

歩いて撮って歴史を楽しもう

まずは知りたい！歴史浪漫

いまだ発見されていない日本最古の城柵

7世紀半ば、大和朝廷が北方に設置した軍事・行政施設である城柵のうち、**湍足柵**は日本最古の城柵とされています。平成2年に長岡市(旧三島郡和島村)の八幡林遺跡から「沼垂城」と書かれた木簡が発見され、**湍足柵**が名前を変えて存続していたことが分かりました。**湍足柵**はいまだ発見されていませんが、旧沼垂があったとされる新潟市東区という説が最有力と考えられています。



発見された木簡

直径約30mの古墳の存在が明らかに！

牡丹山諏訪神社で県内初の円筒埴輪の破片が見つかり、その後の調査により、5世紀前半に造られた直径約30mの古墳があったことが分かりました。平成28年の第3次調査では、県内最古、国内当時最北の鉄製よろいの破片が発見されたことから、**湍足柵**が造られる以前に、この地域に大きな権力を持った人物がいたのではないかと考えられています。

「おいしい！」に出会いたい！

東区テイクアウト応援スタンプラリー

区内の参加飲食店を回る東区テイクアウト応援スタンプラリーを開催します。スタンプを集めて応募すると、参加飲食店での特典メニューに使える割引券(1,000円分)を抽選で200人にプレゼントします。

参加飲食店は、10月1日(木)から区内公共施設などで配布するチラシや市ホームページに掲載します。

※割引券の利用期間は令和3年1月15日(金)～2月28日(日)

開催期間 10月1日(木)～12月31日(木)

応募方法 応募用紙は10月1日(木)から各参加飲食店で配布します

- 1 参加飲食店でテイクアウトメニューを購入
- 2 5店舗分のスタンプを集める
- 3 専用応募用紙を郵送
(郵送にかかる費用は応募者の負担)

応募締め切り 12月31日(木) ※当日消印有効

※当選は1人につき1回まで

問い合わせ 地域課(☎025-250-2130)



参加飲食店一覧はこちら

まちの魅力を撮りたい！

東区の歴史をめぐる撮り歩き～木戸編～

木戸地区を地元ガイドと一緒に写真を撮りながら歩き、区内の歴史について学びます。当日は、写真家の上山益男さんがワンポイントレクチャーや講評を行います。

後日、撮影した写真を使って、サポートを受けながらアルバム本の1ページを作ります。また、撮影写真をパネルにし、写真展も開催します。



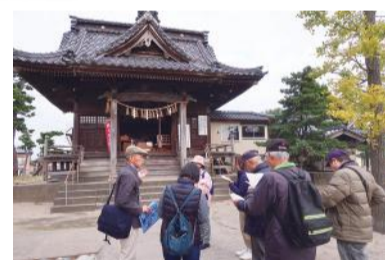
アルバム完成イメージ(2019年版)

- 日時 10月9日(金) 午前9時～午後4時
集合・解散 東区プラザ 多目的ルーム1
コース 牡丹山諏訪神社→三柱神社→山木戸商栄会(商店街)→昼食→北陸重機工業株式会社
定員 15人(応募多数の場合抽選)
※当選者のみ10月2日(金)までに連絡します
参加費 6,000円(アルバム制作費、昼食代含む)
申し込み 9月28日(月)までに下記のいずれかの方法で地域課へ
〈メール〉chiiki.e@city.niigata.lg.jp
件名を「東区撮り歩き」とし、参加者の①氏名(ふりがな)、②年齢、③郵便番号、④住所、⑤電話番号を明記
〈電話〉025-250-2110
問い合わせ 地域課(☎025-250-2110)

史跡や神社を巡りたい！

東区歴史浪漫まち歩き

区内の史跡や神社などを、新潟シティガイドの解説とともに巡ります。好評の北国街道コースに加えて、牡丹山諏訪神社古墳コースとして寺山・上木戸・牡丹山エリアを巡ります。



