



みんなで支える

認知症



認知症カフェ「オレンジカフェぱらむ」のクリスマス会の様子。認知症カフェは、認知症の人やその家族、地域の人たちがお茶やコーヒーを飲みながら気軽に交流したり、相談事、悩み事などを話し合ったりする場所です。＝関連記事2面＝
☎地域包括ケア推進課(☎025-226-1281)

目次) CONTENTS

| 特集 |

2・3 みんなで支える認知症

4 にいがたCITY NOW

- 新潟開港150周年記念宝くじを発売
- 除雪状況を市ホームページで公開
- 市報にいがた読者アンケート
- 新潟アサヒアレックスアリーナ5周年イベント
- 福祉バス4~8月の利用を募集

5 連載 シニア通信・歴史探訪 おでかけナビ

他3ページは区役所だより「情報ひろば」は別冊で発行しています



新潟市長 中原 八一

「まち」を皆さんと一緒に
くっつけていきたいと思えます。

まち全体で認知症の人とその家族を支え、住み慣れた地域で笑顔で暮らせるような「誰もが安心して暮らし続けられる支え合いの輪を広げていきましょう。」



団塊の世代が75歳以上になる2025年には、高齢者の約5人に1人が認知症になるといわれています。

認知症は早期の発見や治療で進行を遅らせることも可能です。認知症を正しく理解し、日頃から予防に努めていきましょう。また、認知症の人やその家族を温かく見守るなど「お互いさま」の気持ちで支え合いの輪を広げていきましょう。

認知症は誰もがなり得るもので、自分や家族、友人が発症することも決して珍しいことではありません。だからこそ、「誰かのこと」ではなく「自分のこと」として認知症について考えることが大切です。



生活習慣病の予防を

お医者さんに聞きました



医療法人新成医会 総合リハビリテーションセンターみどり病院 院長 長瀬 聡さん

「おれんじサポート中央」に認知症専門医という立場で参加しています

認知症とは

「記憶する」「物事を順序立てて行う」「人や社会と適切に関わる」などの認知機能が低下して、日常生活に支障を来す場合に「認知症」と診断されます。

認知症にはさまざまな疾患が含まれますが、その半数以上がアルツハイマー型認知症です。そのほかに、血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症などがあります。

早期診断・早期介入が重要

一昔前までは、認知症になっても医療・介護につながらない人がたくさんいました。その結果、重症化して激しい認知症

の症状(暴言・暴力、徘徊、幻覚など)が出てしまい、本人も周囲の人も大変苦労をしました。

そうならないために、早期発見・早期介入は重要です。

早期発見をすれば、薬物治療も早期に行え、本人も自覚をもって進行予防に取り組むことができますし、自分の今後の人生を考えることもできます。

家族も、認知症の対応で非常に重要な介護についての知識を、余裕を持って増やしていくことができます。

また、早期からさまざまな職種の人が見守り体制を構築することもでき、円滑に介護保険サービスなどを利用できます。

認知症の予防法

一番におすすめするのは「生活習慣病の予防」です。生活習慣病とは糖尿病、高血圧、肥満などです。これらの予防が血管性認知症(脳卒中による認知症)やアルツハイマー型認知症の予防になることが分かってきました。

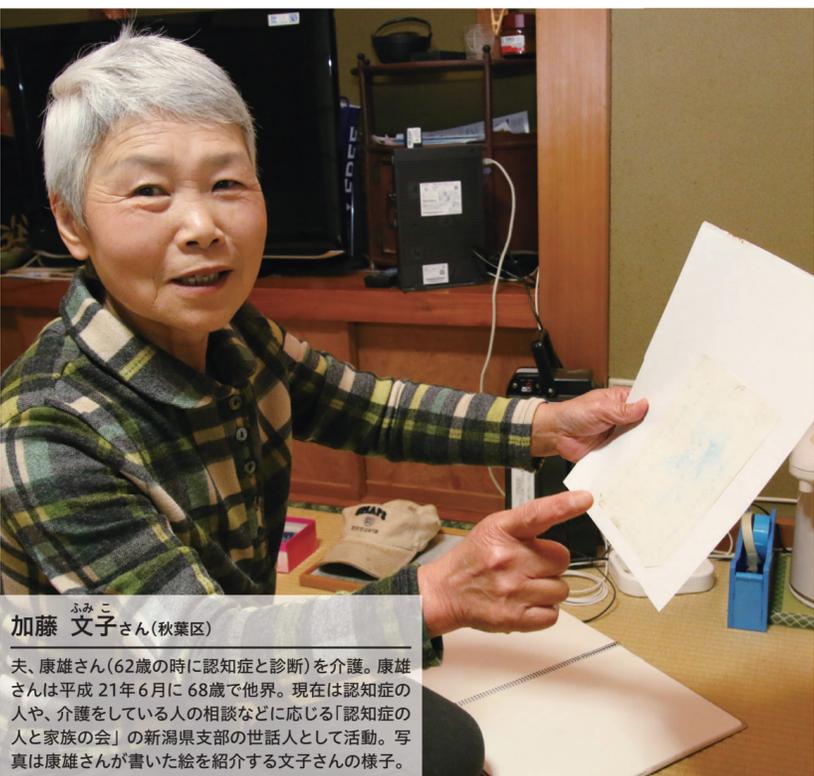
また、「軽い運動」も有効です。運動がアルツハイマー型認知症の予防につながるというデータが次々に出てきています。魚や野菜を多く取る食生活(日本食がよい)、他人との交流なども認知症の予防に有効とされています。

※絶対に認知症にならないという予防法は現段階ではありません



編集後記～取材を終えて

- 康雄さんが長女からもらって大切にしていた帽子を、「最期は私と一緒ににお墓に入れてほしいと思っている」という
- 文子さんのお話、変わらない家族への思い、家族の絆を強く感じました。
- 認知症カフェでは、どなたが認知症の人か分からないくらい、皆さん一緒に楽しい時間を共有していました。「誰もがなるかもしれない」と皆が受け入れることが、認知症への偏見を無くし、住みやすい社会につながるのではと感じました。



加藤 文子さん(秋葉区)

夫、康雄さん(62歳の時に認知症と診断)を介護。康雄さんは平成21年6月に68歳で他界。現在は認知症の人や、介護をしている人の相談などに応じる「認知症の人と家族の会」の新潟県支部の世話人として活動。写真は康雄さんが書いた絵を紹介する文子さんの様子。

認知症の人と家族の会

当事者の方が在宅で幸せに暮らすためには、介護しているご家族が心身共に健康であることが大切です。

負担を軽減するために、介護サービスの利用に加え、家族の会で心のケアもませんか。

詳しくは [認知症の人と家族の会](#) [検索](#)



会(公社) 認知症の人と家族の会 新潟県支部副代表 (下越エリア担当) 等々力さん (☎025-269-2282)

認知症になっても安心して暮らせるまちへ

※「認知症かも?」と心配になったら、まずはかかりつけ医や地域包括支援センターに相談してください

認知症初期集中支援チーム

「おれんじサポート」

認知症専門医と介護などの専門職による支援チームで、本市には地域ごとに5つのチームがあります。適切な支援につながらない認知症の人やその家族に関わり、より良い生活環境を整えることを目的に、受診や介護サービスの利用などをサポートしています。これらの支援を通じ、認知症になっても本人の意思が尊重され、住み慣れた地域で暮らし続けられることを目指します。

