

# コミセン・コミハに行ってみよう!

サークル活動や気の合う仲間が集まれる場を探していませんか?  
区内には、コミセン(コミュニティセンター)が3カ所、コミハ(コミュニティハウス)が6カ所あります。多種多様なサークル活動が行われているほか、ホールや会議室なども完備されており、地域に密着した施設としてさまざまな目的に利用することができます。地域活動の拠点・ふれあいの場として気軽に利用してみませんか。 関地域課 ☎223-7025

開館時間 午前9時～午後9時  
※休館日、利用申し込み方法、利用料金などは各施設によって異なります。区ホームページ=二次元コード=を確認してください。



## サークル活動を紹介

会員募集中のサークル活動については各施設にお問い合わせください。

### 北部総合コミュニティセンター

所在地 稲荷町 3511-1 問い合わせ ☎223-0791

#### ラジオ体操で「長寿」



ラジオからの音声とともにスタート。変則歩きやチューブを使った運動中には、時折苦しそうな表情を浮かべながらも元気にこなします。全ての体操を終えた皆さんは、すっきりとした表情で笑顔いっぱいです。

サークル代表の本田雄三さんは、「健康寿命の延伸を目的に活動しています。皆さんが楽しそうに体操をする姿を見られるのが一番嬉しいですね」と話していました。

関同会・本田 (☎228-5589)

#### 囲碁の会



初心者から高段者まで、さまざまなレベルの会員が集まり、囲碁の対局をしています。囲碁はシンプルでありながらも奥が深く、思考力が鍛えられるゲーム。高段者に勝ったときの喜びはひとしおです。

サークル代表の太田利博さんは、「初心者にも会員が一から丁寧に教えるので安心して参加できます。小・中学生も大歓迎ですよ」と話していました。

関同会・太田 (☎228-7930)

### 白山コミュニティハウス

所在地 本町通 1-168-2 問い合わせ ☎222-8867

#### 松波着付教室



着付け講師に見守られながら、着付けが上達していきます。浴衣や留袖など何種類もの中から、自分の気分に合わせて着物を選び、練習できます。

講師の渡辺保子さんは、「お話ししながら楽しく練習しましょう。教室は途中入退出が可能なので、いつでも来てくださいね」と話していました。

関同会・渡辺 (☎090-5780-2475)

## 他にもあります!こんな使い方



### 子ども食堂

食品の配布(飲食)など、子ども食堂の会場にも使用できます。  
※コロナ禍では会場での飲食をご遠慮いただく場合があります。

音楽室は、楽器の個人練習や合奏などにも使用できます。

### 楽器の練習



### 打ち合わせスペース

会議室は、簡単な打ち合わせの場にピッタリ!



コンサートや講演会など、さまざまな目的に使用できるホールがあります。

### 催し物の会場



### 鑑賞会



AV機器を持ち込んで、映画などを大きなスクリーンで鑑賞できます。

## その他のコミセン・コミハ

### 駅南コミュニティセンター

所在地 米山 4-12-20  
問い合わせ ☎246-6647

### 関屋コミュニティハウス

所在地 関屋田町 4-566-1  
問い合わせ ☎266-1348

### 上山コミュニティハウス

所在地 網川原 2-1-15  
問い合わせ ☎283-7460

### 東新潟コミュニティセンター

所在地 東万代町 9-1  
問い合わせ ☎246-7714

### 白新コミュニティハウス

所在地 白山浦 2-180-3  
問い合わせ ☎232-6411

### 寄居コミュニティハウス

所在地 西大畑町 617  
問い合わせ ☎228-8944

### 三葉コミュニティハウス

所在地 古町通 13-5148-2  
問い合わせ ☎210-9275

連載 区だより担当が選ぶ

## 中央区のおすすめスポット⑤

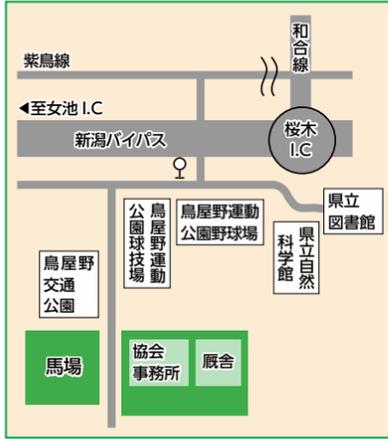
### 鳥屋野運動公園 馬場



鳥屋野運動公園 馬場は、乗馬を通して馬と触れ合える施設です。アクセスがしやすい女池地区の住宅街に立地しています。

馬場では、馬がさっそうと駆けている様子を見ることができ、乗馬体験も行っています。指導員がマンツーマンでレッスンしてくれるため、初心者の方でも安心して乗馬ができます。暑さが増して本格的な夏がやってくるこの時期、馬の背に乗り涼しい風を浴びてみるのもいいかもしれません。

