



豊かな産業とやすらぎの水辺が調和し
笑顔と元気があふれる
空港と港があるまち

東区だより

2021年1月3日

毎月第1・3日曜発行

わいわい東区 TALK トーク

No. 329

【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 38.62km² 人口135,946人(-14) 世帯数61,817(+15) 男65,587人(-17) 女70,359人(+3)

※11月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比



令和元年度 東区産業・観光フォトコンテスト
新潟フジカラー賞受賞作品「出発前点検」石塚 栄一さん



撮影場所：新潟西港



令和元年度 東区産業・観光フォトコンテスト
新潟フジカラー賞受賞作品「神殿とござれや花火」石津 不二男さん



Higashi Zozhi

明けましておめでとうございます。
魅力的なスポットがたくさんある東区で、
今年も東区だより「わいわい東区」をよろしくお願いします！

2021年、皆さんはどんな年を

撮影場所：松浜橋



東区歴史浪漫講座



東区の花「ポーチュラカ」



令和元年度 東区産業・観光フォトコンテスト
入選作品「晩秋の工場夜景」中野 金吾さん

安心・安全で

心地よく

暮らしやすいまちに

新年明けましておめでとうござい
ます。

日ごろから、区政の推進にご支
援とご協力をいただき、感謝申し上
げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症
の影響により、一部の区づくり事業
を中止や規模を縮小せざるを得ませ
んでした。

しかし、コロナ禍にあっても、感
染症対策に配慮しながら工場夜景パ
スツアーや歴史浪漫講座、まち歩き
などの事業を実施する事ができまし
た。さらには東区の魅力を発信する
「東区役所公式インスタグラム」も
新たに開設しました。皆様にごひ
ろげにいただき、身近な地域の魅力を再
発見していただきたいと思えます。

今年度の市政世論調査で、今後
もっと力を入れるべき事柄として、
東区の皆様は防犯・防災を挙げてい
ました。現在、各自治会・町内会な
どを対象に防災出前講座を行って
おり、避難所運営ワークショップも今
後開催します。

今年も、安心・安全で心地よく暮
らしやすいまちに向けて、皆様と共
に取り組んでまいりますので、よろ
しくお願いいたします。

東区長 石井 哲也





健康・福祉ガイド

●はじめての離乳食

回 2月3日(水)午後1時30分～2時20分
場 木戸健康センター 内 離乳食の進め方
人 生後4～5カ月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
申 1月6日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●ステップ離乳食

回 2月3日(水)午前10時～同50分
場 木戸健康センター 内 離乳食の進め方
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
申 1月6日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●ぴよんぴよん育ちの相談会

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」など気にな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、発達について保健師と一緒に考えてみましょう。

2月	会場	定員	時間
9 火	木戸健康センター	各4組	①午前9時30分～10時15分 ②午前10時35分～11時20分
22 月	石山地域保健福祉センター	5組	午前10時～11時35分

内 原則1歳6カ月児健診を終えた未就園児と保護者
申 9日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、22日(月)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

●健康ミニ講座

回 2月3日(水)午後1時45分～3時
場 東区プラザ
内 運動普及推進委員による自宅でできる体操の紹介、栄養士による講話など
人 先着15人(新規申込者優先)
持 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル
申 1月4日(月)～22日(金)までに電話で健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

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)
内 就学前児と保護者、小学1～3年生

●おしゃべりテラス

回 1月19日(火)午前10時～11時30分
内 自由なおしゃべり会
人 プレママ、0歳～小学3年生の保護者
申 当日直接会場

●わくわくテラス「からだであそぼう」

回 1月21日(木)午前10時30分～11時
内 親子で体を動かして遊ぶ
申 当日直接会場

●わくわくテラス「誕生会」

回 1月28日(木)午前10時30分～11時
内 1月生まれの子どもの誕生会
申 当日直接会場

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)※1月は1日(祝)～4日(月)、18日(月)
内 就学前児と保護者、小学1・2年生

●つくって遊ぼう！

回 1月20日(水)午前10時～11時15分
内 親子工作(鬼のでんでんたいこ)
内 先着30人 申 当日直接会場

●おもちゃ病院

回 1月23日(土)午後1時30分～3時30分
場 東区プラザ
内 おもちゃ修理(原則無料ですが、部品代などの費用がかかる場合があります。また修理できない場合もありますのでご了承ください)※今月は預かり修理のみ 申 当日直接会場

