



西区 人口:152,848人(-84) 男:73,529人(-31) 女:79,319人(-53) 世帯数:70,907世帯(-2) ※令和6年6月末現在(カッコ内は前月比、住民基本台帳による) 面積93.88km²

地域住民と区役所で作る『チーム西区』

西区自治協議会

問い合わせ 西区 地域課 企画・地域振興担当(☎025-264-7161)

西区自治協議会は、西区を住み心地のよいまちにするため、地域住民の代表である自治協議会委員と西区役所がチームとなって、共に地域課題の解決に取り組む組織です。今号では、同協議会の構成員や役割について紹介します。

西区自治協議会のロゴマーク

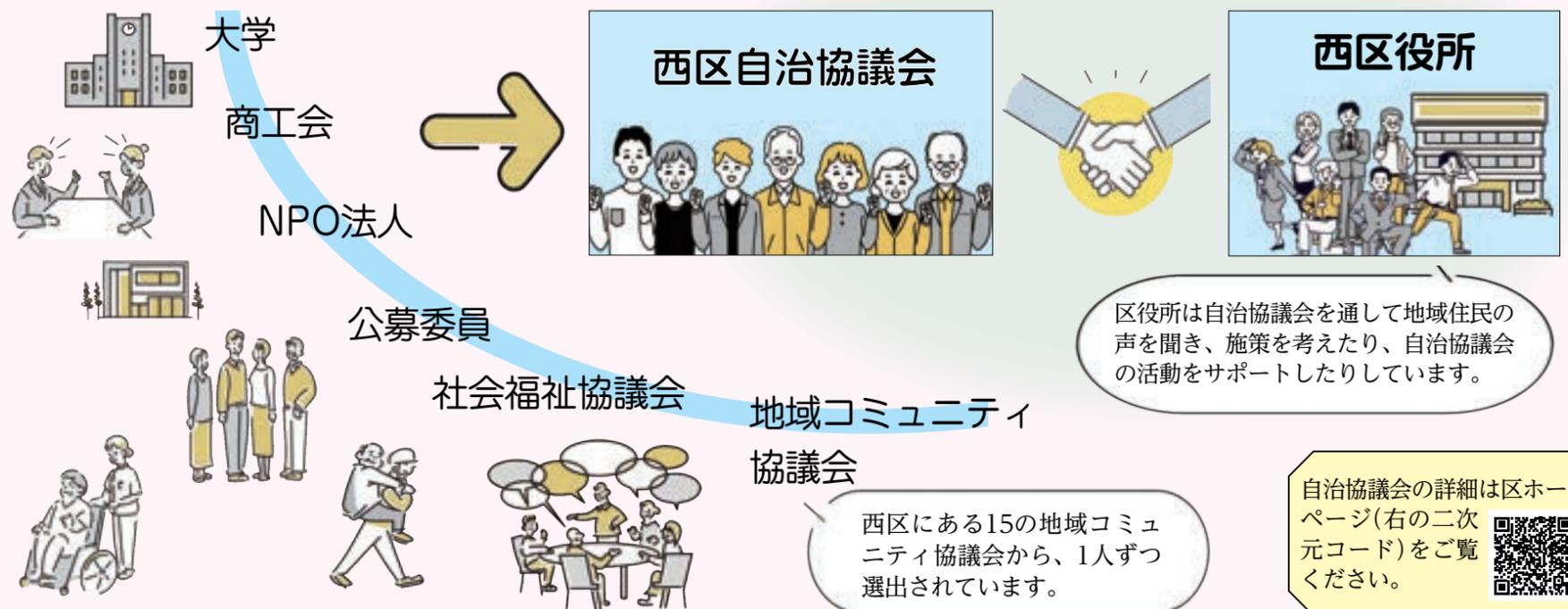
新潟すいか、くろさき茶豆、佐潟の白鳥など、西区の宝物の上に、日本海に沈む夕日と大学を表す博士帽をのせました。



