

健康寿命の延伸

知って役立つ 保健だより④3

慢性腎臓病に注意しましょう

腎臓は1日に約150ℓもの血液をろ過し、尿を作り体内の老廃物を排出する大切な役割を持つ臓器です。近年、腎臓の機能が慢性的に低下し、たん白尿が継続して出続ける「慢性腎臓病」と診断される人が増えており、国内の患者数は約1,330万人(成人の約8人に1人)と推計されています。

慢性腎臓病は自覚症状がないまま進行し、重症化すると人工透析が必要になる場合があります。自分の腎臓の機能に問題がないか、定期的に確認しましょう。

健康増進課(☎025-212-8166)

腎臓を守るためのポイント

毎年の健康診断の受診

慢性腎臓病を予防するには早期発見が大切です。尿検査と血液検査で腎臓の機能を確認しましょう。

生活習慣の見直し

減塩を意識し、バランスの良い食事と適度な運動を心掛けましょう。



令和5年度固定資産税の縦覧

固定資産(土地・家屋)の評価額などの縦覧を行います。縦覧期間中は名寄帳の写しを縦覧場所と区役所区民生活課(中央区を除く)で無料交付します。 ※郵送での交付も可。詳しくは市HPに掲載

4月3日～5月1日(月) 8時半～17時半 ※土・日曜、祝日除く

縦覧場所 東・中央・西区に所在の固定資産…資産税課(市役所ふるまぢ庁舎)▷北・江南・秋葉区に所在の固定資産…資産税第1分室(横越出張所内)▷南・西蒲区に所在の固定資産…同第2分室(湯東出張所内)

必要な物 窓口に来る人の本人確認書

類(マイナンバーカード、運転免許証など) ※代理人は委任状(委任した人の記名・押印、法人は代表者印のあるもの)も持参

同課(☎025-226-2266)

狂犬病予防注射 年1回の接種を

犬には登録と年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。市では4月に集合注射を実施します。登録のある犬の飼い主に、会場などを記載した通知を3月下旬に発送します。通知に記載の会場以外でも受けられます。登録がない犬は、登録して注射を受



けてください。

※詳しくは市HPに掲載

持ち物 犬の注射済票交付申請書、愛犬手帳(持っている人) ¥3,250円(登録もする場合は6,250円) ※動物病院でも接種可(別途要診察料)

注意事項 ①会場では犬を制御する(興奮するため通常より力が必要) ②ふんは持ち帰る ③犬の健康に不安がある場合は病院で受診する 動物愛護センター(☎025-288-0017)

新潟地域若者サポートステーション 保護者向け説明会

同施設の利用方法や事例紹介、ミニ相談会 3月29日(水) 10時～12時 場 ハローワーク新潟ときめきしごと館(中央区弁天2) 対 ニートの保護者 定 先着10人 問 雇用・新潟暮らし推進課(☎025-226-1642)

太夫浜霊苑(北区太夫浜) 利用者を募集

募集対象 一般墓地、樹木葬墓地、小規模墓地 ※利用条件、申し込み方法など詳しくは市開発公社HPに掲載 問 同公社緑化・施設整備課(☎025-234-2633)

早起き野球大会 出場チームを募集

5月14日～7月23日(日) 対新潟市在住・在勤(女性単独チームを除く)・在学(大学・専門学校・定時制高校)の部門一般、壮年(男性は昭和53年4月1日以前に生まれた人、女性は年齢不問) ¥1チーム10,000円 申 3月31日(金)～4月3日(月)に所定の申込書を市野球連盟(中央区女池南3)へ ※開催要項、申込書は同連盟



HPに掲載。同連盟でも配布 問 スポーツ振興課(☎025-226-2598)

審判講習会

4月8日(土) 13時、9日(日) 9時 ※全2回 場 みどりと森の運動公園(西区板井)



旧齋藤家別邸(中央区西大畑町) ボランティア募集説明会



4月15日(土) 10時～11時 定 先着20人 申 3月23日(木) 9時半から電話で同施設(☎025-210-8350)

GIGAスクール 紹介動画を公開

教育の情報化ビジョンを紹介する動画を、動画配信サイト「YouTube」で公開しています。



問 学校支援課(☎025-226-3261)

会計年度任用職員などの募集

現在募集中の情報は市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

市民相談室(市役所本館) 4月からの法律・民事相談

予約電話 ☎025-226-1025 ①弁護士 離婚、相続、契約などのトラブル 日 第1～4月曜、第1・

防火の意識を高めて 4/1～7 新潟市春の火災予防運動

消防局予防課 (☎025-288-3230)

消防局 マスコットキャラクター 「消太くん」



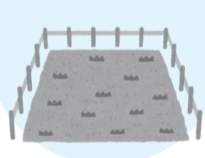
屋外での火の取り扱いに注意

春は空気が乾燥し風の強い日が多く、火の不始末から枯れ草に燃え広がる火災が発生しやすい季節です。次の点に注意して火災の発生を防ぎましょう。

たばこのポイ捨ては 絶対にしない



空き地の枯れ草は 刈り取る



屋外で火を使うときは水を入れたバケツや 消火器を準備し、消火するまでその場を離れない



たき火をするときは届け出を

たき火やキャンプファイヤーなど、火災とまぎらわしい煙や火災を発生する恐れのある行為をするときは、消防署への届け出が必要です。

※届出書は市HPに掲載



住宅用火災警報器 設置・点検・交換を

住宅用火災警報器は、煙を感知すると音や音声で火災の発生を知らせる防災機器で、全ての住宅(寝室・階段)への設置が義務付けられています。火災を早期に発見し、逃げ遅れを防ぐため、必ず設置しましょう。

また、電子部品の劣化や電池切れにより、正常に火災を感知しなくなることがあります。警報器が正常に作動するか定期的に点検し、設置から10年をめどに交換してください。

※警報器の作動イメージや点検方法について紹介する動画をYouTube「新潟シティチャンネル」で公開



防火・防災管理講習会 受講者を募集

場 消防局(中央区鐘木) 対 新潟市在住・在勤で防火または防災管理者に選任予定の人 ※定員、申し込み方法など詳しくは市HPに掲載



種別	期日	受講料
防火防災新規	6/6(火)・7(水) ※全2回	8,000円
防火甲種新規	6/8(木)・9(金)、8/24(木)・25(金)、10/5(木)・6(金)、10/7(土)・8(日) ※各全2回	6,000円
防火甲種再	11/29(水)	3,000円
防火防災再		4,000円
防災新規	11/30(木)	4,500円