



令和3年(2021年)

10月3日

中央区だより

歴史と文化の薫りたぐい、
うるおいとにぎわいのまち
中央区

第348号

区の人口 (住民基本台帳による)

人口…… 174,223人 (-16)
 男………82,725人 (-9)
 女………91,498人 (-7)
 世帯……88,438世帯 (+24)
 ※令和3年8月末現在の住民基本台帳による。()内は前月末比

中央区役所だより 発行:新潟市 中央区役所 地域課 〒951-8553 新潟市中央区西堀通6番町866番地 電話:025-223-7035

マンガで Let's Try! 糖尿病予防



特定健診で HbA1c をチェック 健康寿命を延ばしましょう!



【注1】HbA1c: 過去1~2カ月間の平均的な血糖値 (基準値は5.5%以下)

【注2】市では、40~74歳の新潟市国民健康保険加入者を対象に、特定健康診査を行っています。申し込み方法はこちら➡

特定健診を受けましょう

対象の人には3~5月に受診券を送付しています。同封の冊子「検診いっ得?」に記載の特定健診委託医療機関へ電話で予約してください。受診券がお手元がない場合やご不明な点がある場合は、お問い合わせください。

※市国民健康保険加入者以外の特定健康診査などについては、各医療保険者(保険証の発行元)にお問い合わせください。

☎健康福祉課健康増進係 ☎223-7246

中央区健康づくりサポーターとは

中央区健康づくりサポーター「中 央子」と愛犬「エワン」は区民の皆さんの健康づくりを応援するため、区が制作したオリジナルキャラクターです。

中央区健康づくりサポーター
中 央子
愛犬エワンとやすらぎ堤をお散歩するのが日課。区民の皆さんが糖尿病にならないよう応援しています!



中央区在住健康づくり実践中
西堀 トオル
年齢: 40代後半?
中央子と同級生。中央区でカフェを経営。

100歳おめでとう！ これからの人生も健やかに

今年度末までに100歳になる皆さんへ、市・県・国より祝い状と祝い品を贈呈しました。

敬老の日の9月20日には、来年1月に100歳を迎える早川ムツさんを中原市長が訪問しました。早川さんは市長との歓談後、オンライン会議アプリZoomを使って県外に住む親戚とも会話を楽しみ、「100歳を祝ってもらえて嬉しい」と微笑みました。

週に3回、フラダンスとフォークダンスで汗を流すのが楽しみだという早川さん。この日もフラダンスを披露してくれました。音楽に合わせて優雅に踊る姿を見て、市長は「とてもしなやかな動きで素晴らしいですね」と驚きの表情を浮かべました。

元気の秘訣を聞かれると、「好き嫌いなく何でも食べて、体を動かすことです」と答え、「周りの方の親切に甘えず、できることはなるべく自分でやっていきたいと思っています」と、はつらつとした表情で話していました。

今年度、中央区では早川さんを含む85人(新潟市では356人)が100歳を迎えます。

※9月1日現在

☎高齢者支援課(☎226-1290)

健康福祉課高齢介護担当(☎223-7216)



Zoomで会話をする早川さん



新型コロナウィルス 感染拡大防止への協力を呼びかけ



市では、感染力の強いデルタ株の影響により、新型コロナウイルスの感染者数が増加していることを受け、各地で感染防止の呼びかけを実施しました。

特別警報下の9月9日には中央区の白山駅前で、中原市長が若い世代に向けて「ワクチンは感染予防、発症予防、重症化予防の3つの効果があり、接種を考えてほしい」と呼びかけました。市長からの呼びかけに、帰宅中の学生の中には足を止めて耳を傾ける姿が見られました。

ワクチンの情報は市のホームページ
 右の=二次元コード=から

こちら ▶▶▶



会計年度任用職員を募集 衆議院議員選挙の期日前投票事務に従事

選挙時の期日前投票所における案内・受付や書類整理などを行います。詳細は中央区ホームページ=二次元コード=をご覧ください。

☎中央区選挙管理委員会事務局(☎223-7086)

