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

2026年11月1日

毎月第1・3日曜発行

わいわい東区 TALK

No.469

【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 38.56k㎡　人口128,807人（－29）　世帯数62,825人（＋24）　男62,071人（＋2）　女66,736人（－31）　※９月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比

読書の秋は、図書館へ

～11月30日（月）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の配布 ※なくなり次第終了

大人向けの読書ノートを山の下図書館60部、石山図書館・東区プラザ図書室で50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にしたら、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。



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 5・12・19・26日（木） 12月３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（土） ※12月５日（土）は蔵書点検のためお休みします	午前11時～同30分（乳幼児から）	公民館和室

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14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28日（土）		えほんわくわく！	
石　山	11月18日（水）		ぐりとぐら	公民館保育室

使ってみよう！

ブックパック（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・地域の茶の間・こども食堂・自治会など）向けの貸し出しです。１か月間、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。

りんごの棚コーナー・大活字本

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。



りんごの棚コーナー


大活字本コーナー

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3,400冊の電子図書と約330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

❶貸出カードとパスワードを図書館で発行
❷にいがた市電子図書館にログインする
❸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

ティーンズコーナーが新しくなりました（山の下図書館）

約100冊の本を入れ替えてリニューアル！主に10代の皆さんに向けた本棚です。興味・関心を広げたり、将来の夢を考えたり、日常から離れてワクワクしたり、そんな読書ライフを応援します。

募集中★ 配架ボランティアさん

図書館では、返却された本を本棚に戻す、配架ボランティアさんを募集しています。

やってみたい！と思う方はぜひお近くの図書館・図書室までお問い合わせください。

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める「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。





●12月の乳がん集団検診

12月		会場	予約開始日
4	金	東区役所南口エントランスホール	11月６日(金)

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
人定員になり次第、受け付けを終了します。
持「検診いっ得」５・６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
申予約開始日から新潟市ホームページ内予約サイトで受け付けます。二次元コード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

日12月３日(木)午後１時30分～２時50分
場木戸健康センター
内離乳食の進め方、情報交換、試食
人生後５カ月ごろの乳児の保護者　先着15人
持母子健康手帳、バスタオル、筆記用具

●ステップ離乳食

日12月３日(木)午前10時～11時20分
場木戸健康センター
内離乳食の進め方、グループワーク、試食
人生後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　先着15人
持母子健康手帳、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

11月３日(火・祝)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。

●ぴょんぴょん育ちの会

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	会場	定員(先着)
8	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
15		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

人原則１歳６カ月児健診を終えた未就園児と保護者
申８日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、15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

日12月14日(月)
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
場石山地域保健福祉センター
内骨密度測定、相談
人18歳以上、各時間帯先着７人(骨粗しょう症治療中の方はご遠慮ください)
申11月16 日(月)から新潟市オンラインシステム予約サイトで受け付けます。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。インターネット予約が難しい人は、市役所コールセンター(☎025-243-4894)
問健康福祉課健康増進担当(☎025-250-2350)

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)
人就学前児と保護者、小学１～３年生

●おもちゃ病院

日11月８日(日)午前10時～正午
内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
申当日直接会場

●おいっちに

日11月10日(火)午前10時30分～11時
内親子でいもほりごっこを楽しみましょう
人一人歩きのできるお子さんとその保護者
申当日直接会場

●家族で楽しくフィットネス【要予約】

日11月14日(土)午前10時15分～11時
内親子で体を動かしてリフレッシュしましょう
人年中児～小学３年生の親子　先着10組
持フェイスタオル、水分補給用の飲み物　動きやすい服装でお越しください
申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２日(月)・16日(月)
人就学前児と保護者、小学１・２年生

●女性消防団ひまわり隊による乳幼児家庭に向けた応急手当講座

日11月4日(水)午前10時30分～11時15分
内乳幼児心肺蘇生・冬に起こりやすい乳幼児の事故やケガへの緊急対応・応急対応について学びましょう。
申当日直接会場

●東区役所のツリーに飾るよ！「クリスマスオーナメントを作ろう！」

日11月５日(木)・６日(金)・９日(月)・10日(火)午前９時30分～11時
内パステルアートオーナメントを作りましょう。２つ作成し、１つは持ち帰りできます。
人各回先着10組(午前９時から整理券配布)
申当日直接会場