●わいわいおしゃべり会

回 1月25日(月)午前10時30分～11時30分
場 東区プラザ
内 妊婦さんと先輩ママで出産や子育てについてのおしゃべり会
内 妊娠中の母親、1歳未満の乳児と母親先着10組 持 飲み物
申 電話または直接同施設

●いちごひろば「誕生会」

回 1月27日(水)午前10時30分～同45分
内 1月生まれの子どもの誕生会
申 当日直接会場

●プレママ・パパセミナー

2月	場所	時間
13 土	東区プラザ	①午後1時30分～2時10分 ②午後2時40分～3時20分

内 出産後の赤ちゃんがいる生活について考える
内 出産予定が令和3年4月～6月の妊婦とそのパートナー(東区在住に限る)各回先着6組
持 母子手帳、筆記用具、バスタオル、飲み物 申 電話または直接同施設

●きょうだいが生まれた！～親子の絆づくりプログラム～(5回連続講座)

回 2月18日～3月18日の毎週木曜日
午前10時～正午
場 東区プラザ
内 2人目以上の赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム※保育あり(先着3人)

内 令和2年9月～11月生まれの乳児(第二子以上)と母親先着10組(就学前児のきょうだいがいる人に限る)
申 電話または直接同施設

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)
内 就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生

●おやこdeアート

回 1月19日(火)午前10時30分～11時
内 親子で工作(鬼のお面を作って、豆まき遊びをしよう)
内 0歳～就学前児と保護者
申 当日直接会場

●バドミントンの日

回 1月20日(水)午後4時～5時
内 自由参加でバドミントンを楽しむ
申 当日直接会場

●おやこミュージックセラピー

回 2月2日(火)午前10時30分～11時
内 音楽療法士による音遊び
内 親子先着15組 申 電話または直接同館

●自由べんきょうの日

回 休館日を除く毎日午前9時～午後5時
内 自由に宿題や勉強をする(分からないところは教えます)
内 小学1年生～中学3年生
持 勉強したい教材 申 当日直接会場

●スタディタイム

回 土曜日午後4時～6時、日曜日午後4時～5時
内 国語、算数、英語(テスト勉強、苦手なところを教えます)
内 小学1年生～中学3年生
持 勉強したい教材 申 当日直接会場



情報プラザ

公民館

※申込受付は午前9時から

石山地区公民館 ☎025-250-2930

子育てサロン「ぴーかーぶー」

回 1月8日、22日(金)午前10時～11時30分(開催時間内の出入り自由)
内 自由遊び、情報交換
内 0歳児と保護者先着7組
持 バスタオル
申 当日直接会場

●落語の味わい&けん玉チャレンジ～粋な笑いリズムのある暮らし～(全2回)

回	月	日	曜	時間
①	1	30	土	午後1時30分～3時30分
②	2	2	火	午前10時～正午

内 ①水都家艶笑さんによる落語会
②けん玉チャレンジ
内 おおむね60歳以上45人(応募者多数の場合65歳以上を優先して抽選。当選者のみ1月21日(木)に案内発送予定)
持 動きやすい服装(第2回のみ)、飲み物
申 1月6日(水)～20日(水)に電話で同館

図書館

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)
山の下	1月7日・14日・21日・28日・2月4日(木)	午前11時～午後3時の随時10分程度(0～3歳)
石山	1月5日・19日・26日・2月2日(火)	午後3時～同30分(乳幼児から)

場 山の下：おはなしのへや(図書館内)
石山：公民館保育室

館名	期日	時間	グループ名
山の下	1月9日・23日(土)	午前10時30分～11時	えほんだいすき!!
石山	1月9日(土)	午前11時～11時30分	新潟かみしばいクラブ
	1月20日(水)	午前10時30分～11時	ぐりとぐら

場 山の下：中地区公民館
石山：公民館保育室
場 山の下図書館(☎025-250-2920)
石山図書館(☎025-250-2940)
※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、入場制限をする場合があります。また、受付時に氏名・連絡先をお聞かせします

