

北区役所 だより

潟と大河と日本海、水の恵みに育まれ、人と人がつながり、心豊かに支え合い、発展するまち

令和7年(2025年)

10月19日号

毎月第1・3日曜日 発行

Vol.445

編集・発行 新潟市北区役所地域総務課

〒950-3393 新潟市北区東栄町1丁目1番14号 ☎025-387-1000(代表) ☎025-387-1020
ホームページ <https://www.city.niigata.lg.jp/kita/> 電子メール chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp

北区 人口 69,527人(-59) 男 33,950人(-33) 女 35,577人(-26) 世帯数 30,266世帯(+15) ※令和7年9月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

エンジョイスポーツ in 北区

Enjoy Sports in Kita Ward

お子さんが
楽しめる体験が
盛りだくさん!



11月16日(日)
9:30~15:30

会場 新潟医療福祉大学

※各プログラムに参加する人は内履きを持参
問い合わせ 豊栄総合体育館 (☎025-386-7511)



詳しくは
こちら



新潟医療福祉大学の学生
アスリートが指導!

第4体育館棟 R

スポーツ体験教室

要事前申し込み

初心者のお子さんでも楽しく体験できます。

申し込み

1. スマートフォンで右の二次元コードを読み取り、友だち登録する。
 2. 「希望する教室名」「参加者氏名」を送信する。
※受付完了後、申込フォームを送ります。
(申込フォームの入力後、申し込みが完了します。)
- ※1人につき1教室まで申し込みできます。



教室名	時間	対象	定員(先着)
バレーボール教室	9:30~10:30	小学生~中学生	20人
ダンス教室	11:00~12:00	幼児~中学生	30人
バスケットボール教室	13:00~14:00	小学生~中学生	30人
剣道教室	14:30~15:30	幼児~中学生	30人

スポーツキッズパーク



ストラックアウト、スラックライン、ドッジビー、トランポリン、輪投げなどたくさんの運動遊びの道具で自由に遊べます。

時間 9:30~15:30

対象 幼児~小学生

キッズバイク体験

貸出用キッズバイクに乗って、特設コースを走ります。

時間 9:30~15:30

対象 幼児



新潟県ご当地キャラ ふれあい写真撮影

うな次郎くん、レルヒさん、クワイなど、新潟のゆるキャラが登場し、ふれあい写真撮影ができます。

時間 9:30~15:00

第2講義棟 Q

eスポーツ体験

人気ゲームを専用コントローラーと大画面で楽しめます。

時間 第1部 9:30~12:00

第2部 13:00~15:30

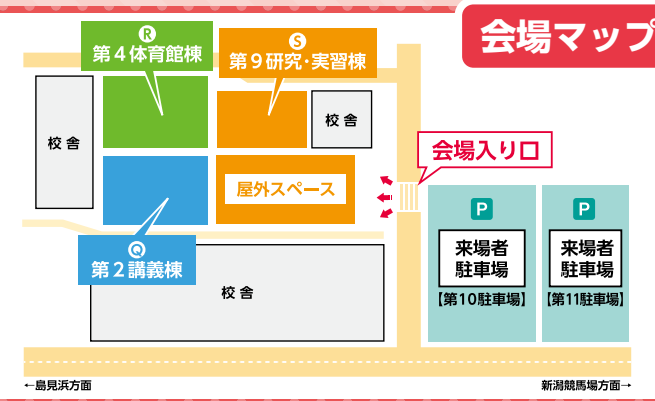


第9研究・実習棟 S 屋外スペース

キッチンカー 飲食・休憩スペース

ラーメン、焼きそば、クレープなど様々なメニューが登場。

時間 10:00~15:30 (予定)



北区の郷土芸能公演

問い合わせ 北区郷土博物館(☎025-386-1081)

北区に昔から伝わる神楽・盆踊り・太鼓が大集合。2日間で13団体が出演します。

日時 11月2日(日)、3日(祝)午後1時~3時半

会場 葛塚東小学校(内履きを持参してください)

演目 2日 内島見の神楽、大瀬柳の神楽、木崎の神楽、他門の神楽、長戸呂の神楽、長場の神楽、新崎伊佐弥神楽

3日 高森の神楽、竹の通りの神楽、樽砦(新崎)、新崎甚句、松浜太鼓、松浜盆踊り

関連イベント(同会場で開催)

・折り紙で神楽を作ろう ・神楽のお頭をかぶってみよう

時間 正午~午後2時半



みなさんの健康のために(11月)