■連絡・相談先

お住まいの地域にある「地域包括支援センター」へ相談してください。

3月リニューアル

認知症安心ガイドブック

認知症の症状のこと、介護サービス・支援についての情報などがまとめられています。新たに軽度認知障がい情報や認知症を抱える本人のメッセージなどを盛り込みました。3月以降に区役所などで配布する予定です。



圏地域包括ケア推進課 (☎025-226-1281)

あなたもなれる

認知症サポーター

認知症について正しく理解し、認知症の人と家族をさりげなく見守り、支える「応援者」です。特別なことをする必要はなく、できる範囲の支援をします。

■認知症サポーター養成講座 サポーターになるには、認知症の症状や、認知症の人との接し方を学ぶ講座の受講が必要です。受講者にはサポーターの証・オレンジリング=写真=をお渡しします。 ※講師を派遣

時間60～90分 圏地域・学校・企業など10人以上の団体 無料 開催希望日30日前までに区役所健康福祉課



認知症カフェ

オレンジカフェ ぶらむの神田さんに聞きました。(亀田地区コミュニティセンターで開催)(介護支援専門員)



ぶらむではクリスマス会、ピアノ演奏会などの楽しめるイベントのほか、1カ月置きに認知症の勉強会も行っています。

ぶらむでは認知症かどうかといった確認はしません。カフェをきっかけに、認知症があってもなくても気に掛け合い、困ったときに



カフェで新しい友達ができました。カフェが出掛ける理由にもなっていますね。(取材日はぶらむのクリスマス会でした)

「お互いさまだよ」と支え合える、より身近な関係づくりができるといいと思います。また、カフェを通じて認知症に対する偏見を無くして、認知症かどうかを気にしない「意識のバリアフリー化」が進めばと願っています。

新しい場所に行こうと決心することは大変かもしれませんが。認知症と診断されたら、なおさらです。でも大丈夫ですよ。勇気を持って遊びに来てください。

圏オレンジカフェぶらむ・神田 (☎090-4946-1816)

オレンジカフェぶらむなど、市内の認知症カフェについて詳しくはHPから

[認知症カフェ](#) [検索](#)

頼って支えて

介護の経験者に聞きました

できる範囲で仕事を続け、仕事ができなくなった後も鍵盤ハーモニカを弾くなど好きなことを続けていました。

最初は気付かない

認知症の初期の症状は、人だけでなく家族でも気付かないかもしれません。今思えば、50代後半から症状が出始めていたんだと思いますが、私たちが飲酒が原因だとばかり思っていました。周囲の人の「ちょっと様子がおかしいよ」といった声に耳を傾けて、早く病院に行くことが大切だと思います。

周囲の協力と理解に感謝

私は周囲の人に症状を話しておきました。症状が悪化し、夫が自宅と仕事場を理由なく行き来してしまふようになっても、近所の人や顔見知りの人が「あの辺にいたよ」「疲れてたみてだすけ車に乗ってきたよ」と助けてくれたことは今でも感謝しています。

通院途中のランチがデイト

68歳で亡くなるまでの6年



康雄さんが入院中に描いた花の絵

経験を生かし支える側に

夫が亡くなった後、認知症の介護家族の力になりたいと思いい「認知症の人と家族の会」の世話人として活動を始めました。会では、介護の悩み相談をしたり、情報交換をしたりする「つどい」を毎月開



「つどい」の様子

私が介護をしていた頃に比べれば認知症に対する理解は進んでいると思います。サポートしてくれるところも充実してきていると思います。頼るところはしっかりと頼ってほしいですね。

介護家族に「また来たい」と思ってもらえるように、初めて来た人の名前と顔をしっかりと覚えて、次に来たときには「また来てくれてありがとう」と声掛けできるようにしています。「つらいのは私だけじゃない。今日は来てよかった」と参加された人に言われるとうれしいですね。



新潟アサヒアレックスアイスアリーナ 5周年イベントを開催



3月16日(土)に同施設(中央区鐘木)で、プロフィギュアスケーターの村上佳菜子さん=写真左=と小林宏一さん=写真右=をゲストに迎え、エキシビジョン演技などを行います。



※参加者には無料滑走券を進呈

問 スポーツ振興課(☎025-226-2598)

■エキシビジョン観覧

- 時間 11時半～12時
- 定員 S席(メインリンク内)214人、A席(2階観覧席)400人
- 観覧料 S席2,500円、A席1,800円
- 観覧券の販売 2月6日(水)10時から同施設、セブンイレブンで販売(売り切れ次第終了)

■教室・体験

申 2月6日(水)～14日(木)にBSNホームページから申し込み
※応募多数の場合抽選。参加者1人につき保護者1人入場可

| 内容 | 時間 | 対象 | 定員 | 参加費 |
|-------------------|-----------------|-----------|------|--------|
| ◇カーリング体験 | 13:00～14:00 | 小学4年生以上 | 30人 | 1,500円 |
| ◆村上さんのフィギュアスケート教室 | 初心者 13:30～14:10 | 4歳～中学生 | 各40人 | 2,000円 |
| | 中級者 14:30～15:10 | | | |
| | 上級者 15:30～16:10 | | | |
| ◆アイスホッケー体験 | 14:30～15:30 | 小・中学生の初心者 | 20人 | 1,500円 |

※◇は要スニーカー。◆は別途貸靴代500円

市内のイベント情報は

福祉



福祉バス 4～8月の利用を募集



市の施設見学や社会活動への参加などに無料で利用できます。市職員は添乗しません。見学施設など詳しくは区役所健康福祉課、出張所、連絡所などで配布する「福祉バスのご案内」に掲載しています。 ※原則、市内のみの運行

●対象 原則全員が60歳以上の団体、障がい者団体

●バスの定員

リフトバス…10～21人(車いす利用者2人追加乗車可)

中型バス…20～45人

●利用可能日時 4～8月の月～金曜9時半～15時半

申 2月15日金曜(必着)までに往復はがき(〒951-8550、住所不要)、FAX(025-222-5531)、メール(koreisha@city.niigata.lg.jp)のいずれかで、団体名、代表者の住所・氏名・電話番号、利用人数、利用するバスの種類、利用希望日(第5希望まで必須)、リフトバスの場合は車いす用のリフト使用の有無を高齢者支援課へ

※市ホームページからも申し込み可。利用の決定は3月6日までに通知

問 高齢者団体の利用について…高齢者支援課(☎025-226-1290)

障がい者団体の利用について…障がい福祉課(☎025-226-1237)

※土・日曜、祝日のほか、以下の日は利用できません。

リフトバス

毎月第1・3水曜、第3金曜、4/15、6/6

中型バス

4/11・15、5/13、7/26・30、8/1・5・6・7・9・20

市政



新潟開港150周年記念 関東・中部・東北自治宝くじを発売



「みなとまち新潟」の風景が図柄に採用された宝くじを発売します。市内で購入された宝くじの収益金は、市の歳入としてさまざまな事業に役立てられます。

●販売期間 2月13日(水)～26日(火)

●価格 1枚100円

●販売場所 市内宝くじ売り場

問 財務課(☎025-226-2203)



暮らし



主要幹線道路の除雪状況 市ホームページで公開



市が管理する主要幹線道路の除雪状況を市ホームページで公開しています。

▷市ホームページから

問 土木総務課(☎025-226-3017)

