

区の人口 (住民基本台帳による)	
人口	174,507人 (-78)
男	82,844人 (-46)
女	91,663人 (-32)
世帯	87,716世帯 (-64)

※令和2年12月末現在の住民基本台帳による。( )内は前月末比

## 地域のサークル活動

# 「新しい生活様式」で再スタート

## 第2弾

新型コロナウイルス感染症が長期化する中でも、しっかり感染症対策をとり、頑張っている活動が続ける団体があります。今号は、昨年9月に掲載した地域コミュニティ施設のサークル活動特集の第2弾です。皆さんも、サークル活動で心と身体をリフレッシュしてみませんか。



### サークル紹介①

## ジュニアバレエ (上山コミュニティハウス)



子どもたちに、踊る楽しさを伝えています



丸山美絵子さん (代表者)

上山で指導を始めて3年が経ちました。幼児・小学生・中学生のクラスがあり、「仲良く・楽しく・丁寧」を心掛け、指導しています。市内の幼稚園やスポーツクラブ内でも教室を開催しています。緊急事態宣言の時は自宅でバレエストレッチなどに取り組んでもらったり、友達に会えない不安な日々を送る子どもたちのために、バレエの絵を交換して交流できる場を設けたりして、励まし合っていました。消毒・換気の徹底はもちろん、明るく・親しみやすく・継続しやすい教室です。身体も柔らかくなり、リズム感や美しい姿勢も身に付きます。お気軽にお問い合わせください。

☎丸山 (☎ 090-3434-1004)

### サークル紹介②

## スクエアダンス

## 新潟レッドシユーズ (関屋コミュニティハウス)



年代や経験を問わず、楽しくダンス!



新田有子さん (指示者)

スクエアダンスとは、米国生まれのフォークダンスの一種で、軽快な音楽に乗って、指示者のコールに従い、8人が隊列を組みながら一緒に歩いて踊るものです。激しい動きはありませんが、隊列の動き方は100通り以上あります。何を指示するかは指示者次第で、パズルのように考えながら、自由自在にダンスする独特の面白さが魅力です。

コロナ禍のため、指示者以外は極力話さず、お互いの距離も近くなることから、ダンス後の消毒は欠かせません。最初はうまく踊れなくても、笑顔で受け入れてくれる仲間がたくさんいます。ぜひ一度、体験してみませんか。

☎佐藤 (☎ 090-3517-1197)

### サークル紹介③

## 太極拳 めざせ!100歳!! まる太極の力 (自新コミュニティハウス)



目標は100歳まで元気に動くこと!



波多野久子さん (責任者)

太極拳は、体の自然な動きを意識して行う武術です。歳をとっても元気に動ける体を目指して活動しています。健康のために大切なのは、「正しく歩き、座り、立つ」こと。全部で24通りある形の練習や、音楽に合わせた舞、ストレッチなどを通して、正しい体の使い方を身に付けていきます。太極拳をしている時間だけでなく、日常生活の中でも活かせるようになることが目標です。初めは形を覚えられないか不安な人も多いですが、何度も繰り返しやっていると、自然と身につきますよ。

今は換気や消毒を徹底し、コロナ禍でも元気に活動しています。ぜひ体験してみませんか。

☎波多野 (☎ 090-7727-5126)

## 新潟県内 新型コロナウイルス感染症警報発令中

○本誌掲載のイベントの開催状況については、事前に各問い合わせ先に確認してください。 ※掲載情報は2月1日時点のものです。  
 ○イベントの会場では、マスク着用(乳幼児を除く)をお願いします。また、受付などで検温および手指の消毒をお願いする場合があります。当日、体調に不安がある方は、参加をご遠慮ください。

### 旧齋藤氏別邸庭園

## 国の名勝を示す標柱完成

旧齋藤家別邸は、大正時代に近代の新潟を代表する豪商・4代齋藤喜十郎の別荘として建てられました。その庭園は、砂丘地形を巧みに取り込んだ回遊式庭園として作り上げられており、開放的な近代和風建築と一体のものとして文化庁から学術的価値を高く評価され、「旧齋藤氏別邸庭園」として、本市で初めて国の名勝に指定されています。



これを機に策定された「名勝 旧齋藤氏別邸庭園整備基本計画」には、国の名勝を示す標柱設置が明記されており、先月、正門横に完成しました。格式と趣のある庭園をぜひご覧ください。

