

はじめて、しままち。 **続報** はじめて、しままち。

しままちの魅力を発信する「はじめて、しままち。」プロジェクト。来月開催の新たなイベントを紹介しします。 地域課 (☎223-7025)

イベント **参加者募集!! 12/5(土)**
まち歩きの魅力も電子冊子にまとめよう

湊町の歴史を色濃く残すしままちエリアのまち歩きをしながら、参加者のみなさんでそのようすをひとつの電子版冊子「ZINE」にまとめるイベントです。

時間 午後1時～5時
集合場所 みなとぴあ 先着10人
筆記用具、スマートフォン、カメラ、ノートパソコン
※カメラとノートパソコンは持っている人のみ
メール件名に「12/5まち歩き」、本文に氏名、住所、参加人数、電話番号を記入し、「はじめて、しままち。」事務局 (niigata.shimomachi@gmail.com) へ

最新情報は イベントの詳細や最新情報は公式サイトで紹介しています。SNSやYouTubeチャンネルもこちらから。

取材 **本町と阿賀町の秋の実りが満載!**

レポート! 「新潟ひとつなぎ」で楽しくお買い物

11月3日、本町エリアと阿賀町の魅力をお互いに発信するイベント「新潟ひとつなぎ with 阿賀町」が、ぷらっと本町(本町通6)と人情横丁で開催されました。これは、「本町6・人情横丁みらいプロジェクト実行委員会」が、県内のまちをゲストに招いて、商店街で買い物をする楽しさを実感してもらおうと企画したもので、今回が初開催となりました。

イベントは、新鮮な野菜が並ぶ朝市や飲食ブースのほか、阿賀町のお祭り「狐の嫁入り行列」のメイク体験などがあり、来場した人たちは2つのエリアの魅力を存分に楽しんでいました。狐のメイク体験をした熊本菜菜さんは「最初は恥ずかしかったけど、メイクが終わると気分が良くなりました」と満足したようす。母親の貫恵さんは「コロナ禍で少し不安もありましたが、しっかり対策されていて安心しました。今後もこのようなイベントを続けてほしいです」と話していました。

同日開催された本町通5のマルシェにも多くの人が集まりました。

11月30日は「人生会議の日」
人生100年時代、最期まで自分らしく生きるために

区では、「話そう・つなごう・あなたの想い 終活きっかけ作り事業」として、「人生会議」についてみなさんに知ってもらい、話し合うきっかけにつながる取り組みを進めています。

「人生会議」とは、人生で大切にしていることや、どのような医療やケアを望んでいるかについて、信頼する人たちと話し合い、共有する取り組みをいいます。自分らしい生き方について事前に意思表示があれば、自分や家族など、大切な人の心の負担を軽くすることができるかもしれません。

まずは、身近な人と「人生会議」してみませんか。

健康福祉課高齢介護担当 (☎223-7221)
※11月30日は「いい看取り・看取られ」の語呂に合わせ、厚生労働省が「人生会議の日」と定めています。

人生会議のよくある疑問 もっと詳しく知りたい人は、厚生労働省人生会議学習サイト=右の2次元コード=をご覧ください。

人生会議の目的は、**人生を豊かにすること**です。希望や価値観を共有するため、「これからどんなふうに生きたいか」「大切にしたいこと」を話し合います。

元気な今だからこそ、いろいろな話をしましょう。**信頼できる人たちが、自分のことをよく知っていること**が、もしものときの助けになります。

人生会議は、個人の気持ちを大切に
するものです。**知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。**

公民館
※公民館の申込受付は午前9時から

東地区公民館 ☎241-4119
〒950-0083 中央区蒲原町7-1

子育てサロン「のんのん」
回12月7日・14日・21日・28日(いずれも月曜)午前10時～午後2時(出入り自由。昼食の持参可)
自由遊び ※毎回午前11時から絵本の読み聞かせを実施。12月21日は保健師による育児相談あり。
乳幼児と保護者 当日直接会場

「のんのん」運営ボランティア募集 詳しくはお問い合わせください。

親子で!! あそぼ
回12月12日(土)午前10時～11時40分
親子遊び「おおかみと子やぎ」ごっこ遊び、おはなしの時間、うたあそびの時間、ほか
1歳8カ月以上の就学前児と保護者先着20組
※きょうだいの同伴可 飲み物、内履き
回11月17日(火)から12月11日(金)午後1時までにメール件名に「親子であそぼ申し込み」および本文に保護者と子どもの氏名(ふりがな)、住所、電話番号、子どもの生年月日を入力し同館(higashi.co@city.niigata.lg.jp)へ

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11月17日(火)午後1時30分～3時30分
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「おうちで読みたいオススメ本!」を開催。
当日直接会場

ひよこファミリーらんど
回12月1日・8日・15日・22日(いずれも火曜)午前10時～正午 保育室の開放
乳幼児と保護者先着7組
当日直接会場 ※12月8日はイベント「ひよこデイ コモド・マムの小さな音楽会」を開催します(事前の申し込みが必要。詳しくは本誌11月1日号に記載)。

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

ご近所だんぎ「みんなで笑って健康に」
回11月30日(月)午後1時30分～3時
笑いヨガの体験
先着40人 筆記用具
当日直接会場 ※動きやすい服装でお越しください

幼児期家庭教育学級(全3回)
時間 午前10時～正午

期日	内容
12/2(水)	「みんなどうしてる?話してスッキリ、学んでホッと」子どもの心の育ちに寄り添ったコミュニケーションとは ※オンライン受講可(無料会議アプリZoomを使用)
12/9(水)	「大丈夫?気になる子どもの運動不足」子どもの成長に必要な運動、家庭でできる運動遊び
12/15(火)	「リフレッシュタイム 自分に優しくする時間」バランスボールエクササイズでリフレッシュ

乳幼児の保護者16人 ※保育なし。応募多数の場合は抽選(抽選結果は11月25日に発送)
筆記用具
あす16日(月)から11月23日(祝)までに電話で同館へ

冬休み子ども体験事業「きらめきハーバリウムを作ろう」
回12月25日(金)午後1時30分～3時30分
小学生25人 ※応募多数の場合は抽選(当選者のみ12月11日に案内を発送)
はさみ、手拭きタオル、持ち帰り用の袋
¥600円
回11月17日(火)から12月9日(水)までに電話で同館へ

○本誌掲載の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。
○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。
○イベント当日、体調に不安がある方は、参加をご遠慮ください。