



風と大地の恵みに新たな希望が芽吹く、郷土愛あふれるまち～みんなでつくる暮らし続けたい南区～

みなみ風



スマホのカメラをかざすだけ!



南区役所だより 音声版

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 <https://www.city.niigata.lg.jp/minami/> Eメール chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp (南区役所地域総務課)

南区の人口(令和6年3月末現在、カッコ内は前月比): 42,504人(-88) 男: 20,733人(-33) 女: 21,771人(-55) 世帯数 16,736世帯(+23) (住民基本台帳による)

「思いっきり子どもを遊ばせたい!」と、思ったら



区内の公園へ Let's Go!!

春本番を迎え、さわやかな季節になりました。気分もウキウキ♪外に出掛けたくなったら、公園はいかがでしょうか?

自宅から少し離れている公園でも駐車場があれば安心。屋外で思いっきり楽しみましょう。 園建設課 ☎372-6460

凡例 駐車場 トイレ 身障者用トイレ
 東屋 バーベキューエリア

根岸あやめ公園

場 下山崎745番地

ブランコなどの子ども向けの遊具だけでなく、ストレッチや筋力トレーニングができる大人が楽しめる健康器具もあります。

13台



かまどあり
※利用する場合は建設課
☎372-6460



大人も楽しめる
遊具発見!



大鷲公園

場 東笠巻1277番地

高台にある東屋と大きなすべり台が特徴的な公園。2つのかまどの脇に水場があり、とても便利です。

19台



かまどあり
※利用する場合は建設課
☎372-6460



やすらぎの森公園

場 吉江1361番地

広い敷地に長いすべり台や遊具があり、思いっきり遊べます。遊歩道は散歩コースに最適です。

77台

かまどなし、炭・携帯用ボンベのみ使用可
※利用する場合は建設課 ☎372-6460



大通ふれあい公園

場 大通黄金2丁目7番11

ちびっこ広場、アスレチック遊具やローラーすべり台のほか、かまどのあるバーベキュー施設もあり、家族で楽しめます。 ※公園の利用は午後9時まで

30台



かまどあり
※利用の場合は建設課
☎372-6460



臼井大郷信濃川 フルーツフラワーの里公園

場 赤渋1509番地(信濃川河川敷)

スプリング遊具やシーソーなどがある遊具広場があるほか、サッカーゴールがある「スポーツ広場」もあり、信濃川河川敷の広大な公園です。

70台

かまどなし、炭・携帯用ボンベのみ使用可
※利用する場合は建設課 ☎372-6460



みつけた!

ぜひ香りを!

区役所脇の白根公園には藤棚があります。見たところ、かなりの高齢のようですが、春になると花を咲かせ、棚の下に甘い香りを充満させています。



注意事項

- ・ペットは放し飼いにしないでください。フンは飼い主が責任を持って始末をしてください。
- ・ごみや炭・燃え殻は持ち帰りましょう。
- ・かまどまたはバーベキューエリア以外で火は使用しないでください。



危険な行為やほかの人の迷惑になるような行為はしないでください。



育児相談会(予約制)

回5月9日(木) ①9:30②9:50③10:10④10:30⑤10:50 白根健康福祉センターなごみなみ 身体計測、保健師・助産師・栄養士による相談
乳幼児の保育者 各時間先着5人
母子健康手帳、バスタオル
4月24日(水)～5月8日(水)に健康福祉課 ☎372-6395
※妊娠や子育てについての相談はいつでも受け付けています

健康相談(予約制)

回5月21日(火)
午前9時～11時 南区役所
健康相談(禁煙相談も可)
直近の健康診断の結果(なくても可)
健康福祉課 ☎372-6385

はじめての離乳食(予約制)

回5月16日(木) 午後1時15分～同半
白根健康福祉センターなごみなみ
離乳食の進め方(80分程度)
生後5カ月頃の赤ちゃんの保育者
先着10人 母子健康手帳、バスタオル
4月24日(水)～5月14日(火)に市役所コールセンター ☎243-4894

