

# こうなん



編集・発行：新潟市江南区役所地域総務課  
〒950-0195 新潟市江南区泉町3-4-5  
電話：025-383-1000(代表)  
FAX：025-381-7090  
ホームページ：http://www.city.niigata.lg.jp/konan/

江南区 人口：68,460人(+45) 男：33,311人(+33) 女：35,149人(+12) 世帯数：27,555世帯(+16) 面積：75.42km<sup>2</sup> 令和2年11月末現在(カッコ内は前月比 住民基本台帳による)

## あけましておめでとうございませう

### お正月は江南区たのし区すぐろくをどうぞ!!



家族で過ごす時間が多いこの季節、江南区をまわるすぐろくを作ってみました。家族や友人とお楽しみください。(3面にあるコマとサイコロを切り取って組み立ててご使用ください)今年も区役所だよりこうなんをよろしくお祈りします。

江南区役所

スタート

水と間違えてお酒を飲んでしまった1回休み

気になるお菓子屋さんに入ってしまった1回休み

ショッピングモールの初売りに参戦1回休み

体育館でトレーニング足が速くなった2マス進む

パン工場パンをもらった1マス進む

ラーメン屋でエネルギー補給1マス進む

舟で川をクルージング2マス進む

ゴール 鶴亀橋

信濃川浄水場

親松排水機場

杜の蔵

中央卸売市場

亀田駅

亀田寺の鐘楼

真光寺太子堂

帝釈天(加藤霊廟)

江南区役所

亀田排水路公園

旧亀田水道局水道タンク

大江山公園

舞平公園

芦沼館

梅の里通り

阿賀野川フラワーライン

成願寺の芭蕉句碑

梨の実館

賀茂神社の大櫓

横越公園

北方文化博物館

酒屋広場

満願寺開門

床固公園



実り多き一年となりますように

新年明けましておめでとうございませう。今年もよろしくお祈り申し上げます。コロナ禍が続いています。収束したかと思えばまた拡大するの繰り返しで、見えない敵と戦うのは本当に難しいと感じています。この正月も恒例の消防出初式をはじめ、多くのイベントが中止を余儀なくされました。やむを得ないこととはいえ、寂しさを感じられている方もたくさんおられるのではないのでしょうか。そんな世相が続くなかでも、いつか来るであろうコロナ禍からの脱却のときに、一気にこれまでの分を取り返しジャンプアップすべく、今は出来ることを着実に取り組み、力を蓄えておくことが肝要です。

幸い江南区には都市と田園が共存した暮らしやすい環境や充実した交通インフラという下地があります。また、昨年7月に市街化区域に編入された4つの工業用地において着実に開発が進められることにより、産業のさらなる発展も期待できます。

最も大切な、人と人とのつながりを保つのも今が正念場です。ワクチン等の開発・接種が進めば、コロナ禍の前のように積極的に「支え合い、助け合い」ことの出来る社会が必ずまた来ると信じています。

「冬来りなば春遠からじ」  
その時に向け、区も各地域の皆さまと連携・協力しながら、しっかりと各種施策に取り組みでまいりますので、引き続きご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

江南区長 米山 弘一



### 江南区自治協議会の公募委員を募集します

区のまちづくりの検討などを行う、江南区自治協議会の公募委員を募集します。

概要	(1)市長やその他の市の機関によって諮問された事項を審議し、意見を述べること。 (2)地域における重要な計画など、条例で定める区自治協議会の意見を聴かなければならない事項を審議し、意見を述べること。 (3)区役所の事務や、市が行う区民及び区域内の諸団体との連携の強化に関する事など、必要と認める事項について、審議し、市長その他の市の機関に意見を述べること。 会議:毎月1回、およびその他必要に応じ、2時間程度の会議を江南区役所で開催 報酬:会議に出席した場合に、日額3,000円(税額控除前)を支給
応募資格	令和3年4月1日(委嘱予定日)の時点で、江南区内に住所を有する満18歳以上の人 (本市の他の附属機関などの委員、市議会議員および市の職員でない人、江南区自治協議会の公募委員として、過去に2期活動したことがない人)
募集人数	2人
任期	令和3年4月1日～令和5年3月31日(2年間)

### 江南区自治協議会とは

区民に身近なまちづくりや地域課題の解決のため、多様な意見の調整や取りまとめを行い、区役所と連携し、区民と行政の「協働の要」としての役割を担う市の附属機関です。公募委員のほか、各地域コミュニティ協議会、公共の団体から推薦された人や学識経験者など30人以内で組織します。