自治協議会のメンバーは地域住民の代表として選ばれた、総勢36人

自治協議会委員は各地域コミュニティ協議会のほか、大学やNPO法人、西区で活動する公共的団体などから選出される委員と、公募委員の合わせて36人で構成されています。

自治協議会と区役所で
連携して取り組んでいます



自治協議会の主な役割は2つ。住み心地のよい西区にするために、

- ① 地域住民の声を行政に届けます
- ② 委員自ら地域の課題解決に取り組めます

1

自治協議会委員は、区長や区役所職員も出席する毎月の会議で、地域の課題や住民の声を伝えるほか、区役所が企画・立案する事業の予算について意見や要望を伝えます。

「区ビジョンまちづくり計画」を策定したときには、全員でワークショップを開催し、これからの西区が目指す方向性を話し合い、区役所に伝えました。

子育てサービスが充実しているまちがいいよね。



狭い道や私道の除雪に関する支援があるといいね。

ライドシェアなど、新しい移動手段を検討してほしいね。

近くに住んでいる人同士、共助が育まれるまちにしたいね。

地域住民の意見を反映した区ビジョンが完成!



詳しくは区ホームページ(下の二次元コード)からご覧ください。



2

自治協議会委員それぞれの専門性も考慮しながら、3つの部会に分かれて活動しています。各部会は主体的に事業を企画して、地域課題の解決に取り組んでいます。

第1部会

防災・防犯分野

第2部会

保健・福祉分野

第3部会

区の魅力発信分野

特別部会

自治協広報紙

特別部会

アートフェスティバル

西区自治協議会広報紙『西区を豊かに』

各部会の活動内容や協議会委員が取材した「まちなか探訪記」などを掲載しています。次号は9月1日発行予定。ぜひ、ご覧ください。

バックナンバーは区ホームページ(右の二次元コード)で見ることができます。



今年はまだ受診した？

特定健診・がん検診

問い合わせ 西区 健康福祉課 健康増進係(☎025-264-7433)

今年度の特定健診・がん検診は受診しましたか。自身の健康状態を把握し、より健康な状態で日々過ごすために、必ず年1回受診しましょう。例年、夏場は受診者が少なくスムーズに受診しやすいです。

受診券発送対象者

40歳以上で、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、職場や被扶養者向けがん検診の受診機会がない人。



この封筒でお送りしています

検診を受けるには

病院など医療機関で検診を受ける場合は、各委託医療機関に予約の上、受診してください。集団検診で行うがん検診は、検診日が決められています。受けられる検診の種類や検診日、予約先は、案内冊子「検診いっ得」をご覧ください。

集団検診		施設検診	
<ul style="list-style-type: none"> 肺がん検診 胃がん検診 乳がん検診 	<ul style="list-style-type: none"> 胃がん検診 乳がん検診 	<ul style="list-style-type: none"> 特定健診 胃がん検診 (40・45・50歳～) 大腸がん検診 前立腺がん検診 乳がん検診 	<ul style="list-style-type: none"> 子宮頸がん検診 肝炎ウイルス検査 ピロリ菌検査
<p>予約は不要 当日直接会場へ</p>	<p>予約が必要 電話等で事前予約</p>	<p>予約が必要 医療機関に電話等で事前予約</p>	

検診いっ得をご覧ください

各種検診の対象者や日程、受診方法は同封の冊子「検診いっ得」をご覧ください。がん集団検診の日程は9～12ページ、医療機関の一覧は14～20ページに掲載しています。市ホームページ(右の二次元コード)でも確認できます。

健康レベルの現在地を知り、生活習慣改善に取り組みましょう

生活習慣病は、運動不足や食べすぎなどの生活習慣によっておこる病気の総称です。不適切な生活習慣が続くと、高血圧や高血糖、脂質異常など、健康状態の悪化が進みます。一つ一つの異常は軽度でも、放置することで気付かないうちに動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳卒中など、命に関わる病気につながります。健診で小さな異常に早めに気づき、生活習慣の改善や治療を始めれば、健康な状態に戻ることもできることから、身体の状態を確認する機会となる毎年の健診・検診が大切です。



