



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11月2日

毎月第1・3日曜発行

わい\わい東区TALK

No. 445

【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130,126人(+3) 世帯数62,668(+36) 男62,727人(+3) 女67,399人(±0)

※9月末現在の住民基本台帳。カッコは前月比

読書の秋は、図書館へ

～11月30日(日)まで
秋の読書週間開催中～
問い合わせ 山の下図書館(☎025-250-2920)

●おすすめの一冊(山の下図書館)

みなさんのおすすめの本をふせんに書いて紹介してください。
あなたの一冊がだれかの出会いにつながります。
紹介してくれた方には、しおりをプレゼント!

●大人向け 読書ノート配布

※なくなり次第終了

大人向けの読書ノートを60部配布します。読書の記録にご活用ください。

●こども向け うちどく読書ノート・ ぬりえどくしょノート

秋のぬりえは、「どんぐり」と「ふうせん」です。
ノートやぬりえをいっぱいしたら、図書館の
人に見せてくださいね。
シールをプレゼントします。



使ってみよう!

ブックバック(団体向けの貸出)

市内で活動する団体(保育園・幼稚園・企業・サークル・自治会・地域の茶の間・子ども食堂など)向けの貸し出しです。1カ月間、100冊まで借りることができます。

本は、自分で選ぶことも、図書館司書に要望を伝えてお任せすることもできます。

にいがた市電子図書館

お持ちのパソコンやスマートフォンで約3,300冊の電子図書と約280タイトルの電子雑誌を読むことができます。図書館に行く時間がない日でも、気軽に本を楽しめます。

●利用方法

- ①貸出カードとパスワードを図書館で発行
- ②にいがた市電子図書館にログインする
- ③読みたい本を探し、「借りる」ボタンを押す



にいがた市
電子図書館
ログインはこちら

スマート貸出カード

スマートフォンで「My ライブラリ」から貸出カードを表示すれば、カードを持ち歩くことなく、本が借りられます。



新潟市の
図書館ホームページ

おはなしのじかんへようこそ

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	期日	時間(対象)	会場
山の下	11月 6・13・20・27日(木)	午前11時～午後3時の随時10分程度(0～3歳)	おはなしのへや(図書館内)
石 山	11月 7・14・21・28日(金)、12月5日(金)	午後3時～同30分(乳幼児から)	公民館保育室

ボランティアによるおはなしのじかん

館名	期日	時間	グループ名	会場
山の下	11月 8日(土)	午前10時30分～11時	えほんだいすき!!	おはなしのへや(図書館内)
	11月22日(土)		えほんわくわく!	
石 山	11月19日(水)		ぐりとぐら	公民館保育室

読書をサポートします

障がいのあるなしにかかわらず、活字による読書が難しい人に、本を読んだり、図書館を利用していただくことができるように、様々な工夫をしています。

1 りんごの棚 (山の下図書館)



誰でも手に取りやすい本のコーナーがあります。

2 大活字本



行間などを調節し、大きな活字で書かれています。

3 リーディング トラッカー・ リーディングルーペ



ラインが入っている
ので、文字がとらえやすくなります。

区内の図書館(室)情報

開館時間、休館日は、各施設へお問い合わせください

山の下図書館(古川町4-12)
☎025-250-2920

区内で一番広く、蔵書の多い図書館です。お子さんと一緒に絵本を楽しむ「おはなしのへや」などがあります。



石山図書館(石山1-1-12)
☎025-250-2940

コンパクトにまとまった親しみやすい地域の図書館です。毎月テーマを変えて行っている本の展示が人気です。



東区プラザ図書室(下木戸1-4-1)
☎025-250-2970

区役所庁舎の3階にある図書室で、個人で利用できる読書スペースを用意しています。



東区ギャラリーに作品を展示しませんか

展示期間 令和8年1月～3月のうち1カ月間
※準備・撤去日含む
※使用者は1期間につき1個人(1団体)、年度内(4～3月)で1カ月または1回の利用に限る(複数回の利用不可)

展示場所 東区役所1階 会議室前壁面
展示できる作品 ピクチャーレールで展示できる、絵画・書・写真・版画・俳句等の創作作品(団体などの活動紹介も可)

対象 東区内に在住・通勤・通学している個人または区内で活動している団体(応募者多数の場合、抽選にて使用者を決定)

使用料 無料 ※作品の搬入・搬出および展示にかかる費用は使用者の負担
申し込み 11月5日(水)～12月3日(水)に地域課産業文化振興室(42番窓口)へ
※申込書は市ホームページからダウンロードまたは同窓口で配布

その他 その他注意(承諾)事項あり。詳細は市ホームページでご確認ください。

問い合わせ 同室(☎025-250-2130)



