

# 情報プラザ

日=日時 場=会場 内=内容  
 講=講師 人=対象・定員 持=持ち物  
 ￥=参加費(記載のないものは無料)  
 申=申し込み 問=問い合わせ

★メールでの問い合わせ、申し込みは、携帯電話の迷惑メール対策(ドメイン拒否)などにより、担当課から返信できない場合があります。送信する前に設定の確認・変更をお願いします。  
 ★FAX・メールでの申し込みで、特に記載のないものは、住所、氏名、電話番号を明記してください。

## お知らせ

### 第3回いきいき西区ささえあいプラン推進委員会

次期計画の「第3次いきいき西区ささえあいプラン」の計画内容の審議や意見交換を行います。傍聴希望の人は直接会場へお越しください。  
 日 2月18日(木)午前10時～正午  
 場 西新潟市民会館  
 人 先着10人  
 問 西区健康福祉課地域福祉係(☎025-264-7315)

## 公民館

西地区公民館 ☎025-239-1285  
 〒950-2261 赤塚2280-2

◆西地区公民館の使用を再開します  
 空調設備改修工事の終了に伴い、3月1日(月)から西地区公民館の使用を再開します。  
 問 同館(☎025-239-1285(2月28日まで)、☎025-261-0031(3月1日から))

### ◆パソコンの町医者 地域のパソコン相談室

日 2月9日(火)午後1時30分～3時30分  
 場 内野まちづくりセンター  
 人 先着10人  
 持 ノートパソコン  
 申 あす8日(月)までに電話で同館

### ◆つるかご編み講座

日 3月15日(月)午前10時～正午  
 内 植物のつるを使ったかご作り  
 人 先着25人  
 ￥ 500円(材料費)  
 申 10日(水)から電話で同館

### ◆落語で笑って免疫力をあげよう!

日 3月15日(月)午後1時30分～3時  
 講 新潟大学落語研究部  
 人 先着50人  
 申 10日(水)から電話で同館

小針青山公民館 ☎025-230-1071  
 〒950-2022 小針2-24-1 第4月曜休館

◆先輩夫婦に学ぶ 育休明けのこと  
 日 3月13日(土)午前10時～正午  
 人 育児休業をしている夫婦(1人の参加可) 16人(応募多数の場合、夫婦参加の人を優先の上、抽選。保育あり、6カ月以上の乳幼児8人)  
 申 28日(日)までに新潟市電子申請サービス「かんたん申込み」(右の二次元コード)または電話で同館

催しに参加する場合は、マスクを着用するなどの

(小針青山公民館の続き)  
 ◆おもちゃ病院in小針青山公民館  
 直接会場へお越しください。  
 日 2月13日(土)午後0時30分～3時  
 ￥ 実費負担の場合あり

## ふれあい掲示板

市民グループなどから寄せられた催し物案内を掲載しています。詳細は、主催者にお問い合わせください。

### 肺がんオンラインセミナー

期間中、いつでも無料視聴できるオンライン型のセミナーです。質問も受け付けています。  
 日 2月8日(月)～14日(日)  
 視聴方法 西新潟中央病院 ホームページ(右の二次元コード)から視聴  
 問 同院肺がん治療センター地域医療連携部(☎025-265-3171)

### 働く女性のためのキャリアアップセミナー

ウェブ会議システム「Zoom」によるオンライン型のセミナーです。  
 日 2月13日(土)、19日(金)午後2時～5時  
 内 講演「自分らしく新しいリーダーシップをめざして」  
 講 稲増美佳子(株)HRインスティテュート 代表取締役会長  
 人 働いている女性 先着30人  
 申 電話、FAX(025-285-6630)またはメール(npwf@npwf.jp)で(公財)新潟県女性財団(☎025-285-6610)

### シニア活躍セミナー

日 2月19日(金)午後1時30分～3時30分  
 場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2)  
 内 講演「そうだったのか!シニアの働く意味」  
 講 碓井真史(新潟青陵大学 教授)  
 人 60歳以上 先着50人  
 申 電話で(公社)新潟県シルバー人材センター連合会(☎025-281-5553)

### 楽しく学ぶ手話講座

日 2月26日(金)、3月4日(木)午後1時30分～3時30分(全2回)  
 場 内野まちづくりセンター  
 人 先着10人  
 持 筆記用具、飲み物  
 申 18日(木)までに電話で西区社会福祉協議会(☎025-211-1630)