特定保健指導・健康相談で生活習慣改善をお手伝いします

特定健診の結果、生活習慣病のリスクが高い場合は、「特定保健指導」の対象になることがあります。案内を受け取ったら、ぜひ参加し、ご自身の生活習慣を考える機会としてお役立てください。特定保健指導の対象にならない人も、健康相談(下記「健康と福祉」をご覧ください)で食事や運動の改善についてご相談をお受けします。ぜひ、ご利用ください。

HEALTH & WELFARE 健康と福祉

健康相談 最近の健診結果のある人はお持ちください。

8月	時間	会場	問い合わせ・申し込み
8日(木)	午前9時30分～11時	西地域保健福祉センター 要申し込み	西地域保健福祉センター ☎025-264-7731
20日(火)	午前9時30分～11時 午後1時30分～3時	坂井輪健康センター 要申し込み	西区健康福祉課 地域保健福祉担当 ☎025-264-7453
22日(木)	午前9時30分～11時	黒埼健康センター 要申し込み	黒埼地域保健福祉センター ☎025-264-7474
27日(火)	午前9時30分～11時	西地域保健福祉センター 要申し込み	西地域保健福祉センター ☎025-264-7731

乳幼児に関する育児相談 ●は栄養相談 ★は歯科相談あり
持ち物 母子健康手帳、バスタオル
申し込み 8月1日(木)から

8月	時間	定員(先着)	会場	問い合わせ・申し込み
20日(火)	午後1時30分～3時●	20人	西地域保健福祉センター 要申し込み	西地域保健福祉センター ☎025-264-7731
21日(水)	午前9時30分～11時●★	36人	坂井輪健康センター 要申し込み	西区健康福祉課 地域保健福祉担当 ☎025-264-7453

妊婦歯科健診

8月	受付時間	会場	定員(先着)
7日(水)	午後1時～1時30分	坂井輪健康センター	18人
	午後1時30分～2時		17人
	午後2時～2時30分		10人
19日(月)	午後1時～1時30分	黒埼健康センター	10人
	午後1時30分～2時		10人
	午後2時～2時30分		5人

持ち物 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票
申し込み 各実施日の2日前までに市ホームページ(右の二次元コード)内の申し込みフォームから申し込み

1歳誕生歯科健診

持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル(希望者はフッ化物塗布料1,020円)
問い合わせ 西区健康福祉課健康増進係(☎025-264-7423)
★案内と問診票は対象者に郵送します
★都合がつかない場合はお問い合わせください

にしっこはぐくみ LINK

登録方法
右の二次元コードを読み込むかLINE上でID「@523zjuz」を検索

事業実施について日程などに変更が生じた場合は、西区役所ホームページや西区役所公式エックス、にしっこはぐくみLINKなどでお知らせします。

坂井輪児童館 寺尾上3-10-42 ☎025-269-3154

能登半島地震による被害状況確認のため、利用者の安全が確認できるまで利用できません。イベント、講座等は出張で行っています。詳細や会場確認は、ホームページ(右の二次元コード)または、はぐくみLINKをご確認ください。申し込み、問い合わせは直接坂井輪児童館へお願いします。

- は直接会場、★は要予約
- 出張さかいわじどうかん
 - 日時 7月24日(水)午後1時30分～4時30分
 - 会場 坂井輪地区公民館
 - 内容 チャレンジ工作「ラベンダースティック」、ボードゲーム、ミニオニム、など
 - 対象 3歳からの幼児とその保護者、小学生
- 出張さかいわじどうかん
 - 日時 7月26日(金)午後1時30分～4時
 - 会場 内野まちづくりセンター
 - 内容 チャレンジ工作「スイカのうちわ」、ボードゲーム、ミニオニムなど
 - 対象 3歳からの幼児とその保護者、小学生
- 出張わくわくTIME
 - 日時 7月23日(火)、30日(火)、31日(水)、8月2日(金)午前9時30分～11時30分
 - 会場 坂井輪地区公民館
 - 内容 自由遊び
 - 対象 乳幼児とその保護者

親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!

