

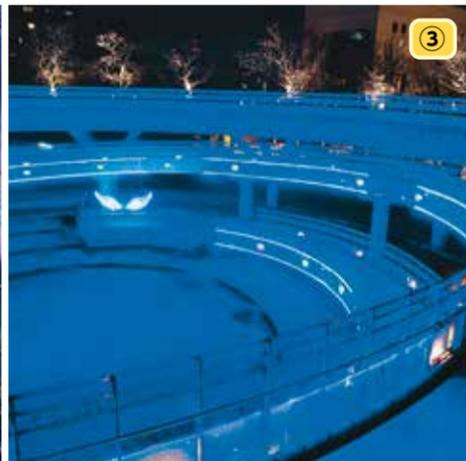
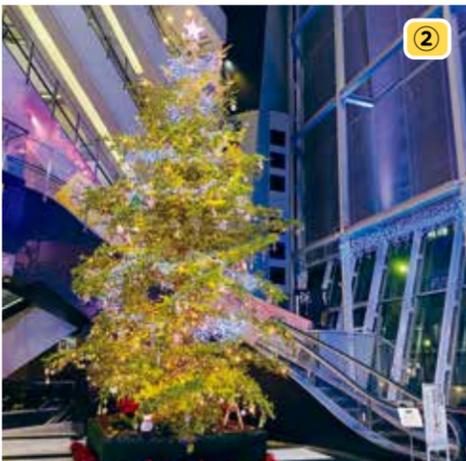
中央区役所だより 発行:新潟市 中央区役所 地域課 〒951-8553 新潟市中央区西堀通6番町866番地 電話:025-223-7035

冬を彩るキラキラ★イルミネーション

寒空の下、まばゆく光るイルミネーションを見て心を温めてみませんか？

① 令和4年1月10日(月・祝)まで
 場 いくとぴあ食花
 料 高校生以上 500円、小中学生 300円 ※就学前児は無料
 問 同館(☎282-4181)

- 写真① いくとぴあ食花 スイーツファンタジー
- 写真② NEXT21 巨大クリスマスツリー 1階アトリウムで12月25日(土)まで
- 写真③ 白山公園 空中庭園イルミネーション 令和4年1月30日(日)まで
- 写真④ 2021NIIGATA光のページェント (けやき通りで令和4年1月31日(月)まで)



区内の窓口・ごみ処理など 年末年始のご案内

12月29日～1月3日の証明書発行

12月29日(水)から来年1月3日(月)まで区役所・出張所・連絡所・行政サービスコーナーは休みとなりますが、パスポートセンターでは、一部の証明書を下記の期間発行しています。市営西堀地下駐車場をご利用の方には駐車料金を1時間減免します。

施設	開庁日時	業務内容	問い合わせ
パスポートセンター (NEXT21 2階、☎226-7744)	12/29(水)・30(木)、令和4年1/3(月) 午前10時～午後7時	●住民票の写し、印鑑登録証明書、市・県民税課税(所得)証明書の交付 ※戸籍証明書の交付、住民票の写しの広域交付、印鑑登録、住所の異動届、マイナンバーカードなどの手続きは不可 ●パスポートの交付 ※申請は不可	市役所コールセンター (☎243-4894、年中無休) 電話受付時間 午前8時～午後9時 ※年末年始は午後5時まで

※12/29から1/3まで各区役所(警備室・時間外窓口)では、戸籍の届け出のみ24時間受け付けています。

マイナンバーカードをお持ちの方は

コンビニ交付サービスで住民票の写しや印鑑証明書を取得することができます(午前6時30分～午後11時)。

一般家庭ごみの収集

燃やすごみの特別収集は12月31日(金)です

収集時間 午前の地区は午前9時まで、午後の地区は正午まで。 ※12月30日(木)までは通常収集です。来年1月1日(土・祝)～3日(月)は収集を行いません。

古紙はリサイクルへ

古紙は、拠点回収場所へ出すと資源としてリサイクルされ、処理手数料はかかりません。年末の大掃除のあとは下記の拠点回収を利用し、ごみの減量やリサイクルの推進にご協力ください。

☎市廃棄物対策課(☎226-1407)