展示場所



区のできごと

牡丹山小学校で「人権ハート回収大作戦」を開催

10月3日(金)、牡丹山小学校で「人権ハート回収大作戦」が開催されました。これは人権擁護委員などによるキャラバン隊が県内各地の小学校を訪問し、壊れてバラバラになった「人権ハート」のかけらを集めていくというストーリーで、当校で決まったメッセージ「当たり前 みんながちがう 自分色」を欠けたハートにはめこみました。そのほかにも、人権キャラバン隊による人権〇×クイズ劇や人権イメージキャラクターの「人KENまもる君と人KENあゆみちゃん」が登場して、会場は大いに盛り上がりました。この人権啓発の活動を通じて、一人一人は違う人間であることの大切さ、思いやりを持って友達と接することの大切さなどを考えるきっかけになりました。



●12月の乳がん集団検診

12月	会場	予約開始日(定員)
5 金	区役所南口 エントランスホール	11月7日(金) (130人)

受付時間

- 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

☑定員になり次第、受け付けを終了します。

📄「検診いっ得」5頁をご参照ください。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)、バスタオル

📅予約開始日から新潟市オンライン申請システム(e-NIIGATA)で受け付けます。新潟市ホームページから予約サイトへアクセスしてください。オンライン申請が難しい場合は、電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●はじめての離乳食

12月	会場	時間	予約開始日(定員)
11 木	木戸健康センター	午後1時30分～2時50分	11月11日(火) (15人)

📖離乳食の進め方、情報交換、試食

👤生後5カ月ごろの乳児の保護者

📅母子健康手帳、バスタオル、筆記用具

●ステップ離乳食

12月	会場	時間	予約開始日(定員)
11 木	木戸健康センター	午前10時～11時20分	11月11日(火) (15人)

📖離乳食の進め方、グループワーク、試食

👤生後6カ月以降で、2～3回食に進もうとしている乳児の保護者

📅母子健康手帳、バスタオル、筆記用具、はじめての離乳食に参加した人はその時使用した資料一式

はじめての離乳食・ステップ離乳食の申し込み

予約開始日から新潟市オンライン申請

システム(e-NIIGATA)で受け付けます。新潟市ホームページから予約サイトへアクセスしてください。



●ぴよんぴよん育ちの会

子育ての中で「落ち着きがない」「お友達とのトラブルが多い」「名前を呼んでも目が合いにくい」など、気に掛かることや困っていることはありませんか。

親子で遊びながら、成長や発達について、保健師と一緒に考えてみましょう。

12月	会場	時間	定員(先着)
9	火	木戸健康センター ①午前9時30分～10時15分 ②午前10時35分～11時20分	各8組
16	火	石山地域保健福祉センター ①午前9時30分～10時15分 ②午前10時30分～11時15分	各5組

☑原則1歳6カ月児健診を終えた未就園児と保護者

📅9日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、16日(火)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

●骨粗しょう症予防相談会

📅12月2日(火)

- ①午前9時40分 ②午前10時10分
- ③午前10時40分 ④午前11時10分
- ⑤午後1時10分 ⑥午後1時40分
- ⑦午後2時10分

📍石山地域保健福祉センター

📋骨密度測定、相談

☑骨粗しょう症で治療中でない18歳以上 各時間帯先着7人

📅11月4日(火)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

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)
☑就学前児と保護者、小学1～3年生



●わくわくテラス「みんなであそぼう」

📅11月6日(木)午前10時30分～(30分程度)

📋いもほりごっこをするよ！

📅当日直接会場

●すくすくキッズ

📅11月7日(金)午前10時30分～11時30分

📋看護師によるこどもの発育相談、身長・体重測定

📅当日直接会場

●だれでもおしゃべりテラス

📅①11月11日(火)・②11月18日(火)午前10時～11時30分

※スタッフの見守りは11時まで

📅当日直接会場

●ベビーマッサージ【要予約】

📅11月13日(木)午前10時15分～11時

📋赤ちゃんと保護者のスキンシップ(オイルの使用なし) ※父親の参加可

☑2カ月からおおむね12カ月までの乳児と保護者先着10組

📄親子一組500円

📋バスタオル、飲み物

📅電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。



●産後ママの骨盤ケア【要予約】

📅11月14日(金)午前10時15分～11時

📋産後の体調を整え、日常の過ごし方を知りましょう

☑2カ月からおおむね12カ月までの乳児と保護者先着10組

📅電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。



わいわいひろば

下木戸1-4-1(区役所庁舎2階)
☎025-250-2395
📅開設時間 午前9時～午後6時
📅休館日 第1・3月曜日(祝日の場合は翌平日) ※11月は4日(火)、17日(月)
☑就学前児と保護者、小学1・2年生