スマートフォンはこちらから

市政



市報にいがた 読者アンケート

市報にいがたにご意見をお寄せください。アンケートに答えた人の中から抽選で、健幸づくり応援食品を5人にプレゼントします。

●応募方法 2月22日金曜(必着)までに、下の内容をはがきに記入し、広報課(〒951-8550、住所不要)へ ※点線内を記入し、切り取ってはがきに貼付可。市ホームページ「市報にいがたアンケート」からも応募可。応募は1人1通。当選者の発表は商品の発送をもって代えます。個人情報と読者層の分析のみに利用します

問 同課(☎025-226-2089)



スマートフォンでの回答はこちらから



ジマンうす塩しょうゆ(左)、新潟柿の葉うどん(右)をセットにしてプレゼント

問1 デザイン・内容の読みやすさについて(○をつける)

1. 大変読みやすい
2. どちらかといえば読みやすい
3. どちらかといえば読みにくい
4. 大変読みにくい

問2 よく読む記事は何ですか(自由記載)

問3 意見や感想(自由記載)

| | |
|------|--------|
| 住所〒 | |
| 名前 | 性別 男・女 |
| 電話番号 | 年齢 歳 |

みなとまち新潟 歴史探訪 18

問 歴史文化課
☎025-226-2584

名勝白山公園の歴史的価値

新潟市民にとって親しみ深い白山公園が、昨年10月15日に、公園としては全国で9番目に名勝指定され、国の文化財となりました。公園の設置は、明治5(1872)年に赴任した楠本正隆(くすもとまさたか)県令(今の県知事に相当)が、新潟を開港場に



信濃川に面している明治初期の白山公園の図(明治14年「新潟港実測図」部分 新潟大神宮所蔵)

ふさわしい街にするために行った文明開化政策の一つでした。赴任直後から着工し、明治6年に公園設置奨励の太政官布告が出るとすぐに申請し、同年認可された25カ所のうちのひとつとなりました。他の公園が社寺の境内や城跡をそのまま利用したのに対し、白山公園は計画的かつ人工的に造営された最初期の公園として、日本公園史上極めて重要です。また、図から分かるように、築山や池など、造営当初からの基本的な地割りが大きく変わることなく現在も維持されているのは、奇跡的なことです。開園から145年。これからも皆さんに愛される白山公園であり続けてほしいと願っています。



現在の白山公園 ひょうたん池と噴水

あんしん・生きがい

シニア通信 8

☎認知症、一人暮らしの高齢者…
地域包括ケア推進課(☎025-226-1281)
▷高齢者虐待…
高齢者支援課(☎025-226-1290)

高齢者を見守ろう 2月は高齢者見守り強化月間

“困った時はお互いさま”の心で見守り、気遣い合える環境が安心できる地域づくりにつながります。気になることがある時は、区役所健康福祉課や地域包括支援センターに相談してください。相談者の秘密は固く守られます。

見守りのポイント例

- **認知症**
 - ・同じことを何度も言う回数が増えた
 - ・不自然な服装で外出している
 - ・あいさつをしても返事をしない
- **一人暮らしの高齢者**
 - ・暗くなっても部屋の電気がつかない
 - ・最近姿を見かけない
 - ・新聞・郵便物がたまっている
- **高齢者虐待**
 - ・叱る声や怒鳴り声がよく聞こえる
 - ・不自然なげががある
 - ・汚れたままの服装で過ごしている
 - ・他人の関与を必要以上に拒絶する
 - ・介護している家族が疲れきった様子

職員に聞きました

あいさつを交わす、日頃から気に掛けるなど、ご近所だからこそできる見守りがあります。このような活動を通じて、お互いに安心して暮らすことができる地域づくりを進めていきましょう。



地域包括ケア推進課 平岩

おでかけナビ

日日時 対象 定員 参加費

水の駅「ビュー福島潟」

北区前新田 ☎025-387-1491
開館時間9:00~17:00 ※月曜(祝日の場合翌日)休館



- **米美知子写真展** 2/11(祝)まで
¥入館料(一般400円、小・中学・高校生200円)
- **福島潟ガイドウォーク**

2/10・24(日)13:30~15:30

定 各日先着20人

¥無料

※荒天時中止

- **写真展「四季の彩り」**

2/16(土)~3/17(日)

¥入館料



内藤武通「春の訪れ」

新津美術館

秋葉区蒲ヶ沢 ☎0250-25-1300
開館時間10:00~17:00 ※あす4日、2/12(火)・25(月)休館



2/3(日)まで

- **企画展「エドワード・ゴッリーの優雅な秘密」**

¥一般700円、高校・大学生500円、中学生以下無料 ※2/11(祝)14:00に展示解説を実施

- **コレクション展Ⅳ「絵の中の不思議な世界」**

¥無料

新潟市美術館

中央区西大畑町 ☎025-223-1622
開館時間9:30~18:00 ※月曜(祝日の場合翌日)休館



- **コレクション展Ⅲ**

「美術の偶然!」

2/4(日)まで

¥一般200円、高校・大学生

150円、小・中学生100円 ※土・

日曜、祝日は小・中学生無料



牛腸茂雄《扉をあけると12》1972年~1980年

- **企画展「東郷青児記念損保ジャパン**

日本興亜美術館収蔵 東郷青児展」

2/3(日)まで

¥一般700円、高校・大学生500円 ※中学生以下、障がい者手帳を持つ人と一部の介助者は無料。

2/10・24(日)14:00に展示解説を実施

- **美術講座「イタリア・マネリスムと芸術家列伝」**

2/16(土)14:00~15:30 定先着100人 ¥無料

会津八一記念館

新潟日報メディアシップ5階 ☎025-282-7612
開館時間10:00~18:00 ※月曜(祝日の場合翌日)休館



- **企画展「八一を知る 八一がわかる—そのマルチな業績と人生」**

2/3(日)まで

¥一般500円、大学生300円、高校生200円、小・中学生100円 ※土・日曜、祝日は小・中学生無料。

写真コンテスト入賞・入選作品展を同時開催

文化財センター

西区木場 ☎025-378-0480
開館時間9:00~17:00 ※月曜(祝日の場合翌日)休館

- **企画展「西蒲区の隠れた宝もの」**

2/3(日)まで ¥無料

古津八幡山遺跡 弥生の丘展示館

秋葉区蒲ヶ沢 ☎025-378-0480
開館時間10:00~17:00 ※月曜(祝日の場合翌日)休館

- **企画展「鉄 弥生・古墳時代の鉄器」**

2/4(日)まで ¥無料

歴史博物館みなとぴあ

中央区柳島町2 ☎025-225-6111
開館時間9:30~17:00 ※月曜(祝日の場合翌日)休館



- **とんぼ玉作り**

2/9(土)14:00~15:30 対小学生以上

定先着15人 ¥200円

- **收藏品・新収蔵品展**

2/9(土)~3/17(日) ¥無料

- **講座「漆器職人の仕事」**

2/10(日)14:00~15:30 定先着80人 ¥500円

- **光が透ける窓飾り作り**

2/10(日)14:00~15:00 定先着15人 ¥無料

- **押し絵のおひなさま作り**

2/24(日)13:30~15:00 定先着15人 ¥無料

※このほか別冊情報ひろば2面にも講座を掲載





記号のみかた

- 日 = 日時、期日、期間、会期
- 時 = 時間 ※時間は24時間表記
- 場 = 会場
- 集 = 集合場所
- 解 = 解散場所
- 対 = 対象(記載のないものはどなたでも参加可)
- 定 = 定員(「先着」の表記がないものは、応募多数の場合抽選)
- ¥ = 参加費(記載のないものは無料。趣味・講座、催し物は無料を明記)
- 申 = 申し込み(記載のないものは申し込み不要。当日直接会場へ)
- HP = ホームページ
- 問 = 問い合わせ
- ☺ = 子ども、親子向け情報
- 👴 = 高齢者向け情報
- ♣ = にいがた未来ポイント対象事業

