



緑と調和した 賑わいと安らぎのあるまち 江南区

令和2年  
(2020年)

2月 2日

第308号

# こうなん



編集・発行：新潟市江南区役所地域総務課  
〒950-0195 新潟市江南区泉町3-4-5  
電話：025-383-1000(代表)  
FAX：025-381-7090  
ホームページ：http://www.city.niigata.lg.jp/konan/

江南区 人口：68,606人(-17) 男：33,383人(-2) 女：35,223人(-15) 世帯数：27,276世帯(+4) 面積：75.42km<sup>2</sup> 令和元年12月末現在(カッコ内は前月比 住民基本台帳による)

特集

## 「農」に親しむ事業をふり返る

江南区は、市街地周辺に農地が近接し、豊かな農産物を身近に感じることができる環境にあります。

この特徴を生かして、江南区役所では、江南区親善大使キャラクターを積極的に活用しながら、さまざまな「農」に親しむ取り組みを行ってきましたので、その取り組みの一部を紹介します。

岡産業振興課 農政グループ ☎025-382-4816

6月

### 藤五郎梅の収穫体験と子どもが喜ぶ「梅のもぐもぐレシピ」



藤五郎いじい

6月22日(土)、江南区食生活改善推進委員の皆さんから協力いただき、梅を使った料理講座を開催しました。また、当日は悪天候のため収穫体験はやむなく中止となりましたが、亀田地区の農家さんから梅の話聞きながら販売会を行いました。

参加者からは、「家でも梅料理をぜひ作ってみたい」「藤五郎梅の実が大きくて驚いた」という声が聞かれました。



7月

### スイートコーン収穫体験&横越とうもろこしまつり



スイートくん

7月6日(土)、横越地区の農家さんから協力いただき、収穫体験を行いました。甘さをたっぷりたくわえたスイートコーンを朝採りするのは、産地ならではの贅沢な楽しみ。参加者は収穫のコツを聞いた後、たくさん実ったスイートコーンを楽しそうに収穫していました。

また同日、北方文化博物館の広場で「横越とうもろこしまつり」が開催され、今朝採りとうもろこしの試食・販売や早食い競争、O×クイズなど、様々なイベントに多くの人が集まりました。



7月

### 親子で体験! 「十全なすの夏」～収穫から一品おつまみ、ストラップ作りまで～



十全さん

7月21日(日)、曾野木地区の農家さんから協力いただき、小学生と保護者を対象に同講習会を開催しました。参加者は、なすのへたにあるトゲに注意しながら、はさみを上手に使って収穫していました。その後、自分たちで作ったなすのおつまみと江南区親善大使のストラップをおみやげにして、笑顔いっぱいの皆さんでした。



10月

### 家族が喜ぶ「梨のスマイルレシピ」



高ナン係長

10月26日(土)、江南区食生活改善推進委員の皆さんから協力いただき、江南区特産の日本なしをふんだんに使った料理講習会を開催しました。参加者からは、「いろいろなメニューで、なしの季節を楽しみたい」という声が聞かれました。



11月

### 江南区産ル レクチエ解禁パーティー「よんでるないと」

11月下旬のル レクチエ販売解禁にあわせ、江南区産のル レクチエをPRするイベント「よんでるないと」が開催されました。

ル レクチエを使った料理やオリジナルドリンクを堪能した参加者からは、「とてもおいしく楽しかった。来年も参加したい」「若い生産者の皆さんの熱意を感じました」という声が聞かれました。



8月~10月

### おいしいフォトコンテスト

8月から9月にかけて、フェイスブックで作品を募集し、「新潟市産の野菜・果物部門」「江南区親善大使部門」合わせて27点の応募をいただきました。

その後、10月20日(日)に開催した「旬果旬菜いきいきフェスタ」の会場で来場者による投票を実施し、入賞作品を決定しました。

応募全作品は専用フェイスブックページでご覧になれます。



専用フェイスブック二次元コード

10月~11月

### 直売所スタンプラリー

江南区内の対象直売所を3か所まわると、抽選で地場産新米5kgや農産物セットなどが100名に当たるスタンプラリーを開催しました。

スタンプラリー対象直売所  
・カガヤキ農園直売所 ・気楽市  
・亀田 農産物直売所 大地  
・農家持ち寄り市場 採彩  
・野菜の生産直売 ユニークサンス直売所