●季節のイベント「秋のちびっこ運動会」

日11月11日(水)午前10時30分～11時
内運動会気分で楽しみましょう！０歳から参加できます。
申当日直接会場

●11月生まれのお誕生会

日11月18日(水)午前10時30分～同45分
内11月生まれのお友達をみんなでお祝いしましょう
申当日直接会場(手形足形アートの作成のため、お誕生児の方は10時15分までにお越しください)

●プレママ・プレパパセミナー

日12月12日(土)午後１時30分～３時20分
場東区プラザ２階　多目的ルーム１
内出産後の赤ちゃんがいる生活について考えてみませんか
人出産予定日が令和９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
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
人就学前児と保護者、小学１年生～中学３年生

●アトリエこどそう

日11月・12月の開館時間中
※お休みする場合もあります
内まつぼっくりアート(クリスマスツリーなど工夫してつくろう)
申当日直接会場

●つくってあそぼう

日11月７日(土)午前10時～11時
内ふわとびUFOをつくろう
人先着15人(就学前児は保護者同伴)
申当日直接会場

●おもちゃ病院

日11月21日(土)午後１時～３時
内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
申当日直接会場

体育祭応援パネルや美術部の作品を展示しています。



公民館

※申込受付は午前９時から

中地区公民館　☎025-250-2910

子育てサロンひだまりスペシャル(人形劇)

日11月26日(木)午前10時30分～11時(午前10時15分～受付)
場中地区公民館４階　第１和室
内「ともだちほしいな おおかみくん」の人形劇のほか、手遊び、どうぶつパズルなど
人０歳児～未就学児とその保護者　先着15組
申当日直接会場

お知らせ

地域包括支援センター山の下が11月24日(火)に移転します

新住所：東区長者町６番９号
旧住所：東区秋葉１丁目１番15号
電話番号は変わりません。
問地域包括支援センター山の下(☎025-250-0032)

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11月10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
問総務省新潟行政評価事務所行政相談課(☎025-282-1112)

暮らしのお困りごと相談所 inうちの実家

相続・遺言・税金・登記・労働・保険など、生活全般について何でも相談できます。相談は無料です。
後援：(福)新潟市社会福祉協議会　東区社会福祉協議会
日11月15日(日)午前10時～午後１時
場石山地区公民館３階
申当日直接会場
問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９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。
人無事故・無違反の期間が規定年数以上の人
申12月14日(月)までに新潟東交通安全協会(☎025-278-3211)

大形地区コミュニティ協議会　第11回文化祭

日 11月７日(土) ～８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・カレー販売、無料喫茶
問大形まちづくりセンター(☎025-383-8662)

認知症予防と健康運動

太極拳とストレッチを通して、100歳まで元気に動ける体づくりを目指しています。一日無料体験を実施します。
日11月10日(火)・17日(火)・24日(火)午前９時40分～10時50分
場東総合スポーツセンター
人シニア世代の女性　10人
持水分補給用の水
申電話でめざせ!!100歳！まる太極の力　倉田(☎090-9000-1921)

ミュージック・アラカルト結成11周年「第12回定期冬公演」

日12月６日(日)午後２時～３時20分(午後１時30分開場)
場中地区公民館５階　ホール
内日本のポップス、季節の歌やクリスマス曲などの生演奏。「パレット彩による一日限りの絵画展」も同時開催
人先着60人
申当日直接会場
問ミュージック・アラカルト　安原(☎090-4392-9792)

日＝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

東区役所にて、11月16日(月)まで東区中学校・高等学校　まんなか文化祭開催中！

ひがしく 東区
自治協かわらばん
令和８年 11月１日(日)発行
第39号
発行　東区自治協議会　　電話　025-250-2110（東区地域課内）

第10期東区自治協議会の活動をご紹介します！

東区自治協議会では、委員任期２年を通した"課題解決型"の提案事業を進めています。
今回は、第10期(令和７～８年度)の東区自治協議会における活動について、広報紙編集部会の委員がご紹介します。

２年間を通した"課題解決型"の提案事業

令和７年度(調査年度)	令和８年度(事業年度)	
調査・研究	事業の検討	事業の計画
		事業実施

第１部会 <市民協働部門> 自転車の交通ルールを啓発！「青切符」導入！



第１部会では、「交通安全(自転車のルール等)」をテーマに調査・研究を行いました。今年度は、４月から導入された自転車の「青切符」をきっかけに、変わったルールや自転車のマナーを知ってもらおうと、啓発活動に取り組んでいます。
リーフレットを配るだけではなく、手に取った方に「ちょっと嬉しい！」と思ってもらえるようなグッズや、オリジナルのクリアファイルも作成しました。これらをリーフレットと一緒に、地域の茶の間や老人クラブ、区内の高等学校・大学などで配布しました。