その他健診

対象の人には個別に案内を送ります。
●1歳誕生歯科健診 5月2日(木)
●1歳6カ月児健診 5月8日(水)
●3歳児健診 5月10日(金)
●股関節検診 5月1日(水)

献血にご協力を

回5月9日(木)午前9時～11時
南区役所 400ml献血
献血カードまたは献血手帳 ※初めての人は本人確認書類(運転免許証など) 健康福祉課 ☎372-6385



健康・医療 肺がん・胃がん 乳がん検診

健康福祉課 ☎372-6385



肺がん検診

受診券、個人記録票、健康保険証 40歳以上 検診車による胸部X線撮影(かくたん検査は感染予防の観点から実施しません) 無料

○5月の日程 予約不要

受付開始直後は混雑が予想されます。都合がつく人はそれ以外の時間に会場へ来て下さい。

検診日	会場	受付時間
5月14日(火)	白根健康福祉センターなごみなみ	9:00～11:30
5月16日(木)	小林地域生活センター	13:30～15:00
5月17日(金)	大通地域生活センター	9:00～11:30

胃がん検診

40歳以上 検診車によるX線撮影(バリウム)検査 受診券、健康保険証、自己負担金、個人記録票

○5月の日程 要予約

検診日	会場	定員	予約開始日
5月23日(木)	七穂公民館	40人	4/25(木)から
5月24日(金)	味方公民館		
5月28日(火)	新飯田地域生活センター		5/8(水)から
5月29日(水)	小林地域生活センター		
5月31日(金)	月湯健康センター		

○当日受付時間(各会場共通)

①9:00～9:30 ②9:30～10:00 ③10:00～10:30 ④10:30～11:00 ⑤11:00～11:30 予約 平日 午前9時～午後4時半 新潟県労働衛生医学協会 ☎370-1800 ※受診券を手元に置いて予約をしてください

乳がん検診 マンモグラフィ検査 要予約

○集団検診 回5月22日(水) 午前9時半～11時半、午後1時半～3時半
白根健康福祉センターなごみなみ

職場などで受診機会のない40歳以上偶数年齢の女性 先着120人
受診券、健康保険証、自己負担金、バスタオル 4月27日(土)から市役所コールセンター ☎243-4894(午前8時～午後9時)

○施設検診 委託医療機関に予約。委託医療機関は受診券に同封の「検診いっ得」に掲載。※70歳以上の人は施設検診を受診できません。集団検診を利用してください

【胃がん・乳がん検診共通】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)		

募集

第17回 南区美術展覧会 出展作品を募集



会期 6月8日(土)～12日(水) 午前10時～午後5時(12日は午後4時まで)
会場 白根学習館

応募資格 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

部門 絵画(日本画・洋画・版画)、書道、写真、彫塑・工芸

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

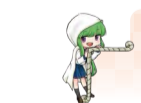
表彰 部門毎に最優秀賞、優秀賞、奨励賞を決定

申し込み・搬入 6月2日(日)午後2時～5時

に白根学習館
問地域総務課 ☎372-6621



申込書の配布など
詳細はこちらから



第1回 南区自治協議会

問地域総務課 ☎372-6605

回4月24日(水) 午後3時から 南区役所 傍聴 先着10人

※実施済みの会議の内容は、区ホームページや地域生活センターなど区内の公共施設で閲覧可能

「みなみく妖怪大図鑑」ホームページはこちらから↓



子育て 安産教室

充実したマタニティライフを



妊婦さんと家族が安心して出産を迎え、生まれてきた赤ちゃんと一緒に新しい生活がスタートできるよう安産教室を開催します。

白根健康福祉センターなごみなみ

①すこやかママ講座 ②ウェルカム赤ちゃん講座

※②のみ家族・パートナーの参加可

令和6年8～10月に出産を予定している人(南区民に限る。先着10人)