☎地域課 (☎ 223-7041)

### 令和2年 中央区の火災概況

#### 1. 火災件数

令和2年の中央区の火災件数は33件で、前年と比較すると9件増加しました。

火災件数の推移 (H30~R2 中央区)		
H30	R1	R2
28	24	33

#### 2. 出火原因

中央区での火災の主な原因は、「電気関係(電気機器・配線など)」が一番多く、次いで「こんろ」、「たばこ」となっています。

#### 火災予防のポイント

- ☑電気コードは家具などの下敷きや束ねた状態で使用すると大変危険!コンセントの周りは埃を溜めないよう、こまめに掃除する。
- ☑こんろの使用中はその場から離れない。(Siセンサー付きが安全)
- ☑寝たばこは絶対に止め、吸い殻を放置しない。

☎中央消防署市民安全課 (☎ 288-3119)

### 人命救助に貢献 感謝状を贈呈



1月15日、迅速・適切な救命行為により人命救助に貢献した団体に対し、中央消防署から感謝状が贈呈されました。

感謝状を受けたのは区内のスポーツクラブ。昨年12月12日の夕方、施設内で運動中の60代男性が突然倒れ心肺停止状態となり、施設従業員4名が協力して119番通報、心肺蘇生法、AEDを使用したショックなどを実施したことにより、男性は会話可能になりました。施設の店長・高橋雅之さんは、「職場では人命救助の研修を徹底しており、動作確認の実技訓練は月に1度、手順の唱和は毎日行っています。今回は日ごろの訓練の成果を発揮して救命することができ、本当に良かったです」と話していました。



### 取材 レポート! 白山小卒業のアスリートが子どもたちに伝える 夢の実現に大切なこと

1月21日、白山小の6年生を対象としたキャリア教育の授業で、同小を卒業した陸上選手で医師免許を持つ異色のランナー・広田有紀さん=写真左=を招き、夢に向かって努力することの素晴らしさを学ぶ講演会が開催されました。広田選手は新潟アルビレックスランニングクラブに所属しており、種目は女子800m。昨年の日本選手権にも出場し、オリンピック出場を目指しています。



講演中の広田選手



講演会では、広田選手が「陸上でオリンピックに出場する」「医者になる」という2つの夢を実現するために大切にしてきたことについて、自身の体験談を踏まえながら話し、児童たちは真剣な表情で聞いていました。また、講演後には体育館で広田選手が実践しているトレーニングを紹介し、児童たちと一緒に体を動かしました。

講演を聞いた児童の三宮志乃さんは、「陸上の練習と勉強を両立できていてすごいと思いました。わたしも小説家になる夢を叶えるために、広田選手のように頑張ろうと思います」と目を輝かせていました。

【写真提供】新潟アルビレックスランニングクラブ

### 大雪と厳しい寒さにご注意!

#### ■除雪は地域ぐるみで

除雪する際は、事故やけがに注意しつつ、家族や近所の人たちと協力して行いましょう。また、地域のごみステーションとその周囲の除雪は、各自治会・町内会で行ってください。



#### ■除雪費用を補助します

除雪計画路線以外の市道、私道などの除雪・排雪を、自治会・町内会が業者に依頼して実施した場合、経費の一部を助成します。詳しくは問い合わせてください。☎建設課 (☎ 223-7403)

#### ■水道管の凍結を予防しましょう

最低気温がマイナス4度以下になると、水道管の水が凍結しやすくなります。屋外のむき出しになっている水道管は、発泡スチロール製の保温材や凍結防止ヒーターの取り付けをお勧めします。市指定の給水装置工事業者へ相談してください。

もし、水道管や蛇口が凍結してしまったら、気温の上昇など、自然に解けるまで待ちましょう。

☎水道局コールセンター (☎ 0120-411-002)

### お知らせ

市役所、区役所、関係機関からの情報を掲載します。

### ふれあい掲示板

市民グループや地域のイベントなどの情報を掲載します。※敬称略

#### 新潟いのちの電話 相談員募集

新潟いのちの電話は、さまざまな問題を抱えている人が電話を通して対話することで生きる意欲を見いだすことを願う、ボランティア活動です。現在、電話相談員を募集しています。詳しくは新潟いのちの電話事務局(☎280-5677)までお問い合わせください。