●東区役所に飾ろう！クリスマスツリーオーナメントづくり3DAYS

📅11月5日(水)～7日(金)午前9時30分～11時

📋東区役所エントランスのツリー飾りを手形スタンプで可愛く作りましょう。作った作品は1つお持ち帰りできます。

☑どなたでも

📅当日直接会場

●作って遊ぼう！

📅11月19日(水)午前10時～11時

📋「でんでんたぬき」を作って遊ぼう！

☑先着20人

📅当日直接会場

●よいこの小児科さとう

佐藤先生による子どもの育ち相談会
📅11月20日(木)午後1時30分～2時30分

📋「小児科医が伝える非認知能力を育む乳児期からの関わり方」をテーマに、講話の他、診察室では聞けない身近な質問がお気軽にできます。

☑妊婦さん・子育て中の方(お子さんと一緒にお話を聞けます)

📅当日直接会場

●11月生まれのお誕生会

📅11月26日(水)午前10時30分～同45分

📋11月生まれのお友達をみんなでお祝

いしましょう

📅当日直接会場(お誕生児の方は10時15分までにお越しください)

●2人でつくる！家族のカタチ

📅12月6日(土)午前10時～11時30分

📍東区プラザ2階 講座室1

📋パートナーに知ってほしい、ママの身体の変化&新生児のお世話について

☑妊婦とパートナー 6組

(応募多数の場合抽選)

📅11月21日(金)までに二次

元コードから必要事項を入力し送信してください。



●プレママ・パパセミナー

📅12月13日(土)午後1時30分～3時20分

📍東区プラザ2階 多目的ルーム1

📋出産後の赤ちゃんがいる生活について考える

☑出産予定日が令和8年2月～4月の妊婦とパートナー(東区在住に限る)先着12組

📋母子健康手帳、筆記用具、バスタオル1枚、飲み物

📅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
☑就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生



●おもちゃ病院inこどそう

📅11月15日(土)午後1時～3時

📋壊れたおもちゃを修理します

📄無料 ※部品代がかかる場合があります

📅当日直接会場

●みんなであそぼう

📅11月22日(土)午後3時～同30分

📋ジャンケンゲーム・〇〇運びゲーム

☑就学前児と保護者、小学生

📅当日直接会場

●元Noismダンサーによるダンス体験

📅12月7日(日)午前10時～11時

📋元Noismダンサーとダンスを楽しむ(ダンスが初めての方でも参加できます)

☑小学3年生から中学生 10人

📄300円

📋動きやすい服装、飲み物、タオル

📅電話または直接同施設

体育祭応援パネルや美術部の作品を展示しています。

特殊詐欺被害にあわないために

私は大丈夫、と思っている方にぜひ気にしてもらいたい身近な危険についてです。
「被害にあうかも…」こんな気持ちがあなたを救います。

詐欺被害に注意してください！

国際電話からの着信を止めることができます

近年国際電話からの特殊詐欺被害が増えています。特殊詐欺の犯行に利用された電話番号のうち**70%以上**が国際電話からの着信です。+(国番号)から始まる国際電話番号の着信には十分注意しましょう。固定電話をお持ちの方は、申請により国際電話の発信・着信を無償で休止することができます。

国際電話
不取扱受付
センター

☎0120-210-364

オペレーター案内：
平日午前9時～午後5時
自動音声案内：平日、土日祝24時間

Webからの
申し込み



詐欺の手口はいろいろ

- ・**オレオレ詐欺**…「オレオレ」と、息子だと信じこませるなど親族になりすまし、お金を騙し取る詐欺
 - ・**還付金詐欺**…区役所職員や税務署職員等と偽り、「保険料」や「税金」の還付金があるとATMに誘い出し、お金を振り込ませる詐欺
 - ・**架空料金請求詐欺**…「携帯電話料金が未納」等と偽りのメールを送り、お金等を騙し取る詐欺
 - ・**SNS型投資詐欺**…「必ず儲かる」等とSNSで偽りのメールを送り、二セの投資をさせてお金を騙し取る詐欺
 - ・**ロマンス詐欺**…マッチングアプリ等で接触し恋愛感情を抱かせ、2人の将来のため等とお金を騙し取る詐欺
 - ・**二セ警察詐欺**…警察官を名乗り「逮捕状が出ている」「キャッシュカードが犯罪に使われている」等と偽り、お金を騙し取る詐欺
- 手口を事前に確認し被害にあわないようにしましょう。

自転車に乗るときはヘルメットを着用しましょう

ヘルメットが大切なあなたの命を守ります

自転車事故の際、ヘルメットを着用していないと約2倍死亡率が高くなります。

自分自身の命を守るために、ヘルメットを積極的に着用しましょう。いまは帽子のようなおしゃれな見た目のものや、折りたためるヘルメットも販売されています。自分の生活にあった気に入ったものを探してみましょう。