回収場所	回収日時
市陸上競技場駐車場	毎日9:00～17:00 ※12/29～1/3は休み
南出張所	毎週土曜日9:00～12:00 ※12/31～1/3は休み
エコプラザ (東区下木戸3-4-2、☎270-3009)	月曜日を除く毎日9:00～17:00(月曜日が祝休日の場合は翌日休み) ※12/29～1/3は休み

※一般家庭から出たものに限ります。新聞、雑誌・雑がみ、段ボール、紙パックに分別して出してください。

ごみの自己搬入

12月31日(金)正午まで受け付けています。年始は1月4日(火)から受け付けます。年末年始は混雑が予想されます。

☎祝休日を除く月曜～土曜日の午前8時30分～午後4時(午後0時15分～1時を除く。土曜日は午後3時まで)

☎新田清掃センター(西区笠木3644-1、☎263-1416)、亀田清掃センター(江南区亀田1835-1、☎382-4371) ※廃棄物処理手数料が必要。

対象のごみ 燃やすごみ、燃やさないごみ、粗大ごみ

☎市循環社会推進課(☎226-1423)

廃食用油の回収

家庭から排出される廃食用油は、毎月1回の拠点回収をご利用ください。回収した廃食用油は、鶏用飼料などにリサイクルされます。

☎毎月第1土曜 ※1月のみ8日(土) 午前9時～正午

☎市役所本庁舎西玄関警備室前、南出張所 ※エコプラザでも古紙の回収 =左表=と同じ日時で回収しています。

☎市環境政策課(☎226-1365)

長年の地域活動を称えて 自治会長・町内会長に感謝状を贈呈

11月11日、市民プラザで「令和3年度 中央区自治会長・町内会長感謝の集い」を開催しました。

より良い地域社会を作るための先導役として尽力してきた、勤続10年と20年の自治会長・町内会長の皆さんに、日根区長が感謝状と記念品を贈り、日頃の活動に対してお礼の言葉を述べました。

井筒昇(湊町通二ノ町町内会)さんは、穏やかな表情で「言葉で20年と表すと長く続けてきたように感じますが、自分ではあっという間に時が過ぎていました。加入者から、町内の人の顔を知り過ぎしやすい地域にしたいという声があがり、これまで納涼会や新年会を続けてきました。周囲の協力で活動ができています」と話しました。



自治会長・町内会長永年勤続被表彰者(敬称略・50音順)

- 【20年】**井筒昇(湊町通二ノ町町内会)、利根川雄二(西湊町2ノ町団地自治会)
【10年】里村和彦(西堀九自治会)、重長幹夫(南近江自治会)、清水大三郎(礎町二・下大川前二町内会)、関本竜一(沼垂上二ノ丁町内会)、曾山正明(本町通九番町自治会)、田辺龍治(本町十三自治会)、土屋誉士男(月町自治会)、長谷川紘(入船町三丁目町内会)、若槻寛三(東湊町三ノ町町内会)

もっと身近に「男女共同参画」シリーズ③ 一人ひとりが暮らしやすい社会をつくるために

今回は、中央区男女共同参画地域推進員の半田弘幸さんが、身近な男女共同参画について紹介します。



コラム 「今振り返ってみれば…」

今から28年前、結婚したばかりの頃の出来事です。夫婦で分担して食後の片付けをしていた時、近所に住む義理の母が来て妻にあきれ顔でひと言。「女のあなたがやらないで外で働いて疲れている弘幸さんに何させているの!」妻も働いていましたが…。

また、こんな出来事も。翌年に妻が第一子を妊娠し、「母親学級」に初めて2人で参加した時、お父さんの参加は私だけ。その後の回も2人で参加したところ、初回では私だけだった教室も、回を重ねるごとにお父さんの参加が増えてきました。最後の回を終えた頃、一緒に参加していたお母さんが近づいてきて、「半田さんのおかげで夫と一緒に参加することができました!」とにっこり。今では母親学級は安産教室という名前になっているようです。

その後、子どもが生まれ、保育園に入園し、その園初のお父さん保護者会長にもなりました。

振り返ってみれば、私の日常の中に男女共同参画はありました。

☎地域課(☎223-7023)

本誌の掲載情報は12月13日時点のものです。

栄養に気をつけて フレイルを予防!

