



令和8年(2026年)

4月19日

第457号

中央区だより

区の人口 (住民基本台帳による)

人口……170,773人 (-341)
男……80,694人 (-308)
女……90,079人 (-33)
世帯……91,269世帯 (+297)
※令和8年3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

中央区を盛り上げる

移住者たちの挑戦

海から中央区に
にぎわいを

鈴木博之さん



古町でかなえた
開業の夢

畠山正義さん
博子さん



鈴木さんのこれまで

大学進学を機に中央区から上京し、全国転勤の会社に入社。初任地として新潟市に戻ってきました。東京での生活を経て改めて、地元のために働く心地よさを実感し、「いつか新潟に戻りたい」と思うようになりました。その後も思いは変わらず、「新潟をもっと多くの人が集まる場所にしたい」と起業を決意し移住しました。

人が集い、つながる場をつくる

鈴木さんは現在、海辺の交流拠点「Sea Point NIIGATA」を運営し、様々な業種・年齢の人たちが気軽に集まれる場所づくりに取り組んでいます。コワーキングスペースやカフェ、バーベキューなど多様な使い方ができ、波の音が聞こえる空間で思い思いの時間を過ごせます。「様々な背景を持つ人が集まって語り合い、偶然の出会いから新たな仕事

が生まれる“港”のような場所を目指しています」と鈴木さんは思いを語りました。



▲コワーキングスペースの様子



▲夕暮れの関屋浜でバーベキューを楽しむ人々

海をもっと身近に

今後の展望を鈴木さんに尋ねると、「海や山、温泉、ウィンタースポーツなど、多彩な楽しみが身近にあることが新潟市で暮らす魅力の1つだと思っています。今後も関屋浜エリアの皆さんと一緒に、花火大会やマリンスポーツなど海ならではの楽しみ方を提供していきたいです」と語ってくれました。

Sea Point NIIGATA

所在地 関屋(関屋浜中央口周辺)
営業時間 午前10時~午後7時
※4~12月の営業
定休日 火曜日 ☎233-6605

畠山さんのこれまで

岩手県出身の正義さんは、すし職人として札幌や東京で修業を重ね、30代半ばで独立を決意。どこで店を開くか悩む中、「新潟で暮らす父のそばにいたい」という博子さんの思いを受け、新潟への移住を決断します。2017年9月に移住し、同年12月に古町で「鮭 はたけやま」を開店しました。

互いの顔が見えるまち

博子さんは中央区での暮らしについて、「お店や住まい、こどもの遊び場や小学校など生活のすべてがここで完結しています。そうすると、自然に知り合いの数も増えますし、近所でいるんな方が声をかけてくれるのはうれしいです。地域の人みんなでこどもを育てる雰囲気がこのまちにはありますね」と笑顔で話します。正義さんは「漁師さんをはじめ、生産者の方と直接会うことができたり、お店に食べに來たりしてもらえる環境も新潟ならではの魅力です」と話しました。



▲一貫一貫心を込めて握る正義さん

人の縁を広げる店へ

「常連客がいない状態でのスタートは、コロナ禍の影響もあり大変でしたが、お客さんの支えで乗り切ることができました」と博子さんは開店当時を振り返ります。修業時代のお客さんが県外から訪れることも多く、これまでの縁がこの店へとつながっています。正義さんは「和食を通して人と人のつながりを広げたいです」と語り、弟子の育成にも力を注ぎます。「若い人が活躍できる場をつくりたい」という思いを胸に、地域に根差した店づくりを続けています。



▲こだわりの詰まったマグロ

鮭 はたけやま

所在地 古町通9
営業時間 午後5時~9時
(完全予約制)
定休日 月曜日 ☎224-3840

今号では、読者の皆さまのリンクエストにお応えし、市外から移住してお店を営んだり、地域を盛り上げる活動をしている人たちに、移住のきっかけやまちの魅力を聞きまわらせて、移住者同士の交流会や情報交換の場も紹介しました。

新生活のスタートに!

ゆるっとつながる交流の場

地域おこし協力隊 主催

6/6(土)

つながる、ひろがる!