3月

### もうすぐひなまつり! みんな大好き越後姫レシピ!

募集中



姫ちゃん

江南区特産のいちご「越後姫」を使って、ひなまつりにぴったりの簡単で美味しい料理を作ります。親子での参加大歓迎です。

回 3月1日(日) 午前10時~午後1時  
場 亀田健康センター (江南区役所となり)  
因 いちごを使った調理実習  
メニュー: いちご大福、里芋のパパロアいちごソース掛け、カップちらし寿司、ほか  
先着20人  
¥500円  
贈エプロン、三角巾、筆記用具  
回 2月20日(木)までに電話で産業振興課へ  
☎025-382-4816





小学生フロアカーリング交流会

区内小学生63人が交流

12月14日(土)、江南区自治協議会が主催する同イベントが亀田市民会館で開催されました。当日は、区内の小学生63人が参加し、フロアカーリングや昼食を楽しみながら交流しました。参加者からは「すごくおもしろかった。フロアカーリングをまたやりたいです」「1年生ではじめてだったけど、うまくやれた。友達ができた」という声が聞かれました。

東曾野木小学校絵本の読み聞かせの会

絵本「みんなにここに」の寸劇を披露

12月18日(水)、東曾野木小学校で絵本の読み聞かせ会が開催されました。この日は、いつもの絵本に加え、支え合いのしくみづくり会議曾野木・両川圏域のメンバーから助け合いの絵本「みんなにここに」の寸劇が披露されました。絵本のテーマでもある「助け合いとは?」「困っているときはお互い様」を絵本からは味わえないリアルな心情とともに子どもたちに伝えていました。劇を見た子どもたちからは「楽しかった」との声が聞かれました。



江南区男女共同参画推進事業

夫の本音 妻の本音とは?

12月21日(土)、男女共同参画推進事業の一環として「相手の気持ちを知って心をラクに!夫の本音 妻の本音」を開催しました。座談会形式で夫・妻の立場で聞いてみたいことについて意見交換したり、参加者全員で「今日からできること」を発表したりしました。アットホームな雰囲気の中、普段は話せないことまで話してしまったという場面もありました。



江南区からのお知らせ

- 回=日時 時=時間 場=場所 内=内容 対=対象・定員
参=参加費(記載のないものは無料) 持=持ち物 問=問い合わせ
申=申し込み(記載のないものは事前申し込み不要、当日直接会場へ)

新潟労働相談所 休日労働相談会

平日に相談できない方のために休日労働相談会を開催します。秘密は固く守られます。

- 回 2月16日(日)午後1時~4時30分
場 新潟地域振興局(秋葉区新津4524)
内 面談(要予約)または電話による労働相談
申 新潟労働相談所 ☎0250-23-6110

相続登記はお済みですか月間司法書士無料相談を実施中

2月中、新潟県内の司法書士事務所では相続登記について無料相談を実施しています。

- 司法書士無料相談(要予約)
毎週水曜日 午後1時30分~4時
☎025-244-5121
司法書士総合相談センター(電話相談)
平日 午前10時~正午、午後1時~4時
☎025-240-7867
多重債務ホットライン(電話相談)
平日 午前10時~正午、午後1時~4時
☎025-240-7974
☎新潟県司法書士会 ☎025-244-5121

これから運動を始めたいと考えている人へ運動でヘルスアップ

体力づくりや内臓脂肪解消のために効果的な運動のポイントを、実践を交えて伝えます。毎日の生活に運動を取り入れて、健康な体づくりをしてみませんか。

- 回 2月17日(月)、3月23日(月)
※全2回 午後1時30分~3時30分(受付:午後1時10分~)
場 亀田総合体育館
内 有酸素運動(ウォーキングなど)、ストレッチ、筋トレなど健康づくりのための運動と講話
対 先着20人
持 動きやすい服装、内履き、飲み物(水かお茶)、タオル
申 2月10日(月)までに、健康福祉課 健康増進係へ ☎025-382-4316
※申込者には事前に詳しい案内を送付します。

