

# 健康・福祉ガイド

## 健康づくり

健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

### 成人の健康相談 ※要申し込み

日時 9月9日(金)  
 ①午前9時～ ②9時45分～  
 ③10時半～ ④11時15分～

会場 新津健康センター1階  
 内容 保健師・栄養士による個別相談  
 申し込み 健康福祉課地域保健福祉担当 ☎25-5695

### 骨粗しょう症予防相談会 ※要申し込み

日時 9月20日(火)  
 ①午前9時40分～ ②10時～  
 ③10時20分～ ④10時40分～  
 ⑤11時～ ⑥11時20分～

会場 新津健康センター  
 内容 骨密度測定、食事の話  
 申し込み 8月21日(日)から新潟市役所コールセンター ☎025-243-4894

### 各種検診案内

健康福祉課健康増進係 ☎25-5685

### 肺がん(結核)検診 ※予約不要

検診日	時間	会場
9/27(火)	午前9時～11時	新津地域交流センター
	午後1時半～3時	新津健康センター

### 胃がん検診 ※要申し込み

検診日	時間※	会場	予約開始日
9/21(水)	①～⑤	金津地区コミュニティセンター	8/31(水)
9/29(木)		小須戸まちづくりセンター	9/5(月)

申し込み 新潟県労働衛生医学協会 ☎025-370-1800  
 平日 午前9時～午後4時半

### 半日1回でよくわかる!健康ミニ教室 ※要申し込み

日時 9月14日(水)  
 午前9時半～午前11時半  
 (受付は午前9時15分から)

会場 新津健康センター  
 内容 よくわかる検査値の見方の話、すぐに役立つ食事・運動の話と実践  
 持ち物 健康診断の結果、筆記用具、飲み物  
 申し込み期限 9月12日(月)

### フレイルチェック ※要申し込み

開催日	会場	申し込み期間
9/14(水)	新津地域学園 研修室305	8/9(火)～9/7(水)

時間 午後1時半～3時半 (受付は午後1時10分から)  
 定員 先着20人  
 持ち物 動きやすい服装、上履き、飲み物  
 申し込み 新津健康センター ☎22-2940

### 乳がんマンモグラフィ集団検診 ※要申し込み

検診日	時間※	会場	予約開始日
9/20(火)	②～⑤	新津健康センター	8/21(日)
9/22(木)		荻川コミュニティセンター	

申し込み 新潟市役所コールセンター ☎025-243-4894  
 午前8時～午後9時 年中無休

### ■共通事項

時間※ ①午前9時～9時半  
 ②午前9時半～10時 ③午前10時～10時半  
 ④午前10時半～11時 ⑤午前11時～11時半  
 持ち物 受診券、健康保険証、自己負担金(胃がん、乳がんのみ)、個人記録票(肺がん、胃がんのみ)、バスタオル(乳がんのみ)、上履き、靴袋(金津地区・荻川コミュニティセンターのみ)

## 食生活改善推進委員養成講座 健康栄養セミナー

日程(全6回)	内容	会場
9月15日(木)	講話「食生活改善推進委員とは」	新津健康センター
9月29日(木)	「栄養・食生活の基本」	
10月12日(水)	「生活習慣病予防と食事」ほか	
10月27日(木)	体験「お家のみそ汁の塩分をはかってみよう」	
11月9日(水)	「簡単!パッキング」	
11月17日(木)	「体を動かして健康に!運動で健康づくり」ほか	

時間 午前9時半～正午  
 対象・定員 食生活改善推進委員として、ボランティア活動ができる人・先着15人  
 申し込み 9月7日(水)までに健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

## 新津育ちの森

開館日 毎週火曜～日曜 開館時間 9:00～17:00  
 対象 小学2年生までのお子さんと保護者、妊娠中の人 ☎21-4152

### お誕生日days

8月生まれのお子さんに誕生日カードをプレゼントします

日にち 8月9日(火)～12日(金)

### 親子の絆づくりプログラム ※要申し込み

日時 9月1日・8日・15日・22日(木) 午後1時半～3時半(全4回)  
 会場 新津健康センター 参加費 1,100円(テキスト代)  
 対象・定員 2022年4月～6月生まれの赤ちゃん(第1子)とその母親・先着10組

### プレママ・パパセミナー ※要申し込み

日時 9月10日(土) 午後1時半～2時半  
 内容 赤ちゃんのいる暮らし、赤ちゃんの泣きについて、オムツ交換、沐浴の仕方など  
 会場 新津健康センター  
 対象・定員 2022年11月～2023年1月に出産予定の妊婦さんとパートナー・先着6組  
 持ち物 母子手帳、筆記用具、バスタオル1枚、飲み物 参加費 無料

### わくわくタイム

からだをつかってあそぼう

日時 8月18日(木) 午前10時半～10時45分

新潟市住みよい郷土推進協議会 秋葉区支部 健康研修会

## 天気で病気が分かる? 病気で天気が分かる? 気象病とは?

雨の日の朝、頭が痛くてつらいなど、体調が悪いことはありませんか? 天気が原因で起きる「気象病」について分かりやすくお話しします。

日時 9月1日(木) 午後2時～3時半

会場 秋葉区役所 602、603会議室

講師 新潟薬科大学薬学部准教授 中川 沙織さん  
 定員 先着40人  
 申し込み 8月8日(月)から同支部事務局(区民生活課内) ☎25-5678



## お知らせ

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

### 秋葉区 秋のマラソン大会

回 9月25日(日) 午前8時半から (受付は午前7時半から)  
 場 新津第三小学校前 発着  
 種目・種別(1人1種目まで)