募集期間 2月26日(金)まで

#### 県女性財団 働く女性のためのキャリアアップセミナー

☎2月13日(土)・19日(金)午後2時~5時 ※両日とも同じ内容  
☎自分らしく新しいリーダーシップについて学ぶ  
※無料会議アプリZoomを使用したオンライン講座  
☎働く女性先着30人 ☎電話で同財団(☎285-6610)へ

#### シニア活躍セミナー

☎2月19日(金)午後1時30分~3時30分

☎新潟ユニゾンプラザ(上所2)  
☎講演「そうだったのか!シニアの働く意味」~幸せと健康の心理学  
講師 碓井真史さん(新潟青陵大学大学院教授)  
☎60歳以上の人先着50人  
☎筆記用具  
☎電話で県シルバー人材センター連合会(☎281-5553)へ

#### 無料カウンセリング

☎2月21日(日)午前9時~正午 ※相談時間は1人50分  
☎クロスパルにいがた  
☎県カウンセリング協会傾聴の会・心理カウンセラーによるカウンセリング  
☎先着10人  
☎2月20日(土)までに電話で同会・阿部(☎090-3210-0051)へ

#### 市民公開講座 「最新のアレルギー診療」ガイドラインに沿った治療の紹介

☎2月21日(日)午後1時30分~4時  
☎新潟ユニゾンプラザ(上所2)  
☎先着80人  
☎当日直接会場  
☎新潟アレルギー研究会(☎0250-62-2780) ※市外局番が必要

#### 《広告欄》



# 公民館・図書館

※公民館の申込受付は午前9時から

**中央公民館 ☎224-2088**  
〒951-8055 中央区礎町通3-2086

## ■みんなのふれあい広場

回 2月16日(火)午後1時30分～3時30分  
内 気軽に会話を楽しむ ※午後2時から40分程度、ミニコーナー「早春クロスパル寄席」を開催。  
用 当日直接会場

## ■幼児期家庭教育セミナー「小学校に入学してからの心のキョリと体のキョリ」

回 3月13日(土)午前10時～正午  
場 中央公民館 ※オンライン受講も可(無料会議アプリZoomを使用)

内 〔新しい生活様式〕に合わせた子どもの行動や親の関わり方を学び、安心して小学校生活を送る準備を考える  
込 今年4月に小学校へ入学する子どもの保護者・関心のある人 会場 20人 オンライン 30人  
※応募多数の場合は抽選(抽選結果は2月中に通知)  
※予約制の保育あり(生後6カ月～就学前児)。定員8人。  
持 筆記用具

用 2月22日(月)までに右の二次元コードを読み取り申し込み ※読み取ることができない人はお問い合わせください



**鳥屋野地区公民館 ☎285-2371**  
〒950-0972 中央区新和3-3-1

## ■1歳児保護者向け講座「赤ちゃんのいる生活」

回 2月27日(土)午前10時～正午  
場 鳥屋野総合体育館  
込 1歳児とその保護者(2人) 15組  
持 筆記用具、動きやすい服装、大きめのバスタオル  
用 2月17日(水)までに電話で鳥屋野地区公民館へ

テーマ・内容	対象
①「子育て中でも社会とつながろう!」 子育て中の社会生活や家庭生活の充実について考える	母親
②「子どもの心とふれあい」 子どもの育ち、子どもとの関わりについて学び、子どもとふれあう	保護者(男女を問わず) ※必ず子どもと一緒に受講

※①と②の講座は同じ時間帯に実施するため、保護者2人と子どもで申し込みください。保護者1人でいずれかの講座のみの申し込みも受け付けますが、応募多数の場合は2講座受講できる人を優先して抽選します。

## ■【サークル体験会】親子フィットネス ラッコちゃんクラブ(全2回)

回 2月19日(金)、3月5日(金)午前10時30分～11時30分  
場 黒崎地区公民館(西区)  
内 親子エクササイズ、ダンス、リズム遊び、ほか  
込 生後6カ月からの未就園児と保護者各日先着7組  
持 飲み物、動きやすい服装  
用 あす8日(月)から各開催日の前日までに電話で鳥屋野地区公民館へ

**東地区公民館 ☎241-4119**  
〒950-0083 中央区蒲原町7-1

## ■公民館サイエンスカフェ

時間 午後1時30分～3時30分  
場 東地区公民館 ※オンライン受講も可(無料会議アプリZoomを使用)