ぱくぱく幼児食講習会

- 幼児期は、離乳食が完了し、大人と同じ食事へ移行する大切な時期です。子どもの歯の生え方に合った食事を学び、悩みを一緒に解決しませんか。
回 3月4日(水) 午前10時~11時30分

- (受付:9時40分~)
場 亀田健康センター(江南区役所となり)
内 栄養士講話「幼児期の食生活について」、試食、グループワーク
対 1歳6か月頃の子どもの保護者 先着15人(保育あり:先着12人)
持 母子健康手帳、筆記用具
申 2月5日(水)から26日(水)までに健康福祉課 健康増進係へ
☎025-382-4316

江南区文化会館からのお知らせ

- アスパーク亀田内 ☎025-383-1001
スタインウェイ弾き込み希望者募集(4~6月分)

フルコンサートピアノの性能を引き出すため、無償で弾き込みをしてくれる人を募集しています。
回 毎週火曜日 午前10時~正午
場 同館 音楽演劇ホール
内 ピアノ教室の先生、大学・専門学校でピアノを専攻した人 各日先着1人(または1グループ) ※4~6月の間に1回のみ。機種:スタインウェイD-274 / 詳しい条件は要問い合わせ
申 電話で同館へ

公民館情報

- 亀田地区公民館
江南区文化会館内 ☎025-382-3703

学習用に部屋を開放します

- 回 2月8日・22日(いずれも土曜日)
午前9時~午後5時
場 同館 講座室1

- 対中・高校生を優先
毎月第2・第4火曜日開催
プチプチひろば
0歳児と保護者のための憩いの広場。育児について、ママ友づくりなどおしゃべりのできる居場所です。
回 2月25日(火)
午前10時~11時30分
場 同館 保育室
内 0歳児とその保護者(未就園児の兄弟姉妹は0歳児と一緒に参加可能)

横越地区公民館 いぶき野 1-1-2 ☎025-385-2043

- 子育てひろば
回 2月21日(金) 午前10時~11時30分
場 同館 保育室
内 ベビーヨガ体験
講師:中林朋子(ベビーヨガインストラクター)
対 4か月~1歳4か月の子どもとその保護者 先着13組
持 ヨガマットまたは大きめのバスタオル2枚、動きやすい服装、飲み物、タオル、着替え
申 2月3日(月)から電話で同館へ
心と体のセルフメンテナンス
~笑おう!ほぐそう!心と身体~
回 3月14日(土) 午後1時30分~3時30分
場 同館
講師 水科江利子(一般社団法人セルフアドヴァンス協会 代表理事)
対 先着20人
持 ヨガマットまたは大きめのバスタオル、内履き
申 2月3日(月)から電話で同館へ

路上駐車は除雪作業の妨げになるので、絶対にしないでください。また、道路への雪出しは交通事故の原因になりますので、絶対にしないでください。[問]建設課 維持係 ☎025・382・4762

江南区心配りと相談所 来所または電話相談(予約不要) 日毎週木曜日(祝日を除く)午後1時〜4時 場江南区福祉センター 問江南区社会福祉協議会 相談専用電話 ☎025・2500・7823

### KAMEKAI ～ハイパー・ミラクル・スーパー・エンジョイ・ファンタスティック・はまってしまう 亀西6-2コラボ梅まつり～

亀田西小学校6年2組が総合の授業で「藤五郎梅を中心としたまちづくり活動」をテーマに学習を進めてきました。その一環として毎月第3日曜日に行われるイベント「KAMEKAI」に子どもたちが参加し、考案した「藤五郎梅」「越の梅」などを使用した料理を販売します。農産物やスイーツの販売もあります。

回 2月16日(日) 午前11時～午後4時  
※小学生は正午～午後1時30分まで参加予定  
場 新潟亀田 わたご酒店(亀田四ツ興野2)  
因 農産物・スイーツ・料理の販売、ほか  
問 新潟亀田 わたご酒店 ☎025-382-5777