種目	種別
1.5*	・小学1・2年生(男子・女子) ・小学3・4年生(男子・女子)
3*	・小学5・6年生(男子・女子) ・中学生(男子・女子) ・高校生・一般(男子・女子) ・壮年男子A(40～49歳) ・壮年男子B(50歳以上)
5*	・高校生・一般(男子・女子) ・壮年男子A(40～49歳) ・壮年男子B(50歳以上)
10*	・高校生・一般(男子・女子) ・壮年男子A(40～49歳) ・壮年男子B(50～59歳) ・壮年男子C(60歳以上)

※小学生300円、中学生・高校生500円、一般・壮年1,000円  
 回 8月9日(火)～9月2日(金) 必着で、所定の参加申込書と参加費を新津B&G海洋センター  
 問 秋葉区陸上競技協会の小杉さん ☎090-2423-0458

### ゲートボール大会開催

① B & G財団長杯ゲートボール大会  
 回 9月21日(水) 午前8時45分から  
 ② 第16回秋葉区長杯ゲートボール大会  
 回 10月7日(金) 午前8時45分から (いずれも受付は午前8時半から)

共通 場 新津七日町運動広場 ゲートボール場  
 区内に在住・勤務する人  
 ￥ 1チーム1,000円 ※当日持参  
 回 9月6日(火)までに秋葉区ゲートボール協議会事務局(新津地域交流センター内)へ郵送(〒956-0864 新津本町1-2-39)、持参または同協議会の水井さん ☎090-4070-1489

### 出張ハローワーク ひとり親全力サポートキャンペーン

ひとり親の方の就職活動支援のため、臨時相談窓口を設置※申し込みが必要  
 回 8月17日(水) 午後2時～4時  
 場 秋葉区役所1階健康福祉課  
 児童扶養手当受給者・生活保護受給者 問 健康福祉課保護係 ☎25-5684

### ブロック塀等の撤去に補助

対象 高さ1m以上で道路などに接して倒壊の危険性があるブロック塀など  
 補助率 2分の1(限度額15万円)  
 回 11月30日(水)までに建築行政課 ☎025-226-2841  
 ※予算がなくなり次第終了

### 「らくらくチケレス」で区バスの運賃がお得に

回 9月30日(金)まで  
 回 区バスキャッシュレス決済「らくらくチケレス」を利用すると秋葉区バスの運賃がお得になります。  
 ・通常運賃180～210円→割引後100円  
 ・通常運賃90～110円→割引後50円  
 ※シニア半わり、障がい者・免許返納者割引後の運賃からさらに割引  
 詳しくはこちら→  
 問 地域総務課 ☎25-5672



### 漏水調査にご理解とご協力を

水道管の漏水を早期に発見するため、道路上から水道メーター付近までの範囲を調査します。  
 期間中、「新潟市水道局委託調査員」の腕章をつけ、受託証明書と身分証明書を携行した調査員が宅地内に立ち入らせていただきます。  
 なお、調査料金はかかりません。  
 調査期間 8月16日(火)～11月30日(水)  
 調査区域 梅ノ木、浦興野、大鹿、川根、栗宮、小須戸、古田、古田2、3丁目、小戸上組、小戸下組、子成場、小屋場、出戸、新津、新津四ツ野、程島、蕨首根、北上、北上1～3丁目、下興野町、善道町1、2丁目、新津本町1、2丁目、朝日、金津、蒲ヶ沢、塩谷、田家2丁目、中村、東島、古津、割町  
 問 水道局秋葉事業所 工務課 維持係 (フリーダイヤル 0120-411-002、☎025-266-9311)

### 第45回秋葉区町内対抗壮年野球大会

回 9月10日(土)・11日(日)  
 場 金屋運動広場野球場、小須戸運動広場野球場  
 回 同一自治会・町内会に居住する人で編成され、自治会・町内会長の承認を得たチーム  
 ￥ 1チーム7,000円(代表者会議に持参)  
 代表者会議及び抽選会  
 8月24日(水) 午後7時から新津地区市民会館第2会議室で開催  
 回 8月19日(金) 午後5時半までに所定の参加申込書(市ホームページからダウンロード可能)を下記のいずれかに持参、郵送またはメール  
 ① 金屋運動広場野球場 〒956-0823 金屋260-1 kanaya-athletic.park@kirameki.co.jp  
 ② 新津地域学園体育施設受付 〒956-0816 新津東町2-5-6 chiiki-gsports@kirameki.co.jp  
 ③ 小須戸地区ふれあい会館 〒956-0113 矢代田35 fureai@rice.ocn.ne.jp  
 ※「町内対抗壮年野球大会申込」と記載  
 問 秋葉区野球連盟事務局の山田さん ☎090-2333-2197

### 新津地区グリーンセンター臨時休館

回 8月13日(土)～15日(月)  
 問 同センター管理委員会 ☎24-1746

電話番号(☎)は市外局番0250を省略しています ◆イベントに参加する場合は、マスクを着用するなど感染対策の徹底をお願いします ◆