

# ラジオ体操の輪が広がっています!

問い合わせ 健康福祉課地域保健福祉担当(☎25-5695)

秋葉区では、高齢者のフレイルや子どものロコモを防ぐため、日常生活の中での運動習慣の定着を目的に、ラジオ体操の普及を進めています。コミュニティ協議会や老人クラブのほか、児童クラブや保育園などの子どもたちにも、ラジオ体操が広がり始めました。ラジオ体操は誰でも手軽にできますので、皆さんも始めてみませんか。



新津中央コミュニティ協議会が、株式会社かんぼ生命保険などから2023年度新潟県のラジオ体操優良団体表彰を受けました。同協議会では、4年前から継続的にラジオ体操を実施しています。どなたでも参加可能ですので、ぜひご参加ください!



日時 月～金曜 午前9時45分～  
会場 新津地域交流センター

10月23日(月)～11月26日(日)開催!

## 2023 石油の里 もみじ祭り

問い合わせ 里山ビジターセンター(☎22-6911)

もみじがきれいな時期にお出掛けしませんか。28日(土)からは野菜の直売やお弁当の販売もあります。

日時 11月3日(金)祝・4日(土)・5日(日)

午前10時～午後3時

会場 里山ビジターセンター

内容 新潟薬科大学の学生による「庭de和紅茶」の試飲会、クラフト作家によるワークショップなど(ワークショップは別途参加費)

日時 11月11日(土)

午前11時～正午、午後1時～2時半

会場 里山ビジターセンター 古代館

内容 アコースティックギターコンサート

### よみかかせのご案内

(特に記載がないものは幼児・小学生対象)

- 新津図書館  
10/17(火)・24(火)・31(火) 午前10時半から(0～3歳児対象)  
10/17(火)・24(火)・31(火) 午後3時半から  
10/21(土)・28(土)・11/4(土) 午後2時から
- 荻川地区図書館  
10/21(土)・28(土)・11/4(土) 午前10時半から
- 金津地区図書館  
10/21(土) 午後2時から
- 小須戸地区図書館  
10/21(土) 午前10時半から

### 各種無料相談

- 心配ごと相談 ※予約不要  
回 10/16(月)・20(金)・23(月)・27(金)・30(月)  
午前10時～午後3時  
場 秋葉区社会福祉協議会(新津地域交流センター2階、☎24-8376)
- 法律相談(弁護士相談) ※要予約  
回 毎月第2・4金曜(祝日振替あり)  
午後1時15分～4時15分  
場 区民生活課(☎25-5674)
- 教育相談  
回 月～金曜(祝日を除く)  
午前9時10分～午後5時  
場 秋葉区教育相談室(新津図書館2階、☎23-0101)

### FM76.1MHz RADIO CHAT

10月15日～11月4日のおすすめ番組!

#### ◆クリック!秋葉区◆

毎週月～金曜午前10時～11時に秋葉区役所がお届けする行政情報番組。区内のイベント情報やお役立ち情報をお知らせしています。

毎月第1・3日曜日に発行のあきは区役所だよりの注目記事を、直前の金曜日に地域総務課の広報担当が紹介しています。11月3日の放送は、11月5日に発行の一面「秋の読書週間」を紹介。おすすめの本や図書館のサービスについてお話しします。お楽しみに!

#### ◆移住定住 充実生活(なじらねラジオ内)◆

毎週月曜午前11時15分頃からのコーナーは週替わり。第3回は「移住定住充実生活」です。自身も長崎からの移住者である新パーソナリティ小川亜希子が、秋葉区に移り住まれた方々にお話を伺いながら、秋葉区の魅力を再発見するコーナーです。お楽しみに!

インターネットからも聴くことができます! 番組表はこちら!



