



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

2020年6月21日

毎月第1・3日曜発行

わいわい東区 TALK トーク

No. 316

【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136,013人(-98) 世帯数61,634(-14) 男65,620人(-61) 女70,393人(-37)

※5月末現在の住民基本台帳。カッコは前月未比



住宅街の中に残る貴重な砂丘湖!!
左が西池、右が東池です

未来へつなぐ じゅんさい池

令和2年度東区特色ある区づくり事業「じゅんさい池みらいプロジェクト」では、貴重な緑地環境を有し、観光資源でもあるじゅんさい池を未来につなぐため、魅力を広く周知し、自然環境を活かした憩いの空間づくりに努めるとともに、池の自然環境保全を図ります。

問い合わせ 地域課(☎025-250-2110)

〳〳じゅんさい池を上空から見るとこんな形〳〳



画像提供：新潟市里潟研究ネットワーク会議

東区自治協議会提案事業での取り組み～平成30年度・令和元年度～

葦刈り取り・外来種除去作業



地域の皆さんと一緒に西池の葦刈り取り作業や、外来種である園芸スイレンの除去などの環境保全活動を行いました。

平成30年度は2回実施し約150人、令和元年度は約90人が参加しました。

ワークショップ

令和元年度に開催したワークショップでは、新潟県立大学の山中知彦教授をコーディネーターに迎え、じゅんさい池との関わりや思いについて意見交換を行いました。



※各グループの意見を記録した図の抜粋

東区まちづくりセミナー

じゅんさい池の歴史や他都市の事例などを学び、東区のまちづくりを考えるセミナーを開催しました。参加者からは、「地域の魅力について考えるきっかけになった」、「つないでいくことが大切と感じた」などの声が寄せられました。



これらの取り組みやワークショップなどでの意見を受け、令和2年度からはじゅんさい池の環境をどのように守り、活用していくべきか、区民の皆さんや専門家の意見を聞きながらじゅんさい池の未来を考えていくプロジェクトに取り組みます。

じゅんさい池みらいプロジェクト

主な取り組み

- ◆ 将来像の検討
- ◆ 環境保全活動
- ◆ 魅力のPR

東区の宝の一つ
じゅんさい池の
未来を皆で考えよう!



なるほど! じゅんさい池

名前の由来

その名のとおり、つるんとした食感が特徴の水草「ジュンサイ」が生育していることに由来します。昭和50年ごろまでは、たくさんのジュンサイが採れ地域の特産品でしたが、周辺の宅地化などに伴い昭和54年に池の水位が下がり、枯渇したことにより全滅してしまいました。

現在は、その後に旧笹神村から移植したものが定着し、少量ですが西池に生育しています。



地域の皆さんの声

～5月21日 東池・西池にてインタビュー～



雨の日でもほぼ毎日ウォーキングしています。木々や草花、鳥の声など、目にも耳にも心地良いです。
(東池にて・女性)

40年以上前から暮らしていますが、当時は住宅も少なく、うっそうとした松林でした。今はたくさんの方が訪れる公園になってうれしいです。
(東池にて・男性)

じゅんさい池を題材に油絵を描いています。四季折々の風景は何枚描いても飽きません。緑の季節だけでなく、雪景色もきれいですよ。
(西池にて・男性)

7月の胃がん・肺がん(結核)集団検診

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、胃がん・肺がん検診は予約制となり、「検診いつ得?」に掲載されている日程が変更になります。

胃がん

7月	会場	時間	対象	予約開始日
16 木	山の下まちづくりセンター	午前①②③④⑤	男女	6月24日(水)

申し込み 新潟市医師会メジカルセンター(☎025-240-4134) (平日午前9時~午後4時30分)

肺がん

7月	会場	時間	対象	予約開始日
8 水	石山地域保健福祉センター	午前①②③④⑤	男	6月29日(月)
		午後①②③④	女	
13 月	中地区コミュニティセンター	午前①②③④⑤	男女	7月1日(水)
	区役所南口エントランスホール	午後①②③④	男女	
19 日	石山地域保健福祉センター (乳がん検診同時 ※要予約)	午前②③④⑤	女	7月8日(水)
		午後②③④⑤	女	

申し込み 新潟県保健衛生センター(☎025-333-8328) (平日午前9時~午後4時30分)

時間【午前】①午前9時~同30分 ②午前9時30分~10時 ③午前10時~同30分
④午前10時30分~11時 ⑤午前11時~同30分
【午後】①午後1時~同30分 ②午後1時30分~2時 ③午後2時~同30分
④午後2時30分~3時 ⑤午後3時~同30分

☑ 定員は会場ごとに異なります。定員になり次第、受け付けを終了します。
☑ 受診券(切り取らずにお持ちください)、健康保険証、自己負担金(該当者のみ)、個人記録票
☑ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