提出書類	①「自治協議会委員に応募する動機と私が取り組みたいこと」と題した作文(800字以上1,200字程度、様式任意) ②所定の様式に活動歴(市民活動の経験など) ※ホームページからダウンロード可 ③任意の紙に住所、氏名、電話番号(平日の昼間に連絡のつく電話番号)、生年月日を記したものを
選考方法	江南区自治協議会委員の一部で構成する「委員推薦会議」で、作文および活動歴を審査し、必要に応じて面接などを実施して選考します。 ※この規定に反した場合は審査対象になりませんのでご注意ください
応募方法 問い合わせ	2月8日(月)までに提出書類を地域総務課34番窓口、横越出張所、曾野木・両川・大江山連絡所へ持参、郵送、ファクス、メールのいずれかで応募 (〒950-0195(住所記載不要) 江南区役所地域総務課企画広報グループあて、ファクス025-381-7090、電子メール:chiikisomu.k@city.niigata.lg.jp)

新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、一部イベントなどが中止・延期、施設が休館となる場合があります。事前に各問合せ先へ確認してください。  
※掲載情報は、12月18日時点のものです

## 江南区からのお知らせ

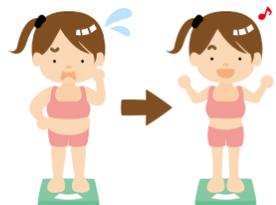
- 回=日時 時=時間 場=場所 内=内容 対=対象・定員
- 参=参加費(記載のないものは無料) 持=持ち物 問=問い合わせ
- 申=申し込み(記載のないものは事前申し込み不要、当日直接会場へ)

### 自宅でできる運動をご紹介します ♣運動でヘルスアップ

回 1月26日(火)午後1時30分～3時30分(受付:午後1時15分から)  
場 亀田市民会館  
内 自宅でできるストレッチ、筋トレなど健康づくりのための運動と講話  
対 先着10人  
持 内履き、飲み物(水かお茶)、タオル  
申 1月4日(月)から1月12日(火)までに、健康福祉課 健康増進係へ ☎025-382-4316

### コレステロールが高めと言われたら ♣コレステロールを下げよう!大作戦

自分のからだと生活を見つめ直して、今後の健康について一緒に考えてみませんか。  
回 1月25日、2月1日・8日 午後1時30分～3時30分(いずれも月曜)  
場 亀田健康センター(江南区役所となり)  
内 管理栄養士・運動指導士の講話、ストレッチなど  
対 各日先着10人  
持 動きやすい服装、内履き、飲み物(水かお茶)、タオル  
申 1月4日(月)から1月15日(金)までに、健康福祉課 健康増進係へ ☎025-382-4316  
※申込者には事前に詳しい案内を送付



### 乳幼児の育児相談

予約制で開催します。  
回 1月19日(火)  
①午前9時30分、②10時、③10時30分  
場 亀田健康センター(江南区役所となり)  
内 区内在住の乳幼児とその保護者 各回先着10組  
申 1月4日(月)から健康福祉課 地域保健福祉担当へ ☎025-382-4138

※育児の相談については「妊娠・子育てほっとステーション」にて電話相談を随時受け付けています。気軽に相談ください。  
回 毎週月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分  
場 妊娠・子育てほっとステーション(健康福祉課健康増進係内) ☎025-382-4340

### 地域と学校パートナーシップ事業 東曾野木小学校ウェルカム参観日

地域との関わりを大切にしながら進めている総合学習の中で、主体的に課題解決に取り組む子供たちの様子をご覧ください。  
回 1月27日(水) 午後1時50分～3時30分  
場 東曾野木小学校  
内 ①空芯菜の栽培活動を中心とした鳥屋野湯についての探求活動について発表(4年生)②スタッフと共に放課後ふれあいスクールを盛り上げるための工夫を検討・実践(6年生)※感染防止のため上記2学年のみの公開  
問 同校 ☎025-284-5998

## 公民館情報

### 亀田地区公民館

江南区文化会館内 ☎025-382-3703

### 学習用に部屋を開放します

回 1月9日(土)・23日(土) 午前9時～午後5時  
場 同館 講座室1  
対 先着8人(中学生・高校生を優先)

