



産業と多様な魅力が調和し、  
心豊かに暮らせるまち

東区だより

2025年5月4日

毎月第1・3日曜発行

# わいわい東区

TALK  
トーク

No.433

【編集・発行】新潟市東区役所 地域課  
〒950-8709 東区下木戸1-4-1

☎025-272-1000 (代表)

● 東区データ

面積 38.56km<sup>2</sup> 人口130,366人(-281) 世帯数62,473(+54) 男62,846人(-113) 女67,520人(-168)

\*3月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比

## 区内のスポーツ施設で体を動かそう!

問い合わせ 地域課産業文化振興室(☎025-250-2130)

最近運動不足だけど運動するきっかけがない、体を動かしたいけれど場所がない、できるだけ手ごろな料金で利用したい…そんな時は区内のスポーツ施設を利用してみませんか。子どもから高齢者まで幅広く利用でき、運動を始めるのにおすすめの施設を紹介します。

- ▶利用方法など詳しくは各施設に問い合わせてください
- ▶運動の際は、運動しやすい服装と運動靴でご利用ください

東総合 東総合スポーツセンター

下 山 下山スポーツセンター

庭球場 新潟市庭球場



### 利用案内

大会開催時や夏季など、開館日や開館時間が変更となる場合があります。詳しくは施設ホームページや館内掲示で確認するか、各施設に問い合わせてください。

**東総合スポーツセンター** (☎025-272-5150)



月～土曜 午前9時～午後9時

日曜・祝日 午前9時～午後5時

休館日 原則第4月曜日(祝日などにより変更する場合があります)

※天井の改修工事により、メインアリーナ(ランニングコース含む)などの利用を下記期間のとおり休止します。なお、工事の進捗により、休止期間が変更になる場合があります。

- ・メインアリーナ(ランニングコース含む) 令和7年4月～令和8年3月
- ・屋外トリムコース 令和7年4月～令和8年3月
- ・サブアリーナ 令和7年8月～令和8年3月

**下山スポーツセンター** (☎025-272-7677)



火～土曜 午前9時～午後9時(プールは正午～午後9時)

日曜・祝日 午前9時～午後5時(プールは午前10時～午後5時)

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)



**新潟市庭球場** (☎025-276-8900)

〈3～11月〉 月～土曜 午前9時～午後9時30分

日曜・祝日 午前9時～午後5時

〈12～2月〉 午前9時～午後5時

休館日 第3木曜日

(午後1時まで。大会などにより変更となる場合あり)

### トレーニングするなら

中学生は成人の付き添い(指導)が必要です。  
小学生以下は利用できません。



東総合

さまざまなマシンがそろい、初心者から上級者まで、自分に合った器具を選んでトレーニングができます。

利用料金

大人 310円

中学生・65歳以上 130円

下 山

ランニングマシンやエアロバイクなど、初心者でも使いやすい器具がそろっています。

利用料金

大人 310円

中学生・65歳以上 130円



### ランニングするなら

下 山 庭球場



トリムコース(屋外)

アスファルトに比べ柔らかい床材を使用し、ランニング時の膝の負担を軽減してくれます。無料で利用することができます。

東総合スポーツセンターは天井の改修工事のため、令和7年4月から令和8年3月(予定)まで屋内ランニングコースと屋外トリムコースの利用を休止します。

### 水泳するなら

下 山

屋内プール

雨の日でも快適に利用でき、25mプールや幼児用プール、ウォータースライダーを備えています。

利用料金

大人 610円

小・中学生・65歳以上 250円

※小学4年生以下の子どもは水着を着た成人の付き添いが必要です



### もっと本格的に練習したいときは…

各施設ではスポーツ教室を開催しています。「始めてみたいけどどうしたら良いかわからない」「スキルアップを目指したい」、そんな人におすすめです。詳しくは各施設ホームページ「にいがたスポーツ情報ナビ」に掲載しています。

東総合スポーツセンター



下山スポーツセンター



新潟市庭球場



### テニスするなら

庭球場



16面ある人工芝のテニスコートはナイター設備を備えており、仕事や学校帰りにも利用できます。利用には事前の予約が必要です。予約は電話・インターネット・庭球場窓口にて受け付けています。

利用料金 1面1時間当たり 1,210円  
(ナイター照明利用時は2,060円)

# 区のできごと

## 家庭教育支援プログラム 「ハッピー子育て！おしゃべり会」が 開催されました

東区の旭カーボン株式会社で「ハッピー子育て！おしゃべり会」が開催され、子育て中の従業員6人が参加しました。ファシリテーターの進行で「子育てで大事にしたいこと」をテーマに、グループワークを行いました。こどもの成長につながる接し方やコミュニケーションなどについて、参加者同士で様々な意見が交わされたほか、日々の子育ての話も盛り上がりました。



