

区の人口 (住民基本台帳による)	
人口	173,721人 (-12)
男	82,450人 (+4)
女	91,271人 (-16)
世帯	89,094世帯 (+37)
※令和4年5月末現在の住民基本台帳による。()内は前月末比	

野鳥を探しに出かけよう!

四季折々でさまざまな野鳥が観察できるバードウォッチング。鳥屋野潟などの豊かな自然環境には、さまざまな野鳥が姿を現します。身近に住む野鳥を観察しに出かけてみませんか?

鳥屋野潟で見られる野鳥



アオサギ

全長 93cm
 ・日本のサギの仲間では最も大きな鳥。
 ・餌(魚やザリガニなど)を探して水辺をゆっくり歩いている。

グワァー、ゴァー、キャ



キジ

全長 60~80cm
 ・日本の国鳥に選定されている。
 ・顔が赤いのがオスで、なわばりを示すときに大きな声で鳴く。

ケーン ケーン



カンムリカイツブリ

全長 56cm
 ・水中によく潜り、魚を主食とする。
 ・親子で水面を泳ぐ姿を見ることができるかも。

クワツ クワツ クワツ

鳥屋野潟の探鳥スポット

鳥観庵
 県立鳥屋野潟公園内(産業振興センター近く)の野鳥観察舎。誰でも利用することができます。
 利用時間 9:00~16:00



西海岸公園で見られる野鳥



シジュウカラ

全長 14cm
 ・街中でも身近に見られる。
 ・他の種類の鳥と混ざった群れを作っていることも。

ツーピー ツーピー、ツツピー



カワラヒワ

全長 14cm
 ・種子を好んで食べる。
 ・飛翔したとき、羽に黄色い帯が見られる。

キリリ、コロコ、ジュイーン

木の葉が落ちる秋以降は特に見つけやすい!

野鳥観察に魅せられて「見つける」を楽しむバードウォッチング

日本には約600種の野鳥が確認されており、新潟でも多くの野鳥が生息しています。市内には、そんな野鳥の観察を楽しむ団体「にいがた野鳥の会」が活動しています。今回、同会会長の熊木さんに話を聞きました。

癒しの野鳥

自然の中に入った時、聴こえる小鳥のさえずりや、野鳥の綺麗な目に癒されます。野鳥観察を始めて40年ですが、今まで見たことがなかった野鳥を見つけたときは、とても楽しい瞬間ですね。

鳥屋野潟の野鳥観察

中央区でいえば、鳥屋野潟は林もあるので、潟では水辺の鳥、林では小鳥と、さまざまな野鳥を同時に観察できるのは魅力的です。また、冬には白鳥が飛来しますし、鳥屋野潟でも約3千羽もの白鳥が確認されています。

教える楽しさ

現在はガイドとして、初心者にはバードウォッチングのやり方を教えています。魅力を伝えることができ、そしてまた野鳥観察の楽しさを共有できるのは嬉しいですね。



熊木 高志さん
好きな鳥:カワセミ

自然観察会・体験会の紹介

市内や近隣エリアでは、さまざまな自然観察会・体験会が開催されています。バードウォッチングや植物観察など、身近な自然環境に触れられる体験会に気軽に参加してみませんか。

詳しくは右の二次元コードから読み取り。



これだけは押さえよう!

バードウォッチングの準備やマナーのあれこれガイド

これは必須!

服装・持ち物編

動きやすい服装がポイント!

チェックリスト

- ウエストバッグなど(両手が空くもの)
- 双眼鏡(8~10倍)
- 雨具
-
- あったらよいもの
- ノート(ポケットサイズ)
- 野鳥図鑑

夏のスタイル



夏は熱中症対策!

冬のスタイル



冬は防寒対策!

絶対大事!

マナー編

- 野鳥を不安にさせない距離から観察しよう
- 静かに観察、野鳥を驚かせないようにしよう
- 足元の草木にも気を配ろう
- ほかの人の迷惑にならないように

野鳥や自然、人への気配りを忘れずに楽しもう!

野鳥を見つける第一歩!

観察のコツ編

- ① まずは静かに鳥の声を聞こう
- ② 鳴き声が聞こえたらその方向に目を向けて
- ③ 見る角度を変えながら木々や草木に隠れた野鳥を探してみよう



えんでこ まち歩き!

を開催しました

まち歩きの達人新潟シティガイドがまちの魅力をわかりやすく解説する、えんでこまち歩きを開催しました。新しくなった新潟駅を背に出発した「にいがた2kmプラスワンコース」では、古いものを残しつつ変化するまちを感じられました。

石宮公園を出発し、初代萬代橋親柱や万代クロッシングにある二代目の橋脚を見学してから萬代橋を渡りました。途中立ち寄ったメディアシップ展望室では、かつては沼垂から東区側が新発田藩の領地であったことや、最近発売された推理マンガの表紙にみなとぴあが写っていることなど街の話を聞くことができました。



旧齋藤家別邸と白壁通り

その後、昔の街並みが残る古町地区を通り、大正期の雰囲気を残す旧齋藤家別邸に到着しました。

その後、昔の街並みが残る古町地区を通り、大正期の雰囲気を残す旧齋藤家別邸に到着しました。



メディアシップ展望室から見える信濃川流域の街並み

まだまだ募集中/ フォトコンテスト開催中!

