに納入してください。平成31年度以前の未納があるなど、納付が難しい場合は相談してください。 ☎ 区民生活課 ☎372-6137

### みなみ一て地域応援隊 就任!

国の地域おこし協力隊制度を活用した「みなみ一て地域応援隊」の隊員に、前田紗織(まえださおり)さんが就任し、4月2日に五十嵐区長が委嘱状を交付しました。

前田さんは都市圏から南区に移住し、新たな視点で南区の魅力発信や交流人口の増加に取り組み、地域の皆さんと一緒に南区を盛り上げていきます。



#### 前田さんのコメント

南区にはいろいろな魅力がありますが、南区に繰り返し足を運んでもらえるよう、まずは豊富な農産物などのPRに地域の皆さんと一緒に取り組みたいと思います。これから大勢の人たちと知り合い、関わっていけるのがとても楽しみです。



### 健康応援通信①

## 今年度も始まります!「はかろう体重!あるこう南区!大作戦」

#### 30日分体重か歩数を記録するだけ

健康寿命延伸を目的に行っている「はかろう体重!あるこう南区!大作戦」が5年目を迎えます。参加した人からは「記録をすることで、食事や歩数を意識するようになった」という声が多く聞かれ、実際にやせ体型・肥満体型の人が標準体型に近づくといい結果が出ています。ぜひご参加ください。

#### 提出しやすくなった「はかろう体重!あるこう南区!大作戦」

- ① 30日間連続の測定ではなく、実施期間中30日分の測定記録があればOK!
- ② 体重の記録ではなく歩数の記録でもOK!
- ③ 窓口だけでなく郵送やFAXでの提出もOK!
- ④ 11月30日までに提出すればOK!

#### <カード配布・提出場所>

区役所、各地域生活センター・出張所、白根健康福祉センター

#### <達成賞>

レストラン・観光農園、スポーツ施設、文化施設などで使える割引券

☎ 健康福祉課 ☎372-6385



### 第14回 南区美術展覧会 出展作品を募集

会期 6月3日(水)～8日(月)  
 午前9時～午後6時  
 (最終日は午後4時まで)

会場 白根学習館ラスパックホール  
 応募資格 南区及びその周辺に在住・在勤の人。中学生以下は不可。

作品(部門) 日本画、洋画、版画、書道、写真、彫塑、工芸(未発表のものに限る)

出品数 1部門につき1人2点以内  
 出品料 1点につき1,500円(高校生は無料)

展示 出展作品は全て展示(書道は1点のみ)

表彰 部門ごとに最優秀賞、優秀賞、奨励賞を決定

申し込み・搬入先 5月22日(金)午後2時～7時に白根学習館

☎ 地域総務課 ☎372-6604



## スポーツ

白根カルチャーセンター ☎373-6311 ☎ 窓口もしくは電話(先着順)

#### ○体力測定&トレーニング入門教室 ♣

日にち	時間	定員	対象	参加費
5/23(土)	14:00～16:00	1組	15歳以上(中学生除く)	施設使用料 250円

☎ 体力測定を行い、初心者向けのトレーニングメニューを作成

#### ○キッズヒップホップ ♣

日にち	時間	定員	対象	参加費
5/20(水)	17:00～18:00	20人	小学生	無料

☎ 初心者対象のヒップホップダンスの体験会

白根総合公園屋内プール ☎378-4435 ☎ 窓口もしくは電話(先着順)

#### ○親子deちゃぶちゃぶ教室 ♣

日にち	時間	定員	対象	参加費
5/18(月)	14:30～15:30	20組	幼児と保護者	保護者のみ入場料500円 65歳以上 200円

☎ 浮き具などを使い、音楽に合わせて親子で楽しく遊ぶ



### 笹川邸 春の訪れ たけのご抽選プレゼント

☎4月25日(土)~5月10日(日) ※4月27日(月)・30日(木)・5月7日(木)は休館  
 ㊦入館者に応募用紙を配布。抽選により30人に旧笹川家住宅の竹林で採れたタケノコ(水煮パック)をプレゼント  
 ㊧旧笹川家住宅  
 入館料(曾我・平澤記念館と共通)  
 高校生以上500円  
 小・中学生300円(土・日曜、祝日は無料。無料での入館者には応募用紙を配布しません)  
 開館時間 午前9時~午後5時  
 ㊨同住宅 ☎372-3006



### 県内生産量 第1位! 白根地区で春キュウリの出荷始まる

3月25日からJA新潟みらいしろね野菜流通センターで春キュウリの出荷が始まりました。区内では大郷・鷲巻地区で多く生産されています。  
 キュウリは、3月中旬から7月上旬まで出荷される春キュウリと8月下旬から11月中旬までの秋キュウリがあり、年間生産量は、県内1位を誇ります。  
 坂井治幸センター長は「今年の出来はほぼ平年並みで良い。春キュウリは柔らかくてみずみずしい。ぜひ南区の春の味を味わってほしい」と話しました。



### キュウリを使ったレシピを紹介! 乳和食でおいしく減塩 フルーツヨーグルトサラダ

材料(4人分)  
 キュウリ…… 150g  
 塩 …… 小さじ1/4  
 リンゴ …… 60g  
 ミカン(缶) …… 70g  
 プレーンヨーグルト…大さじ2  
 マヨネーズ ……大さじ1  
 ミカン缶汁 ……小さじ2  
 白コショウ …… 少々



作り方  
 ①キュウリは小口の薄切りにし、塩を振ってしばらくおき、キッチンペーパーで水分を取る。  
 ②リンゴは皮をむかずに薄いちょう切りにする。ミカンは水分を切っておく。  
 ③ボウルにAの材料を混ぜ合わせ、食べる直前にキュウリ、リンゴ、ミカンを加えて和える。

【1人分】  
 エネルギー 53kcal  
 タンパク質 0.9g  
 脂質 2.5g  
 カルシウム 22mg  
 食塩 0.3g

### 段ボール・コンポスト で 生ごみを堆肥化しませんか?



南区民限定の特典あり!!