▲オリジナルのクリアファイルは２種類


▲新潟北高校、碧高校での啓発活動の様子

９月15日には、新潟北高校、碧高校の玄関前で朝の通学時間に合わせて啓発活動を行いました。登校する生徒の皆さんに声をかけながら、自転車のルールを知ってもらうきっかけをつくっています。
自転車は身近な乗り物だからこそ、ルールを知っておくことが大切です。



第２部会 <福祉・教育・文化部門> 世代をつなぐ！イベント＆リーフレットを制作！



第２部会では、「こどもと高齢者の交流」をテーマに調査･研究を行っています。今年度は、世代を超えて楽しめる交流イベントを企画するとともに、昨年度のアンケートから見えてきた地域の交流イベントを紹介するリーフレットを制作しています。
イベントのコンセプトは「レトロ(懐かしさ)」。映画ポスターやレコードの展示、射的、缶バッジづくり、スタンプラリーなど、こどもには新鮮に、高齢者には懐かしく感じてもらえる企画を用意しています。
また、リーフレットでは、委員が実際に地域の交流イベントを取材し、それぞれの魅力を紹介しています。イベントを主催する方には新たな企画のヒントに、参加する方には「行ってみよう！」と思うきっかけになる一冊を目指して制作中です。
こどもと高齢者の「懐かしい」と「新しい」が出会う、第２部会の活動にぜひご注目ください！



◀イベントの詳細はこちらから

第３部会 <産業・環境部門> 新潟空港をもっと身近に！イベント＆スタンプラリーを開催！



第３部会では、「新潟空港の利活用」をテーマに調査・研究を行い、空港をこども連れで楽しめる場所として知ってもらうため、イベントやスタンプラリーを企画しました。
10月18日にイベント「空港であそぼ！わくわくフェス」を開催しました。ダンスやマルシェも好評で、多くの方でにぎわいました。新潟空港を、飛行機の利用だけでなく、遊びやイベントを楽しめる場所として知ってもらう機会となりました。


▲ぬたりんと米るくんも遊びにきてくれました


▲▼展望デッキでの遊びコーナーとダンス発表会の様子





©2023 NAB Co.,Ltd.
▲第１弾のスタンプは11月30日までぜひ新潟空港で押してください！

◀オリジナルスタンプの詳細はこちらから

また、新潟空港のキャラクター「米(まい)るくん」と「ぬたりん」がコラボしたオリジナルスタンプを作成しました！
第１弾は11月30日まで、第２弾は、12月１日～２月28日まで、新潟空港にそれぞれ異なるスタンプを設置します。両方のスタンプを集めた先着200名様にはノベルティをプレゼント！
飛行機に乗らなくても楽しめる新潟空港へ、ぜひ遊びに来てください。


どんなノベルティかはお楽しみに！

地域課題の解決に向けて一緒に取り組みませんか？
～東区自治協議会 公募委員を募集～

この度、２年に一度の区自治協議会改選が行われます。
地域コミュニティ協議会や福祉・商工業団体からの選出や有識者など、多様な人材からなる協議会です。
定例の会議が月２回程度あり、会議に出席したときは日額3,000円(税控除前)が支給されます。

任　　期　令和９年４月１日～令和11年３月31日(２年間)
募集人数　３人
応募資格　令和９年４月１日時点で、東区内に住所がある満18歳以上の人で、本市の他の附属機関等の委員、市議会議員、市の職員でない人、かつ東区自治協議会の公募委員として、過去に２期(４年間)活動したことのない人

次号の東区だよりに募集内容詳細を掲載します

問い合わせ　地域課(☎025-250-2110)

健康づくりのための食事講習会

「野菜deちょいしお　おいしく減塩＆たっぷり野菜」をテーマに、栄養士による講話及び調理実習(１食分の献立・試食あり)を実施します。
※６月９日中地区公民館、９月15日石山地区公民館で開催した講習会と同じメニューです

日　　時　11月26日(木)午前10時～正午(受付９時45分～)
会　　場　東区プラザ　調理室
定　　員　先着12人　　**参 加 費**　500円
持 ち 物　筆記用具、エプロン、三角巾、布巾、台布巾
申し込み　11月４日(水)～17日(火)に電話で
健康福祉課健康増進担当(☎025-250-2350)

11月９日(月)から11月15日(日)まで 秋の火災予防運動を実施します！

食欲の秋、読書の秋、火災予防の秋 火災予防のための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)