



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18日

毎月第1・3日曜発行

わい\わい東区

TALK
トーク

No. 434

【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 38.56km² 人口130,356人(−10) 世帯数62,657(+184) 男62,839人(−7) 女67,517人(−3)

※4月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比

区内の名所をめぐり、自然に触れながら
ウォーキングを楽しみましょう！



遊歩道でおすすめのコース

①本所緑の田園ラインコース 約9.0km 往復約2時間20分

本所排水機場からスタートし、往復するルートです。
水辺の遊歩道や並木道が整備された憩いの空間で、ゆったりとウォーキングすることができます。

②通船川河岸お散歩コース 約3.0km 往復約50分

通船川に沿ってダイナミックな工場群を眺めながら歩くことができ、短い距離のウォーキングにおすすめです。

問い合わせ

地域課産業文化振興室(☎025-250-2130)

区内のスポットを巡る3つのコース

空と海の港を結ぶロングコース 港～港コース

- ① 山の下みなとタワー
- ② 山の下海浜公園
- ③ 船江空港公園
- ④ 新潟空港
- ⑤ 山の下海浜公園
- ⑥ 山辺堀緑地
- ⑦ 山の下市場
- ⑧ 山の下みなとタワー



約13.0km
往復約3時間30分

山の下みなとタワー

じゅんさい池と史跡を巡るコース 歴史ロマンコース

- ① じゅんさい池公園
- ② 河渡中央公園
- ③ 薬師庵・藤戸神社
- ④ 大形神社
- ⑤ じゅんさい池公園
- ⑥ じゅんさい池公園1周



約4.0km
①～⑤ 約1時間
約5.7km
①～⑥ 約1時間30分

じゅんさい池公園

家族で街並みを楽しめるフラットコース ほっくほくコース

- ① 東総合スポーツセンター
- ② 大形交番
- ③ 新潟県立大学
- ④ 海老ヶ瀬諏訪神社
- ⑤ 寺山不動尊火産霊神社
- ⑥ 東総合スポーツセンター



約6.7km
往復約1時間40分

東総合
スポーツセンター

基本のフォーム

のどが渇かなくても
こまめに水分補給を
するなど、熱中症に
気を付けましょう！



東区応援団長ぬたりん



目標の歩数

本市の平均歩数は男女ともに国の目標値を下回っています。
目標値を参考に無理のない範囲で歩いてみましょう。(単位 歩/日)

	男性		女性	
	20～64歳	65歳以上	20～64歳	65歳以上
新潟市実績 (令和5年度平均)	7,231歩	5,577歩	6,434歩	5,618歩
国の目標値 (第三次)	8,000歩	6,000歩	8,000歩	6,000歩

出典：新潟市「令和5年度新潟市民の健康づくりに関する調査」
国の目標値「二十一世紀における第三次国民健康づくり運動(健康日本21(第三次))」

参議院議員通常選挙

当日投票立会人・期日前投票立会人募集

参議院議員通常選挙(7月20日執行見込み)に係る当日投票立会人および期日前投票立会人を募集します。
なお、執行日および説明会の日程は変更になる可能性がありますので、ご了承のうえお申し込みください。



申請書ダウンロードはこちら

	当日投票立会人	期日前投票立会人
日時	令和7年7月20日(日) 午前6時30分から午後8時30分(休憩あり)	令和7年7月5日(土)から7月18日(金)のいずれか1日 午前8時から午後8時30分(休憩あり)
場所	東区内の投票所(※居住地以外の投票所の可能性あり)	東区役所または石山出張所
事務内容	投票に立会い、選挙が公正に行われていることを確認する	
応募条件	東区在住で選挙権のある人、かつ6月24日(火)の立会人説明会に参加できる人	
募集人数	20人程度 ※応募多数の場合抽選	20人程度 ※応募多数の場合抽選
報酬	14,200円(所得税控除後14,020円)	12,700円(所得税控除後12,576円)
申し込み	5月29日(木)(必着) 申込書(東区役所ホームページからダウンロード、または東区役所総務課で配布)をメール、FAX、郵送、窓口持参のいずれかで東区選挙管理委員会事務局へ ※当日または期日前のいずれか一方のみ申し込み可、両方への申し込みは無効	
問い合わせ	東区選挙管理委員会事務局(総務課内) ☎025-250-2720 FAX 025-273-0176 メールアドレス somu.e@city.niigata.lg.jp	