市では、家庭から出る生ごみの減量とリサイクルを推進するため、市オリジナルの段ボールコンポスト「サイチョのマジックダンボール」を販売しています。

南区在住の人には、生ごみを混ぜ込むときに使用する「移植ごて」と、できた堆肥で植物や野菜を育てるための「プランター」を、先着20人にプレゼントします。



段ボール・コンポスト



特典の移植ごてとプランター

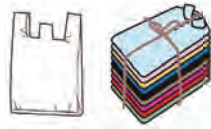
販売場所 区民生活課  
 販売価格 1セット500円(基材のみ400円)  
 ※基材:微生物により生ごみを堆肥化する基となる材料

問い合わせ 同課 ☎372-6145

### 古布・古着のリサイクルにご協力を

衣替えなどで不要になった古着類は、燃やすごみとして捨てずにリサイクルし、ごみの減量にご協力ください。

回収日時 月~土曜 午前9時~午後5時(祝休日を除く)  
 回収場所 白根環境事業所(南区白井2135-1)  
 出し方 洗濯をして透明・半透明袋に入れるか、まとめてひもで縛る



出せるもの	出せないもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>衣類(綿、羊毛、絹、麻、化学繊維、皮革)</li> <li>肌着類(パンツ、くつ下を除く)</li> <li>カーテン(レースを含む)、ハンカチ、スカーフ</li> <li>毛布(ウール、アクリル含む)</li> <li>シーツ、和服帯、帽子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>濡れたもの、汚れたもの、破れたもの、穴の開いたもの</li> <li>布団、座布団、じゅうたん、カーペット、電気毛布、こたつ下敷</li> <li>スリッパ、便座カバー、裁断せず、ペット用に使用した毛布やタオル</li> <li>布製品でないもの</li> </ul>

※一般家庭から出されるものが対象です

問い合わせ 廃棄物対策課 ☎226-1407

## お知らせ

南区役所 ☎373-1000代

味方・月湯出張所へもつながります

区役所関係の問い合わせ先は、各係の直通番号です。時間外および閉庁時は代表電話にご連絡ください。

### 相談

#### 5月の弁護士無料法律相談

☎5月13・27日(水)午後1時15分~4時15分 ㊧南区役所 ㊦土地、金銭貸借、保証、債務、離婚、認知など法律についての相談 ㊨先着6人※1人30分 ㊩4月21日(火)以降に電話で区民生活課 ☎372-6105

## 市民の情報掲示板

掲載を希望する場合は、6月7日号は5月13日(水)まで、6月21日号は5月27日(水)までに、掲載依頼票を提出してください(FAX可)。依頼票は南区役所ホームページ(本紙表紙参照)でダウンロードすることができます。※掲載は原則1回のみ

#### 無料カウンセリング

☎5月17日(日)午前9時~正午(1人50分) ㊧市市民活動支援センター(西堀6番館ビル3階) ㊦県カウンセリング協会「傾聴の会」による無料カウンセリング。家

族、仕事、人間関係などさまざまな悩みに心理カウンセラーが対応 ㊩5月16日(土)までに同会 ☎090-3210-0051

#### 新潟大学公開講座

令和2年度前期の受講生を募集します。講座の内容など詳しくは右下二次元コード ㊧新潟大学駅南キャンパス「ときめいと」など ㊨新潟大学研究企画推進部産学連携課 ☎262-7633



#### 河川愛護モニター

河川の整備や利用、環境についての情報や地域の声を把握するため、気付いたことなどを報告する河川愛護モニターを募集します ㊦信濃川からおおむね5km以内に在住の20歳以上の人 4人程度  
 任期 7月1日(水)から1年間 報酬 月額4,580円 ㊩指定の応募用紙を6月1日(月)までに郵送・FAXで信濃川下流河川事務所占用調整課(〒951-8153 中央区文京町14-13 FAX 267-1032) ※応募要綱・応募用紙は同事務所ホームページからダウンロードまたは電話、はがき、FAXで請求可 ㊨同課 ☎266-7135

### まちの話題 南区創生会議が提言書を提出

3月25日、「にいがた南区創生会議」が南区の公共交通のあり方を検討し、まとめた「提言書」を南区長へ提出しました。同会議は、区の若手住民が中心となり、区の課題解決に向けさまざまな活動に取り組んでいます。区長は「いただいた提言を踏まえて、南区の弱点である公共交通が良くなるようにしていきたい」と述べました。



#### 夜桜のライトアップ

白根公園と白根水道公園で、白根観桜会がばんぼりによる桜のライトアップを行いました。日中に見る鮮やかな桜とはまた違った、光と影のあでやかなコントラストを楽しむことができました。新型コロナウイルス感染症のためか花見のお客さんはまばらでしたが、来年は大勢の人が鑑賞することでしょう。