新型コロナウイルスの感染拡大防止のために、ご協力をお願いします

- ◆ マスクを着用してください。
 - ◆ 体調確認後にがん検診の受け付けをします。
※自宅で体温測定をして、体温を記録したメモをお持ちください。体調不良の人は受診できません。発熱、せき、倦怠感のある人は受診を控えてください。
 - ◆ 2週間以内に新型コロナウイルスの流行地域へ行った人は、受診できない場合があります。
 - ◆ 混雑を避けるため、胃がん・肺がん検診の問診票は自宅で記入してお持ちください。
 - ◆ 検診車に入る人数に制限があります。終了まで時間がかかる場合があります。
 - ◆ 上は無地のTシャツ、下はスエットのズボンなど、撮影しやすい服装で来てください。検査着の利用は有料(200円)です。
- ※持病の症状に変化があった人は、かかりつけの主治医に検診の必要性を相談の上、受診を検討してください

胃がん・肺がん(結核)集団検診は、区だより第3日曜日号で翌月の日程を案内します。

事前に各問い合わせ先へ確認してください。※掲載情報は6月12日時点のもので



健康・福祉ガイド

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、以下の相談会などは中止します。

- 出産直前♡ママクラス
回 7月14日(火) 場 木戸健康センター
- 育児相談
7月 会場
2 木 石山地域保健福祉センター
16 木 木戸健康センター

●健康相談

7月	会場	受付時間	予約
17 金	シルバーピア石山	午前10時~11時30分 午後1時30分~3時	必要
21 火	木戸健康センター	午前9時15分~11時15分	

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。

☑ 17日(金)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、21日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、中止になる場合があります

●骨粗しょう症予防相談会

回 7月21日(火)
①午前9時45分 ②午前10時15分
③午前10時45分 ④午前11時15分
⑤午後1時15分 ⑥午後1時45分
場 木戸健康センター

☑ 骨密度測定、相談
☑ 骨粗しょう症治療中でない18歳以上各時間帯先着5人

☑ 6月25日(木)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●こどもの健康診査 個人案内

対象者には案内を発送しています。
1歳6カ月児健康診査、3歳児健康診査
内容を一部変更して再開します。

股関節検診・母体保護相談、1歳誕生
歯科健康診査

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、当面の間、中止または延期します。

☑ 健康福祉課健康増進係
(☎025-250-2340)

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)
☑ 就学前児と保護者、小学1~3年生



●わくわくテラスリズムであそぼう!

回 7月2日(木)午前10時30分~11時
☑ リトミックを取り入れた音遊び
☑ 当日直接会場

●きらきら七夕会

回 7月5日(日)午前10時30分~11時
☑ 歌や踊りで季節の行事を楽しむ
☑ 当日直接会場

●新潟暮らし1年生ママのおしゃべりテラス

回 7月7日(火)午前10時~11時30分
☑ 転勤などで新潟暮らしを始めたばかりのママのおしゃべり会
☑ 当日直接会場

●ベビーマッサージ

回 7月9日(木)午前10時~11時
☑ 赤ちゃんとのスキンシップ
☑ 首すわりからおおむね12カ月の乳児と保護者先着8組
¥ 親子一組500円
☑ バスタオル、飲み物
☑ 電話で同施設

●あんよのまえのいないいないばあ

回 7月10日(金)午前10時15分~11時30分
☑ ふれあい遊び、リズム遊びなど
☑ 7~12カ月の乳児と保護者先着20組
☑ 電話で同施設

●アラサーママのおしゃべりテラス

回 7月14日(火)午前10時~11時30分
☑ おおむね30代のママのおしゃべり会
☑ 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)※7月は6日(月)、20日(月)
☑ 就学前児と保護者、小学1・2年生



●いちごひろば

7月	内容	時間
1 水	たなばた会	午前10時30分~同45分
29	誕生会	

☑ 当日直接会場

●たなばた会

回 7月1日(水)午前10時30分~同45分
☑ 七夕にちなんだ歌、ブラックパネルシアター

☑ 当日直接会場

●発育測定~子育ての悩みあれこれ~(パパ向け講座)

回 7月12日(日)午前10時~11時15分
☑ 助産師の講話、発育測定、個別相談
☑ 1歳未満児と保護者先着5組
☑ 電話または直接同施設

●ベビーマッサージ

回 7月13日(月)午後1時30分~2時30分
☑ マッサージを通して赤ちゃんとのスキンシップを楽しむ
☑ 2~7カ月の乳児と保護者先着5組
¥ 親子一組500円
☑ 電話または直接同施設