【地図】



乗馬体験メニュー

・ひきうま体験コース 1回10分  
 ¥1,200円 ※用具レンタル料込み  
 体験希望日の前日までに新潟市馬術協会(☎285-3814)へ

開館時間 午前9時～午後4時  
 休館日 毎週月曜 ※月曜が祝日の場合は翌日  
 所在地 女池南 3-6-5

### 東京2020オリンピック聖火リレー

#### 青空の下つないだ希望の炎



東京2020オリンピック聖火リレーが6月5日、市内で開催されました。晴れ渡る空の下、万代テラスから古町地区を通り、陸上競技場まで約3.2kmのコースを、14人のランナーが笑顔で駆け抜けました。万代橋でリレーを見た観客は、「間近でオリンピックを感じる事ができて、気持ちが盛り上がりました」と嬉しそうに微笑んでいました。



### 家庭の電気機器周辺を点検しましょう!

湿気が多くなる梅雨の時期は、電気火災が発生しやすくなります。電気火災は、正しい知識を持ち、電気を正しく使うことで防ぐことができます。下記のポイントを守って安全に電気を使いましょう。

①コンセント周りの清掃 接続は確実に

■トラッキングによる火災

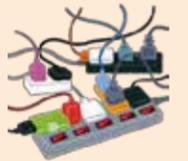
コンセントに差し込んだプラグのさし刃に付着したほこりなどが湿気を帯び、通電して出火することを「トラッキング火災」といいます。



②コードを束ねない たこ足配線をしない

■放熱異常による火災

電気器具のコードを巻いた状態で使用したり、結束バンドなどで束ねたまま使用していると、熱を正常に放出できず、火災につながる恐れがあります。また、たこ足配線で複数の電気機器を同時に使用すると、コンセントの容量を超え、発熱し火災につながる場合があります。



☎中央消防署市民安全課 (☎288-3119)

## お知らせ

市役所、区役所、関係機関からの情報を掲載します。

中央区 特色ある区づくり事業

■古町芸妓お屋の舞 参加者募集中

☎7月17日、8月21日(いずれも土曜)  
 ①午後2時～2時20分 ②午後2時30分～2時50分  
 新潟古町まちみなど情報館(古町通7)  
 古町芸妓2人による舞の披露、記念撮影 ※新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、離れた場所からの撮影となります。  
 各回先着15人 ※会場定員の半分以下です。各回ごとに会場内の換気、席の消毒を行います。  
 電話で新潟三業協同組合(☎222-2237、午前10時～午後4時、日曜・祝日休み)へ ※希望する日時と参加者全員の氏名・電話番号・住所をお伝えください  
 地域産業文化振興室(☎223-7054)

■日和山浜 海岸工事に伴い一部立入禁止

砂止堤の安全対策工事を行っています。工事期間中は大変危険ですので、立ち入らないようお願いします。  
 立入禁止期間 11月30日(火)まで(予定)  
 新潟港湾・空港整備事務所 海岸課(☎222-6111)

■子ども勉強会 参加者募集

大学生が中学生に個別に勉強の仕方を指導します。受験の相談にも応じます。  
 ☎8月1日(日)から令和4年3月31日(木)までの毎週土・日曜午前9時～正午  
 万代地区(決定時にお知らせします)  
 市・県民税の所得割が課税されていない世帯の中学生若干名 ※応募多数の場合は世帯の状況を考慮して決定  
 ☎7月16日(金・必着)までに参加申込書を保護課へ提出。参加申込書は保護課および健康福祉課、東・南出張所窓口に設置。 ☎保護課(☎223-7331)

## 公民館

※公民館の申込受付は午前9時から

中央公民館 ☎224-2088  
 〒951-8055 中央区礎町通3-2086

■ひよこファミリーらんど

☎7月6日・13日・20日・27日(いずれも火曜)  
 午前10時～正午 保育室の開放  
 乳幼児と保護者先着7組  
 バスタオル(乳児のみ) 当日直接会場

東地区公民館 ☎241-4119  
 〒950-0083 中央区蒲原町7-1

■子育てサロン「のんのん」

☎7月5日・12日・19日・26日(いずれも月曜)  
 午前10時～午後2時(出入り自由。昼食の持参可)  
 自由遊び ※毎回午前11時から絵本の読み聞かせを実施  
 乳幼児と保護者 当日直接会場  
 「のんのん」運営ボランティア募集 詳しくはお問い合わせください。

関屋地区公民館 ☎266-4939  
 〒951-8164 中央区関屋昭和町3-148-1

■子育てネットまつぼっくり

☎7月2日・9日・16日・30日(いずれも金曜)  
 午前10時～正午 ※23日は祝日のためお休み  
 親子の遊び場  
 乳幼児と保護者  
 当日直接会場

■おもちゃの修理「おもちゃ病院にいがた」

☎7月2日(金)午前10時～正午  
 壊れたおもちゃの修理  
 無料(実費負担の場合あり)  
 当日直接会場

石山地区公民館 ☎250-2930  
 〒950-0852 東区石山1-1-12

■ご近所だんぎ「地域の茶の間」って何するところ?