期日	テーマ・講師
2/20(土)	「人工現実感・拡張現実感と子ども」 講師 白井述さん(新潟大学人文学部准教授)
2/27(土)	「子どものCOVID-19」 講師 齋藤昭彦さん(新潟大学大学院 医歯学総合研究科 小児科学分野教授)

込 会場 各回先着70人 オンライン 各回先着100人  
用 メール件名に「サイエンスカフェ申込み」および本文に氏名(ふりがな)、住所、電話番号、希望の回、受講方法を記入し同館(higashi.co@city.niigata.lg.jp)へ

## ■地名・町名から見た地域の変遷～「沼垂」「流作場」「山の下」

回 3月11日(木)午後1時30分～3時30分  
内 郷土史へのアプローチの方法を学ぶ  
講師 本井晴信さん(元県立文書館副館長)  
込 先着20人 持 筆記用具  
用 あす8日(月)から電話で同館へ

## ■東地区公民館サークル見学・体験会

同館で活動しているグループの見学会・体験会を行います。特記があるもの以外は当日直接会場へ。

グループ名、内容	日時、申し込み方法、ほか
起勢クラブ 内 太極拳体操	回 3/1・15(いずれも月曜) 10:30～11:45 込 5人 持 運動できる服装
ミッチークラブ 内 ヨガ	回 3/2～16の毎週火曜 10:00～11:30 持 運動できる服装、バスタオル2枚、タオル1枚
ハワイアン東 内 フラダンス	回 3/1・15(いずれも月曜) 13:00～15:00 持 スカート
さざなみ会 内 レクリエーションダンス	回 3/4・11(いずれも木曜) 10:00～11:30 持 運動できる服装、運動靴
タンゴ・ローサ 内 アルゼンチンタンゴ	回 3/5～26の毎週金曜 18:30～20:30 込 10人 持 動きやすい服装、内履き、タオル ¥500円
タンゴ新潟 内 アルゼンチンタンゴ	回 3/7～21の毎週日曜 13:00～16:00 込 10人 持 動きやすい服装、内履き、タオル ¥500円
新潟民謡春秋会 内 踊りの練習	回 3/12・26(いずれも金曜) 19:10～21:00 込 10人 持 ぞうりまたは運動靴
コーラス万代 内 女声コーラス	回 3/1～22の毎週月曜 13:00～15:00
新潟混声合唱団 内 合唱	回 3/4～25の毎週木曜 19:00～21:00 用 3月3日(水)までに電話で同館へ
新潟少年合唱団 内 合唱の基礎練習	回 3/6・13(いずれも土曜)、 3/20(祝) 9:30～11:50
カラオケ さわやか会 内 カラオケ	回 3/2・16(いずれも火曜) 13:00～15:00 持 筆記用具
シャイニング・スターズ 内 ハーモニカの練習	回 3/21(日) 9:00～12:00 持 ハーモニカ
歌声喫茶あい 内 童謡・唱歌を歌う	回 3/22(月) 13:00～15:00 込 10人 持 飲み物 ¥400円 用 3/1(月)までに電話で同館へ
新潟民謡保存会 内 民謡・三味線などの練習	回 3/12・26(いずれも金曜) 19:00～21:00
皐月教場 内 詩吟の練習	回 3/2～23の毎週火曜 10:00～11:30
囲碁同好会 内 囲碁・初心者講習	回 3/1～15の毎週月曜 13:00～15:00 込 6人
東囲碁クラブ 内 囲碁	回 3/7・21(いずれも日曜) 13:00～16:00 込 5人
石心会 内 囲碁	回 3/10・24(いずれも水曜) 13:00～16:00 込 5人
マジック同好会 内 マジック	回 3/1・15(いずれも月曜) 13:00～15:00
Let's ABC 内 英会話	回 3/3～17の毎週水曜 13:30～15:30
楽陶趣味の会 内 陶芸	回 3/4・11(いずれも木曜) 13:30～15:00 込 5人 持 汚れてもよい服装、タオル
仏像彫刻会 内 仏像作り見学	回 3/6・13(いずれも土曜)、 3/20(祝) 13:00～15:00
あかね会 内 水染めでガーゼのストール作り	回 3/13(土) 13:30～15:30 込 10人 持 汚れてもよい服装、 エプロン、手拭きタオル ¥500円 用 3/1(月)までに電話で同館へ