こちら ▶▶▶



中央区 特色ある区づくり事業

おひさまホリデー@みなとぴあ開催

家族や友人と楽しめるイベント「おひさまホリデー」を開催します。竹あかりを作るワークショップや音楽ステージ、トークステージ、キッチンカーのほか、さまざまな企画を用意しています。10月9日(土)まで開催中の「おさんぽスタンプラリー」の景品交換も予定しています。

また、「しもまち早川堀通り☆キャンドルナイト」も同日開催。竹あかりやキャンドルの幻想的な雰囲気をお楽しみください。

秋のしもまちに遊びにきませんか。

☎10月9日(土)午前11時～午後5時

※竹あかりの展示は午後7時まで

📍みなとぴあ 📍当日直接会場

☎地域課(☎223-7025)

感染対策のお願い

・竹あかりを作るワークショップに参加する人には、受付時に連絡先を確認します。

詳細情報は、

はじめてしもまち。 検索



写真：竹あかり かぐや

同日開催 しもまち早川堀通り☆キャンドルナイト

キャンドルの灯が、しもまち早川堀エリアをやさしく包みまします。音楽とともにゆっくりと散策してみませんか。

🕒時間 午後4時～8時

※雨天決行



キッチン家電による 火災に注意!

コロナ禍で自炊をする機会が増えた人も多いのではないのでしょうか。調理器具は、使い方を誤ると火災につながります。調理をするときは以下のポイントに注意しましょう。

☎中央消防署市民安全課(☎288-3119)

■ガスこんろ

火を消し忘れ長時間加熱を続けると、温度が上がり発火します。



約370度で発火

火災予防のポイント

- 調理中は絶対にこんろから離れない
- 鍋の底から火がはみ出ないように火力を調整する
- グリル内に油かすや魚油をためない(火がつきます)
- 調理器具に合わせて適正な量の油を使用する
- こんろの周りに燃えやすいものを置かない

中央消防署からのアドバイス!!

「Siセンサーコンロ」なら万が一放置して高温になったり、消し忘れたりしても自動で消火してくれますよ!!

また、家庭にも消火器を設置しましょう!



市民安全課 土田

■ガスこんろ以外にも気を付けよう!

- ・IHクッキングヒーターも、少量の油ではセンサーが機能せず発火することがあります。
- ・電子レンジの中に食品カスなどの汚れが残ったまま加熱すると、発火することがあります。



もっと詳しく ▶▶▶



動画でも解説中!
 (総務省消防庁広報動画)

◀広告欄▶



イベントの会場では、マスク着用(乳幼児を除く)をお願いいたします。受付などで検温を行う場合があります。体調に不安がある方は参加をご遠慮ください。

公民館・図書館

※公民館の申込受付は午前9時から

東地区公民館 ☎241-4119
〒950-0083 中央区蒲原町7-1

■地域学講演会「地域防災講座」

- 📅 11月13日(土)午後2時～4時
- 📍 越後平野の特徴と鳥屋野潟の治水についての講座
- 👤 講師 大熊孝さん(新潟大学名誉教授)
- 👥 先着50人
- 🎒 持 筆記用具
- 📄 10月5日(火)から右の二次元コードを読み取り申し込み



鳥屋野地区公民館 ☎285-2371
〒950-0972 中央区新和3-3-1

■子育てサロン「ふらっと」

- 📅 10月11日・25日(いずれも月曜)午前10時～11時30分 ※出入り自由
- 📍 自由遊び、情報交換 ※事前に検温してお越しください。専門のスタッフはつきません。
- 👥 未就園児と保護者10組程度 ※入場制限する場合あり
- 📄 当日直接会場