### 曾野木地区公民館

天野 2-7-2 ☎025-280-6810

### 毎月第2・第4月曜日開催

### 子育てサロン～ぽっかぽか～

回 1月25日(月) 午前10時～正午  
場 同館 保育室  
内 保育室の自由開放(子どもの自由遊びや保護者同士の情報交換など)  
※専門のスタッフはつきません  
対 未就園児と保護者(0歳児も参加可)

### ふれあい掲示板

市民グループなどの催しを掲載しています

### 住民の助け合い福祉サービスリボンの会 協力会員 入会説明会

区内在住の高齢者や障がい者の日常生活(掃除、食事作りなど)をお手伝いしていただける人を募集します。  
回 1月15日(金) 午後1時30分～2時30分(受付:午後1時20分から)  
場 亀田地区コミュニティセンター  
持 筆記用具  
問 江南区社会福祉協議会 ☎025-250-7768

### ボランティアきっかけづくり講座

聴覚障がいがある人の生活面での工夫の話や挨拶などの手話を通して、ボランティアについて考える講座です。  
回 1月18日(月) 午前10時～11時30分  
場 江南区福祉センター 多目的ホール  
対 先着20人  
問 江南区社会福祉協議会 ☎025-250-7743

### 新潟いのちの電話市民公開講座

三味線奏者として活躍中の史佳さんが、うつを経験しながらも母の支えと音楽を糧に、生きる意味を取り戻していった過程を津軽三味線演奏を交えながらお話しして頂く講座です。  
回 2月6日(土) 午後1時30分～3時30分(開場:午後12時30分から)  
場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2)  
対 先着200人  
申 2月3日(水)までに社会福祉法人新潟いのちの電話事務局へ ☎025-280-5677

### 高齢者やその家族の無料相談窓口

高齢者の方やその家族の心配ごとや悩みごとを電話または窓口で相談できます。  
場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2) 一般相談(予約不要)  
回 毎週月曜から金曜 午前9時～午後5時(祝日、年末年始除く)  
法律相談(要予約)  
回 1月4日から2月の祝日を除く毎週月曜(月曜日が祝日の場合は火曜日) 午後1時半～4時  
場 新潟県高齢者総合相談センター ☎025-285-4165

### 認知症の人やその家族の相談窓口

認知症の方やその家族の無料相談窓口です。福祉の有資格者や介護経験者などが電話で相談を伺います。  
回 毎週月曜から金曜午前9時～午後5時(祝日、年末年始除く)  
場 新潟県認知症コールセンター ☎025-281-2783

### B型肝炎特別措置法無料相談

集団予防接種でB型肝炎になった人とその家族を対象に、弁護士による無料相談を行います。  
回 1月23日(土) 午前10時～午後3時  
場 全国B型肝炎訴訟新潟事務所(中央区西堀前通1番町)  
電話相談(予約不要) ☎025-223-1130  
面談相談(要予約)  
場 全国B型肝炎訴訟新潟事務所 ☎025-223-1130

<広告欄> ※広告欄の掲載内容についての問い合わせは各広告主へ

にいがた市でネズミ退治といえば...  
**株式会社 カネシン**  
ネズミ 以外にも、害虫・害獣 おまかせください!  
ネズミ駆除 真っ最中!  
0120-46-6454

ほたるの接骨院・ほたるの鍼灸院  
☆施術時間 月～金曜日 午前の部 9:00～12:30 午後の部 16:00～20:30  
土曜日 9:00～17:00  
休診日 日曜  
☆療養費支給申請適用(保険証をお持ちください)  
☆江南区城所1-1-15 コスモヴィレッジ城所101号室  
☎025-384-8922  
メール:hotaruno@lilac.ocn.ne.jp  
※詳しくは当院のHPもごらんください!

江南区親善大使を使ってPRしませんか  
詳しくはこちらから  
[QRコード]

### 地域交流のお弁当代金の一部を補助

コロナ禍で地域の交流機会が減少している各種地域団体に、新型コロナウイルスの感染状況を判断しながら地域交流の再開につなぎ、経営に疲弊している地元飲食店を支援するために、地域交流のお弁当代金の一部を補助します。

#### 利用期間

令和 3 年 2 月 28 日(日)まで

※ただし、予算の上限に達した場合、その時点で終了します。

また、新潟県による新型コロナウイルス感染症に関する警報の発令など、感染状況に応じて随時利用制限を行います。

#### 利用方法



#### 利用内容

登録店舗で弁当を購入する場合に費用を一部補助します

#### 弁当購入の場合

利用条件 単価3,000円(税抜き)以上の弁当を10個以上購入する場合

※ただし、酒類は除く

補助率 1個当たり1/2(円未満切り捨て、上限2,000円)