心をつなげて未来の笑顔と一緒に作りませんか
問い合わせ 西区 健康福祉課 こども支援担当 (☎025-264-7343)

講座内容

第1回	新しい出会い
第2回	赤ちゃんのいる生活
第3回	赤ちゃんとの接し方
第4回	親になること

子育てをひとりて頑張り過ぎていませんか。初めて赤ちゃんを育てるママ同士で楽しく交流しながら子育てについて学び、親子の絆を深めましょう。

日時 8月22日～9月12日の毎週木曜 午前10時～正午(全4回)
会場 内野まちづくりセンター
対象 令和6年3月～5月生まれの第1子とその母親 10組(応募多数の場合、抽選)
料金 1,100円(テキスト代)
申し込み 8月4日(日)までに区ホームページ(右の二次元コード)内の申込フォームから申し込み

周りの人にも気を配り、声をかけ合って熱中症を予防しましょう。

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回西区自治協議会
 傍聴を希望する人は直接会場へお越しください。なお、会議の概要や資料は、区政情報コーナーや西区ホームページでご覧になれます。
 日 7月31日(水)午後4時から
 場 西区役所健康センター棟1階
 人 先着10人
 問 西区地域課企画・地域振興担当(☎025-264-7161)

毎月勤労統計調査特別調査の実施
 厚生労働省では、7月末現在で常用労働者を1~4人雇用する事務所を対象に、雇用、給与および労働時間の状況を調べる毎月勤労統計調査特別調査を行います。県知事が任命した統計調査員が訪問した際は、回答をお願いします。
 日 7月下旬~8月下旬
 問 新潟県総務部統計課生活統計班(☎025-280-5119)

水稻共同防除を実施
 水稻の共同防除を無人ヘリコプターで行います。天候などにより日時が変更になることがあります。

8月	実施場所
1日(木)	一部地域
5日(月)~7日(水)	黒埼を除く全域
16日(金)	一部地域

時間 午前4時30分~正午ころ、午後2時30分~7時ころ
 問 新潟県農業共済組合新潟支所損害防止係(☎025-282-9293)

催し

おはなしのじかん
 直接会場へお越しください。

会場	8月	時間
坂井輪図書館	毎週月曜	10:30~10:50
	10日(土)	10:30~11:00
	24日(土)	
黒埼図書館	毎週水曜(7日は休み)	10:30~10:50
	17日(土)	10:30~11:00
内野図書館	毎週金曜	10:30~12:00 (希望の時間に1組10分程度)
西内野地区図書室	10日(土)	14:00~14:30
	24日(土)	

内 絵本の読み聞かせ、など
 人 乳幼児から
 問 坂井輪図書館(☎025-260-3242)
 黒埼図書館(☎025-377-5300)
 内野図書館(☎025-261-0032)
 ※西内野地区図書室は、坂井輪図書館へ

公民館

黒埼地区公民館 ☎025-377-1420
 〒950-1115 烏原909-1
 メール kurosaki.co@city.niigata.lg.jp

◆夏休み 子どもけん玉教室
 直接会場へお越しください。
 日 7月27日(土)午前10時~11時30分

◆カプラ®のじかん
 直接会場へお越しください。
 日 7月28日(日)午前10時~正午

◆おもちゃ病院in黒埼地区公民館
 直接会場へお越しください。
 日 7月28日(日)午後1時~3時
 ￥実費負担の場合あり

◆大人にもおすすめしたい えほんのじかん
 直接会場へお越しください。
 日 8月6日(火)午前10時30分~11時
 内「のりもの」をテーマにした絵本の読み聞かせと紹介

西地区公民館 ☎025-261-0031
 〒950-2112 内野町603
 メール nishi.co@city.niigata.lg.jp

◆おもちゃ病院in西地区公民館
 直接会場へお越しください。
 日 8月4日(日)午後1時~3時
 ￥実費負担の場合あり

◆うちのキッズらんど
 日 8月5日(月)午後1時~4時
 内 公民館を貸切にした体験や工作など
 人 小学生 先着100人
 持 動きやすい服装、タオル、飲み物、持ち帰り用かばん
 申 24日(水)から電話で同館