高齢になるにつれて心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながり)が低下した状態を「フレイル」といいます。多くの人が健康な状態からフレイルの段階を経て、要介護状態になると考えられます。

☎健康福祉課健康増進係(☎223-7246)

プチ特集 フレイルを予防するために 第3回 「フレイル」と「低栄養予防」

食事が減り、低栄養となると、筋力の衰えを招き、転倒・骨折の危険性が高まります。「気付いたら瘦せていた」ということも珍しくありません。日頃からしっかり食べて、体を動かすことを習慣にしましょう。

たんぱく質の食品を意識的にとろう!



筋肉のもとになるたんぱく質を多く含む食品

フレイルチェック教室

時間 午後1時30分～3時30分

※受け付けは1時から

期日	会場	定員(先着)
1/21(金)	北部総合コミュニティセンター	15人
1/26(水)	東地域保健福祉センター	15人

☎握力・筋力量などの計測、日常生活の見直し

☑65歳以上の人

☎飲み物 ※北部総合コミュニティセンターは内履き必要

☎12月21日(火)から各実施日の2日前までに電話で

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



連載 とやの物語 × SDGs ③

活動紹介 ごみの分布と対策を考えよう

「鳥屋野瀧の周辺にごみが捨てられるのはなぜだろう」そんな疑問を抱いた中高生が、瀧に捨てられるごみの分析と、ごみのポイ捨てを防ぐ施策を考えました。

高志中等教育学校のSDGs推進委員会が企画し、山瀧中学校も参加。学校連携で行われた活動です。11月3日の清掃活動では、瀧周辺のごみを拾いながら、ごみの種類と落ちていた場所を記録していきました。

学校に戻り分析を始めると、コンビニの近くには食品の袋やペットボトル、住宅街には日用品が多く捨てられていることが分かってきました。生徒たちは「草の茂みに隠すように捨てられているから、草を刈ってみては?」「きれいな花を植えたらごみを捨てづらくなるよね」などと、次々に改善策を出していきました。

参加した山瀧中の大野百花さんは、「瀧の状況を実際に見て、捨てられているごみの多さを痛感しました。まずは今日感じたことを友達に伝えるなど、自分にできることから始めたいです」と話していました。



この活動と関連するSDGsの目標

- 11 住み続けられるまちづくりを
- 12 つくる責任 つかう責任
- 14 海の豊かさを守ろう
- 15 陸の豊かさを守ろう
- 17 パートナーシップで目標を達成しよう

開催中 とやの物語2021パネル展

鳥屋野瀧の歴史や環境などを、懐かしい写真を交えながら紹介しています。

☎12月24日(金)午後3時まで ☎市役所本館

☎同実行委員会事務局(窓口サービス課内、☎223-7168)

令和3年度 第7回自治協議会の概要

11月26日に第7回自治協議会を開催しました。会議の概要や資料は、市役所本館1階市政情報室で閲覧できるほか、区ホームページに掲載します。

■主な議題

- ①令和4年度中央区特色ある区づくり予算(区役所企画事業)について意見集約
- ②除雪体制等の見直しについて報告
- ③公共施設再編案の作成手順について報告

■第8回の開催案内

☎12月24日(金)午後3時から

☎中央区役所(NEXT21)5階対策室

傍聴者の定員 先着10人

※議題は、市役所本館や中央区役所・東出張所・南出張所に掲示するほか、区ホームページに掲載します。

☎地域課(☎223-7023)

鍵を掛けて 声を掛けて

年末年始には外出時はもちろん、家にいるときでも鍵を掛ける自主的な防犯対策が大切です。地域で声を掛け合い、不審な人を見かけたら110番しましょう。

☎総務課(☎223-7064)



■確認しよう!防犯対策

1. 鍵掛けの徹底を
2. 防犯性能の高い錠やドアへの交換を
3. 鍵は複数個、窓にも補助錠を
4. 愛車にはドアロックを
5. 地域の連帯の強化を

冬の交通事故を防ごう!