問 健康福祉課健康増進係 ☎387-1340

育児相談

- ☑ 身体計測、個別相談(栄養相談を含む)
- ☑ 乳幼児と保育者

11月	会場	時間	定員	申し込み先
19日(水)	豊栄健康センター	9:30～11:30	先着40組	健康福祉課地域保健福祉担当 ☎387-1345
25日(火)	北地域保健福祉センター		先着24組	同センター ☎387-1781

※豊栄健康センター会場は歯科相談・骨密度測定あり

※申し込みは10月22日(水)から

はじめての離乳食講習会

- ☑ 11月12日(水)午後1時30分～2時50分
- ☑ 豊栄健康センター
- ☑ 離乳食のすすめ方、情報交換、試食
- ☑ 生後5カ月頃の乳児の保育者15人(先着順)
- ☑ 開催日の2日前までに市ホームページ[e-NIIGATA]から申し込み▶
- ※ホームページから申し込みができない場合は、健康福祉課健康増進係 ☎387-1340 へ問い合わせてください。



《そのほか》

- 股関節検診・母体保護相談、1歳誕生歯科健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(3歳6カ月頃に実施)は該当者に個別案内をしています。
- 当日、体調がすぐれない場合は、他の日程を案内しますので問い合わせてください。
- ☑ 健康福祉課健康増進係 ☎387-1340
- 1歳誕生歯科健診時に、同会場で「ブックスタート」を実施します。
- ☑ 豊栄図書館 ☎387-1123

健康相談

- ☑ 保健師、栄養士による個別相談(健診の結果、健康づくりのための食事や運動についてなど)

11月	会場	時間	定員	申し込み先
26日(水)	豊栄健康センター	13:30～15:30	先着8人	健康福祉課地域保健福祉担当 ☎387-1345
28日(金)	北地域保健福祉センター	9:30～11:30	先着4人	同センター ☎387-1781

健康づくりスタートセミナー

- ☑ 健康運動指導士等による講話や実技
- ☑ 他の運動教室、運動サークルなどに参加していない40～74歳の人

11月	会場	時間	定員	申し込み先
11日(火)	北地区公民館	13:30～15:30	各先着12人	北地域保健福祉センター ☎387-1781
26日(水)	豊栄健康センター			健康福祉課地域保健福祉担当 ☎387-1345



北区男女共同参画地域推進員企画事業

＋ ツボ押しで心と体が ＋ ＋ 軽くなるセルフケア術 ＋ ～実は男女ともに関係する「更年期」のワナ～

☑ 11月16日(日)午前10時～正午

☑ 新潟医療福祉大学

- ☑ ツボ押し体験を通して、日頃の疲れを和らげるセルフケアや、更年期にまつわる男女の変化について学びます。

☑ 40人(応募多数の場合は抽選)

☑ 11月3日(祝)までに市ホームページ[e-NIIGATA]から申し込み

☑ 地域総務課 ☎387-1155

講師

新潟医療福祉大学
鍼灸健康学科長
粕谷 大智 教授



北区郷土博物館からのお知らせ

場 問 同館 ☎386-1081

美術を味わうレシピ展

絵画・立体・版画・書 etc.

いろいろなメニュー(美術)の楽しみ方を紹介します。
鑑賞の助けとなるレシピ(手引き)を見ながら作品の魅力を味わってみませんか。

☑ 10月25日(土)～12月21日(日)午前9時～午後5時

※休館日 月曜日(11月3日・11月24日開館)、11月4日(火)、11月25日(火)

☑ 一般260円(200円)、大学・高校生130円(100円)

※()は有料20人以上の団体料金

※11月3日(祝)は観覧無料

関連事業

●作品鑑賞会

☑ 10月26日(日)・12月14日(日)両日とも午前10時～

●大人のためのワークショップ「日本美術の取扱い講座」

講師 本井晴信さん(元新潟県立文書館副館長)、同館学芸員

☑ 11月9日(日)午前10時～11時半 ☑ 先着10人 ☑ 300円(展示観覧料込み)

☑ 10月25日(土)午前9時から電話で同館

●ワークショップ「からくり屏風を作ろう」

☑ 11月24日(振休)午前10時～11時半 ☑ 先着20人 ☑ 300円(展示観覧料込み)