夕暮れが早くなっています。早めのライトと反射材を合言葉にして過ごしましょう。

問い合わせ 総務課(☎025-250-2720)



公 民 館

石山地区公民館 ☎025-250-2930

児童期家庭教育学級
折れない心の作り方
～心が折れたからこそ今がある～

- 回11月28日(金)午前10時～11時30分
場石山地区公民館 4階 ホール
内新潟リハビリテーション大学医療学部リハビリテーション学科心理学専攻准教授 大矢 薫さんを講師に、小学生期のこどもの発達課題や親子のコミュニケーションについて学ぶ。
内テーマに関心のある方 先着30人
持筆記用具
申11月5日(水)午前9時から電話で同館

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。
回11月11日(火)午前9時30分～11時30分
場区役所会議室B
申当日直接会場
内総務省新潟行政評価事務所行政相談課

(☎025-282-1112)

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。

無事故・無違反の優秀運転者を表彰

- 令和8年春の全国交通安全運動に合わせて、優秀運転者を表彰します。
内無事故・無違反の期間が規定年数以上の人
申12月15日(月)までに電話で新潟県交通安全協会(☎025-278-3211)

大形地区コミュニティ協議会
第10回文化祭

- 回11月8日(土)・9日(日)午前10時～午後3時
場大形まちづくりセンター
内作品展示、演芸発表、ガラポン抽選、地場産野菜・焼き芋販売、無料喫茶など
申大形まちづくりセンター
(☎025-383-8662)

新潟県立新潟よつば学園 手話学習会

- 回11月17日(月)午後4時～同45分
場新潟県立新潟よつば学園 2階研修室
内(初級)身近なものの手話 など
(中級)手話でトークをしよう など
内東区、北区、中央区、江南区にお住まいの人 内履き
申11月11日(火)までに電話またはFAXで新潟よつば学園 高橋
(☎025-250-0374、FAX025-270-2711)

ミュージック・アラカルト結成10周年「第10回定期冬公演」

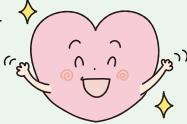
- 回12月7日(日)午後2時～3時30分
(開場は午後1時30分)

人権講座「こどもが不登校になりそう！
なった！その時どうした？」

不登校になった、なりそうなこどもに家族はどう寄り添うか、専門家の講演や元当事者家族の事例から、不登校に関する知識を学び、同じ悩みを持つ家族と交流する講座です。

- 日 時 12月13日(土)午後1時30分～3時30分
会 場 東区プラザ 講座室1
講 師 公認心理師・臨床心理士・学校心理士 門野 慎一さん他
門野さんの講演は、後日アーカイブ配信を行う予定です
定 員 当事者の保護者、テーマに関心のある方 20組
※応募者多数の場合は抽選

- 参 加 費 無料
申し込み・問い合わせ 11月26日(水)午後5時までに新潟市
オンライン申請システム(e-NIIGATA)または電話で中地区公民館(☎025-250-2910、※平日午前9時～午後5時)



11月9日(日)から11月15日(土)まで
秋の火災予防運動を実施します！

火災を予防するための6ポイント

- ・ストーブの周りに燃えやすいものを置かない！
- ・たばこは確実に消してから廃棄する！
- ・コンセントにホコリや湿気がついてないか確認する！
- ・電気配線が熱いと危険、異常と感じたらすぐに外す。
- ・モバイルバッテリーの膨らみ、高温は発火のサイン！
- ・寝る前に今一度火の元の確認よし！



「まず防火 にいがた市民の合言葉」
火事・救助・救急は119番

問い合わせ 東消防署予防課予防調査係(☎025-275-9111)

- 場東区プラザ2階 音楽室1
内「ミュージック・アラカルト」による日本のポップス、季節の歌やクリスマス曲などの生演奏

- 内先着54人
申当日直接会場
内ミュージック・アラカルト 安原
(☎090-4392-9792)

東区魅力発信フォトコンテスト作品募集中！

東区の魅力を伝えるフォトコンテストを開催しています。

作品テーマ 『あなたが魅せたい東区2025』
自然、風景、建物、ひと、もの、文化、生活など幅広く東区の魅力が伝わる写真
※応募は一人5点まで、未発表の作品に限ります

- 受付期間 令和7年12月31日(水)まで
応募方法 応募専用フォームにアクセスし、必要事項を入力の上応募
詳細および応募専用フォーム▶
問い合わせ 地域課産業文化振興室
(☎025-250-2130)



回=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員 円=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。