## 知ってなるほど 新型コロナウイルス感染症のおはなし 第10回

### 冬場は工夫して換気しましょう

季節を問わず、新型コロナウイルス対策には、こまめな換気が必要です。冬は室温が下がりにくく、上手に換気をしましょう。



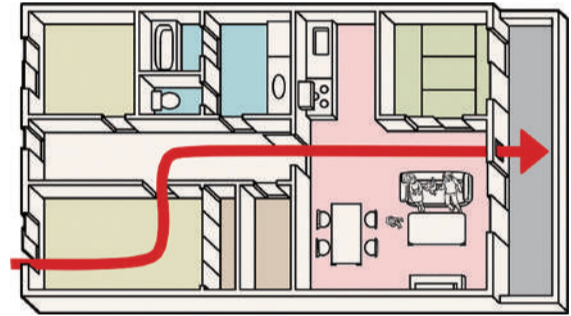
### 室温18℃以上を目安に換気

建物に組み込まれている常時換気設備や台所・洗面所の換気扇により、室温を大きく変動させることなく換気を行うことができます。常時換気設備や換気扇の常時運転など、最小限の換気量を確保しましょう。窓開けによる換気を行う場合は、18℃を目安に室温が下がらないように、暖房器具を使用しながら、窓を少しだけ開けて換気してください。

### 窓開け換気のコツ

- ・暖房器具を使用しながら、換気を行ってください
- ・暖房器具の近くの窓を開けると、入ってくる冷気が暖められるので、室温の低下を防ぐことができます
- ・短時間に窓を全開にするよりも、一方向の窓を少しだけ開けて常時換気を確保する方が、室温変化を抑えられます
- ・人がいない部屋の窓を開け、廊下を経由して、少し暖まった状態の新鮮な空気を人のいる部屋に取り入れる2段階換気は、室温の維持に有効です

2段階換気の例



出典：厚生労働省ホームページ「新型コロナウイルスに関するQ&A(一般の方向け)」

## 西区の事業者の皆さんへ 令和3年度 上半期 広告枠

### 西区役所だより「にし」に広告を掲載しませんか

問い合わせ 西区 地域課 広報・広聴担当(☎025-264-7180)

西区役所だよりでは、区の経済活動の振興などを目的に有料広告枠を設けています。広告掲載を希望する事業者の皆さん、ぜひお問い合わせください。詳しくは区ホームページをご覧ください。

対象 西区に本社や営業所を有する事業者  
 募集する号 令和3年4月～9月の毎月第1・3日曜日  
 発行部数 1号あたり約50,000部(新聞折り込み、個別配送により配布)  
 掲載位置 各号3ページ下部(ウェブ版西区役所だよりには掲載しません)

広告枠の種類	規格(天地×左右)	1回あたりの掲載料
1型	39 <sup>≒</sup> mm×122 <sup>≒</sup> mm	20,000円
2型	83 <sup>≒</sup> mm×58 <sup>≒</sup> mm(右下図参照)	20,000円
3型	83 <sup>≒</sup> mm×122 <sup>≒</sup> mm	40,000円
4型	83 <sup>≒</sup> mm×249 <sup>≒</sup> mm	80,000円
5型	39 <sup>≒</sup> mm×58 <sup>≒</sup> mm	15,000円



西区役所  
ホームページ

### 申し込みの流れ

- ①西区役所だより広告掲載申込書と広告の内容がわかる資料を提出\*してください。(先着順)  
提出方法 直接持参またはメール(chiiki.w@city.niigata.lg.jp)
- ②掲載可否の決定後、広告掲載(不掲載)決定通知書と納付書を郵送します。
- ③掲載決定通知書を受けた事業者は、掲載料を納付するとともに、広告の原稿を西区役所地域課に電子メールで提出\*してください。原稿は印刷に適した画像データ\*に限ります。  
\*提出の締切日、原稿の仕様は区ホームページを参照

広告

広告のサイズ例  
2型  
天地83mm×左右58mm

### 西区の雪害対応について

除雪計画路線図や除雪出動基準、奨励金交付事業・助成事業などの雪害対応について区ホームページに掲載しています。



### 緊急性のある情報について

除雪の開始情報や区バスの運休情報、西区役所窓口の混雑情報などの緊急性のある情報を、西区役所公式ツイッターで発信しています。ぜひフォローしてください。



@nsk\_niigata