申し込みのときは「基本事項」の記載を

はがき・往復はがき・FAX・メールでの申し込みの場合は、右の「基本事項」に記載してください。それ以外の事項を記載する場合は、個別の記事ごとに示しています。※送り先が「〒951-8550」の場合は住所の記載不要

基本事項

はがきの場合(裏面)

- 「催し名」
- 希望の回(複数回実施する場合のみ)
- 参加者全員の氏名・ふりがな
※代表者は氏名の前に◎を付け、郵便番号・住所・電話番号も記載

※往復はがきは返信先も明記

お知らせ



新津・白根公共下水道事業計画変更案を縦覧

日 あす4日~2月18日(月) 8時半~17時半 場 下水道計画課(市役所分館)、ほか ※土・日曜、祝日は休日受付窓口で縦覧可 問 同課(☎025-226-2979)

一部図書館・図書室蔵書点検に伴い休館

2月14日(木)~19日(火) アルザにいがた情報図書室(☎025-246-7713)、東区プラザ図書室(☎025-250-2970)

2月20日~27日(水) 山の下図書館(☎025-250-2920)、生涯学習センター図書室(☎025-224-2120)、亀田図書館(☎025-382-4696)、月潟図書館(☎025-375-3001)、黒埼図書館(☎025-377-5300)、西川図書館(☎0256-88-0001)

市・県議会議員選挙立候補予定者説明会

市議会議員 日 2月22日(金) 13時半 場 市体育館(中央区一番堀通町) 定 1候補者につき2人 問 市選挙管理委員会(☎025-226-3343) 県議会議員 日 3月5日(火) 13時半 場 県庁西回廊講堂(中央区新光町) 問 県選挙管理委員会(☎025-280-5515)

市有地を一般競争入札で売却・貸し付け

入札会場契約課入札室(市役所本館) 申 入札日前日までに所定の申込書を財産活用課(☎025-226-2385)へ ※土地面積など詳しくは入札案内書に掲載。入札案内書、申込書はあす4日から市役所本館・分館案内、区役所地域総務課(東・中央・西区は総務課)で配布。市HPにも掲載

売却 対象地 北区嘉山、中央区田中町、秋葉区小須戸、南区大郷 入札日時 3月1日(金)10時 貸し付け 対象地 中央区蒲原町 ※駐車場利用に限る 入札日時 3月8日(金)10時

元気力アップ・サポーター3月の登録説明会

介護施設などでお茶出しなどを行う同サポーターの登録説明会(各1時間半)を開催します。活動でポイントがたまり、翌年度最大5,000円を受け取ることができます。対 本市在住で65歳以上の人

①豊栄地区公民館 日 14日(木) 13時半 ②東区プラザ 日 20日(水) 10時 申 ①②電話で東区社会福祉協議会(☎025-272-7721)

③中央区社会福祉協議会 日 18日(月) 10時 申 電話で同協議会(☎025-210-8720)

④横越地区公民館 日 12日(火) 13時半 ⑤秋葉区社会福祉協議会 日 8日(金) 13時半 ⑥南区社会福祉協議会 日 14日(木) 13時半 申 ④⑤⑥電話で秋葉区社会福祉協議会(☎0250-24-8376)

⑦西地区公民館 日 12日(火) 13時半 ⑧巻ふれあい福祉センター 日 14日(木) 13時半 申 ⑦⑧電話で西区社会福祉協議会(☎025-211-1630)

亀田清掃センター附属野球場・サッカー場 利用を受け付け

利用可能日 4月1日~11月30日 問 田舟の里(☎・☎兼用025-382-1566)

大会で1日単位の利用をする場合

申 2月25日(月)までにFAXで利用日(予備日を含め3日まで)、利用目的、大会名、参加チーム数、申込者の氏名・電話番号・所属チーム名を同施設へ ※利用日が重複する場合、3

月1日(金)19時から抽選会を実施 大会以外で利用する場合 利用可能時間 9時~17時 申 希望日の前月1日から電話で同施設 ※先着順

アフタースクール学習支援中学生への学習支援員を募集

6月~来年2月の放課後に60~90分、年10回程度、学習支援をする人を募集 教科 数学、英語 対 中学校または高校の数学、理科、英語の教員免許がある、ほか 申 2月20日(水)までに所定の申込書を学校支援課(市役所白山浦庁舎☎025-226-3261)へ ※応募要項・申込書は市HPに掲載

交通災害共済に加入を

交通事故によるけがで7日以上を通院や入院があった場合に見舞金を受け取ることができる制度です。

共済期間 4月1日~来年3月31日 ¥500円 申 3月29日(金)までに所定の申込書に会費を添えて区役所地域総務課(北・江南区は区民生活課、東・中央・西区は総務課)、出張所、連絡所、ゆうちょ銀行を除く金融機関へ ※申込書は申込窓口で配布。4月1日以降の加入も可(共済期間は手続きの翌日から) 問 市役所コールセンター(☎025-243-4894)、市民生活課(☎025-226-1113)

非常勤職員の募集

現在募集中の非常勤職員の情報は市HPに掲載しています。



▶市HPから 職員募集情報一覧 検索

相談

消費生活センター(中央区西堀前通6) 高齢者向け特別電話相談

日 2月14日(木)・15日(金) 9時~16時半 相談・予約電話☎025-228-8100 ※来所相談は電話で要予約

くらしとこころの総合相談会

弁護士、保健師、精神保健福祉士らが借金やこころの健康などの相談に対応 日 2月15日(金) 18時~21時 場 万代シテイレンタルルーム(バスセンタービル4階) 申 電話でこころの健康センター(☎025-232-5570)

マンション管理相談会

日 2月23日(土) 12時50分~14時半 場 クロスパルにいがた(中央区礎町通3) 対 マンションの区分所有者、管理組合役員 定 先着6組 申 2月6日(水) 9時から電話で県マンション管理士会・河内(☎090-1256-9164) 問 住環境政策課(☎025-226-2813)

行政苦情審査会委員による市政に関する苦情の相談

日 3月11日(月) 13時~15時半(1人1時間) 場 同審査会室(市役所本館) 定 先着2人 申 2月6日(水)~3月4日(月)に電話で同審査会事務局(広聴相談課内☎025-226-2098)

趣味・講座



新潟市民病院 いきいき講座「野菜摂取の大切さを学ぶ」

日 2月8日(金) 15時~16時 定 先着100人 ¥無料 問 同病院患者総合支援センター(中央区鐘木☎025-281-5151)

佐潟水鳥・湿地センター 佐潟探鳥散歩

日 2月9日・23日(土) 7時半~9時 ¥無料 問 同センター(西区赤塚☎025-264-3050)

西川学習館(西蒲区曾根) 読書会

面白かった本を紹介し、感想などを語り合う 日 2月16日(土) 14時~16時 ¥無料 問 西川図書館(☎0256-88-0001)