☑ 10月25日(土)午前9時から電話で同館



近藤充
「雲湧キ立ツ」



本間公司
「橋04-1」

食推イチオシレシピ 秋の炊き込みご飯

新潟市食生活改善推進委員協議会 北支部 葛塚グループ

4人分の材料

米	3合(450g)
カボチャ	80g
サツマイモ	120g
マイタケ	1/2パック(60g)
ツナ水煮缶詰	1缶(70g)
料理酒	大さじ1
A しょうゆ	大さじ1強
みりん	大さじ1
いりごま	適宜
大葉(お好みで)	数枚

新米がおすすめです。秋の味覚と香りをたっぷり味わえます。

〈1人分当たりの栄養価〉
エネルギー：481kcal
たんぱく質：9.5g
脂質：1.8g
炭水化物：98.1g
食塩相当量：1.0g

— 作 り 方 —

- 1 カボチャとサツマイモは皮つきのまま2cm角に切る。マイタケは石づきを除き、ほぐす。ツナ水煮缶詰は水気を切る。
- 2 米を研ぎ、3合目の目盛までの水とAの調味料を入れて混ぜ、1を加えて炊飯器で炊く。
- 3 炊き上がったら混ぜて器に盛り、いりごまをかけて完成。

※お好みで千切りにした大葉を散らしてもよい。



春風亭昇太独演会

☑ 11月23日(祝)開演午後2時

☑ 北区文化会館

☑ 【全席指定】一般4,000円(当日4,500円)

※就学前児入場不可

※前売り券が完売した場合、当日券はありません。

☑ 同館 ☎388-6900



令和7年国勢調査

～調査票の提出はお済みですか～

国勢調査へのご回答ありがとうございます。

皆さまからご回答いただいた内容は、社会福祉や地域活性化など、わたしたちのよりよい未来のために欠かせない資料となります。

まだ調査票を提出していない場合は、至急調査票をご記入いただき、郵送提出用封筒に入れて郵送でご提出いただくようお願いします。

☑ 国勢調査新潟市実施本部(総務部総務課) ☎226-2413



おしらせ版

お知らせ

北区自治協議会を傍聴しませんか

回10月23日(木)午後1時半頃から
場豊栄地区公民館
入6人(受付開始時に定員を超える場合抽選)
問地域総務課(☎387-1175)

11月の相談会(無料)

弁護士相談(要予約)
回4日・18日(火)午後1時15分～4時15分
場北区役所
申区民生活課(☎387-1295)
困ったら一人で悩まず「行政相談」
日場
・5日(水)午前10時～正午 北区役所
・12日(水)午前10時～11時 北出張所
内年金、福祉、相続など行政手続きの相談。予約不要、秘密厳守します。
問新潟行政評価事務所(☎282-1112)

11月のさわやかなんでも相談所(無料)

場豊栄さわやか老人福祉センター
問同相談所(☎386-0745、午前9時半～正午)
一般相談
回月・金曜午前9時半～正午
※3日(祝)・24日(振休)は休み
傾聴相談
回6日(木)午前10時～午後3時
司法書士法律相談(前日までに要予約)
回11日(火)午後1時45分～3時45分
身体障がい者相談
回13日(木)午前10時～午後0時半

豊栄木崎野球場・トイレ建て替えのお知らせ

老朽化した共用トイレを撤去し、男女別のトイレを新設します。11月4日(火)から解体作業を始めますが、週末の大会利用に仮設トイレを増設します。ご理解をお願いします。
問産業振興課(☎387-1195)

催し・募集

工作の日
～秋のフルーツを作ろう～

回11月7日(金)午後3時～4時半
11月8日(土)午前10時～11時半
場豊栄児童センター
入乳幼児～高校生(乳幼児は保護者同伴)各日先着20組
内お花紙を使った工作
問同センター(☎384-1520)

回＝日時 場＝会場
内＝内容 入＝対象・定員
¥＝参加費(記載のないものは無料)
申＝申し込み(記載のないものは当日直接会場へ)
問＝問い合わせ

豊栄文化協会祭

場豊栄地区公民館
・区民将棋大会
回11月3日(祝)午前9時20分から受付
内クラスA(初段以上)、B(級位者)、シニアの部(65歳以上)、小学生の部
入小学生以上
¥一般1,000円、小学生～高校生500円
※昼食代含む
申当日直接会場へ
問豊栄棋友会 魚野(☎090-7523-0099)
・秋咲きつばき展
回11月15日(土)午前9時～午後9時
11月16日(日)午前9時～午後2時
問豊栄つばき会 宮村(☎367-7509)
・区民囲碁大会
回11月16日(日)午前9時半から受付
内クラスA・B(参加者を棋力で二分)
入小学生以上で区内に在住または通勤・通学している人
¥1,000円 ※昼食代含む
申当日直接会場へ
問豊栄囲碁同好会 齋藤(☎386-1560)