昨年度開催時の様子

- 第1回 牡丹山諏訪神社古墳コース
11月4日(水) 午前10時～正午
第2回 北国街道コース
11月7日(土) 午前10時～正午
集合・解散 区役所南口エントランスホール
コース 牡丹山諏訪神社古墳コース
寺山不動尊 火産霊神社→上木戸諏訪神社→牡丹山諏訪神社
北国街道コース
大仏庵→大形神社→薬師庵→藤戸神社
定員 各回15人(応募多数の場合抽選)
※当選者のみ10月16日(金)までに連絡します
参加費 無料
申し込み 10月14日(水)までに下記のいずれかの方法で地域課へ
〈メール〉chiiki.e@city.niigata.lg.jp
件名を「歴史浪漫まち歩き(希望の回)」とし、参加者全員の、①氏名(ふりがな)、②年齢、③郵便番号、④住所、⑤電話番号を明記
〈電話〉025-250-2120
問い合わせ 地域課(☎025-250-2120)

10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で実施します。

胃がん検診

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)

月	日	曜	会場	時間	対象	予約期間
10	26	月	東総合スポーツセンター	午前①②③④⑤	男女	9月23日(水)～
	30	金	区役所南口エントランスホール	午前①②③④⑤	男女	

肺がん検診

申し込み 新潟県保健衛生センター(☎025-333-8328、025-267-6323)
(平日午前9時～午後4時30分)

月	日	曜	会場	時間	対象	予約期間
10	19	月	石山地域保健福祉センター	午前①②③④⑤	女	10月5日(月)～
	20	火	区役所南口エントランスホール	午前①②③④⑤	男	
	26	月	東総合スポーツセンター	午後②③④⑤	女	10月12日(月)～
	30	金	区役所南口エントランスホール	午後①②③④	男女	

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。
Ⓑ 全会場共通 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

胃がん・肺がん検診は以下の会場でも実施します(要予約)

◆新潟県保健衛生センター 成人病検診センター(中央区川岸町2)
(予約電話 ☎025-333-8328、025-267-6323)

申込受付時間 平日午前9時～午後4時30分

月	日	曜	会場	時間	定員	予約期間
10	2	日	東区川岸町2	午後2時～4時	各日先着40人	9月25日(金)～
	9	日				10月2日(金)～
	23	金				10月8日(木)～
	26	月				
31	土	午前9時～11時				

◆新潟市医師会メジカルセンター(新潟市総合保健医療センター1階)(中央区紫竹山3)
(予約電話 ☎025-240-4134)

申込受付時間 平日午前9時～午後4時30分

月	日	曜	会場	時間	定員	予約期間
10	5	日	東区紫竹山3	午前9時～11時	各日先着20人	9月25日(金)～
	22	日				10月2日(金)～
	29	日				10月8日(木)～

月	日	曜	会場	時間	定員	予約期間
10	6	日	東区紫竹山3	午後1時30分～3時30分	各日先着40人	9月25日(金)～
	15	日				10月2日(金)～
	27	日				10月8日(木)～

☎健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)



健康相談

10月	会場	受付時間	予約
6	石山地域保健福祉センター	午前9時15分～11時30分	必要
20	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。
Ⓐ 6日(火)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、20日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●妊娠中の相談など 妊婦歯科健診(要予約)

Ⓐ 10月15日(木)午後1時～2時15分
Ⓑ 木戸健康センター
Ⓒ 歯科健診、お口の健康相談
Ⓓ 母子健康手帳の交付を受けた妊婦先着30人
Ⓔ 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票(持っている人のみ)
Ⓕ 9月23日(水)から電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)
マタニティセミナー(安産教室)

回	月	日	曜	時間	申込開始日
①	10	13	火	午後1時30分～2時30分	9月23日(水)
②	11	10			10月21日(水)

※当日は検温をしてお越しください
Ⓑ 木戸健康センター
Ⓐ ①令和2年11月～12月出産予定の妊婦先着10人
②令和2年12月～令和3年1月出産予定の妊婦先着10人
Ⓒ 母子健康手帳、筆記用具
Ⓓ 電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●育児相談(要予約)