電話案内
市急患診療センター ☎025-246-1199
口腔保健福祉センター ☎025-212-8020
西蒲原地区休日夜間急患センター ☎0256-72-5499
水道局 ☎0120-411-002(または☎025-266-9311)

消防局 ☎025-288-3191
火災情報テレホンガイド ☎025-285-1119
災害時の問い合わせ ☎025-226-5656
市役所(〒951-8550) ☎025-228-1000

北区役所(〒950-3393) ☎025-387-1000
東区役所(〒950-8709) ☎025-272-1000
中央区役所(〒951-8553) ☎025-223-1000
江南区役所(〒950-0195) ☎025-383-1000

秋葉区役所(〒956-8601) ☎0250-23-1000
南区役所(〒950-1292) ☎025-373-1000
西区役所(〒950-2097) ☎025-268-1000
西蒲区役所(〒953-8666) ☎0256-73-1000

広報テレビ
NST 新潟市政ニュース 毎週日曜 8:25~
UX 知ック!新潟 毎週日曜 17:55~
TeNY いきいき新潟 毎月第1・3土曜 11:40~
NCV(ケーブルテレビ) 水の都新潟市 毎月第2・4土・日曜 9:00~ 12:00~、ほか

FM新潟 NICE TOWN にいがた 毎週土曜 7:55~ 77.5MHz
BSN おはよう!新潟市です 毎週土曜 9:10~ AM 1116KHz FM 92.7MHz
FM Port 新潟シティ・インフォメーション 毎週土曜 9:50~ 79.0MHz
FM KENTO こんにちは新潟市です 毎週土曜 10:55~ 18:25~ 毎週日曜(再放送) 8:55~ 18:55~ 76.5MHz
エフエム新潟 クリック!秋葉区 毎週月~金曜 10:00~ 76.1MHz
FM角田 西蒲ぼかぼか情報 毎週月・水・木曜 12:00~ 84.9MHz

にいがた流

ちょいしお生活



⑦ジャガイモの酢の物

栄養価(1人分)
エネルギー: 62kcal
塩分: 0.3g

材料(4人分)

| | |
|--------|------------|
| ジャガイモ | 140g(中1個半) |
| ニンジン | 35g(中1/3本) |
| 酢 | 大さじ2 |
| A 砂糖 | 大さじ2強 |
| 塩 | 少々 |
| 干しシイタケ | 2枚 |
| B 砂糖 | 小さじ2/3 |
| しょうゆ | 小さじ2/3 |
| 酒 | 小さじ2/3 |
| かきのもと | 40g |
| ユズの皮 | 10g |

シャキシャキ感が楽しめる一品です。

■作り方

- ①ジャガイモは千切りにし、水にさらす。ニンジンも千切りにする。
- ②AをAでシャキシャキ感が残る程度にさっと煮る。
- ③シイタケは水で戻し、戻し汁と一緒にBで煮つめ、千切りにする。
- ④かきのもととは色よくゆでておく。
- ⑤Bに②を加え、④を混ぜ、冷蔵庫で冷やす。
- ⑥器に盛り、食べる直前にユズの皮の千切りをのせる。

問 健康増進課(☎025-212-8166)

ほんぽーと中央図書館の講座 (中央区明石2)

問 同館(☎025-246-7700)

講座「新潟ゆかりの文学」 日 2月9日(土) 13時半～15時 テーマ俳人 種田山頭火の新潟 定 先着30人 ¥500円

講演会「新発田藩の決断」 北越戊辰戦争をキーワードに沼垂の歴史を学ぶ 日 3月9日(土) 13時半～15時 定 先着80人 ¥無料 申 2月9日(土) から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

♣楽しく健康づくり・介護予防 3月の総おどり体操

¥無料 申 2月8日(金) から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894) 問 高齢者支援課(☎025-226-1290)

- ①白根健康福祉センター 日 1日(金)
- ②内野まちづくりセンター 日 7日(木)
- ③クロスパルにいがた 日 8日(金)
- ④東区プラザ 日 12日・26日(火) ※いずれか1日のみ参加可
- ⑤巻地区公民館 日 14日(木)
- ⑥亀田市民会館 日 15日(金)
- ⑦豊栄地区公民館 日 19日(火)
- ⑧総合福祉会館 日 22日(金)
- ⑨新津健康センター 日 28日(木)
- ⑩市体育館 日 18日(月)

時 10時～11時半(⑩は12時まで) 定 各40人(③⑨は各50人、⑥は60人、⑧は80人、⑩は200人) ※各先着

女性のための就労支援セミナー 日 3月2日(土) 場 クロスパルにいがた(中央区礎町通3) 対 女性 ¥無料 申 2月6日(水) から市HPから申し込み 問 男女共同参画課(☎025-226-1061)

治療と仕事の両立 時 10時～正午 定 先着45人

介護離職者向け再就職支援 時 13時半～15時半 定 先着25人

歴史博物館みなとびあ(中央区柳島町2) 講座「戊辰戦争と越後」

日 3月3日～24日(日曜全4回) 時 13時半～15時 定 80人 ¥1,000円 申 2月23日(土) までにメール(museum@nchm.jp)で基本事項を同館(☎025-225-6111)へ

♣江南区健康ランニングセミナー

新潟アルビレックスランニングクラブのスタッフから走り方を学ぶ 日 3月5日～19日(火曜全3回) 19

時～20時半 場 横越総合体育館(江南区いぶき野1) 対 15歳以上 定 基礎、応用各コース30人 ¥無料 申 2月20日(水) までに市HPから申し込み ※2月26日までに抽選結果を発送 問 江南区役所産業振興課(☎025-382-4689)

生涯学習ボランティア スキルアップ講座「グループトーク」

日 3月6日(水) 10時～12時 場 クロスパルにいがた(中央区礎町通3) 定 先着50人 ¥無料 申 2月6日(水) 9時から電話で同施設(☎025-224-2088) ※同講座参加者は次の選択講座にも参加可

■選択講座(各2時間) 定 各先着30人 ¥無料
接遇の基本 日 3月6日(水) 13時半
障がい児との接し方 日 3月11日(月) 10時
リトミック 日 3月12日(火) 10時

3月の応急手当講習会

心肺蘇生法、AED使用法、窒息の対処法、ほか 対 10歳以上 定 各先着30人 ¥無料 申 2月6日(水) から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894) 問 消防局救急課(☎025-288-3260)

救命入門 日 9日(土) 10時～11時半 場 秋葉消防署

普通救命 時 9時～12時

- ① 9日(土) 場 西消防署
- ② 13日(水) 場 南消防署
- ③ 13日(水) 場 西蒲消防署
- ④ 23日(土) 場 中央消防署

いくとぴあ食花(中央区清五郎) 食育・花育センター 3月の講座

問 同センター(☎025-282-4181) ※各定員あり。当選者のみ2月28日までに案内を発送。催しについて詳しくは同施設HPに掲載

♣料理教室 申 2月25日(月) までに電話で同教室受付(☎025-282-4189)