新潟ライフ 移住者交流会

進学や転勤で4月から新潟市での暮らしをスタートした人や、移住者同士でつながりを深めたい人に向けた交流イベントを開催します。おすすめのお店や地域の病院などの情報を共有したり、日々の暮らしで感じているちょっとした困りごとを相談したり、気軽に情報交換ができる場です。初めての土地での不安や疑問を分かち合いながら、新しいつながりを見つけてみませんか。

回 6月6日(土)午後2時~4時 場 古町ぺんぎん商店(一番堀通町)

雇用・新潟暮らし推進課 (☎226-2149)



▲前回の様子

イベント詳細、申込はこちら▶



移住者向け オープンチャット

「新潟市くらしのひろば」

LINEのオープンチャット機能を用いた、移住者同士が質問・相談し合えるオンラインコミュニティです。新潟市に移住した人・移住を検討している人など、気軽に参加してみませんか。

参加はこちら▶



誰もが安心して避難できる地域を目指して



▲提言書を渡す様子

3月25日、新潟第一中学校の2年生を代表して6人の生徒が中央区役所を訪ね、総合的な学習の時間を通して作成した「外国人向けの防災ガイド」をもとに、多言語による情報発信や、外国人を対象とした防災訓練の実施などを提案しました。



また、戸田悠仁さんは「外国人の困りごとを考えることは、日本人を含め、すべての人が災害時に安心して行動できる環境づくりにつながると感じました」と話しました。

生徒たちとの意見交換を通して

区長は「若い皆さんから、災害や防災のことを国際化の視点で考えてもらえてうれしいです。学んだことを少しずつ近くの人に発信してってください」と中学生の皆さんに伝えました。

自分たちで作成した防災ガイドを持つ生徒の皆さん▶



ガイド作成を通して感じたこと

長谷川恕さんは「市内に住む留学生にアンケートをとった結果、外国の方は情報を手に入れることに苦労していると感じました。ハザードマップの多言語対応などが有効だと思います」と意見を述べました。



意見交換をする様子▶

中央区公式インスタグラムのアイコンが変わりました!

新潟市中央区役所【公式】
 (@niigatashichuoku)



中央区のイメージカラー「ウォーターフロントブルー」をテーマに、新しいアイコンへリニューアルしました。これからも区の魅力を発信していきますので、ぜひフォローしてチェックしてください!



今年で架橋97周年 5/29 万代橋Tシャツデザイン募集中

「万代橋誕生祭」の開催を記念して作成する、Tシャツのデザインを募集しています。

新潟市のシンボルであり、国の重要文化財である3代目万代橋への思いをデザインで表現してみませんか。

詳しくは=右の二次元コード=から確認してください。



☎万代橋誕生祭実行委員会事務局
 (建設課まちづくり係内 ☎223-7410)



▲昨年度のデザイン

公民館

中央公民館 ☎224-2088
 〒951-8055 中央区礎町通3-2086
 受付時間 平日午前9時~午後5時
 (土・日曜、祝日除く)

子育てサロン「ひよこファミリーらんど」

☎ 5月12日・19日・26日(いずれも火曜)
 午前10時~正午

☎ 自由遊び、情報交換 ☎ 乳幼児と保護者
 ☎ バスタオル(乳児のみ)

【サークル体験会】中国語講座体験会

☎ 4月22日(水)から電話で同館へ

期日	時間	定員(先着)	備考
6/9(火)	13:30~15:00	10人	初級レベル
6/16(火)	15:30~16:55	10人	中級レベル

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

【足活倶楽部てくてく体験会】 人生の最後まで自分の足で歩く方法

☎ 5月21日(木) 午前10時~正午
 ☎ 転ばない足づくりと健康寿命を延ばす足の使い方を実践

☎ 先着20人 ※はだしになれる服装
 ☎ あす20日(月)から5月15日(金)までに電話で同館へ

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」

☎ 5月11日・25日(いずれも月曜)
 午前10時~11時30分(出入り自由。飲み物の持参可。)

☎ 自由遊び
 ※午前11時から絵本の読み聞かせを実施、25日は保健師によるミニセミナーと育児相談を実施。
 ☎ 未就園児と保護者
 ☎ バスタオル(乳児のみ)