10月	会場	受付時間	申込開始日
1	石山地域保健福祉センター	午後1時30分～3時10分	9月23日(水)
15	木戸健康センター	午前9時30分～11時	

※1日(木)は栄養士と歯科衛生士による相談あり、15日(木)は栄養士による相談あり
Ⓒ 母子健康手帳、バスタオル
Ⓓ 1日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、15日(木)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●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。
☆の健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。
Ⓑ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)
1歳6カ月児健康診査
3歳児健康診査
1歳誕生歯科健康診査☆
内容を一部変更して実施しています。
股関節検診・母体保護相談
新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、当面の間、代替方法を案内します。

●健康ミニ講座

Ⓐ 10月6日(火)午後1時～2時30分
Ⓑ 石山地域保健福祉センター
Ⓒ ラジオ体操、食事バランス診断など
Ⓓ 先着10人
Ⓔ 電話で同センター(☎025-250-2901)

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

●新潟暮らし1年生ママのおしゃべりテラス

Ⓐ 10月6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

●わくわくテラス「リズムであそぼう」

Ⓐ 10月8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

●あんよのまへのいないいないばあ

Ⓐ 10月9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25組
Ⓓ 電話で同施設

●アラサーママのおしゃべりテラス

Ⓐ 10月13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

●ベビーマッサージ

Ⓐ 10月15日(木)午前10時～11時
Ⓑ 赤ちゃんとのスキンシップ(オイルの使用なし)
Ⓒ 首すわりからおおむね12カ月の乳児と保護者先着10組
Ⓓ 親子一組500円
Ⓔ バスタオル、飲み物
Ⓕ 電話で同施設

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)※10月は5日(月)、19日(月)
Ⓐ 就学前児と保護者、小学1・2年生

●つくって遊ぼう!

Ⓐ 10月14日(水)午前10時～11時15分
Ⓑ 親子工作(ハロウィンマント)
Ⓒ 先着30人 Ⓓ 当日直接会場

●発育測定～育児の悩みあれこれ～(パパ向け講座)

Ⓐ 10月18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歳未満の乳児と保護者先着6組
Ⓓ 電話または直接同施設

●いちごひろば

10月	内容	時間
21	誕生会	午前10時30分～同45分
28	ハロウィンパーティー	

●産後ママのやさしいヨガ

Ⓐ 10月27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歳未満の乳児と母親先着6組
Ⓓ 親子一組500円 Ⓔ 電話または直接同施設

●ベビーマッサージ

Ⓐ 10月28日(水)午後1時30分～2時30分
Ⓑ 赤ちゃんとのスキンシップ
Ⓒ 2～7カ月の乳児と母親先着5組
Ⓓ 親子一組500円
Ⓔ 電話または直接同施設

●赤ちゃんがきた!～親子の絆づくりプログラム～

Ⓐ 11月5日～26日の毎週木曜日(4回連続講座)午後1時30分～3時30分
Ⓑ 東区プラザ
Ⓒ 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)
Ⓓ 令和2年6月～8月生まれの乳児と母親先着10組
Ⓔ 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 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

●アートチャレンジ(要申し込み)

回	月	日	曜	時間
①	9	27	日	午前10時～正午
②	10	11	日	

Ⓐ ①染めて遊ぼう(和紙や布を絞り染めで染める)
②材料山もり いいことかながえた!(選んだ材料で造形を楽しむ)
Ⓒ おおむね年長児～中学3年生先着10人
Ⓓ ①300円 ②100円
Ⓔ 電話または直接同館

●子育てほっとカフェ

Ⓐ 10月8日(木)午前10時～11時
Ⓑ マザーズコーティ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アート