●ベビーダンス

回 7月14日(火)午後1時30分~3時
☑ ダンスで親子のスキンシップとリフレッシュ
☑ 5~9カ月の乳児と保護者先着6組
¥ 親子一組500円
☑ 電話または直接同施設

●産後ママのやさしいヨガ

回 7月28日(火)午後1時30分~2時30分
☑ 産後ママが赤ちゃん連れで参加できるヨガエクササイズ
☑ 1歳未満児と母親先着6組
¥ 親子一組500円
☑ 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)
☑ 就学前児と保護者、小学1年生~中学3年生



●ボードゲームの日

回 7月8日(水)午後4時~5時
☑ みんなでボードゲームを楽しむ
☑ 当日直接会場

●子育てほっとカフェ

回 7月9日(木)午前10時~11時
☑ マザーズコーチングティーチャーと気軽におしゃべり

☑ 飲み物
☑ 当日直接会場

●おやこdeリズム

回 7月14日(火)午前10時30分~11時
☑ リズム遊びとリトミック
☑ 当日直接会場

●バドミントンの日

回 7月15日(水)午後4時~5時
☑ 自由参加でバドミントンを楽しむ
☑ 当日直接会場

●シングルペアレンツカフェ

回 7月18日(土)午後2時~3時
☑ シングルで子育てをしている保護者のおしゃべり会
☑ 飲み物
☑ 当日直接会場

●体育あそび教室

回 7月22日(水)午後4時~5時
☑ マットや跳び箱を使って体を動かす
☑ おおむね年長児~小学2年生先着20人
☑ 電話または直接同館

●学習支援

7月 時間 内容
4 土 午前10時~11時30分 苦手なところをサポートする
11 土
18 土
25 土

☑ おおむね小学5年生~中学生
☑ 当日直接会場

●自由べんきょう

7月 時間 内容
7 火 午後4時~5時30分 スタッフと一緒に気軽に学習(出入り自由)
14 火
21 火
28 火

☑ おおむね小学1~4年生
☑ 当日直接会場

●自由工作

回 休館日を除く毎日午前9時~午後6時
☑ 廃材を使って自由に工作を楽しむ
☑ 当日直接会場

●こども作品コンクール

家やこども創作活動館で作った作品のコンクールを実施します。
大きさ 20cmx30cmまで(立体も可)
受付期間 11月29日(日)まで
応募方法 申込用紙と作品を郵送または直接同館へ ※申込用紙はホームページからダウンロード、または同館で配布



東区自治協トピックス

★第2回会議(書面開催)の主な内容

- ・令和2年度東区組織目標について
- ・東区区ビジョンまちづくり計画第3次実施計画の事業評価について
- ・新潟市教育ビジョン第4期実施計画について

★部門別部会の活動紹介 ~Part1~

東区自治協協議会は、毎月1回の全体会議のほかに、下表のとおり3つの部門別部会に分かれて活動しています。

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため休止していた部会を6月に再開し、今後の取り組みや区自治協協議会提案事業の進め方について検討しました。今年度は、担当分野の地域課題の解決に向けた普及啓発などを中心に活動していきます。

来月は、各部会の取り組みをお知らせします。

	主に担当する分野
第1部会	地域活動・市民活動・防犯・防災・交通安全
第2部会	福祉・子育て・教育・生涯学習・文化・スポーツ
第3部会	商工業・農業・住環境・都市交通・自然環境

★次回の会議日程

会議は傍聴することができます。当日直接会場へ。

日時 6月25日(木)午後2時から
 会場 東区プラザ 定員 先着5人
 問い合わせ 地域課(☎025-250-2110)



新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、イベントなどが中止・延期、施設が休館となる場合があります。

ヘルシーランチレシピ

スンドゥブチゲ風汁とネギの肉巻き

区内の小中学生が家族の健康を考えて作ったレシピです。休日などに家族で楽しく作ってみませんか。

問い合わせ 健康福祉課健康増進係
 (☎025-250-2350)



材料(4人分)

- | | | |
|--------------|-------------------|--|
| ● スンドゥブチゲ風汁 | ● ネギの肉巻き | |
| おぼろ豆腐 300g | 長ネギ 2.5本 | |
| 白菜キムチ 150g | 豚肉 480g | |
| ごま油 小さじ2 | みそ 大さじ2 | |
| 水 600ml | ブロッコリー 240g | |
| アサリ(むき身) 90g | ニンジン 160g | |
| A { みそ 大さじ2 | 塩 少々 | |
| 酒 大さじ2 | からしマヨネーズ 大さじ1と1/2 | |
| しょうゆ 少々 | サラダ油 小さじ1 | |
| 白ごま 大さじ2 | ショウガ 2かけ分 | |