図書館

■おはなしのじかん

- 📄 当日直接会場 ※氏名、連絡先などの情報提供をお願いします。室内が混み合った場合は入場制限する場合があります。

期日	時間	会場・問い合わせ
毎週火曜♥および 10/7(木)♥ 11/4(木)♥	11:00～11:20 ※終了後、「絵本なんでも相談タイム」あり	ほんぽーと中央図書館 (☎246-7700) ■赤ちゃんタイム 毎週火・木曜 10:00～13:00 おはなしのへやで赤ちゃんとおしゃべりしてください。
9 土	11:00～11:20 13:30～13:50	
10☆ 日	11:00～11:20	
14◆ 木	11:00～11:20	
16★ 土	11:00～11:20	
21♥ 木	11:00～11:20	
23 土	11:00～11:20	
28◇ 木	10:30～12:00	
11月 6 土	11:00～11:20	鳥屋野図書館 (☎285-2372) ■赤ちゃんタイム 毎週金曜 10:00～12:00
毎週金曜♥◇	11:00～11:45 ※1組10分程度	
10月 9 土	10:30～10:50	
10月 20 水	10:30～10:50	生涯学習センター図書館 (☎224-2120) ■赤ちゃんタイム 毎週金曜 10:00～13:00
10月 23 土	10:30～10:50	
10月 22◇ 金	14:00～17:00 ※1組10分程度	生涯学習センター図書館 (☎224-2120) ■赤ちゃんタイム 毎週金曜 10:00～13:00
11月 5♥◇ 金	11:00～12:00 ※1組10分程度	

- ♥乳幼児向け、◆わらべうた、◇個別の読み聞かせ、★紙芝居、☆英語



《広告欄》

一人ひとりが暮らしやすい社会をつくるために

市では、性別にかかわらず誰もが希望に応じて個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」の実現のため、計画を作り推進しています。

今年からスタートした第4次計画の内容や、身近な男女共同参画に関するコラムなどを、中央区男女共同参画地域推進員のみなさんと一緒に今号からシリーズで紹介します。

📍 地域課(☎223-7023)

男女の人権の尊重と男女共同参画への理解促進

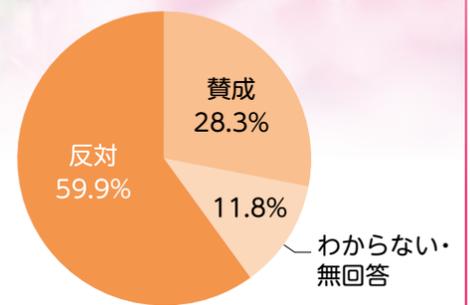
令和元年に実施した調査によると、「男は仕事、女は家庭」という性別による固定的な役割分担意識は、いまだ根強く残っています。

こうした意識は、私たちが自分らしく生きる上で制約となることがあります。一人ひとりが暮らしやすい社会をつくるために、市では地域や学校などさまざまな場で啓発を進めています。

男女の地位が平等であると答えた人の割合

場面	全体	女性	男性
家庭生活	32.9%	28.3%	38.9%
職場	22.6%	21.5%	25.1%
学校教育	45.8%	44.4%	48.1%
地域	29.1%	23.8%	36.5%
法律など	29.8%	22.2%	39.5%
慣習など	9.3%	8.2%	10.7%
政治	10.4%	5.4%	16.4%

「男は仕事、女は家庭」という考え



資料：新潟市「男女共同参画に関する基礎調査」(令和元年)

今回は、「政策・方針決定の場への女性の参画促進」について紹介します。

健康・福祉

- 健康福祉課健康増進係 ☎223-7237
- 東地域保健福祉センター
東万代町9-52 ☎243-5312
- 南地域保健福祉センター
新和3-3-1 ☎285-2373
- 中央地域保健福祉センター
関屋下川原町1-3-11 ☎266-5172

- ・ご自宅での体温測定をお願いします。
- ・本人・同伴者・同居家族が健診日より2週間以内に県外に行った人、緊急事態宣言およびまん延防止等重点措置の地域から来た人と食事などを実施した人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