#### 利用対象者

地域コミュニティ協議会、自治会・町内会など営利を目的としない各種地域団体

※ただし、官公庁、宗教活動、政治活動を目的とした団体、暴力団またはその構成員、反社会的な活動をする団体は除きます

#### 利用申込

登録店舗を利用する1週間前までに、新潟市電子申請「かんたん申込み」または区役所地域総務課(東、中央、西区は地域課)窓口で申し込み

☎地域総務課 ☎025-382-4624

道路の異変や建設課までご連絡下さい。 ☎025・382・4762

### 江南区みんなのランニングスクール

回 2月7日(日) 子どもの部 午前10時~11時30分  
大人の部 午後1時30分~3時  
(各部とも開始30分前から受付)

場 横越総合体育館 アリーナ

内 正しいフォームや速く走るコツ、  
ストレッチ方法などのランニング講習

講師:アルビレックスランニングクラブコーチ

区 子どもの部 小学1・2年生 15人  
小学3~6年生 15人

大人の部 中学生以上 30人  
(いずれの部も応募多数の場合、抽選)

持 運動のできる服装、内履き、飲み物、タオル、マスク

申 申込期限 1月25日(月)※郵送必着

・インターネットの場合:右の二次元コードから申し込み  
・はがきの場合:〒950-0195(住所記載不要)



かんたん申込み>

江南区役所産業振興課商工観光・文化スポーツグループへ

※イベントチラシでの申し込みも可。

※いずれの場合も、氏名、ふりがな、年齢、郵便番号、  
住所、電話番号、子どもの部申し込みの場合は学年、  
保護者名が必要です。

※参加の可否は、1月29日(金)に通知発送予定

☎産業振興課 商工観光・文化スポーツグループ ☎025-382-4689

### こうなん健康レター

☎健康福祉課 健康増進係 ☎025-382-4316

### 自分の「適正体重」、知っていますか?

健康と栄養状態の目安である「適正体重」を知っていますか。自分の適正体重を知ることで、日ごろの健康管理に役立てることができます。

「適正体重」の出し方  
自分の適正体重は、Body Mass Index(BMI、体格指数)で知ることができます。

$$BMI = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)}^2$$

例えば、体重65kgで身長170cmの場合は、  
「65÷(1.7×1.7)=65÷2.89≒22.5」と計算  
できます。



「適正体重」の範囲  
計算したBMIが、表の年齢ごとの範囲を上回ると、がんや循環器疾患、糖尿病などの生活習慣病の原因となる一方で、範囲を下回ると骨量の減少や高齢期の低栄養のリスクを高めるとわれています。

年齢	BMI
18~49歳	18.5~24.9
50~69歳	20.0~24.9
65~74歳	21.5~24.9
75歳以上	21.5~24.9

#### 適正なBMIを維持し、健康な生活へ

江南区では、健康の維持・向上のための健康教室を開催します。詳しくは、2面募集記事をご覧ください。

- ・食生活を見直したい方へ・・・生活習慣病教室「コレステロールを下げよう!大作戦」
- ・運動習慣を見直したい方へ・・・運動でヘルスアップ

<参考:厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2020年版)」>

<参考:「スマートライフプロジェクト」厚生労働省>

### 消防情報 消太くんの視点 文化財を守りましょう!

#### 文化財防火デーとは

昭和24年1月26日に当時現存した、世界最古の木造建物だった法隆寺金堂が炎上し、壁画が焼損したことを契機に、文化財防火デーが制定されました。

また、1月と2月は1年のうち最も火災が発生しやすい時期でもあります。日本のかけがえのない貴重な文化財をみんなで守りましょう!!



#### 消防訓練を実施します

場所:北方文化博物館(沢海2丁目15-25)  
日時:1月27日(水) 午前10時~10時30分  
内容:避難訓練、消防一斉放水



消太くんからの問題  
文化財は大きく分けて何種類でしょう?  
①2つ      ②4つ      ③6つ

消太くんからの問題の答え 正解は③  
文化財は主に、有形文化財、無形文化財、民族文化財、記念物、文化的景観、伝統的建造物群の6種類です。

### サイコロとコマをつくろう