Ⓐ 10月13日(火)午前10時30分～11時
Ⓑ 親子で工作(ハロウィンバッグを作ろう)
Ⓒ 0歳～就学前児と保護者
Ⓓ 当日直接会場

●ボードゲームの日

Ⓐ 10月14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

●シングルペアレンツカフェ

Ⓐ 10月17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

Ⓐ 10月28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

●自由ペンきょうの日

Ⓐ 休館日を除く毎日午前9時～午後5時
Ⓑ 自由に宿題や勉強をする(分からないところは教えます)
Ⓒ 小学1年生～中学3年生
Ⓓ 勉強したい教材
Ⓔ 当日直接会場

●スタディタイム

Ⓐ 土曜日午後4時～6時、日曜日午後4時～5時
Ⓑ 国語、算数、英語(テスト勉強、苦手なところを教えます)
Ⓒ 小学1年生～中学3年生
Ⓓ 勉強したい教材
Ⓔ 当日直接会場

●工作のイベントは今号の市報にいがたに掲載しています

「新しい生活様式」を実践しましょう。 ※掲載情報は9月11日時点のものです

Ⓐ=日時 Ⓑ=会場 Ⓒ=内容 Ⓓ=対象・定員 Ⓔ=参加費(記載のないものは無料) Ⓕ=持ちもの Ⓖ=申し込み Ⓗ=問い合わせ ♣=にいがた未来ポイント対象事業

◀ 広告欄 ▶



東区自治協トピックス

★第5回会議(8月27日開催)の主な内容

- ・区自治協議会会長会議報告
- ・東区バスの運行に関する要望書の提出について(建議)
- ・令和3年度特色ある区づくり予算(区役所企画事業)の委員提案について

★東区自治協議会提案事業「東区内中学校文化部発表会」

中学生の大会などが、新型コロナウイルス感染症の影響により中止となったことから、区役所内の施設を活用し、これまでの練習の成果を発表する場を、東区自治協議会提案事業として企画しました。

○音楽部発表会

8月9日(日)に、東区プラザホールで発表会を開催し、木戸中学校音楽部が参加しました。全9曲を約20分にわたり発表し、発表後には東区応援団長めたりんからのプレゼントとともに、大きな拍手が送られました。

○美術部作品展示会

8月6日(木)～8月26日(水)に、区役所南口エントランスホールで、東新潟中学校・石山中学校・東石山中学校の美術部の作品展示会を開催しました。期間中には、多くの来庁者が作品を観覧する様子が見られました。



美術部作品展示会の様子

★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 10月29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)
- ※9月の会議は休会の予定です



無料経営相談をご活用ください

「どの助成金を使えるかわからない」「資金繰りの相談をしたい」など、経営のお悩みを無料で相談できます。公益財団法人新潟市産業振興財団(新潟IPC財団)の専門家が対応します。(1回1時間、各回先着順)

月	日	曜	時間	会場
9	25	金	①午前9時～10時	区役所会議室
			②午前10時30分～11時30分	
			③午後1時30分～2時30分	
			④午後3時～4時	
10	30			

対象 市内中小企業者や個人事業主
申し込み 実施日の2日前までに電話で下記問い合わせ先へ
問い合わせ 地域課産業文化振興室(☎025-250-2130)

今月の「ごみゼロの日」は9月27日(日)です。

ごみのない美しいまちを目指して、東区では毎月最終日曜日を「ごみゼロの日」としています。この日を機会に、ごみ出しマナーやポイ捨てなどについて、もう一度考えてみませんか。



「ごみゼロ!」ーロメモ 「野焼き」は禁止



枝・葉や草、材木などを野外で積み上げて燃やしたり、ドラム缶などで燃やしたりすると、周辺住民への煙害の発生や、ダイオキシン類の排出など、環境に悪影響を与えます。「野焼き」はしないでください。※「野焼き」は、一部例外を除いて法律で禁止されています

問い合わせ 区民生活課生活環境係(☎025-250-2285)