坂井輪地区公民館 ☎025-269-2043
 〒950-2055 寺尾上3-1-1
 メール sakaiwa.co@city.niigata.lg.jp

◆乳児期家庭教育学級 ゆりかご学級

期日	内容
9月13日	オリエンテーション・お友達にならしましょう
9月20日	金 いま親としてI
9月27日	
10月4日	みんなで子育てトーク
10月11日	赤ちゃんのいる暮らし

時間 午前10時~正午
 人 令和6年1~4月生まれの赤ちゃんの保護者15人(応募多数の場合、第一子の人、初めてゆりかご学級を受講する人を優先の上、抽選)、保育あり10人(応募多数の場合、抽選)
 持 筆記用具
 申 8月25日(日)までにオンライン申請「e-NIIGATA」(右の二次元コード)または電話で同館



まちの話題 TOWN TOPICS

内野山手健康フェア



6月16日に内野まちづくりセンターで内野山手健康フェアが開催されました。当日は、骨量や筋肉量などが簡単に分かる健康測定や保健師による健康づくりのための講演会、懐かしい曲をみんなで歌ってリフレッシュする時間など、盛り沢山の内容でした。

主催する内野山手自治会の久保田会長は「地域の人と明るく楽しくたくましく生きていきたいと思って企画しています。健康づくりをきっかけに、外出して人と話すことでフレイル予防にもなり、また普段からの人付き合いが災害時にも役立ちます。」と話していました。

長年の活動をたたえて



信濃川をきれいにする会

6月26日に信濃川をきれいにする会の総会が開催されました。この会は、企業や市民、行政などで構成され、信濃川の環境保全や美しい風景を作ることを目的に活動する団体です。

この総会で、平成6年から関屋分水路で花文字花壇作りや一斉清掃活動を行っている青山小学校区コミュニティ協議会が、その活動をたたえられ新潟市長から表彰されました。

同協議会の岩田会長は「表彰いただき誠に光栄です。これからも未来の子ども達のために信濃川の保全活動を続けていきます。」と話していました。

くろさき茶豆の季節です

くろさき茶豆は、枝豆として初めて国の地理的表示(GI)保護制度に登録された名実ともに枝豆のトップブランドです。

くろさき茶豆を購入できる生産者・事業者やおいしいゆで方を「くろさき茶豆情報サイト」から、イベント情報やプレゼントキャンペーンなどをX(エックス)から発信しています。ぜひ、ご覧ください。

くろさき茶豆情報サイト (エックス)

西区役所広報担当がおすすめするくろさき茶豆のおいしいゆでかた

くろさき茶豆 400~500グラム
 塩 40グラム ※塩の量は好みによって調整してください。

- 水洗い**
くろさき茶豆をザルに入れ、サッと水洗いします。
- 塩もみ**
水で湿ったくろさき茶豆に、用意した塩の半分くらいを振りかけて、さやの毛を取るように揉みこみます。塩もみすることで、表面のうぶ毛が取れて口当たりが滑らかになり、色鮮やかな茹で上がりになります。
- 茹でる**
鍋に水2ℓと、用意した残りの塩を入れて火にかけます。沸騰したら塩もみした茶豆を入れてふたをします。お湯が再度沸騰してから3分半から4分が茹で時間の目安です。
- 茹で上がり**
茹で上がった茶豆を大きめのザルや新聞紙に広げ、うちわなどを使って熱を冷まします。

完成
くろさき茶豆は鮮度が一番です。茹で上がった後すぐにお召し上がりください。

西区役所公式 インスタグラム

Follow Me

西区の魅力写真を載せて、お届けしています。ぜひ、フォローしてください。

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。

夜店まつり 飲食店の出店や子どもが楽しめるゲームなど、楽しい夜店がいっぱいです。直接会場へお越しください。
 日 7月27日(土)午後4時~8時 場内野まちづくりセンター駐車場・周辺道路 問 新潟西商工会(☎025-262-2316)

相続・遺言セミナー 親と子で違う、相続に対する考え方
 日 8月3日(土)午前10時~11時30分 場 新潟ユニソンプラザ(中央区上所2) 人 先着12人 持 筆記用具 申 電話またはFAX(025-382-2707)で税理士法人小川会計(☎0120-17-0556)

熱中症にならないよう暑さを避け、こまめに水分補給をしましょう。