新潟駅、万代、古町をつなぐほぼ2kmの都心エリア「にいがた2km」をテーマとしたフォトコンテストを開催中です。インスタグラムで魅力的な街並みを発信してみませんか?

募集期間	6月30日(木)まで
募集方法	①インスタグラムで新潟市中央区役所【公式】(@niigatashichuoku)をフォロー ②ハッシュタグ「#にいがた2kmの街巡り」「#中央区フォトコン2022」を付けて写真を投稿
賞品	新潟市・佐渡市共通商品券 グランプリ(1人):10,000円分 優秀賞(5人):5,000円分
入賞者発表	令和4年9月頃

詳しくは右の二次元コードから読み取り

☎地域課(☎223-7035)



必要なのは事前予約とカメラだけ 古町芸妓お昼の舞 参加者募集中

☎7月23日(土)全2回
時間 ①午後2時~2時20分 ②午後2時30分~2時50分
場 新潟古町まちみなと情報館(古町通7)
内 古町芸妓2人による舞の披露、記念撮影 ※新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、距離をとっての撮影となります。
人 先着15人 ※会場定員の半分以下です。回ごとに会場内の換気、席の消毒を行います。
申 電話で新潟三業協同組合(☎222-2237、午前10時~午後4時、日曜・祝日休み)へ ※希望する日時と参加者全員の氏名・電話番号・住所をお伝えください。
☎地域課産業文化振興室(☎223-7054)

ふるまちモール7七夕かざり

6月30日(木)から7月24日(日)までの間、ふるまちモール7と古町ルフル広場を華やかな七夕かざりで彩ります。また、下記の日程でガラポン抽選会を行います。

■総額777千円のガラポン抽選会
古町7番町・榎谷小路商店街のガラポン参加店で1,000円以上の買い物・飲食をした人へ、お買い物券が当たる抽選券を配布します。
※抽選券が無くなり次第終了

■抽選券配布期間
6月30日(木)から7月10日(日)まで

■抽選日
7月8日(金)から10日(日)午前10時30分から午後6時

☎古町7番町商店街振興組合(☎222-0665)

※昨年のような

一部の窓口でキャッシュレス決済が利用できます

窓口サービス課と南出張所にて、各種証明書などの交付手数料をキャッシュレス決済で支払うことができるようになりました。

☎窓口サービス課(☎223-7106)

対象手数料
住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍証明書、所得証明書の交付手数料、ほか

利用できるキャッシュレスの種類

クレジットカード	AMERICAN EXPRESS、JCB、Diners Club、VISA、Mastercard
電子マネー	QUICPay+、交通系電子マネー、nanaco、楽天Edy、WAON
二次元コード※	Alipay、WeChat Pay、SmartCode、d払い、PayPay、楽天ペイ
その他	J-Debit

※二次元コードは、現在準備中です。

アルビレックス新潟 ユニフォームを掲示

☎総務課(☎223-7082)

4月26日、アルビレックス新潟より中原市長および8区区長に各区名前入りのユニフォームの贈呈がありました。現在中央区名が入ったユニフォームは、NEXT21・2階総合案内横に掲示しています。

がんばれ
アルビレックス
新潟

©1999 ALBIREX NIIGATA INC.

◀広告欄▶

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。

健康・福祉

各事業の☑・📍連絡先一覧

- ①健康福祉課健康増進係
【妊娠～乳幼児期担当】 ☎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

・開催日当日は、ご自宅で体温測定をお願いします。
 ・本人・同伴者・同居家族が開催日より1週間以内に県外に行った人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

■妊婦歯科健康診査 妊娠中

☑中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦
 ☑6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	会場	定員(先着)
7/1(金)	東地域保健福祉センター	39人
7/14(木)	中央健康センター	24人

■安産教室 妊娠中

☑7月27日(水)午後1時30分～3時30分 ※受け付けは1時15分から
 📍東地域保健福祉センター
 内容 歯科衛生士・栄養士・助産師による講話
 ☑出産予定日が令和4年10月～令和4年11月までの中央区在住の妊婦先着15人
 ☑6月22日(水)から7月6日(水)までに電話で一覧①へ

■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。
 ☑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
 ☑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 妊娠中

☑妊婦(土曜日はパートナーの参加可)先着6組 ※2回1コース。両日参加できる人を優先。
 ☑6月22日(水)から 一覧⑤
 時間 午後1時30分～3時30分



期日	会場
7/11(月)	東地域保健福祉センター
7/23(土)	子育て応援ひろば(西堀前通6)