令和2年国勢調査を実施しています

回答期限

インターネットまたは郵送で、**10月7日(水)まで**に回答してください。



インターネットでの回答

パソコンやスマートフォンなどで回答することができます。インターネット回答用のIDとアクセスキーは調査員が自宅に配布する利用ガイドに記載しています。

郵送での回答

調査員が自宅に配布する調査票で回答し、同封されている返信用封筒で郵送してください。切手は不要です。

国勢調査を装った不審な訪問者や、不審な電話・電子メールなどに注意してください。

国勢調査では、金銭を要求したり、銀行口座の暗証番号やクレジットカード番号などを聞いたりすることはありません。

調査内容や回答方法などで困ったときは

国勢調査コールセンター
☎0570-07-2020(IP電話の場合 ☎03-6636-9607)
受付時間 午前8時～午後9時(土・日・祝日も利用できます)
問い合わせ 国勢調査新潟市実施本部(総務部総務課内)
(☎025-226-2401)

情報プラザ



公民館

※申込受付は午前9時から

石山地区公民館 ☎025-250-2930

ご近所だんぎ

「腰痛、ひざ痛の原因と予防法」
☎ 9月28日(月)午後1時30分～3時30分
☎ 腰痛や膝痛の原因と予防法についての講話
☎ 先着40人 ☎ 筆記用具
☎ 当日直接会場

法務省人権啓発活動地方委託事業
「見えない世界の向こう側～SNS時代の今、知っておくべきこと～」(全2回)

回	月	日	曜	テーマ
①	10	28	水	デジタルネイティブの子どもたち～「つながり」の最新事情～
②	11	11		言葉が持つ力～やさしくなりたい、自分も相手も大切な人だから～

時間 午前10時～正午
☎ 小中学生の保護者またはテーマに関心がある人20人(応募多数の場合抽選)
※当選者のみ10月12日(月)に案内を発送
☎ 9月23日(水)～10月14日(水)に電話で同館

0歳児保護者向け講座
「だいきちゃん♡ママパクラス」
(全2回と特別編)

回	月	日	曜	時間
第1回	10	24	土	午前10時～正午
第2回	10	31		
特別編	11	10	火	

☎ 赤ちゃんの心身の発達や絵本の読み聞かせについて学ぶ
☎ 令和元年10月～令和2年6月生まれの乳児の保護者20人(応募多数の場合抽選)
※受講決定通知を10月12日(月)に発送予定

※特別編のみ子どもの同伴可(保育なし)
☎ 筆記用具
☎ 9月23日(水)～10月9日(金)に電話または直接同館

お知らせ

江南区「旬果旬菜いきいきフェスタ & 市場まつり」を中止
毎年10月に開催している「江南区」旬果旬菜「いきいきフェスタ&市場まつり」は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、今年度の開催を中止します。
☎ 江南区産業振興課(☎025-382-4816)、中央卸売市場(☎025-257-6767)

催し物・募集

下山スポーツセンター
体力測定&相談
☎ 10月10日(土)、13日(火)、24日(土)、27日(火)午後2時～4時
☎ 体力測定、トレーニングプログラム相談
☎ 15歳以上(中学生除く)先着2人
¥ 一般250円、65歳以上100円(使用料)
☎ 電話で同センター(☎025-272-7677)

ふれあい掲示板

中地区健幸麻雀クラブ体験会
☎ 10月2日、9日、16日、23日(金)午後1時～4時
☎ 中地区公民館
☎ 健幸麻雀の解説と実践
☎ 先着3人
☎ 筆記用具
☎ 前日までに電話で同クラブ・木ノ内(☎090-6620-2431)

レクリエーションダンス体験会
☎ 10月6日、20日(火)午前10時～正午
☎ 中地区公民館
☎ レクリエーションダンスの無料体験
☎ 先着10人
☎ 室内用運動靴、飲み物
☎ 当日直接会場
☎ レクダンス オリーブ・熊倉(☎025-274-5478)

新型コロナウイルス感染症 最新の情報はこちらから

厚生労働省
ホームページ



新潟市
ホームページ



「新しい生活様式」
の実践例



新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、手洗いやせきエチケットなど、