相談

～困ったら一人で悩まず～行政相談
国や役所の手続き、サービスについてわからないときなどにご利用ください。
回 1月12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
場 総務省新潟行政評価事務所行政相談課(☎025-282-1115)

ふれあい掲示板

雪害によるLPガス事故防止のお願い
雪によるLPガス事故を防ぐため、次のことに気を付けましょう。
1. LPガス容器やメーター周辺、屋外設置の給湯器などは、雪に埋もれないよう除雪する
2. 屋根の雪下ろしをするときは周囲のLPガス設備に注意する
3. 排気筒や吸気口が雪で塞がっていないか、排気筒に破損がないか点検する
※ガス漏れや燃焼器具に異常があった場合は、すぐに取引のあるLPガス販売店にご連絡ください
場 (一社)新潟県LPガス協会(☎025-267-3171)

食推さんの健康レシピ (レシピ考案:食生活改善推進委員東支部 山の下グループ)

「ぶんわり長イモの落とし汁」

食べ過ぎ、飲み過ぎが気になるこの時期、消化促進効果のある長イモを使った料理はいかがですか。



【1人分】エネルギー：152kcal 塩分：1.2g

材料(4人分)

鶏もも肉	100g	
ダイコン	200g	
ニンジン	50g	
シメジ	1/2パック	
春雨	30g	
長イモ	160g	
三つ葉	4本	
片栗粉	大さじ2	
サラダ油	大さじ1/2	
A	だし汁	700ml
	酒	大さじ1と1/2
	みりん	小さじ2
	しょうゆ	大さじ1と1/2

作り方

- 1 鶏もも肉は一口大、ダイコンとニンジンは短冊切りにする。シメジは小房に分ける。春雨はさっと茹でてざく切りにする。
- 2 長イモはすりおろし、片栗粉を加え、よく混ぜ合わせて団子を作る。
- 3 鍋にサラダ油を入れ、鶏もも肉を炒める。火が通ったら、ダイコン、ニンジン、シメジを加える。さらにAを加え、煮立ったらアクを取る。
- 4 2を落とし入れ、春雨を加えて2～3分煮込む。
- 5 三つ葉を加えてさっと煮て、器に盛る。

問い合わせ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

「新しい生活様式」を実践しましょう。 ※掲載情報は12月18日時点のものです

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、手洗いや外出時のマスク着用など

じゅんさい池みらいプロジェクト

「じゅんさい池を未来につなぐ」をコンセプトに、活用方法や環境整備のあり方などを検討しています。区民の皆さんと方向性を共有するため「(仮称)じゅんさい池みらいプラン」の策定を目指します。市ホームページでは、本プロジェクトの取り組みを紹介しています。ご意見投稿フォームから、皆さんのじゅんさい池への声を寄せてください。

じゅんさい池 未来

検索



なるほど！じゅんさい池

じゅんさい池に伝わる「龍神伝説」

西池の南側には「龍神さま」として親しまれている上道(かみみち)神社があります。昔、人々がジュンサイを採っていたところ、急に竜巻が起これり、船が転覆しそうになりましたが、龍神様によって嵐が静まり難を逃れたと言われていています。人々は龍神様に感謝し、神社に祭ることにしたそうです。

参考：『じゅんさい池とりゅうじんさま』中地区地域楽(発行：中地区公民館)

東池の園芸スイレンを除去

東池の環境整備活動として、水面を覆っていた外来種である園芸スイレンの除去を9月と11月に行い、木々や空が鏡のように映る美しい水面になりました。

夏にはきれいな花を咲かせる園芸スイレンですが、生態系に影響を及ぼす恐れのある重点対策外来種に指定されています。じゅんさい池の環境整備を考えていく上で課題の一つとなっています。



園芸スイレン除去作業前(令和2年5月撮影)



園芸スイレン除去作業後(令和2年11月撮影)

雪の季節です

にいがた「ゆきみち」ガイド

をご活用ください

「どのくらい雪が積もったら除雪するの?」「雪が降ったのに除雪されていないことがあるのはなぜ?」など除雪に関する疑問には、『にいがた「ゆきみち」ガイド』をご覧ください。

ガイドは建設課や一部の公共施設で配布しています。

問い合わせ

建設課(☎025-250-2621)



詳しくはこちら にいがた「ゆきみち」ガイド

●市管理道路の除雪状況を確認するには



市ホームページ

●国管理道路(国道7、8、49、116号)の除雪状況を確認するには



みちなび雪みち情報

※区の除雪計画路線図は東区だより12月6日号に掲載しています



お正月特別企画

ぬたりんを作ってみよう!