作り方

- スンドゥブチゲ風汁
 - 1 おぼろ豆腐はざるにあげて水気を切る。白菜キムチはみじん切りにする。
 - 2 鍋にごま油をひいて、白菜キムチを入れてさっと炒め、水とアサリを加える。
 - 3 2が煮立ったら、豆腐をスプーンですくい一口大にして加える。再び煮立ったら混ぜ合わせたAを加え、しょうゆで味を調える。
 - 4 器に盛って白ごまを散らす。
- ネギの肉巻き
 - 1 長ネギを5cmの長さにぶつ切りにした後、斜めに浅く隠し包丁を入れる。
 - 2 豚肉を広げ、表面にみそ少々を指で薄く塗る。肉の端に1のネギ1本を置き、くるくる巻いて、つまようじでとめる。
 - 3 ブロッコリーは小房に分けてさっと塩ゆでする。ニンジンは5cmの長さの拍子木切りにして塩もみした後、さっと水で流して水気を切り、からしマヨネーズであえる。
 - 4 フライパンにサラダ油を熱し、2の肉とショウガ(千切り)を入れる。長ネギの芯まで火を通すように転がしながらじっくり焼く。途中でつまようじを取り、全体に火を通す。
 - 5 器に盛り、3の付け合わせを添える。

防犯に関する情報が届きます 新潟東地区防犯協会 安全安心メール

同協会と新潟東警察署は、登録したメールアドレスに不審者情報などをお知らせするメールを配信しています。

配信情報 不審者情報、特殊詐欺被害防止情報、高齢者行方不明手配情報 ※希望選択した情報のみ配信、複数選択可

登録料 無料(通信料は利用者の負担)

登録方法 ①二次元バーコードを読み取るか、登録用アドレス(b.niigata-e-bouhan@raidens3.ktaiwork.jp)に空メールを送信
 ②登録用URLが記載されたメールが返信されます
 ③登録用URLに接続し、氏名と希望する配信情報を入力すると登録完了

問い合わせ 新潟東警察署生活安全課(☎025-279-0110)
 総務課(☎025-250-2720)



今月の「ごみゼロの日」は6月28日(日)です

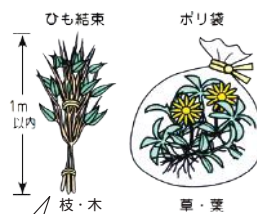
「ごみゼロ!」一コマモ

「枝葉・草」の出し方



「枝葉・草」は毎週1回、ごみステーションで収集しています

※回収日は家庭ごみ収集カレンダーで確認してください



・枝1本の太さは直径15cm以内
 ・束の太さは直径30cm以内

無色透明または無色半透明のポリ袋で

- 「枝葉・草」の日に出せるものは、自宅の庭などで不要となった「せん定した枝・木」「せん定した葉・落ち葉」、「雑草などの刈り草」です。
- しそ・そら豆などの野菜の茎やつるは、生ごみなので「枝葉・草」には出せません。黄色の指定袋に入れて「燃やすごみ」に出してください。

問い合わせ 区民生活課生活環境係
 (☎025-250-2285)

新潟県警察からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症

特別定額給付金を装う詐欺などにご注意ください!

10万円の特別定額給付金の給付申請を装う詐欺事件の発生が予想されます。

市や国などが、現金自動預払機(ATM)の操作や手数料の振り込みをお願いすることは絶対にありません。

不審な電話を受けたときは、新潟東警察署(☎025-279-0110)へ相談してください。

- ・口座の暗証番号などを聞く
- ・キャッシュカードを取りに来る
- ・「ATMへ行ってほしい」

これらは詐欺です!



ふれあい掲示板

地域のイベントや、市民グループなどによる情報を掲載します。

弁護士による女性のための無料法律相談会

回 6月26日(金)午前10時~午後4時
 内 離婚、DV被害、セクハラなどの電話相談
 相談電話 ☎0570-045533(当日限り)
 圏 新潟県弁護士会(☎025-222-5533)

B型肝炎特別措置法 電話相談・個別相談

回 7月4日(土)午前10時~正午
 圏 全国B型肝炎訴訟新潟事務所(中央区西堀前通1)
 内 集団予防接種によるB型肝炎患者とその家族を対象とした弁護士無料相談
 ※個別相談は要事前申込
 圏 同事務所(☎025-223-1130)

東区だより広告募集

本紙に広告を掲載する事業者を募集します。

対象 東区役所管内に本社や営業所を有する事業所(掲載できない業種あり。詳しくはお問い合わせください)

募集する号 令和2年9月第3日曜日号までの号

募集枠数 各号先着6枠 **掲載料** 1枠15,000円

圏 申込書を地域課産業文化振興室へ

※申込書は市ホームページに掲載

圏 同室(☎025-250-2130)