今月の「ごみゼロの日」は5月25日(日)です

ごみのない美しいまちを目指して、東区では毎月最終日曜日を「ごみゼロの日」としています。この日を機会に、ごみ出しマナーやポイ捨てなどについて、もう一度考えてみましょう。

「ごみゼロ!」一〇メモ

段ボールコンポストを使って、生ごみを堆肥化してみませんか!

区役所では、生ごみを堆肥化する段ボールコンポスト(サイチョのマジックダンボール)を販売しています。
暖かい季節になってきました。堆肥を作って、おいしい野菜やきれいな花を育ててみませんか!

販売品目	段ボールコンポストセット (段ボール箱・内袋・基材・説明書)	500円
	段ボールコンポスト用の基材	400円
販売対象者	市内に居住する人	



問い合わせ 区民生活課生活環境係(☎025-250-2285)



東区自治協トピックス

第10期がスタートしました

4月24日、東区プラザホールにて、令和7年度第1回東区自治協議会を開催し、30人(うち新任8人)の新体制で活動をスタートしました。
区内12の地域コミュニティ協議会や公共的団体からの選出者、有識者、公募委員などで構成されており、それぞれの経験や知識を生かし、地域課題の解決に取り組んでいきます。

第1回会議(4月24日開催)の主な内容

- ・委嘱状交付及び委員自己紹介
- ・会長・副会長の選出
- ・東区自治協議会部門別部会の所属について

次の会議日程

会議は傍聴することができます。
傍聴の申し込みは不要です。当日直接会場へお越しください。

日時 5月30日(金) 午後3時から

会場 東区プラザ ホール

定員 先着5人

問い合わせ 地域課(☎025-250-2110)

※開催日や開始時間などが急きょ変更となる場合にはホームページでお知らせします



▲これまでの会議内容や資料はこちらから

西蒲区内海水浴場 監視員募集

回 7月19日(土)～8月17日(日)
※土曜、日曜、祝日含む。休日はシフト・相談により決定。7月9日(水)に講習会あり
内 海水浴場の監視

勤務地	勤務時間	募集人数
越前浜	午前9時～午後5時	3人
間瀬下山		3人
角田浜		3人

※時給は1,071円～
申 5月30日(金)までに西蒲区地域総務課(☎0256-72-8147)へ電話連絡のうえ、写真を貼った市販の履歴書を同課へ持参(持参の際に面接を実施)

示も同時開催しています
内 定員70人
申 当日直接会場
問 安原(☎090-4392-9792)

通船川中流交流会 草刈り・ごみ拾い

回 6月1日(日)午前10時～11時
場 新松崎第2公園(新松崎3)
内 草刈りとごみ拾い
※参加賞あり(数に限りがあります)
申 当日直接会場
問 通船川中流交流会・佐藤(☎090-4829-8594)

笹団子作りとミニ講座

回 6月23日(月)午後1時～3時
場 東区プラザ 2階調理室
内 新潟名物笹団子作り、体にいい話「チョコッとミニ講座」
内 市内在住で障がい者手帳をお持ちの人先着25人
¥500円(食材費)
持 エプロン、マスク、手拭き
申 5月30日(金)までに電話またはFAXで新潟市身体障害者福祉協会連合会事務所(☎・FAX025-246-1333)
問 新潟市障がい福祉課(☎025-226-1237)