日程表

講座名	日時	内容
①すこやかママ講座	5/15(水) 13:30～15:00 13:15	・妊娠中の過ごし方について ・妊娠中の栄養と食事について ・市の母子保健サービスについて
②ウェルカム赤ちゃん講座	6/19(水) 18:00～20:00 17:45	・子育てについて ・沐浴について ※動きやすい服装で参加してください

4月24日(水)②5月29日(水)から健康福祉課 ☎372-6375



ごみの分別と出し方を確認しましょう



1. ごみの分別と出し方を確認してください。

ごみの分別や出し方については「ごみ分別百科事典」で確認できます。

ごみを出せる日は「ごみカレンダー」で確認しましょう。

→新潟市ごみ関連チャットボット(右二次元コード)も利用してください。

2. 「燃やすごみ」「燃やさないごみ」は必ず新潟市指定袋で出してください。

※他市町村の指定袋やレジ袋を使うことはできません

3. ごみ集積場へは、収集日の午前8時までに出してください。

問区民生活課 ☎372-6145



LINE版

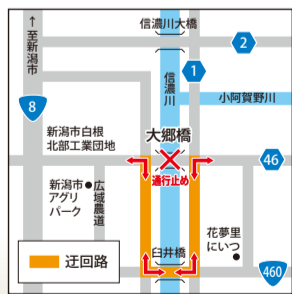


WEB版



大郷橋が夜間車両通行止めになります

主要地方道新潟中央環状線「大郷橋」で、補修工事に伴う車両通行止めを行います。白井橋などへ迂回してください。※歩行者は通行できます
期間:4月22日(月)～26日(金)午後9時～翌午前5時
問西部地域土木事務所 ☎0256-78-8571



《広告欄》

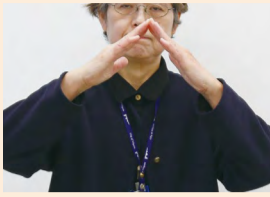


健康福祉課に在籍しています!

手話通訳者 鈴木さんの **かんたん手話講座** 22

今号1面は公園の特集です。区内には駐車場のある広い公園があり、弁当を持参すればピクニック気分家族みんなで1日楽しめます!今回は家族・公園を手話で表現しましょう。

家族



両手の指を付けて「ハ」の字に広げ、屋根を表現する



片方はそのままにし、もう片方は親指・小指を広げたまま手首をひねるようにして2回ほど振る

公園



人差し指で「ハ」の字を作り、片方はそのままにし、もう片方の人差し指で「ム」を書く

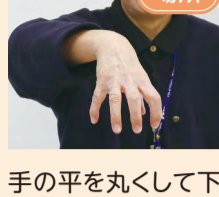
公

遊ぶ

場所



手の平を丸くして下向きにする(令和5年6月18日号「避難所」でも使われていました)



手の平を丸くして下向きにする(令和5年6月18日号「避難所」でも使われていました)

「公」の字を指で表すんだね!



続けて「遊ぶ」「場所」を表現して「公園」が完成します!



南区には妖怪がひっそりと暮らしているのか!?

40歳から毎年受けよう 特定健診



特定健診とは…メタボリックシンドロームの予防・解消に重点をおいた健診です。

南区の特性

- 急性心筋梗塞や脳内出血・脳梗塞(脳血管疾患)で亡くなる人が多い
- 喫煙・毎日飲酒する人が多く、運動習慣のある人が少ない



脳血管疾患などで急に倒れた人のうち、約6割の人が健診を定期的に受けていない人です。自覚症状がなくても「自分のからだ」の状態を知るために、忘れずに年に1回健診を受けましょう。 健康福祉課 ☎372-6385

食べ過ぎ・お酒の飲み過ぎ・喫煙・運動不足は心疾患や脳血管疾患の危険因子となる生活習慣病の重症化を招きます。気をつけましょう!



健診を受けるには

1. 受診券を用意する



3月末に受診券を郵送しました。対象者は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ください ※保険証が変更になった場合は「受診券」の変更手続きが必要です

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、受診したい医療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。



案内冊子「検診いっ得」

3. 受診する

受診券、健康保険証、自己負担金、質問票

年齢	40~59歳	60歳以上・後期高齢者・生活保護受給者
自己負担金	500円	無料
その他	市民税非課税世帯の人は無料(「無料券」が必要。受診日の2週間前までに健康福祉課に申請)	

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。



毎年受けて結果を比較することで、生活習慣の見直しができますよ!