南浜ミニ朝市

回11月16日(日)午前7時～8時
※売り切れ次第終了
場南浜船だまり(島見町)
内ツブ貝、ヒラメなどの鮮魚類や地元
の鮮魚で加工した干物の販売
問新潟漁協協同組合南浜支所 神田
(☎250-1127)

秋の島見緑地
親子で自然ウォーキング＆
運動あそび教室

回10月26日(日)
場島見緑地
¥1組1,000円
申10月24日(金)までに電話で同事務所
問島見・聖籠管理事務所
(☎255-3202)
詳細は公園ホームページ

講習会「ここまでかわった
新潟の動物愛護について」

回11月9日(日)午前10時～正午
場葛塚コミュニティセンター
講師 新潟動物ネットワーク
代表 岡田朋子さん
入先着30人
※ペット同伴不可
申メール
(右の二次元コードから) ▲こちらから
または電話(平日午前9時～午後4時)
で同センター
問葛塚わんわんパトロール隊(葛塚コ
ミュニティセンター内 ☎384-6077)
※わんパトフェスタが悪天候により中
止だったため、同会場で愛犬の写真展
示を行います。



スポーツ

豊栄総合体育館

場岡方コミュニティセンター 申電
話でハピスカとよさか(☎386-7522
月曜休館※祝日の場合は翌日休館)
パールビック(骨盤)ヨガ
回11月8日(土)午前11時半～午後0
時50分、11月30日(日)午前10時～
11時20分
入各先着20人 ¥1回850円
チョイトレ(呼吸から整える、ブレ
スコンディショニング)
回11月8日(土)午後2時～3時20分
入先着20人 ¥800円

畳でほっこり体操教室

回11月7日～12月26日の金曜(11月
14日、12月19日を除く)午前10時半
～11時半
場北区文化会館
入18歳以上(高校生を除く)先着15人
内横になった姿勢や座った姿勢で身体
をほぐす、簡単な筋トレ、頭の体操な
ど
¥全6回4,200円
申10月22日(水)午前10時から窓口
または電話で同館
問遊水館(☎384-1211 月曜休館※
祝日の場合は翌日休館)

水の駅「ビュー福島潟」からのお知らせ

場問同館(☎387-1491 月曜休館※祝日の場合は翌日休館)

福島潟マルシェ

回11月3日(祝)午前10時～午後3時
※荒天時中止
内キッチンカー(焼きそば、タコライス、
クレープなど)が出店



バードカービング体験教室
～木彫りのエナガを作ろう～

回11月16日(日)午前9時半～午後4時半
内初心者向けのバードカービング体験
入先着18人 ¥参加費1,000円
申10月22日(水)午前9時から電話で同館



ペーパークラフト
ワークショップ

回11月23日(祝)・24日(振休)各日2回
①午前10時～11時半②午後2時～3時半
講師 ペーパークラフト作家 斎藤歩
入各先着12人 ¥参加費1,000円
申10月22日(水)午前9時から電話で同館



クロオオアリ・カワセミ・カエル

紙から生まれた動物たち
斎藤歩のペーパークラフト展

回11月24日(振休)まで
午前9時～午後5時
内ペーパークラフト作家 斎藤歩が作り
出す動物・昆虫・鳥・魚などさまざまな
生き物たちの世界をお楽しみください。
¥入館料(一般520円、小中高生260円、
就学前児無料)



北区郷土博物館からのお知らせ

場問同館(☎386-1081 月曜休館※祝日の場合は翌日休館)

¥観覧料一般260円(200円)、高校生・大学生130円(100円)※()は団体料金

北区の神楽・獅子舞の
写真展示

回10月21日(火)～
11月5日(水)
午前9時～午後5時



市民ボランティアによる
常設展示ガイド

回10月25日(土)・26日(日)
午後1時～4時
※上記時間中であればいつでもガイド可能

<広告欄>



電話番号(☎)は市外局番025を省略して記載しています。

北区郷土博物館・水の駅「ビュー福島潟」
相互割引実施中！

施設を利用した観覧券、または入館料のレシートをもう一方の施設に提示すると利用料金が割引になります。

詳しくはこちら▶

問 北区郷土博物館(☎386-1081)
水の駅「ビュー福島潟」(☎387-1491)

