な

み

7

南

区

健康福祉課に在籍しています!

今号1面は区バス特集です。手話でもバス旅行に出掛けましょう。手話は表現するも かんたん手話講座13 の一つ一つに意味があり、それが分かると「そうなのか!」と納得しますよね。今回もそ 手話通訳者 鈴木さんの んな手話表現です。







親指と人差し指で正面 から見たバスのバンパ 一の形を作ります。



その指を前に出し ます。



片方の人差し指と中指 を反対の人差し指と中 指に乗せます。



を合わせて表



片方の手の平を車体、もう片 方の人差し指と中指(チョキ) で車輪の動きを表現します。



ぐるっと縦に 回します。



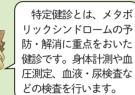
車輪が回って

目的地へ旅に

40歳から

南区の特性

①急性心筋梗塞や脳血管疾患で亡くなる人が多い ②喫煙・毎日飲酒する人が多く、運動習慣のある人が少なし



重症疾患(脳血管疾患・虚血性心疾患・糖 尿病性合併症)で急に倒れた人のうち、約6割 の人が健診連続未受診者です。自覚症状のな い人はもちろん、通院をしている人も忘れずに 年に1回健診を受けましょう。

**閲健康福祉課 ☎372-6385** 

### -健診を受けるには-

#### 1. 受診券を用意する





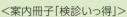
<受診券>

3月末に受診券を郵送しました。40歳以上の新潟 市国民健康保険加入者、新潟県後期高齢者医療制 度加入者、生活保護受給者が対象です。

※社会保険加入者は、加入している保険者が実施し ます。健康保険証の発行元に問い合わせてください

### 2. 受診機関を選ぶ

「検診いっ得」14~20ページの「新潟市特定健診・がん検診委託 医療機関名簿【施設検診】」から、受診機関を選びましょう。予約が必 要な場合もあるので、事前に電話で問い合わせてください。





### 3. 受診する

| 年     |   | 齢 | 40歳~59歳   | 60歳以上、生活保護受給者 |
|-------|---|---|---|---------------|
| 自己負担金 |   |   | 500円  | 無料            |
| そ     | တ | 他 | 市民税非課税世帯の人は無料(「無料券」が必要。受診の2週<br>間前までに区役所健康福祉課に申請) |               |

#### 4. 結果を確認する

結果が届いたら、受診が必要な項目や経過観察が必要な項目がないか確認しま しょう。

#### 5. 健康相談会を利用する(原則毎月第3火曜日:午前)

保健師や栄養士が健康づくりについて一緒に考え、アドバイスをします。相談は 無料です。日程や申し込み方法は、毎月第3日曜日号に掲載の「健康カレンダー」を 確認してください。※4月の開催は18日(火)



### 「南区 区ビジョンまちづくり計画」が 完成しました



南区の目指す将来像と、その実現に向けたまちづくりの方向性を示した2030 (令和12)年までの8年間の計画です。

この計画に基づき、区民の皆さんと共に南区のまちづくりを進めていきます。

### 「概要版」の配布方法

○今日の新聞折込 ○南区役所、出張所、地域生活センターに設置 ○市のホームページ(右二次元コード)から

圓地域総務課 ☎372-6605



# お知らせ

#### 談 相

### 弁護士の無料法律相談

**回**5月10日·24日(水)午後1時15分~4 時15分 屬南区役所 图土地、金銭貸 借、保証、債務、離婚、認知など法律につ いての相談 囚先着6人※1人30分 匣4月18日(火)以降に区民生活課 ☎ 372-6105

### **白根地区公民館 ☎**372-5533

### 子育てひろば

■5月9日(火)午前10時~11時半 陽白根学習館 ▶回自由あそび&ちょっと しゃべり場 🔼 未就園児とその保護者 先 着8組 囲当日直接会場へ 週白根地区 公民館

### **味方地区公民館 ☎**373-4788

笹川邸 春の茶会

回4月30日(日)午前10時から

△ 先着50席程度 図300円(別途入館料 500円) 間味方地区公民館

### その他

#### 子育てオーエンジャー☆みなみ ほっぺちゃんひろば

回5月19日(金)午前10時から11時 場白根カトリックこども園 **| 四ピアノ演奏とハンドトリートメント** 囚乳幼児とその家族 先着6組 匣5月8日(月)から同園 ☎372-1843

### 市民の情報掲示板

● [きらきら] お楽しみ会

の茶の間「きらきら」(旧天昌堂サロン) **内100**歳になる利用者のお祝いをします ▶300円 ■地域の茶の間「きらきら」 ☎080-5430-5349 安達

### (おわびと訂正)

3月5日号みなみ風1面「スポーツの功 績・活躍をたたえて」で紹介しました受賞 者の氏名が誤っておりました。訂正し、お わび申し上げます。優秀競技者賞 木津 百欄さん、正しくは木津百蘭さんです。



会

### 第16回 南区美術展覧会 出展作品を募集



6月10日(土)~14日(水)午前10時~午後5時(14日は午後4時まで) 場 白根学習館

会 南区およびその周辺に在住・在勤・在学の人。中学生以下は不可 応募資格

部 絵画(日本画·洋画·版画)、書道、写真、彫塑·工芸 品数 1部門につき1人2点以内 出

1点につき1,500円(高校生は無料) 出 品料 出展作品は全て展示(書道は1点のみ) 展 示

部門ごとに最優秀賞、優秀賞、奨励賞を決定

申し込み・搬入 6月3日(土)午後3時~7時に白根学習館



間地域総務課 ☎372-6621

## 南区と共にがんばる白高生!

県立白根高等学校· 地域コーディネー 織田さんが 活動を紹介します



#### 「にいがた南区創生会議」と連携

新学期も始まり、新1年生58人が入学しま した。地域に根付いた白高生として、充実し た高校生活を送ってほしいです。

令和4年3月の南区に加え、先月末には 「にいがた南区創生会議」とも連携・協力に 関する協定を締結しました。「にいがた南区 創生会議」は、南区のさまざまな分野で活躍 する若手が集まり、南区の明るい未来の実 現のために活動しています。協定締結により、 昨年度以上に活躍の場が広がり、生徒が多 くの刺激と学びを受けながら成長することを 期待します。また、創生会議の皆さんの目線







で白根高校の魅力化にも取り組んでもらえるということで、こちらにも大きな期待 をします。今年度もこのコーナーで白高生の活動を紹介します。引き続き地域の人 たちとのすてきな出会いと、たくさんの活動に注目してください。

- 《広告欄》