考案した梅料理の試作

### 曾野木地区公民館

天野 2-7-2 ☎ 025-280-6810

毎月第2・第4月曜日開催

### 子育てサロン ～ぽっかぽか～

回 2月10日(月) 午前10時～正午  
場 同館 保育室  
因 保育室の自由開放(子どもの自由遊びや保護者同士の情報交換など)  
※専門のスタッフはつきません  
因 未就園児と保護者(0歳児も参加可)

### ふれあい掲示板

市民グループなどの催しを掲載しています

### ボランティアきっかけづくり講座 視覚障がい者の暮らしとサポートを知ろう

視覚障がいの人と交流を行いながら、ボランティアを始めるきっかけづくりに一歩を踏み出してみませんか。  
回 2月17日(月) 午前10時～正午  
場 江南区福祉センター 2階会議室  
因 視覚障がい者の暮らしを知る、誘導の仕方、ボランティアの種類・心得など  
因 先着20人  
因 動きやすい服装  
問 江南区社会福祉協議会 ☎025-250-7743

### 江南区在宅医療・介護の区民公開講座 第5回こうなん健口フォーラム in 大江山

回 3月8日(日) 午後1時30分～午後3時30分  
場 大江山農村環境改善センター  
因 講演「人生百歳!! 楽しくよく噛んで生きましよう」  
講師: 江川 広子(明倫短期大学教授)  
咀嚼判定ガム体験、新潟えんげ甚句、歯科相談  
回 2月25日(火) までに新潟市地域包括支援センター大江山・横越 ☎025-278-7860

### 第9回 江南区パドミントン交流会

回 3月15日(日) 午前9時～試合終了まで(午前8時30分受付開始)  
場 亀田総合体育館  
因 ダブルス団体戦(A～Dのクラス別、1チーム6人以上、男女混成可)  
¥ 1チーム7,000円(高校生以下のみのチームは4,000円)  
回 2月20日(木) までに、亀田総合体育館に備え付けの申込書に必要事項を記入の上、体育館窓口へ提出または大会事務局(〒950-0114 江南区茗荷谷348-2 山崎あて)へ郵送  
問 江南区パドミントン協会事務局(山崎) ☎090-7265-6515

### 北方文化博物館 設立74周年記念行事

越後屈指の大地主の伊藤家が、建物・庭・美術品を後世に残すため、自らの財産を寄付し、財団法人北方文化博物館を創設してから、74周年を記念してのイベントです。

回 2月11日(火) 午前11時～午後1時30分  
因 先着74人にオリジナル五角餅(合格餅)プレゼント、三人搗き餅つき、団子まき、横越下芸保存会の神楽舞の披露、飲食振る舞い、など  
因 同館入館料(大人800円、日・祝は小中学生無料)  
問 北方文化博物館 ☎025-385-2001



### 円行寺 ゆったりお寺ヨガ

回 2月5日・19日(いずれも水曜日) 午後7時～8時  
場 円行寺 本堂(袋津5)  
¥ 600円(小・中学生は保護者同伴で200円)  
因 ヨガマットもしくはバスタオル、動きやすい服装、飲み物、タオル  
問 同施設 ☎025-382-6360

### 晴 ヨガ教室 体験参加

回 毎週水曜日午前10時～11時30分 毎週金曜日午前10時～11時30分 午後1時15分～2時45分  
場 江南区文化会館 1階和室 (第3金曜日は亀田地区コミュニティセンター)  
¥ 1,500円  
因 ヨガマット(貸し出し可能、動きやすい服装、飲み物、タオル)  
問 晴 Yoga.Style. 阿部 ☎090-1650-6428



### エコスタヨガ教室

回 2月15日(土) 午前10時～11時  
場 HARD OFF ECO スタジアム新潟  
因 先着25人  
¥ 700円  
因 ヨガマット(貸し出し可能)、動きやすい服装、飲み物、タオル  
問 同施設 ☎025-287-8900