### 家庭教育支援プログラム「ハッピー子育て！おしゃべり会」とは？

新潟市教育委員会が、家庭教育(保護者が子どもに対して行う教育)の支援の一つとして、ファシリテーター(話し合いの進行役)を企業や学校などへ派遣し、家庭教育に関する学習会を支援する事業です。参加者がテーマに沿って話し合い、家庭教育のポイントを学ぶことを通して、こどもの成長に合ったかかわり方について、「考え」・「気付き」・「知る」ことを目的としています。詳しくは生涯学習センター(☎025-224-2088)



### ●6月の胃がん集団検診

6月	会場	予約開始日 (定員)
2 月	区役所南口 エントランスホール (男性のみ)	5月5日(月・祝) (40人)
3 火	区役所南口 エントランスホール (女性のみ)	5月6日(火・振替休日) (40人)
17 火	山の下まちづくりセンター	5月20日(火) (40人)

#### 受付時間(共通)

- ①午前9時～同30分
  - ②午前9時30分～10時
  - ③午前10時～同30分
  - ④午前10時30分～11時
  - ⑤午前11時～同30分
- 内定員になり次第、受け付けを終了します。  
持「検診いっつ得」5頁をご参考ください。  
受診券(切り取らずにお持ちください)、  
本人確認書類(新潟市国民健康保険加入者は、加入資格がわかるもの)、自己負担金(該当者のみ)、胃がん検診個人記録票

### ●6月の乳がん集団検診

6月	会場	予約開始日 (定員)
6 金	石山地域保健福祉センター	5月9日(金) (65人)
23 月	区役所南口 エントランスホール	5月26日(月) (130人)

#### 受付時間(共通)

- ①午前9時30分～10時
  - ②午前10時～同30分
  - ③午前10時30分～11時
  - ④午前11時～同30分
  - ⑤午後1時30分～2時
  - ⑥午後2時～同30分
  - ⑦午後2時30分～3時
  - ⑧午後3時～同30分
- 内定員になり次第、受け付けを終了します。  
持「検診いっつ得」5頁をご参考ください。  
受診券(切り取らずにお持ちください)、  
本人確認書類(新潟市国民健康保険加入者は、加入資格がわかるもの)、自己負担金(該当者のみ)、乳がん検診個人記録票

### い～てらす

寺山1653(寺山公園内)

☎025-250-5207

開設時間 午前9時～午後6時

休館日 水曜日(祝日の場合は翌平日)

内就学前児と保護者、  
小学1～3年生



## 「ままっぷ」を 配布しています！

東区子育て情報誌「ままっぷ2025」最新号ができました！

「ままっぷ」は東区内の子育てに関する身近な情報を提供し、子育てを支援するとともに、健やかなこどもたちの成長を願い発行しています。

親子で楽しく過ごせる子育て支援施設や公園のほか、お店なども掲載されていて、「ママ目線」の子育て情報が満載です。東区内の区役所・出張所や公民館で配布しています。



情報収集や編集作業には、子育て真っ最中のお母さんたちから携わってもらいました。



暑さを避ける、こまめな水分補給、暑さに備えた健康管理で熱中症を予防しましょう。

### ●誕生日

回 5月28日(水)午前10時30分～同45分  
内 5月生まれのこどもをみんなでお祝いする

申 当日直接会場

### ●プレママ・パパセミナー

回 6月14日(土)午後1時30分～3時20分  
場 東区プラザ

内 出産後の赤ちゃんがいる生活について考える

人 出産予定日が令和7年8月～10月の妊婦とパートナー(東区在住に限る)先着12組

持 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル1枚、飲み物

申 二次元コードから必要事項を入力し送信してください



### こども創作活動館

牡丹山1-33-23

☎025-279-2113

開設時間 午前9時～午後6時(日曜・祝日は午後5時)

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)、祝日の翌平日

内 就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生



### ●創作ひろば

回 5月9日(金)午後4時～同30分  
内 ぐんぐんとぶストローヒコーキ作り

人 就学前児から小学生

申 当日直接会場

### ●みんなであそぼう

回 5月10日(土)午後3時～同30分

内 大玉ドッジボール

人 就学前児から小学生

申 当日直接会場

### ●おやこでアート

回 5月20日(火)午前10時30分～11時

内 てがたでかたつむり

人 就学前児と保護者

申 当日直接会場

### お詫びと訂正

本誌4月20日号の2面に掲載いたしました、健康・福祉ガイドのわいわいひろば「プレママ・パパセミナー」の対象に誤りがありました。お詫びして訂正します。

【誤】令和6年7月～9月

【正】令和7年7月～9月

## お互いさまネット石山(全3回)

知って備える在宅介護のいま

~在宅介護の基本を学んで大切な人を支えよう~

日 時 ①5月29日(木)  
②6月6日(金)  
③6月13日(金)  
全3回とも午前10時~正午  
会 場 石山地区公民館 4階ホール  
定 員 先着40人  
参 加 費 無料  
申しへみ 5月7日(水)から電話で石山地区公民館(☎025-250-2930)  
または同館窓口で受付