**石山地区公民館 ☎250-2930**  
〒950-0852 東区石山1-1-12

## ■アクティブシニア講座 あなたと語る「お酒」のはなし(全4回)

時間 午後3時30分～5時30分

期日	テーマ・講師
3/10(水)	「酒蔵のはなし～こだわりの一杯を求めて」 講師 田中洋介さん(今代司酒造株式会社 代表取締役社長)
3/17(水)	「お酒に魅せられて」 講師 吉田千佳穂さん(唎酒師®)
3/24(水)	「みんなで歩く酒蔵～今代司酒造の見学」 ¥ バス代 ※この回のみ時間変更あり。詳しくは初回に連絡。
3/31(水)	「新潟清酒業界のはなし」 講師 水間秀一さん(新潟県酒造組合 専務理事)

込 概ね50歳以上の男性21人 ※応募多数の場合は抽選(抽選結果は当選者のみ 2月25日に案内を発送)  
持 筆記用具  
用 あす8日(月)から2月22日(月)までに電話で同館へ

## 石山地区公民館 つづき

### ■子育てサロン「ピーカーぶー」

回 2月12日・26日(いずれも金曜)午前10時～11時30分 ※出入り自由  
内 自由遊び、情報交換  
込 0歳児と保護者先着7組 持 バスタオル  
用 当日直接会場

### ■朗読発表会～新潟の昔話を楽しむ

回 2月13日(土)午後1時30分～3時30分  
込 先着40人 用 当日直接会場

### ■ご近所だんぎ「脳トレで頭も体もスッキリと」

回 2月22日(月)午後1時30分～3時  
内 脳活ゲームなどのレクリエーション、ほか  
込 先着40人 持 筆記用具  
用 当日直接会場

## 図書館

### ■おはなしのじかん

用 当日直接会場 ※氏名、連絡先などの情報提供をお願いします。室内が混み合った場合は入場制限する場合があります。

期日	時間	会場・問い合わせ
毎週火曜♥および 3月4日(木)♥	11:00～11:20 ※終了後、「絵本なんでも相談タイム」あり	ほんぽーと 中央図書館 (☎246-7700)
11◆ 祝	11:00～11:20	
13 土	11:00～11:20 13:30～13:50	
18♥ 木	11:00～11:20	
20★ 土	11:00～11:20	
25◇ 木	10:30～12:00	
27 土	11:00～11:20	生涯学習センター図書館 (☎224-2120)
3月 6 土	11:00～11:20	
2月 26◇ 金	14:00～17:00 ※1組10分程度	
3月 5♥◇ 金	11:00～12:00 ※1組10分程度	■赤ちゃんタイム 毎週金曜 10:00～13:00

♥乳幼児向け、◆わらべうた、◇個別の読み聞かせ、★紙芝居

**健康・福祉**

■東地域保健福祉センター  
東万代町 9-52 【注】 ☎ 243-5312

■南地域保健福祉センター  
新和 3-3-1 ☎ 285-2373

■中央地域保健福祉センター  
関屋下川原町 1-3-11 ☎ 266-5172

■健康福祉課健康増進係 ☎ 223-7237

【注】東地域保健福祉センターは令和2年2月25日に上記住所に移転しました。

・ご自宅での体温測定をお願いします。  
・健診日より2週間以内に県外へ行った人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

## 子どもの健康診査 個人案内

以下の健診を再開しています。対象者へは日程・持ち物の案内を郵送しています。混雑を避けるため、健診内容を一部変更し実施しています。ご理解・ご協力をお願いします。園健康福祉課健康増進係(☎223-7237)

- ・1歳誕生歯科健康診査◎
  - ・1歳6カ月児健康診査◎
  - ・3歳児健康診査◎
- ◎フツ化物塗布あり(希望者のみ。1歳6カ月児及び3歳児は今月から再開。) ¥1,020円

・股関節検診(3月)  
込 令和2年11月生まれと12月生まれの一部の子ども

## フレイルチェック

回 3月2日(火)午後1時30分から3時30分 ※受け付けは1時から 場 市陸上競技場  
内 握力・筋肉量などの計測、日常生活の見直し  
込 65歳以上の人先着15人 持 飲み物  
用 2月10日(水)から2月25日(木)までに電話でかえつメディカルフィットネス ウォーム(☎0250-21-2566)へ ※市外局番が必要  
申込受付時間 平日午前9時30分～午後5時