☎6月28日(月)午後1時30分～3時  
 地域の茶の間の「いろは」を知り活用する  
 先着40人  
 筆記用具、飲み物  
 当日直接会場

《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。

中央区だより

※電話番号は市外局番(025)を省略しています。

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。
- ・健診日より2週間以内に県外へ行った人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

■みんなでつながるにっこにこ子育て応援事業(毎月開催)

※中央区在住の人が対象です。  
 各講座の申し込み開始日午前8時30分から携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み ※読み取ることができない人は問い合わせ先に連絡してください。  
 妊婦カフェ・妊婦オンライン個別相談・育カフェ：子育て交流ばーとtete(☎080-9680-6822) 育ばる・10か月育ちの講座：はっぴい mama応援団(☎278-3177、水曜定休)

■妊婦カフェ(会場・リモート開催) **妊娠期**  
 回 7月10日(土)午後1時30分～3時30分  
 場 天寿園 ※リモートも同日開催  
 内容 保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、沐浴などの育児講座、ほか  
 妊婦 ※パートナーの参加可(リモート開催のみ)  
 会場：先着12人 リモート：定員なし  
 母子健康手帳 回 6月23日(水)から

■妊婦オンライン個別相談(電話またはリモート開催) **妊娠期**  
 回 毎週水曜午後3時～5時、毎週日曜午前10時～正午  
 妊婦 若干名 ※パートナーの参加可  
 回 各開催日の前日午後5時まで ※電話相談は予約なしでも利用可(予約者優先)

■育カフェ(会場・リモート開催) **生後1～5カ月**  
 内容 保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、ほか  
 生後1～5カ月の子どもと母親  
 母子健康手帳、バスタオルのほか、赤ちゃんに必要なもの  
 回 6月23日(水)から  
 時間 午前10時～11時30分

開催方法	期日	会場	定員(先着)
会場	7/9(金)	天寿園	16組
	7/16(金)	燕喜館(白山公園内)	8組
リモート	7/16(金)		6組

■育ばる(会場開催) **生後6～9カ月**  
 回 7月14日(水)午前10時～11時30分 ※受け付けは9時45分から  
 場 子育て応援ひろば(西堀前通6、Co-C.G.4階)  
 内容 保護者同士の仲間づくり、情報交換、保健師や助産師のミニ講座、ほか

妊婦カフェ・妊婦オンライン個別相談・育カフェ：子育て交流ばーとtete(☎080-9680-6822) 育ばる・10か月育ちの講座：はっぴい mama応援団(☎278-3177、水曜定休)

■10か月育ちの講座(会場・リモート開催) **生後10カ月**  
 内容 発達心理相談員や保健師による10カ月の子どもの発達、関わり方、遊び方についての講座  
 令和2年9月生まれの子ども(27日の会場、28日のリモートは令和2年8月生まれも対象)と保護者  
 母子健康手帳、ハンカチ、動きやすい服装のほか、赤ちゃんに必要なもの  
 時間 午前10時～11時30分

開催方法	期日	会場	定員(先着)	申し込み期間
会場	7/27(火)	中央地域保健福祉センター	6組	6/23(水)から各開催日の前日まで
	7/28(水)	南地域保健福祉センター	8組	
リモート	7/28(水)		20組	6/23(水)から7/21(水)まで

■妊婦歯科健康診査 **妊娠期**  
 内容 歯科健診、歯科保健指導  
 中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦  
 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票、ハンカチまたはタオル  
 回 6月23日(水)から各開催日の2日前までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ  
 受付時間 午後1時～2時15分

期日	会場	定員(先着)
7/2(金)	南地域保健福祉センター	39人
7/8(木)	中央地域保健福祉センター	24人

■安産教室 **妊娠期**  
 回 7月28日(水)午後1時30分～3時30分 ※受け付けは1時15分から  
 場 南地域保健福祉センター  
 内容 歯科衛生士・栄養士・助産師による講話  
 出産予定月が令和3年10～11月までの中央区在住の妊婦先着15人  
 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル  
 回 6月23日(水)から7月7日(水)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7237)へ