■横断歩行者の保護

横断歩道は歩行者が最優先です。ドライバーは、早めにライトを点灯して、横断者がいる場合は一時停止を徹底しましょう。歩行者は、夜光反射材を身につけましょう。



■飲酒運転の根絶

年末年始は、お酒を飲む機会が多い時期です。わずかな量でも、お酒を飲んだあとに車を運転してはいけません。自分自身はもちろん、周りの人が飲酒運転をしないよう、お互いに呼びかけあいましょう。「飲酒運転はしない、させない、ゆるさない」を合言葉に飲酒運転をなくしましょう。

☎総務課(☎223-7064)



…………… < 広告欄 > ……………

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。受付などで検温を行う場合があります。体調に不安がある方は参加をご遠慮ください。

※電話番号は市外局番(025)を省略しています。
※掲載の二次元コードを読み取ることができない人は各イベント主催者へお問い合わせください。

公民館

※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

■ひよこファミリーらんど

回 令和4年1月11日・18日・25日(いずれも火曜)
午前10時～正午 内 保育室の開放
人 乳幼児と保護者先着7組 持 バスタオル

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(全4回)

時間 午後1時30分～3時30分

期日(令和4年)	内容
1/29(土)	音や言葉に色が見える!?共感覚の不思議な世界
2/5(土)	越後平野の生い立ち
2/19(土)	重力波で探るブラックホール
2/26(土)	水素エネルギー社会の科学

人 先着70人 ※1回より受講可 持 筆記用具
申 12月21日(火)から電話で同館へ

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

■子育てサロン「ピーカーぶー」

回 12月24日(金)午前10時～11時30分 ※出入り自由
内 自由遊び、情報交換
人 0歳児と保護者先着7組 持 バスタオル

■子育てサロン「いちごランド」

回 令和4年1月17日(月) 午前10時～11時30分
※出入り自由 内 自由遊び、情報交換、絵本の読み聞かせ
人 未就園児と保護者先着8組 持 バスタオル

関屋地区公民館 ☎266-4939
〒951-8164 中央区関屋昭和町3-148-1

■子育てネットまつぼっくり

回 令和4年1月7日・14日・21日・28日(いずれも金曜)午前10時～正午
内 親子の遊び場 人 乳幼児と保護者

■おもちゃの修理「おもちゃ病院にいがた」

回 令和4年1月7日(金)午前10時～正午
内 壊れたおもちゃの修理 料 無料(実費負担の場合あり)

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。

■中央区教育ミーティングを傍聴しませんか

回 12月24日(金)午後1時30分～2時30分 ※受け付けは1時15分から 場 中央区役所(NEXT21)5階対策室
内 区担当教育委員と区自治協議会委員による意見交換
意見交換のテーマ コミュニティ・スクール
人 15人 ※定員を超えた場合は受け付け開始時点の人数で抽選
内 中央区教育支援センター(☎223-7026)

■文化財センター 開館時間を変更

回 令和4年1月8日～3月31日までのいずれも土・日・祝日
開館時間 午前10時～午後4時
内 文化財センター(☎378-0480)

健康・福祉

各事業の申・内連絡先一覧

- ①健康福祉課健康増進係
【妊娠～乳幼児期講座担当】 ☎223-7237
- ②東地域保健福祉センター
東万代町9-52 ☎243-5312
- ③南地域保健福祉センター
新和3-3-1 ☎285-2373
- ④中央地域保健福祉センター(12月24日で廃止)
関屋下川原町1-3-11 ☎266-5172
12月27日以降の移転先は、中央健康センター
稲荷町3511-1(北部総合コミュニティセンター1階)
職員は常駐していません。問い合わせ先は、健康福祉課地域保健福祉担当 ☎223-7039
- ⑤子育て交流ぽーとtete ☎080-9680-6822
- ⑥はっぴい mama応援団 ☎278-3177、水曜定休
- ⑦市役所コールセンター ☎243-4894

- ・ご自宅での体温測定をお願いします。
- ・体調不良の場合には、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。
- ・妊娠～乳幼児期講座には母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃんをお連れの方)を持参してください。
※他に必要な持ち物は各講座案内で追記

■みんなでつながるにっこにこ子育て応援事業(毎月開催)

※中央区在住の人が対象です。
※会場の都合により、妊カフェ・育カフェ・10か月育ちの講座は会場が当初の予定と変更になっています。
内 保健師や助産師への相談、講座、参加者同士の情報交換、ほか
申 各講座の申し込み開始日午前8時30分から携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み