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

子育てネットまつぱくくり

☎ 5月1日・8日・15日・22日(いずれも金曜)
 午前10時~正午
 ☎ 親子の遊び場
 ☎ 乳幼児と保護者

おもちゃ病院にいがた

☎ 5月1日(金) 午前10時~正午
 ☎ こわれたおもちゃの修理
 ☎ 無料(実費負担の場合あり)

乳児期家庭教育学級

☎ 令和7年10月~令和8年1月生まれのこどもの保護者15人 ※抽選(保育あり、定員8人)
 ☎ 5月6日(水)までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み
 時間 午前10時~正午



期日	内容
5/20(水)	はじめまして!お友達になりましょう
5/27(水)	これからの私の暮らし
5/30(土)	これからの家族の暮らし
6/10(水)	子育てで広がる世界

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

子育てサロン「ピーカーぶー」

☎ 4月24日(金)
 午前10時~11時15分(出入り自由)
 ☎ 自由遊び、情報交換、絵本の読み聞かせ
 ☎ 未就園児と保護者
 ☎ バスタオル(乳児のみ)

笑いヨガで心もからだも健康に!

☎ 4月27日(月) 午後1時30分~3時
 ☎ 笑いの体操とヨガの呼吸法をあわせた簡単な体操
 ☎ 先着40人
 ☎ 筆記用具、飲み物 ※動きやすい服装

新聞を購読していない方へ

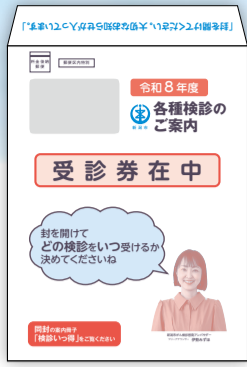
市報にいがた・区役所だよりは戸別に配送できます

市報にいがた・区役所だよりは、毎月第1・3日曜の新聞に折り込んで届けていますが、新聞未購読で希望する世帯には戸別に配送しています。

☎ 電話で市役所コールセンター(☎243-4894)または地域課(☎223-7035)へ

..... <広告欄>





行こう! 健診で健康チェック



自覚症状の現れにくい生活習慣病やがんの早期発見には、定期的な健診が大切です。
 ぜひ今年も受診しましょう。



■健診を受けるには?

施設検診(特定健診やがん検診)	集団検診(胃・肺・乳がん検診)
病院やクリニックなど 医療機関で検診をします	コミュニティセンターや学校などに 検診車が出向き検診をします

*市から届いた受診券入りの封筒を準備しましょう

1. 医療機関などに予約しましょう

同封されている「検診いっ得」に記載の医療機関などに電話で予約をします。
 令和8年度受診券の有効期間は、令和9年3月31日までです。

2. 受診しましょう

予約した医療機関で受診します。
 持ち物 受診券 自己負担金
 加入資格がわかるもの
 (マイナ保険証、資格確認書のいずれか)
 質問票(特定健診の場合)
 個人記録票(胃・肺がんの集団検診の場合)



3. 結果を確認しましょう

検診実施医療機関が結果をお知らせします。

各種検診 検索



健康福祉課健康増進係(☎223-7246)

■受診券を発送しました

- 令和8年2月～4月24日までに市国民健康保険に加入した人には、5月28日に発送予定です。
- 40歳以上の対象者へ受診券を発送しました。
- 新潟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。
- 受診券が届かない人で、職場などでがん検診を受ける機会のない人は健康福祉課健康増進係へお問い合わせください。

対象者	受診券の種類
新潟市国民健康保険加入者(40～74歳)	特定健康診査・がん検診受診券
新潟県後期高齢者医療制度加入者	後期高齢者健康診査・がん検診受診券
上記以外の健康保険加入者のうち、職場や被扶養者向けのがん検診の機会がない人	がん検診受診券

*年齢は、すべて令和9年3月31日現在の年齢(年度年齢)です。

健康・福祉

各事業の☎・📍連絡先一覧

- 健康福祉課健康増進係
【妊娠～乳幼児期担当】 ☎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
- 健康福祉課地域保健福祉担当 ☎223-7039

■妊婦歯科健康診査(妊娠期)

妊婦健康手帳を取得している妊婦
 ☎各実施日の2日前までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み

申込先



期日	会場	定員
5/15(金)	中央健康センター	25人
5/22(金)	南地域保健福祉センター	45人

■安産教室「すこやかママ講座」(妊娠期)