東区公認キャラクター「ぬたりん」をペーパークラフトにしました。ぜひお家で作ってみてくださいね。



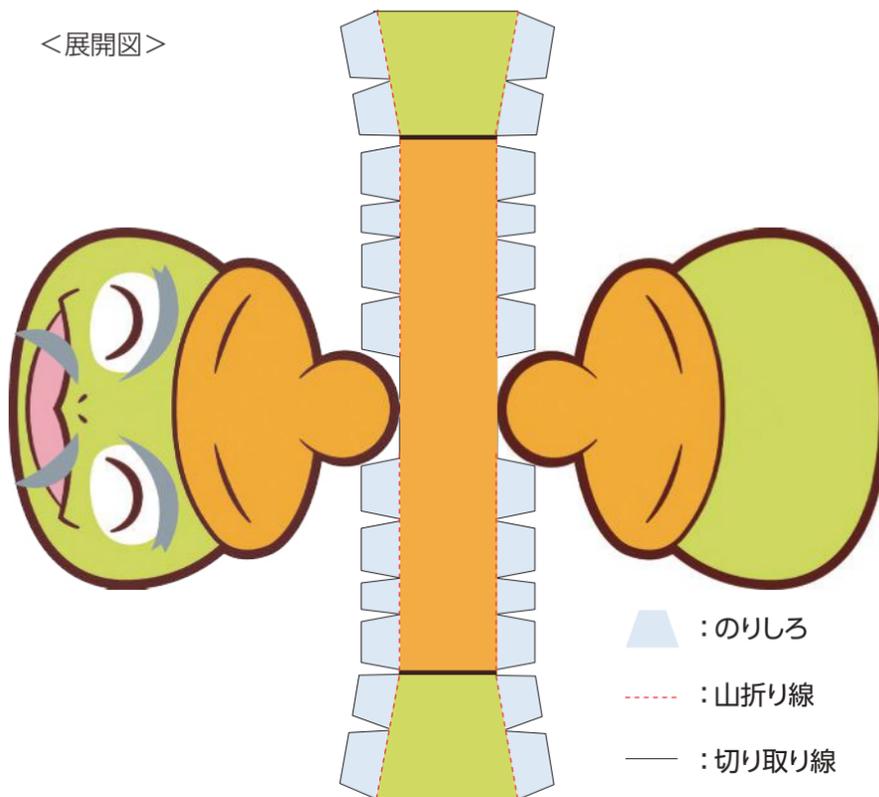
<作り方>

①展開図の切り取り線に沿って丁寧に切り取ります。

※はさみやカッターナイフの取り扱いには十分注意してください。

②のりしろにのりをつけて組み立てましょう。

<展開図>



ストーブ火災にご注意を!

冬期間はストーブが原因となる火災が毎年多く発生しています。ストーブ火災を防ぐための大事な5つのポイント

- ①ストーブの周りは常に整理整頓する。
- ②ストーブの上に洗濯物は干さない。
- ③ストーブを布団、カーテンなどの燃えやすい物の付近で使用しない。
- ④寝るときは必ずストーブを消す。
- ⑤給油するときはストーブを消してから行う。



火事と救急・救助は 119

問い合わせ 新潟市東消防署 市民安全課 予防調査係(☎025-275-9111)

地元飲食店&地域交流応援事業

地域交流のお弁当代金の一部を補助します

利用期間 令和3年2月28日(日)まで ※予算の上限に達した場合、その時点で終了します

利用対象者 地域コミュニティ協議会、自治会・町内会など営利を目的としない各種地域団体

利用条件 登録店舗で単価3,000円(税抜き)以上の弁当を10個以上購入した場合に費用を一部補助

補助率 1個当たりの金額の2分の1(円未満切り捨て、上限2,000円)

申し込み 利用の1週間前までに「かんたん申込み」または41番窓口

問い合わせ 地域課(☎025-250-2170)



詳しくはこちら

< 広告欄 >