### 2020年度「福寿大学」学生募集

高齢者の皆さん、楽しく学びませんか。全体授業(講演・研修旅行など)のほか、各部ごとに月2回授業を行っています。  
内容と日時  
・川柳の部 第2・4火曜日の午前  
・歌謡の部 第2・4木曜日の午前  
・健康の部 第2・4火曜日の午後  
・探訪の部 第2・4水曜日の午前  
・詩吟の部 第2・4金曜日の午後  
場 亀田市民会館  
因 50歳以上の人  
因 年間運営費2,500円、他に部活動費が必要  
回 2月20日(木) までに、年間運営費を添えて申し込み  
※締切後も随時申し込み可能です  
問 亀田福寿大学(桑原) ☎090-1661-3747

### 消防情報

### 消防士の視点

### 救急車は命をつなぐ大切なもの ～適正利用にご協力を！～

昨年の江南消防署における救急出動は2,395件で、一昨年と比べると20件増加しています。救急車はみんなのものです。本当に必要としている人のために、ゆずり合いの気持ちを持って上手に有効活用していきましょう。

### 新潟市の初期救急医療体制

新潟市急患診療センター  
住所: 中央区紫竹山3-3-11 ☎025(246)1199  
★平日の診療科目は内科・小児科・整形外科の対応を午後7時から  
★土曜の診療科目は内科・小児科の対応は午後2時から、整形外科は午後10時から  
★日曜・祝日の診療科目は内科・小児科の対応は午前7時から、整形外科・産婦人科・眼科・耳鼻咽喉科・脳外科の対応は午前9時からとなります。  
《詳しい時間帯は新潟市急患診療センターのホームページを確認ください》

### 夜間に救急車を呼ぶ? 病院に行く? 迷ったときは・・・

救急医療電話相談 (対象: 15歳以上)  
☎ #7119 または 025-284-7119

小児救急医療電話相談 (対象: 15歳未満の子ども)  
☎ #8000 または 025-288-2525

相談時間  
午後7時  
午前8時

問 江南消防署 地域防災課 地域防災係 救急担当 ☎025-381-2327

### こうなん健康レター

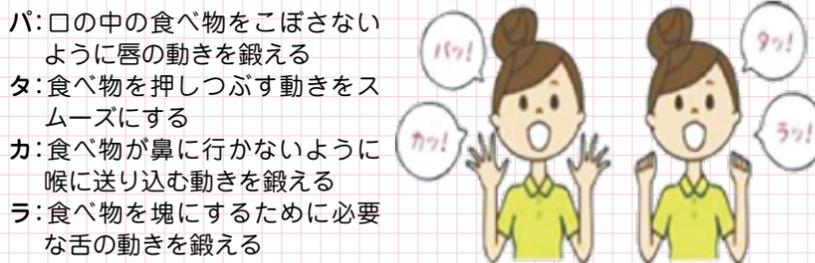
問 健康福祉課 健康増進係 ☎025-382-4316

### オーラルフレイル予防のために

オーラルフレイルとは、「わずかなむせ・かめない食品が増える」など歯、舌、口の周りの筋肉が加齢とともに衰えていく状態をいいます。口腔機能の低下は心身の低下にも繋がることから、予防するために日頃から意識して舌や口の体操などを取り入れていくことが大切です。



かむ力、飲み込む力を維持するには「パタカラ体操」が効果的です。大きな声で発声しゆっくりと口や舌を動かしながら大きな声で発音しましょう。



「自宅でできるパタカラ体操」

市では76歳の方を対象に、かむ・飲み込むなどの「お口の健康長寿健診」を実施しています。かかりつけ歯科医で定期健診を受けて、いつまでも自分の歯でしっかりかむことを心掛けましょう。

< 広告欄 > ※ 広告欄の掲載内容についての問い合わせは各広告主へ

### 区役所だよりこうなん広告募集

広告料 掲載1回あたり7,000円  
募集号 R2年3月15日号までの各号6枠ずつ(先着順)  
対象 江南区内にお店や事業所を持つ事業者(掲載不可の業種あり)  
広告サイズ 約3.9×7.9cm  
申し込み 所定の申込用紙を地域総務課に提出  
問 地域総務課 ☎025-382-4619