①春料理と運動 日 13日(水) ¥1,300円

②キッズキッチン 日 16日(土) 対 5～10歳 ¥1,500円

③お祝い料理 日 17日(日) 対 小学生以上の親子 ¥2,000円

④ハーブ 日 24日(日) ¥1,200円

⑤フレンチ 日 28日(木) ¥1,500円 時 10時半(④13時) ※各2時間半～3時間半

園芸講座 申 2月25日(月) までに基

本事項をFAX(025-282-4987)で同センターへ

- ⑥種講座 日 9日(土)
- ⑦野菜作り 日 13日(水)
- ⑧雪割草 日 14日(木)
- ⑨生花アレンジ 日 16日(土)
- ⑩プリザーブドフラワー 日 16日(土)
- ⑪バラの接ぎ木 日 21日(祝)
- ⑫寄せ植え 日 27日(水)

時 13時半(⑥⑪13時⑨10時半) ※各1時間～1時間半 ¥⑥⑧500円⑦無料⑨3,000円⑩2,500円⑪1,500円⑫2,000円

園芸講演「100倍楽しむ野菜作り」 日 9日(土) 14時 定 100人 ¥無料 申 3月2日(土) までに電話で同センター

☺子ども創造センター(中央区清五郎) 3月の催し

ピアノ、絵本「アマデウスからの贈り物」(日 1日 金曜)、木のストラップづくり(日 16日土曜)、親子チアダンス(日 31日日曜)などの催しを行います。 ※各定員あり 申 2月13日(水) までに電話で同センター(☎025-281-3715) ※当選者は2月17日(日) 9時からいくとぴあ食花HPに掲載。このほかにも催しを実施。各催しの時間・対象・参加費など詳しくは同施設HPに掲載 問 同センター(☎025-281-3715)

♣ブランクダイバー向け スキューバダイビング教室

日 3月17日(日) 16時半～19時 場 西海岸公園市営プール(中央区関屋) 対 ダイビングライセンスがある人 定 20人 ¥3,500円(別途要入場料) 申 2月23日(土) までにメール(nishipool@niigata-kaikou.jp)で基本事項、年齢、性別、身長、体重、カードランク、ダイビング経験数、機材持参の可否を同施設(☎025-267-6858)へ ※当選者は「病歴書」を要提出

うらこすど(秋葉区小須戸) みそ作り

日 3月23日(土) 10時～12時 定 18人 ¥3,500円 申 2月22日金曜(必着) までに、はがきに基本事項を記載し、〒956-0101、秋葉区小須戸893-1、同施設(☎0250-38-5430)へ ※当選者のみ3月8日までに案内を発送

砂丘館の催し(中央区西大畑町)

時 9時～21時 ¥無料 問 同館(☎025-222-2676) ※月曜(祝日の場合翌日)休館

山下誠一写真展「水の呼吸」 日 2月17日(日) まで ※13日(水)からは18時まで。11日(祝)14時～15時半に作家によるギャラリートークを実施(¥500円) 佐藤家のひな人形展 明治時代中頃に芸妓として活躍した佐藤シン所有のひな人形を展示 日 2月26日(火)～3月21日(祝)

拉致問題を考えるパネル展

日 2月17日(日) まで 9時～21時半 ※5日(火)休館 場 巻地区公民館(西蒲区巻甲) ¥無料 問 防災課(☎025-226-1143)

秋葉区 在郷町小須戸 ひな・町屋めぐり

ひな人形やつるし飾りの展示 日 3月31日までの土・日曜、祝日10時～16時 ※小須戸・矢代田地域内の店舗で買い物をしたレシートを2月10日、3月10日(日)11時～15時に持参した人に抹茶を1杯提供 場 町屋ギャラリー薩摩屋(秋葉区小須戸) 問 秋葉区役所地域総務課(☎0250-25-5672) ※このほか、小須戸地域内の30店舗でひな飾りの展示やひなあられのサービスなどを実施。詳しくは区役所地域総務課(東・中央・西区は地域課)で配布するチラシに掲載。市HPにも掲載

北区郷土博物館(北区嘉山) 昭和の暮らし展

日 5月6日(振休) まで 9時～17時 ※月曜(祝日の場合翌日)、3月22日(金)休館。第2・4土曜13時半～16時に手織り体験、葛塚絹手織り機の実演を実施 ¥無料 問 同館(☎025-386-1081)

鑑湯クリーンセンター(西蒲区鑑湯) リサイクル品展示提供

日 あす4日～2月21日(木) 9時～16時半 ※土・日曜、祝日を除く。本市在住の小学生以上1人1点 抽選日時 2月22日(金) 9時半 ¥無料 問 同センター(☎0256-76-2831)

新津鉄道資料館の催し(秋葉区新津東町2)

時 9時半～17時 ¥入館料 問 同館(☎0250-24-5700) ※火曜休館

鉄道模型走行会 日 2月9日(土)～11日(祝) **新収蔵品展** 日 2月16日(土)～3月11日(月)

まちなかステージ「よろっとローサ」 2月のイベント

¥無料 問 同施設(中央区西堀前通6 ☎025-378-1137)

お笑いライブ 出演 アスタリスク 日 10日(日) 16時～17時 **ジャズライブ** 出演 金井拓郎、山本美恵 日 17日(日) 13時～15時 **英会話レッスン** 日 18日(月) 13時～同50分

天寿園の催し(中央区清五郎)

問 同施設(☎025-286-1717) ※3月20日(水) まで11時～14時に大広間の無料開放を実施(一部利用できない日あり。詳しくは同施設HPに掲載)

◆☺抱っこでダンス 日 2月13日(水) 10時半～11時半 対 首が据わった生後4カ月～1歳半の子と母親 定 先着20組 ¥500円

定期コンサート ¥無料 ※各2時間

① 2月17日(日) 13時半 出演 シェリー 曲目 青い影、ほか ② 3月3日(日) 13時 出演 MRDuoエムアルデュオ 曲目 天城越え、ほか

◆☺産後ママ向けヨガエクササイズ 日 2月26日(火) 9時半～10時15分 対 産後1年未満の人 定 先着50人 ¥400円

申 ◆は2月6日(水) 10時から電話で同施設

鳥屋野総合体育館の催し(中央区神道寺南2)

問 同館(☎025-241-4600)

☺♣親子遊び リズム体操、手遊び、



ほか 日 2月15日(金)10時半~11時半 対 就学前児と保護者 ¥300円
国士舘大学男子新体操部演技発表会
日 3月17日(日)9時、13時半 ※各回2時間半 定 各先着1,500人
前売り券一般900円、中学生以下400円 ※前売り券は2月9日(土)9時から同館などで販売

- 国際友好会館の催し(中央区礎町通3)
国際交流協会(☎025-225-2727)
1台湾パネル・風景画展 日 3月26日(火)まで9時~17時
2外国籍市民のための弁護士相談 日 2月15日(金)13時~17時 定 先着5人
3台湾人留学生による講演 日 3月2日(土)14時~15時半
4日本語能力試験N3・N4の解説 日 3月18日(月)~22日(金)10時~12時 ※全4回 対 日本語を母語としない人 定 各20人
5日本語講座 日 4月2日(火)~8月9日(金) ※全18~36回 対 日本語を母語としない日本語初・中級者 定 80人
¥123無料 42,000円 57,000円~15,000円 申 2は2月6日(水)9時から電話で同協会、4は3月13日(水)まで、5は3月20日(水)までに直接同協会へ

西新潟市民会館(西区小針2) 市民呈茶
日 2月17日(日)10時~16時 呈茶券500円(宗備流) 問 同館(☎025-230-1071)

旧齋藤家別邸(中央区西大畑町) 江戸時代~現代のひな人形展示
日 2月19日(火)~3月17日(日)9時半~17時 ※月曜休館 ¥入館料 問 同施設(☎025-210-8350)