月日	テーマ・内容	講師
1回目 5月29日(木)	『住み慣れた地域で生きるために』 訪問診療について	在宅療養支援診療所・ 緩和ケア診療所 斎藤内科クリニック 院長 斎藤 忠雄さん
2回目 6月6日(金)	『突然の介護に備える! ケアマネが教える基礎知識と準備』 在宅介護とケアマネジャーについて	東区社会福祉協議会 ケアマネジャー
3回目 6月13日(金)	『人生の最後を穏やかに過ごすお手伝い』 施設の紹介と施設での看取りについて	ささえ愛いしやま 施設長 金村 俊希さん

## 東区だより わいわい東区 TALK

### お店や会社の広告を掲載しませんか

対象  
募集する号  
掲載料・サイズ  
申し込み  
問い合わせ

区内に本社や営業所がある事業者  
6月~9月の毎月第1・3日曜日号  
(新聞折込、公共施設設置など)  
1回あたり15,000円(縦3.9cm×横7.9cm)  
申込書を地域課産業文化振興室へ  
※申込書は市ホームページからダウンロード、または同室  
(42番窓口)で配布  
同室(☎025-250-2130)



## 情報プラザ

### 図書館

絵本や紙芝居が楽しめる「おはなしのじかん」へ、ぜひお越しください。

職員によるおはなしのじかん

館名	日にち	時間(対象)
山の下	5月8・15・22・29日(木)	午前11時~午後3時 随時10分程度 (0~3歳)
石山	5月9・16・23・30日(金)	午後3時~同30分 (乳幼児から)

場所 山の下: おはなしのへや(図書館内)

石山: 石山地区公民館保育室

### 相談?

#### ~困ったら一人で悩まず~ 行政相談

行政手続き(年金福祉、相続)などの相談やご意見をお受けします。(無料)  
毎月第二火曜に開催しています。

日 5月13日(火)午前9時30分~11時30分

場所 区役所会議室B

申込 当日直接会場

問い合わせ 総務省新潟行政評価事務所行政相談課  
(☎025-282-1112)

### 東区役所公式Instagram発信中!

東区の魅力や話題、各種イベント情報をお届けします。



@niigatashi\_higashiku

検索



## ひやま 寄席

### ~乙っちへお入り 粹な笑いをゆっくりと~

日 時 5月30日(金)午後1時30分~3時30分  
会 場 石山地区公民館 4階ホール  
内 容 新潟落語会会长・水都家艶笑さんと門下生の皆さんによる落語の口演  
定 員 先着40人  
申し込み 5月8日(木)から電話で同館  
問い合わせ 同館(☎025-250-2930)

### 住宅用火災警報器の設置はお済みですか!?

#### ●すべての住宅に設置する義務

【設置場所】寝室、階段(寝室のある階)

#### ●製造から10年を目安に交換

電池切れなどにより、火災を感じなくなるおそれがあります。



#### ●設置による奏功事例多数

鍋の空焚きの煙を感じし、火災の発生を未然に防止できました。  
火災を早期発見し、被害を最小限に抑えることができました。

#### 問い合わせ

東消防署予防課予防調査係(☎025-275-9111)



新潟市消防局マスコットキャラクター  
消太くん

### 春季消防合同訓練のお知らせ!



●開催日: 6月8日(日)

●時 間: 午後1時開始

●場 所: 東区古湊町 山の下埠頭  
新日本海フェリー乗場

●分列行進、放水訓練等を実施します!

### 東方面隊は消防団員を募集しています!

問い合わせ 新潟市消防団 東方面隊事務局(☎025-275-9111)  
メール shobo.efs@city.niigata.lg.jp

### 東区役所南口エントランスホールをご利用ください

東区役所では、バスケットボールコート1面分の広さのあるエントランスホールを市民の皆さまへ貸し出しています。フリーマーケットなどでぜひご利用ください。(有料)

広さ	料金(1日あたり)
全面(約316m <sup>2</sup> )	4,000円
半面(約158m <sup>2</sup> )	2,000円
4分の1面(約75m <sup>2</sup> )	950円

※市の事業が優先となります。また、利用目的により貸し出しできない場合があります。詳細はホームページをご覧ください。

問い合わせ 総務課(☎025-250-2730)

«広告欄»

### 東区役所公式Instagram発信中!

東区の魅力や話題、各種イベント情報をお届けします。



@niigatashi\_higashiku

検索

回=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員 ￥=参加費(記載のないものは無料) 持=持ち物 申=申し込み 問=問い合わせ

掲載した広告についての問い合わせは各広告主へ。