■妊カフェ(会場・リモート開催) 妊娠期

回 令和4年1月8日(土)午後1時30分～3時30分
場 燕喜館(白山公園内) ※リモートも同日開催
人 妊婦 ※パートナーの参加可(リモート開催のみ)
会場：先着12人 リモート：定員なし
申 12月22日(水)から 内 一覧⑤

■妊婦オンライン個別相談(電話またはリモート開催) 妊娠期

回 毎週水曜午後3時～5時、毎週日曜午前10時～正午
人 妊婦若干名 ※パートナーの参加可
申 各開催日の前日午後5時まで ※電話相談は予約なしでも利用可(予約者優先) 内 一覧⑤

■育カフェ(会場・リモート開催)

生後1～5カ月
人 生後1～5カ月の子どもと母親
申 12月22日(水)から 内 一覧⑤
時間 午前10時～11時30分

開催方法	期日(令和4年)	会場	定員(先着)
会場	1/14(金)	燕喜館(白山公園内)	12組
	1/21(金)		8組
リモート	1/21(金)		6組

■育ばる(会場開催) 生後6～9カ月

回 令和4年1月12日(水)午前10時～11時30分 ※受け付けは9時45分から
場 子育て応援ひろば(西堀前通6、Co-C.G.4階)
人 おおむね生後6～9カ月の子どもと保護者9組
※抽選(初めて参加する人を優先)
申 12月22日(水)から12月29日(水)まで ※令和4年1月5日以降に抽選結果を発送 内 一覧⑥

■10か月育ちの講座(会場・リモート開催) 生後10カ月

人 令和3年3月生まれの子ども(25日は令和3年2月生まれも対象)と保護者 内 一覧⑥
時間 午前10時～11時30分

開催方法	期日(令和4年)	会場	定員(先着)	申し込み期間
会場	1/25(火)	中央健康センター	6組	12/22(水)から各開催日の前日まで
	1/26(水)	南地域保健福祉センター	8組	
リモート	1/26(水)		20組	12/22(水)から1/19(水)まで

■妊婦歯科健康診査 妊娠期

人 中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦
持 妊婦歯科健診受診票、ハンカチまたはタオル
申 12月22日(水)から各開催日の2日前までに電話で一覧⑦へ
受付時間 午後1時～2時15分

期日(令和4年)	会場	定員(先着)
1/7(金)	南地域保健福祉センター	39人
1/13(木)	中央健康センター	24人

■安産教室 妊娠期

回 令和4年1月26日(水)午後1時30分～3時30分
※受け付けは1時15分から
場 南地域保健福祉センター
内 歯科衛生士・栄養士・助産師による講話
人 出産予定月が令和4年4月～令和4年5月までの中央区在住の妊婦先着15人 持 筆記用具
申 12月22日(水)から令和4年1月5日(水)までに電話で一覧①へ

■はじめての離乳食 生後5カ月

内 離乳食の始め方と進め方の講話
人 おおむね生後5カ月の子どもの保育者
申 12月22日(水)から各実施日の2日前までに電話で一覧⑦へ
時間 午後1時30分～2時30分 ※受け付けは1時15分から

期日(令和4年)	会場	定員(先着)
1/19(水)	東地域保健福祉センター	15人
1/20(木)	南地域保健福祉センター	

■育児相談 乳幼児

人 中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、各申し込み先まで。
申 12月22日(水)から ※先着順
◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

期日(令和4年)	時間	会場	申し込み先
1/6(木)	9:30～11:00 ◎◆	中央健康センター	一覧④
1/19(水)	9:30～11:00 ◎◆	南地域保健福祉センター	一覧③
	13:30～15:00 ◎		
1/27(木)	13:30～15:00 ◎	東地域保健福祉センター	一覧②

■健康相談【一般】

内 保健師・栄養士による個別相談
持 健診や人間ドックの受診結果
申 各実施日の2日前までに電話で各申し込み先まで

期日(令和4年)	受付時間	会場	申し込み先
1/12(水)	13:30～14:30	白新コミュニティハウス	一覧④
1/14(金)	9:15～11:00	南地域保健福祉センター	一覧③
1/14(金)	13:30～14:30	東地域保健福祉センター	一覧②

本紙掲載の催しに参加する際はできるだけ公共交通機関をご利用ください。

《広告欄》