■はじめての離乳食 **生後5カ月**  
 内容 離乳食の始め方と進め方の講話  
 おおむね生後5カ月の子どもの保育者先着15人  
 母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃんをお連れの方)  
 回 6月23日(水)から各実施日の2日前までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ  
 時間 午後1時30分～2時30分 ※受け付けは1時15分から

期日	会場
7/15(木)	南地域保健福祉センター
7/21(水)	東地域保健福祉センター

■育児相談 **乳幼児**  
 内容 保健師などによる個別相談  
 中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、各地域保健福祉センターへお問い合わせください。  
 母子健康手帳、バスタオル  
 回 6月23日(水)から電話で最寄りの各地域保健福祉センターへ ※先着順

期日	時間	会場
7/1(木)	9:30～11:00	◎◆中央地域保健福祉センター
7/15(木)	13:30～15:00	◎東地域保健福祉センター
7/21(水)	9:30～11:00	◎◆南地域保健福祉センター
	13:30～15:00	◎南地域保健福祉センター

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり  
 ■健康相談  
 内容 保健師・栄養士による個別相談  
 健診や人間ドックの受診結果・健康手帳(持っている人)  
 回 各実施日の2日前までに電話で各地域保健福祉センターへ

期日	受付時間	会場
7/9(金)	9:15～11:00	南地域保健福祉センター
	13:30～14:30	東地域保健福祉センター
7/14(水)	13:30～14:30	中央地域保健福祉センター

■フレイルチェック  
 回 7月20日(火)午後1時30分～3時30分 ※受け付けは1時から  
 場 東地域保健福祉センター  
 内容 握力・筋肉量などの計測、日常生活の見直し  
 65歳以上の人先着15人 飲み物  
 回 6月22日(火)から7月16日(金)までに電話でかえつメディカルフィットネス ウォーム(☎0250-21-2566)へ ※市外局番が必要  
 申込受付時間 平日午前9時30分～午後5時

**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

■スポーツ公園で遊ぼう! **SIP×こども秘密基地**  
 回 6月27日(日)午前10時～午後4時  
 場 鳥屋野潟スポーツ公園 カナール周辺  
 内容 カヌー、トランポリン、ワークショップ、飲食ブース、ほか  
 当日直接会場 SIP事務局(☎248-1960)  
 ※SIPとは、Sustainable&Inclusive Design in Park(多様な主体の連携による公園を核とした持続可能なまちづくり)の略称です。

■LOTEN 露店  
 回 毎月最終土曜 午前10時～午後3時  
 場 本町通5番町 内容 露店の出店(小物、菓子、野菜など)  
 場 チリンママ・長沢(☎222-4815)

6月25日(金)から7月11日(日)までの間、ふるまちモール7を華やかな七夕飾りで彩ります。また、下記の日程でガラポン抽選会を行います。

■総額777千円のガラポン抽選会  
 古町7番町のガラポン協賛店で1,000円以上の買い物・飲食をした人へ、お買物券が当たる抽選券を配付します。 ※抽選券が無くなり次第終了  
 ■抽選券配布期間 6月25日(金)から7月11日(日)まで  
 ■抽選日 7月10日(土)・11日(日) 午前10時30分～午後6時  
 場 ふるまちモール7  
 場 古町7番町商店街振興組合(☎222-0665)

**令和3年度 第2回自治協議会の概要**

5月28日に第2回自治協議会を開催しました。会議の概要や資料は、市役所本館1階市政情報室での閲覧のほか、区ホームページに掲載します。

■主な議題

- ①審議会等委員の推薦(4件)
- ②令和2年度中央区組織目標の取組結果及び令和3年度中央区組織目標の報告

■次回の開催案内

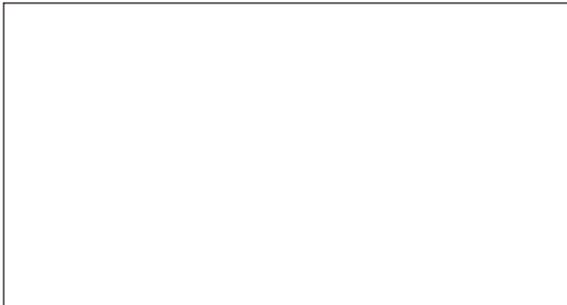
回 6月25日(金)午後3時から 場 市民プラザ(NEXT21・6階)  
 傍聴者の定員 先着10人 ※議題は、市役所本館や中央区役所・東出張所・南出張所に掲示するほか、区ホームページに掲載します。新型コロナウイルスの感染状況などにより、急きょ書面会議や休会となる場合があります。 場 地域課(☎223-7023)

**ふるまちモール7 七夕かざり**

星に願いを!! 新型コロナウイルス終息を願って!!

※昨年のようなようす

《広告欄》



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を確認してください。

※掲載情報は6月14日時点のものです