5. 健康相談会を利用する(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。日程や申込方法は、毎月第3日曜日号に掲載中の「健康カレンダー」やホームページで確認してください。

次回は 5月21日(火)です!

南区と共にごんばる白高生!

県立白根高等学校・地域コーディネーター 織田さんが活動を紹介します



先月、みなみ一で地域応援隊・杉崎さんの紹介で「新潟国際アニメーション映画祭」に、4日間で延べ11人の生徒がボランティアとして参加しました。海外からの来場者も多い、国際的な映画祭です。入場受け付けだけでなく、映写や会場内などで補助として活動し、生徒たちにはとても貴重な経験になりました。

南区およびにいがた南区創生会議との連携により、生徒の活動はどんどん広がっています。さらに地域の皆さんから「課題解決に白高生の力を!」との声も聞こえ、期待をいただいていることに感謝します。少子化に伴い、残念ながら生徒数は減少していますが、地域の皆さんに見守られながら生徒たちは、白高でしか得られない大事な「学び」を積み重ねています。

今年度も白高生の活動に注目と期待をしていただくと共に、ご支援ご協力をお願いします。



新潟国際アニメーション映画祭 受付の様子

地元密着通信

カメラと散歩

今月は月潟地区

このコーナーは、広報担当者が区内を取材し、紹介します!

記念すべき初回は「月潟地区」です。月潟といったら、やっぱり「かぼちゃ電車」。旧月潟駅周辺をぶらっと散歩しました。



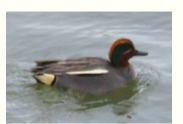
取材は3月中旬。貴重な冬眠中の電車です!



ミラー越しのかぼちゃ電車!



中ノ口川には鳥が遊び、土手には水仙が咲き始めていました。春の訪れを感じますね!



すてきな出会いがありました.....

旧月潟駅を見学していた秋葉区在住の男性。蒲原鉄道に魅了され、何度も廃線跡に足を運んだそう。次は「新潟交通電車線!」仕事が休みの日には、時間を見つけて「かぼちゃ電車」を堪能したいと話してくれました。魅力たっぷりのかぼちゃ電車!動く姿を見てほしいな~

お知らせ

アクアチューブ体験会開催 白根カルチャーセンター ☎373-6311

☎5月5日(日・祝)①午前11時~同45分、②午後2時~同45分 白根総合公園 屋内プール 小学生以上 体験無料、別途入場料が必要 同センター

健康スマイルウォーキング 白根地区公民館 ☎372-5533

大鷲公園から白根グレープガーデンまで(往復約5km)をウォーキング! ☎5月12日(日)午前9時半~正午 大鷲公園(集合・解散)、白根グレープガーデン 幼児以上 幼児(2歳以下)無料、幼児(3歳以上)800円、小学生1,100円、中学生以上1,200円 4月30日(火)までに白根地区公民館・鷲巻地域生活センター窓口で申込書記入、または

e-NIIGATA(右下二次元コード)から ※5月2日(木)に参加・不参加を伝えるメールを送付します。メールが届かない場合は、白根地区公民館にお問い合わせください



新潟医療福祉大学 アゴラ・さいころじい 市民向け公開講座 日頃の困りごとを「心理学」で解決!

☎5月19日(日)午後1時半~3時半 朱鷺メッセ新潟コンベンションセンター(中央区万代島) ①「判断に迷ったら意思決定の心理学」山崎由美子教授 ②「人づきあいに困ったら 対人関係の心理学」野村照幸教授 ③「やる気が出ない時は 心身関連の心理学」山本裕二教授 ※3人とも心理健康学科 申込フォーム(右二次元コード)から 先着150人 (学)新潟総合学園 ☎257-4467



《広告欄》