けんこう広場ROSAぴあの催し(中央区西堀前通6)
¥無料 問 健康増進課(☎025-212-8166)

骨密度測定 日 2月21日(木)10時、11時、13時、14時(各回1時間) 対 本市在住の18歳以上で今年度測定していない人 定 各回先着15人 申 2月7日(木)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

糖尿病ミニ講座 薬物療法、ストレッチ体操、嗜好品について専門医らが語る 日 2月24日(日)13時半~15時15分 定 先着30人 申 2月6日(水)8時半から電話で同課

中央区 料亭の味と芸妓の舞 老舗料亭で昼食と古町芸妓の舞を鑑賞 時 12時~13時半 問 中央区役所地域課(☎025-223-7054)

- 1一メ 日 3月2日(土)
2きらく 日 3月2日(土)
3かき正 日 3月7日(木)
4イタリア軒(イタリア) 日 3月9日(土)
5小三別館 日 3月9日(土)
6金辰 日 3月13日(水)
7大善 日 3月23日(土)
8行形亭(いぎなりや) 日 3月5日(火)
9鍋茶屋 日 3月8日(金)
定 各20~30人 ※会場により異なる。1~7は先着 ¥5,000円(55)

9は6,500円) ※飲み物代は別途必要 申 2月6日(水)から電話で新潟三業協同組合(10時~16時 ☎025-222-2237) ※89は2月14日木曜(必着)までに、はがきに基本事項(1枚につき5人まで)を記載し、〒951-8553(住所不要)、同課へ。当選者のみ2月22日までに案内を送付
同日開催 古町街歩き
食事の前に古町花街の見どころをガイドが案内 ※街歩きだけの参加も可 時 10時50分~11時45分 定 各回先着10人 ¥500円 申 2月6日(水)~開催日の7日前に電話で新潟シティガイド(9時~18時 ☎090-1807-3013)

秋葉区 春の花のバスツアー
花生産ハウス・日本ポケ展・直売所見学、フラワーアレンジメント作り 日 3月6日(水)9時~16時 集解 新潟駅西口 定 20人(中学生以下は保護者同伴) ¥3,000円(割烹の昼食付き) 申 2月18日月曜(必着)までに、はがきに基本事項、参加者全員(4人まで)の年齢を記載し、〒950-1125、西区流通3-1-1、(株)新潟日報サービスネット企画事業課へ ※当選者には2月25日までに案内を発送 問 秋葉区役所産業振興課(☎0250-25-5340)

西蒲区 奇祭「山の神祭り」と越後三根山藩の地巡り
無病息災祈願、じょんのび館での昼食・入浴、ほか 日 3月9日(土)9時~15時50分 定 22人 ¥3,000円 申 2月15日金曜(必着)までに、はがきに基本事項、希望集合・解散場所(巻駅または巻文化会館)を記載し、〒953-8666(住所不要)、巻観光協会(☎0256-72-8736)へ 問 西蒲区役所産業観光課(☎0256-72-8454)

マリニア日本海(中央区西船見町) 3月の講演会
1研究者が語るイルカの話 日 9日(土)13時20分~16時 対 小学4年生以上 ¥無料
2魚の家系図から探る日本海の歴史 日 24日(日)10時~12時 対 高校生以上 定 先着30人 ¥無料
申 1は3月6日(水)までに、2は2月6日(水)からメール(lect@marinepia.or.jp)で件名を「イルカの話」もしくは「魚の家系図」とし、基本事項、参加者全員の住所・年齢・電話番号を同施設(☎025-222-7500)へ

東区 工場見学とまち歩き
ニッターポー新潟(株)の工場見学、山の下市場とその周辺のまち歩き 日 3月23日(土)9時~12時半 集解 中地区公民館(東区古川町) 定 20人 ¥無料 申 3月8日(金)までにメール(chiiki.e@city.niigata.lg.jp)で基本事項を東区役所地域課(☎025-250-2170)へ ※当選者には3月14日までに案内を発送

講演「若者支援から考える新たな地域づくり」
日 3月23日(土)13時~16時半

市政参画コーナー

附属機関などの会議

次の会議の開催を予定しています。日程など詳しくは市HPに掲載しています。

市HPから 会議の開催予定 検索



スマートフォンはこちらから

- 緑化審議会 日 2月6日(水) 問 公園水辺課(☎025-226-3065)
新潟広域都市圏ビジョン懇談会 日 2月13日(水) 問 地域・魅力創造部(☎025-226-2153)
新潟市美術館及び新津美術館協議会 日 2月14日(木) 問 新潟市美術館(☎025-223-1622)
中央公民館運営審議会 日 2月20日(水) 問 同館(☎025-224-2088)
中央卸売市場市場取引委員会 日 2月25日(月) 問 同市場(☎025-257-6767)
巻地区公民館運営審議会 日 2月28日(木) 問 同館(☎0256-72-3329)

附属機関などの委員募集

次の委員を募集しています。詳細や最新の情報は市HPに掲載しています。

市HPから 委員の公募 検索



スマートフォンはこちらから

犯罪のない安心・安全なまちづくり推進協議会

問 市民生活課(☎025-226-1110)

男女共同参画審議会 問 男女共同参画課(☎025-226-1061)

ご意見・ご提案(パブリックコメント)

次の内容についてご意見・ご提案を募集してします。詳細や最新の情報は市HPに掲載しています。

市HPから パブリックコメント 検索



スマートフォンはこちらから

食品衛生監視指導計画(素案) 日 2月22日(金)まで
問 食の安全推進課(☎025-212-8223)

場 総合福祉会館(中央区八千代1) 講師梅永雄二(早稲田大学教育学部教授)、ほか 対 15歳以上 定 先着108人 ¥無料 申 2月13日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894) 問 地域教育推進課(☎025-226-3277)

中央区 えんでこ スペシャルまち歩き

日 3月23日(土)・24日(日)10時~15時 集 万代クロッシング(中央区万代1) 解 ほんぼーと中央図書館(中央区明石2) コース新潟日報メディアシップ、ウォーターシャトル、沼垂地区、ほか 定 各日50人 ¥2,000円(昼食付き) 申 3月6日水曜(必着)までに、はがきに基本事項(希望日は1日のみ)を記載し、〒951-8553(住所不要)、中央区役所地域課(☎025-223-7041)へ

ピアノ演奏体験「スタインウェイを弾いてみよう」

日 4月3日(水)・18日(木)、5月6日(振休)・28日(火)、6月15日(土)・25日(火)、7月5日(金)・31日(水) 時 9時~17時 場 秋葉区文化会館(秋葉区新栄町) 定 各回先着1人(1人1時間。期間中2回まで。中学生以下は保護者同伴) ¥500円 申 2月16日(土)10時半から電話で同館(☎0250-25-3301)

事業者向け

4月発行下水道パンフレット 広告掲載事業者を募集

定 6枠 ¥1枠(3.8cm×9.25cm)5万円 申 2月28日(木)までに所定の申込書を経営企画課(市役所分館 ☎025-226-2959)へ ※募集要

項・申込書は市HPに掲載

地域密着型サービス指定候補事業者を募集

対 平成31年度に地域密着型特別養護老人ホームなどの開設を計画している事業者 ※対象事業所など詳しくは市HPに掲載 申 3月22日(金)までに所定の書類を高齢者支援課(市役所本館 ☎025-226-1295)へ