☎5月25日(月)午後1時30分～3時
 ※受け付けは1時15分から
 📍東地域保健福祉センター
 妊婦中のこころとからだの話、妊娠中の栄養と食生活の話、グループワーク
 出産予定日が令和8年8月～10月までの中央区在住のおおむね妊娠16週以降の妊婦先着15人(家族の同伴不可)
 ☎4月22日(水)から5月8日(金)までに電話で一覧①へ

■はじめての離乳食(生後5カ月)

離乳食の始め方と進め方、情報交換、試食、個別相談など
 生後5カ月ごろのこどもの保育者
 ☎各実施日の30日前から2日前までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み
 時間 午後1時30分～2時50分
 ※受け付けは1時15分から

申込先



期日	会場	定員(先着)
5/13(水)	東地域保健福祉センター	15人
5/21(木)	南地域保健福祉センター	15人

■ステップ離乳食(生後6～11カ月)

☎5月13日(水)午前10時～11時20分
 ※受け付けは9時45分から
 📍東地域保健福祉センター

2回食・3回食への進め方、グループワーク、個別相談、試食など

☎おおむね生後6カ月以上のこどもの保育者先着15人
 ☎5月11日(月)までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み

申込先



■育児相談(乳幼児)

中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、申し込み先へお問い合わせください。
 ☎各実施日の28日前から2日前までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み
 ※先着順

申込先



期日	時間	会場	申込先
5/14(木)	9:30～11:00	◆関屋地区公民館	一覧④
5/18(月)	9:30～11:00	◆南地域保健福祉センター	一覧③
5/28(木)	13:30～15:00	◎東地域保健福祉センター	一覧②

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

■健康相談(一般)

☎各実施日の2日前までに電話で各申し込み先へ

期日	受付時間	会場	申込先
5/8(金)	9:30～11:10	南地域保健福祉センター	一覧③
5/18(月)	13:30～14:30	東地域保健福祉センター	一覧②
5/27(水)	13:15～14:45	中央区役所	一覧④

■基本の体づくりセミナー(一般)

☎5月19日(火)午前9時30分～11時45分
 ※受け付けは9時15分から
 📍東地域保健福祉センター
 生活習慣病予防のための食事の話、筋力トレーニングやストレッチの実践
 中央区在住のおおむね75歳までの人
 ☎あす20日(月)から5月7日(木)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

■骨粗しょう症予防相談会(一般)

☎5月26日(火) ①9:40②10:10③10:40④11:10⑤13:10⑥13:40⑦14:10
 📍南地域保健福祉センター
 骨粗しょう症予防のための健康相談、骨密度測定(超音波式、かかとを測定)
 骨粗しょう症の治療中でない18歳以上の人各回先着8人(測定は年1回まで)
 ☎4月28日(火)から5月21日(木)までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み

申込先



■より良いマタニティライフを応援 マタニティ・ヨガ

妊婦(妊娠16週～37週で医師の許可を得ている方)
 ☎実施日の3日前までに電話で各施設へ
 時間 午前10時～11時

期日	会場	定員(先着)
6/20(土)	鳥屋野子育て支援センター あいあい(鳥屋野4) (☎283-7131)	6組
7/18(土)	八千代子育て支援センター ちゅうりっぷ(川岸町1) (☎230-8211)	8組

赤ちゃん誕生お祝い会&交流会支援事業

地域ぐるみで開催する団体を募集!

子育て中の保護者と住民との交流を図り、地域全体で子育てを支援する「赤ちゃん誕生お祝い会&交流会」の開催団体を募集しています。

募集団体	コミュニティ協議会、自治会・町内会など地域で活動している団体
内容	おおむね6カ月～1歳半までの赤ちゃん5～20人とその父母、地域の皆さんで行う赤ちゃん誕生お祝い会と交流会(保護者同士の情報交換、保健師などによる子育て相談 ほか)
対象経費	講師謝礼、消耗品、印刷代、ボランティア保険料 など

※委託金額など詳細は、要綱をよく確認してください。

- ☎直接窓口または、郵送で申込書を健康福祉課へ
 ※要綱や申請書は市ホームページに掲載、同課でも配布
- 📍同課地域福祉担当(☎223-7252)