■11月の子どもの健康診査

- ・案内と問診票は、対象者に郵送します。
- ・時間や持ち物などは案内でご確認ください。
- ・対象となっているのに案内が届かない場合は、お問い合わせください。
- ◎フツ化物塗布あり(希望者のみ)
- ¥1,020円
- 📍健康福祉課健康増進係(☎223-7237)

■股関節検診・母体保護相談

- 📍東・南地域保健福祉センター
- 👤令和3年7月生まれと8月生まれの一部の子どもと保護者
- ¥2,800円

■1歳誕生歯科健康診査◎

- 📍東・南・中央地域保健福祉センター
- 👤令和2年10月生まれの一部と11月生まれの一部の子ども ※子育てを応援しようと、「ブックスタート」を健診終了後に実施。絵本をプレゼントします。

■1歳6カ月児健康診査◎

- 📍東・南・中央地域保健福祉センター
- 👤令和2年3月生まれの一部の子どもと4月生まれの子ども

■3歳児健康診査◎

- 📍東・南・中央地域保健福祉センター
- 👤平成30年5月生まれの子ども

■マタニティプログラム 妊娠期

- 📅 10月26日(火)午後2時～3時
- 📍鳥屋野子育て支援センター あいあい(鳥屋野4)
- 📍子育てに役立つ支援情報の紹介、マタニティヨガ
- 👤妊娠中の人、出産を考えている人先着6人 ※パートナーの参加可
- 📄 10月19日(火)までに電話で同センター(☎283-7131)へ

ふれあい掲示板

市民グループや地域のイベントなどの情報を掲載します。※敬称略

■県社会福祉協議会 相談窓口

- ☎ 電話または会場で相談を受け付けます。※感染症予防のため電話相談を推奨しています。
- 📅 毎週月曜～金曜 午前9時～午後5時(祝日・年末年始を除く)
- 📍 新潟ユニゾンプラザ(上所2)
- 📄 予約が必要なものを以外は当日直接会場へ

■高齢者やその家族の相談窓口

- 【電話相談先】県高齢者総合相談センター(☎285-4165)
- 【弁護士による法律相談(10～11月・要予約)】
- 📅 10月11日・25日、11月8日・22日(いずれも月曜)
- 📄 電話で同センター(☎285-4165)へ

■認知症の人やその家族の相談窓口

- 【電話相談先】県認知症コールセンター(☎281-2783)

■新潟歩く会 開運 新潟島神社巡り歩行会

- 📅 10月31日(日)午前8時30分～正午
- 📍 集合・解散場所 やすらぎ堤 昭和大橋西詰(りゅーとぴあ裏)東屋
- ※10kmコースのウォーキング
- 👤 時速5km程度で歩行できる人
- 🎒 飲み物、雨具(雨天決行)
- ¥200円(保険料含む)
- 📄 10月24日(日)までに電話で同会・上原(☎090-2144-8329)へ

■県スポーツ公園の催し

- 📅 10月12日・19日、11月9日・16日・30日、12月21日(いずれも火曜)
- 📍 デンカビッグスワンスタジアム
- 📄 電話で鳥屋野潟スポーツ公園事務所(☎286-1080)へ

■カラダスッカリ!健康体操

- 📍 時間 午前10時30分～11時30分
- 📍 内容 肩こり・姿勢改善をテーマに体を動かす
- 👤 先着25人
- ¥800円
- 🎒 運動できる服装、ヨガマットまたはバスタオル、タオル、飲み物

■太極拳教室(全6回)

- 📍 時間 午後1時30分～2時45分
- 👤 先着20人
- ¥4,800円 ※全6回分。お試し1回のみ参加は800円。
- 🎒 運動できる服装、タオル、飲み物

本誌掲載のイベントの開催状況については、事前に各問い合わせ先に確認してください。 ※掲載情報は9月27日時点のものです。