「みなとまち新潟」ブランドの創造・魅力向上を図る事業に助成

対 県内に活動拠点のある企業・団体 対象事業 4月1日~12月31日に実施する事業 助成額 対象経費の2分の1以内(上限50万円) 申 2月28日(木)までに所定の申請書類を新潟開港150周年記念事業実行委員会事務局(市役所分館、2019年開港150周年推進課内 ☎025-226-2162)へ ※詳しくは募集要領に掲載。募集要領・申請書は同事務局で配布。同事業HPにも掲載

東区役所地下テナント 出店事業者を募集

契約期間 5月1日~2024年3月31日 申 2月26日(火)までに所定の申込書を東区役所総務課(☎025-250-2730)へ ※公募型プロポーザル方式により選定。募集要項・申込書は市HPに掲載

農業活性化研究センター(南区東笠巻新田) 農業経営セミナー

時 14時~16時 対 農業関係者 定 各先着30人 ¥無料 申 2月6日(水)8時半からFAX(025-362-0153)で基本事項を同センター(☎025-362-0151)へ
初心者向け 日 3月7日(木)
経験者向け 日 3月26日(火)

2月18日(月)から3月15日(金)まで 市・県民税の申告と所得税の確定申告

平成30年分の市・県民税の申告と所得税の確定申告が始まります。申告書は市民税課(市役所本館)、税務センター、出張所、連絡所、パスポートセンターに設置しています。市・県民税申告が必要と思われる人には、2月6日に申告書を発送します。

例年、申告会場は大変混雑します。郵送での提出に協力をお願いします。

税制改正(配偶者控除・配偶者特別控除)

今回の申告分から次のとおり変更になります。

※詳しくは国税庁ホームページに掲載

配偶者控除 申告者本人の合計所得金額に応じて控除額が変わり、申告者本人の合計所得金額が1,000万円を超える場合には同控除の適用を受けることができないことになりました。

配偶者特別控除 対象となる配偶者の合計所得金額の上限額が引き上げられ、38万円超123万円以下となりました(改正前:38万円超76万円未満)。また、控除額は申告者本人と配偶者それぞれの合計所得金額に応じて算出することになりました。



平成31年1月1日現在、 市内に住所がある人は市・県民税の申告が必要です

ただし、次のいずれかに該当する人は申告をする必要はありません。①所得税の確定申告を提出する②給与収入のみで年末調整済み③公的年金のみで控除の追加がない④本市で課税されている人に扶養されている
※収入がなかった人も各種保険料の算定などのため申告が必要。収入が遺族年金、障害年金、雇用保険の失業給付だけの人は「収入がなかった」として申告が必要

各区の申告会場・日程は、きょうの区役所だよりに掲載。市役所コールセンター(☎025-243-4894)でも確認可

申告に必要な物

- はんこ(スタンプ式は不可)
- 申告者本人の金融機関・口座番号が分かる物(確定申告の場合)
- 「マイナンバーカード」または「個人番号通知カードと本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)」
- 平成30年中の所得が確認できる書類
 - ・給与所得者、年金所得者…源泉徴収票の原本
 - ・事業所得者、不動産所得者…収入金額と必要経費を集計した書類、収支内訳書など
- 平成30年分の所得から控除する額が確認できるもの
 - ・生命保険料、地震保険料の控除証明書
 - ・国民年金、同基金の控除証明書
 - ・国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料などの領収書または納入済み額のお知らせ
 - ・医療費控除に関する明細書またはセルフメディケーション税制*の明細書 ※セルフメディケーション税制を選択する場合は予防接種の領収書や各種検診の結果通知などが別途必要
 - ・6カ月以上寝たきりの人のおむつ代で、その人の治療をしている医師が発行した「おむつ使用証明書」のあるもの(2年目以降の場合は「主治医意見内容確認書」=下囲み=に代えることができます)
 - ・「障がい者手帳」または「障害者控除対象者認定書」=下囲み=
 - ・寄附金の領収書やふるさと納税の寄附金受領証明書

主治医意見内容確認書と障害者控除対象者認定書の発行

申請窓口 区役所健康福祉課(中央区は窓口サービス課)、出張所、地域保健福祉センター

持参する物 介護保険被保険者証と申請者の本人確認書類
※写しは不可

問 区役所健康福祉課(中央区は窓口サービス課)

■主治医意見内容確認書

要介護認定の主治医意見書から寝たきり状態や尿失禁の発生可能性があることが確認できる場合に発行

■障害者控除対象者認定書

要介護認定を受け、体や日常生活の状況が障がい者と同等と認められるなど一定の要件に該当する65歳以上の人に発行(申請から発行まで1週間程度要する)

所得税の確定申告

所得税の確定申告については税務署へ問い合わせてください。

■以下の人は所得税の確定申告が必要です

○事業所得や不動産所得などがあり「平成30年中の収入-必要経費」で求められる所得の合計額が所得控除の合計額を超え、納付すべき税額がある人

○給与所得者で次のいずれかに該当する人

- ・給与収入が2,000万円を超える
- ・1カ所から給与をもらっていて、給与所得や退職所得以外の所得金額の合計が20万円を超える
- ・2カ所以上から給与をもらっていて、「年末調整されなかった給与収入」と「給与所得・退職所得以外の所得金額」の合計額が20万円を超える

○年金受給者で次のいずれかに該当する人

- ・遺族年金や障害年金などを除く公的年金等収入が400万円を超える
- ・遺族年金や障害年金などを除く公的年金等収入が400万円以下で公的年金等以外の所得が20万円を超える

※確定申告の必要がない人でも、年末調整を受けていない人や、年末調整で受けられなかった医療費控除などを追加する場合は、確定申告をすることで所得税が戻る場合があります

■申告日程・会場

2月18日(月)～3月15日(金)9時～16時 ※土・日曜を除く。朱鷺メッセ会場のみ2月24日、3月3日(日)も開設。混雑時は早めに受け付けを終了する場合あり。期間中、税務署での申告相談はできません

| 対象区 | 会場 | 問い合わせ 月～金曜8時半～17時 |
|------------------|------------------------|--------------------------|
| 北・東・中央 江南・南・西 | 朱鷺メッセマリホール (中央区万代島) | 新潟税務署 (☎025-229-2151) |
| 秋葉 | 秋葉区役所 | 新津税務署 (☎0250-22-2151) |
| 西蒲 | 巻ふれあい福祉センター (西蒲区巻甲) | 巻税務署 (☎0256-72-2355) |

■電子申告の活用を

前年に税務署の確定申告会場でe-Tax用のID・パスワードの発行を受けた人は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、電子申告をすることができます。申告会場は例年、大変混雑します。できるだけ電子申告の活用をお願いします。

詳しくは

市ホームページから市・県民税の申告書の作成や税額の試算ができます

ここに「住民税 試算」と入力し、検索ボタンをクリック

問い合わせ

| | | | | | | | |
|---------|---------------|-----------|---------------|----------|---------------|----------|---------------|
| 北税務センター | ☎025-387-1205 | 市民税課(中央区) | ☎025-226-2245 | 秋葉税務センター | ☎0250-25-5311 | 西税務センター | ☎025-264-7511 |
| 東税務センター | ☎025-250-2510 | 江南税務センター | ☎025-382-4105 | 南税務センター | ☎025-372-6160 | 西蒲税務センター | ☎0256-72-8266 |