ふれあい掲示板

地域のイベントや、市民グループなどによる情報を掲載します。

ミュージック・アラカルト結成10周年「第9回定期春公演」

回 6月1日(日)午後2時～3時30分(開場は午後1時30分)
場 中地区公民館 5階ホール
内 「ミュージック・アラカルト」による懐かしい日本のポップスと洋楽の生演奏
※会場内で「パレット彩(絵画)」の作品展

情報プラザ



公民館

中地区公民館 ☎025-250-2910

子育てサロン「ひだまり」6月の予定

月	日	曜	内容
6	5	木	保健師相談
	19		絵本の読み聞かせ・親子遊び「赤ちゃんと防災」

時間 午前10時～正午

内 自由遊びと情報交換(時間内の出入り自由)
内 未就園児と保護者
申 当日直接会場

ちいきのサロン「落語会」

回 6月18日(水)午前10時～11時
内 とやの落語会による落語の口演
内 先着20人
申 当日直接会場

石山地区公民館 ☎025-250-2930

子育てサロン「いちごランド」

回 6月3日(火)午前10時～11時15分
※毎月第1火曜日に開催しています
内 自由遊び、参加者やスタッフとの交流
内 未就園児と保護者
持 バスタオル(0歳児の場合)
申 当日直接会場

お知らせ

自動車税(県税)の納付期限は6月2日(月)です

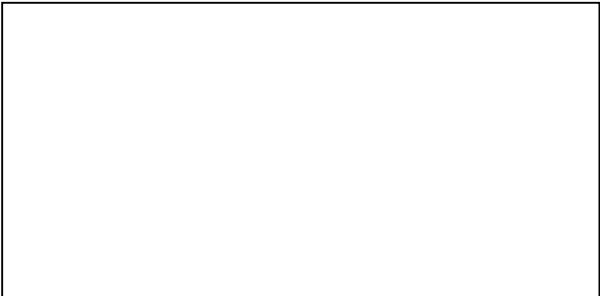
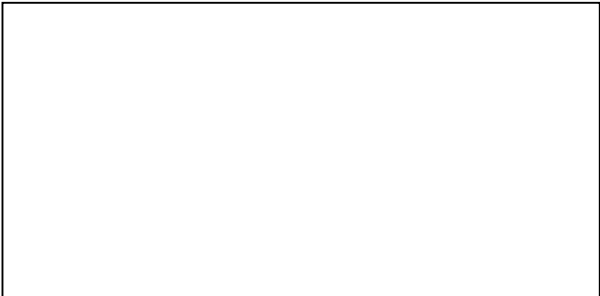
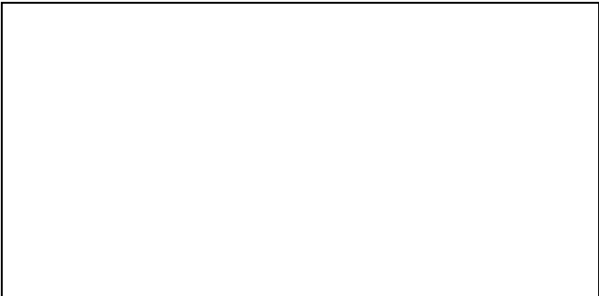
自動車税は、金融機関やコンビニエンスストア、県地域振興局県税部窓口で納付できます。また、スマートフォン決済アプリやクレジットカード、インターネットバンキングなどを利用して納めることもできます。納期内の納付をお願いします。
問 新潟地域振興局県税部(☎025-273-3116)

催し物・募集

下山スポーツセンター 体力測定&相談

回 6月7日(土)、10日(火)、21日(土)、24日(火)午後2時～4時
内 体力測定、トレーニングプログラム相談
内 15歳以上(中学生除く)先着2人
¥一般310円、65歳以上130円(使用料)
持 動きやすい服装、室内用運動靴、タオル
申 開催日の2日前までに電話で同施設(☎025-272-7677)

◀ 広告欄 ▶



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

広告掲載の申し込みは地域課(☎025-250-2130)へ、1枠(3.9cm×7.9cm)15,000円。掲載した広告についての問い合わせは各広告主へ。