■育カフェ 生後1～5カ月

☑7月8日・15日(いずれも金曜)午前10時～11時30分
 📍燕喜館(白山公園内)
 ☑生後1～5カ月の子どもと保護者先着12組
 ☑6月22日(水)から 一覧⑤



■育ばる 生後6～9カ月

☑7月13日(水)午前10時～11時30分
 ※受け付けは9時45分から
 📍子育て応援ひろば(西堀前通6)
 ☑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)
 ☑6月22日(水)から6月29日(水)まで ※6月30日以降に抽選結果を通知
 一覧⑥



■10か月育ちの講座 生後10カ月

☑令和3年9月生まれの子どもと保護者
 ☑6月22日(水)から各開催日の前日まで 一覧⑥
 時間 午前10時～11時30分



期日	会場	定員(先着)
7/26(火)	中央健康センター	6組
7/27(水)	はっぴいmamaはうす(神道寺1)	8組

■はじめての離乳食 生後5カ月

☑おおむね生後5カ月の子どもの保育者先着15人
 内容 離乳食の始め方と進め方
 ☑6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	会場	定員(先着)
7/20(水)	東地域保健福祉センター	15人
7/21(木)	南地域保健福祉センター	

■育児相談 乳幼児

☑中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、申し込み先へお問い合わせください。
 ☑6月22日(水)から電話で各申し込み先へ ※先着順

期日	時間	会場	申し込み先
7/7(木)	9:30～11:00	◎◆中央健康センター	一覧④
7/20(水)	9:30～11:00	◎◆南地域保健福祉センター	一覧③
	13:30～15:00	◎南地域保健福祉センター	
7/28(木)	13:30～15:00	◎東地域保健福祉センター	一覧②

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

■健康相談(一般)

☑各実施日の2日前までに電話で各申し込み先へ

期日	受付時間	会場	申し込み先
7/8(金)	9:15～11:00	南地域保健福祉センター	一覧③
7/8(金)	13:30～14:30	東地域保健福祉センター	一覧②
7/22(金)	13:30～14:30	白新コミュニティハウス	一覧④



中央区健康づくりサポーター なかちかこ 中央区

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

☑7月5日・12日・19日・26日(いずれも火曜)午前10時～正午
 内容 保育室の開放
 ☑乳幼児と保護者先着7組
 持ち物 バスタオル(乳児のみ)

■クロスパル探検隊～めざせクロスパルマスター

☑7月31日(日)午後1時30分～3時30分 ※受け付けは1時から
 内容 館内を探検しながらクイズなどに挑戦する
 ☑小学生先着30人
 ¥100円
 ☑6月22日(水)から右の二次元コードを読み取り申し込み

クロスパル



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

■子育てネットまつぱくくり

☑7月1日・8日・15日・22日・29日(いずれも金曜)午前10時～正午
 内容 親子の遊び場
 ☑乳幼児と保護者

■おもちゃの修理「おもちゃ病院にいがた」

☑7月1日(金)午前10時～正午
 内容 壊れたおもちゃの修理
 ¥無料(実費負担の場合あり)

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。

ドキドキ・ワクワク ふれあいサッカー教室

サッカーに興味があるという初心者から経験者までだれでも参加可能!

- ☑7月23日(土) 午後2時15分～4時
- 📍デンカスワンフィールド
- 内容 アルビレックス新潟サッカースクールのコーチからサッカーを学ぶ ©1999 A.N.I.N.C.
- ☑中央区に在住・在学の小学生先着80人
- 持ち物 サッカーボール(持っている人)、運動ができる靴(スパイク不可)、動きやすい服装、飲み物、タオル
- ☑あす20日(月)から7月16日(土)までに右の二次元コードを読み取り申し込み
- 📍アルビレックス新潟サッカースクール(☎257-0155)



サッカー教室



令和4年度 第2回自治協議会の概要

5月26日に第2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

- 新潟市総合計画審議会委員の推薦について
- 中央区ビジョン基本方針(案)について報告
- 令和3年度中央区組織目標の取組結果及び令和4年度中央区組織目標について報告

■次回の開催案内

☑6月28日(火)午後3時から
 📍市役所6階講堂
 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)

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

■B型肝炎特別措置法 電話相談・個別相談

☑7月9日(土)午前10時～正午
 📍全国B型肝炎訴訟新潟事務所(西堀前通1)
 内容 集団予防接種によりB型肝炎になった人とその家族を対象とした弁護士による相談
 [電話相談先] ☎223-1130 ※個人情報厳守
 ☑個別相談は事前に電話で同事務所(☎223-1130)へ

■県カウンセリング協会傾聴の会 無料カウンセリング

☑7月10日・24日(いずれも日曜)午前9時～正午
 📍クロスパルにいがた ☑先着10人
 ☑各開催日の前日までに電話で同会・阿部(☎090-3210-0051)へ

◀広告欄▶

本誌掲載のイベント情報は6月13日時点のものです。開催状況については、事前に各問い合わせ先を確認してください。