☎23-5000 (リクエスト ☎23-5900)  
FAX23-5100 http://www.chat761.com

## はぎれで作る つるし飾り

時間 午前10時～正午  
会場 新津第一中学校  
定員 先着15人  
参加費 500円(全3回・材料費)  
持ち物 裁縫道具、鉛筆、布切はさみ、刺しゅう針、上履き  
申し込み 10月16日(月)から平日午前9時～午後5時に新津地区公民館(☎22-9666)

開催日	内容
11月30日(木)	ひょうたん、さるっこ
12月7日(木)	桃、小花
12月14日(木)	うろこ、仕上げ

区民への情報掲示板

## 山びこコーナー

### 聞き書き養成講座

国鉄、茶畑に携わってきた人から話を聞き、語り口をそのままに記録を残し、冊子にすることを学ぶ講座です。

- 回 ①10月22日②11月19日③12月10日(日)の全3回  
午前10時～午後2時(①は午後3時まで)
- 場 ①③新津健康センター②新津地域交流センター
- 込 先着20人
- 料 2,000円(冊子代込み)
- 申 NPO法人はぐハグの小口さん(☎090-7638-2491、✉aya55watanabe@gmail.com)

### 第53期 初心者硬式テニス教室

- 繰り返して基礎の練習をします。
- 回 11月3日～12月22日の毎週金曜  
午後7時～9時(全8回)
- 場 秋葉区内および近隣の体育館
- 込 秋葉区に在住・在勤の硬式テニス初心者・先着若干名
- 持 テニスシューズ、ラケット
- 料 2,500円
- 申 10月30日(月)までにイエロークラブの岩倉さん(☎090-2240-1471)

### 暮らしを楽しむ料理クラブ

- みんなで作って交流を楽しみませんか。
- 収穫の秋レシピ  
回 10月28日(土)・29日(日)・30日(月)  
午前11時～午後2時 ※全日同じメニュー
- 場 上野さん宅(荻島3-4-16)
- 込 チキンのノルマンディー風クリーム煮、豆入りピラフ ほか
- 料 一般3,800円(外国人、学生は1,800円)
- 申 希望日の3日前までに上野さん(☎・FAX 24-6859)

### 新津地域交流センターまつり

- 回 11月4日(土) 午前9時半～午後0時半
- 場 新津地域交流センター
- 込 当センター利用団体による唄、演奏、踊りなど
- 場 同センター(☎21-4444)

### COVID-19にも負けない 感染対策の話

- 回 11月4日(土) 午後2時～3時半
- 場 新津健康センター
- 込 新型コロナウイルスをはじめとした感染症やワクチン治療薬の話
- 講師 継田雅美さん(新潟薬科大学教授)
- 場 新津医療センター病院すこやか友の会(☎24-5311)

### ストレッチ太極拳 会員募集

- 回 毎週水曜日 午前10時～11時半
- 無料体験会 10月18日・25日
- 場 新津地区市民会館
- 持 バスタオル
- 場 中川さん(☎080-1172-1457)

### フードライブ受付中

- 10月は食品ロス削減月間です。食品の寄付を随時受付中です。皆様のご支援をお願いします。
- 場 秋葉区社会福祉協議会
- 受付できる食品 賞味期限が1カ月以上ある常温保存の未開封品(米、農作物、缶詰、袋麺、レトルト食品など)
- 場 フードバンクにいがた(☎025-282-7374)

### 税を考える週間 特別講演会「好かれる・売れる“聴く&褒める技術”」

- 回 11月10日(金) 午後2時～4時半
- 場 新津地域交流センター 込 先着50人
- 持 新古タオル(福祉施設などに寄贈)
- 申 (公社)新津法人会(☎23-3488、FAX 25-7322、✉niitsuhoujinkai@nii.gata.email.ne.jp)

◇山びこコーナーへの掲載依頼は、地域総務課 11月19日号の原稿締め切り…10月24日(火) 12月3日号の原稿締め切り…11月7日(火) (区役所3階、☎25-5673、FAX 22-0228)

広告スペース

◆秋葉区フォトコンテスト開催中!あなたの見つけた秋葉区の魅力を写真でインスタグラムに投稿しよう!優秀作品には賞品をプレゼント◆