



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

2022年11月20日

毎月第1・3日曜発行

わいわい東区 TALK トーク

No. 374

【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 38.63km² 人口133,361人(-48) 世帯数62,082(-15) 男64,338人(-31) 女69,023人(-17)

※10月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比



政令市
15周年

東区特色ある
区づくり事業

東区市民劇団



演劇公演

東区プラザホールでの公演を中心に演劇活動を行っている東区市民劇団「座・未来」。小学生から70代まで幅広い世代が参加し、地域の歴史や伝統、文化、人をテーマにしたオリジナル作品を上演しています。



令和4年度の公演情報 「夜明け前～亀田郷1945～」



日時 令和5年2月4日(土)午後6時～、2月5日(日)正午～
(開場は開演の30分前、上演時間は各回1時間45分程度)

会場 江南区文化会館(新潟市江南区茅野山3丁目1番14号)
※東区プラザホールが工事中のため、例年と会場が異なります

定員 各回350人

チケット価格 前売り 一般1,800円、高校生以下1,000円
当日 一般2,500円、高校生以下1,500円

チケット販売 ▶窓口での購入
江南区文化会館窓口



▶インターネットでの購入はこちら

▶インターネットでの購入
インターネットでの購入は前払いです。
チケットは入金確認後に郵送します。
(入金確認と郵送に時間を要するため、余裕をもってお申し込みください)

チケット購入URL

<https://ticket.corich.jp/apply/196049/>

問い合わせ 東区市民劇団 座・未来(☎080-4332-1965)(午前10時～午後8時)
地域課(☎025-250-2170)

1945年、初夏。終戦間際の亀田郷は、「地図にない湖」と言われるほどの湿地帯だった。

一度川が氾濫すればすべて流されてしまう過酷な環境、長引く戦争の暗い影。

そんな中、いつか来る「夜明け」を信じて生きた先人たちの涙と笑顔がよみがえる近代創作劇。

※演出上、昭和20年当時、戦時下の言葉・表現を使用しているところがあります

※この物語はフィクションです。登場する人物、団体、名称などは架空であり、実在のものとは一切関係ありません

本公演は新型コロナウイルスの感染予防対策を実施した上で開催します。

- ▶入場前に非接触型体温計による検温と手指消毒を行います。
 - ▶観劇中を含め、会場内ではマスクの着用をお願いします。マスクは持参してください。
 - ▶発熱やせきなど体調に不安のある人は来場を控えてください。
- 新型コロナウイルスの感染拡大状況などによっては、公演内容や客席数の変更、公演の中止を行うことがあります。



●健康相談

12月	会場	受付時間	申込開始日
6	石山地域保健福祉センター	午前9時10分～11時10分	11月24日(木)
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)

●妊婦歯科健診

12月	会場	定員(先着)	受付時間
15	木戸健康センター	39人	午後1時～2時15分
21	石山地域保健福祉センター	24人	

☑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
☑母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票
☑11月23日(水・祝)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●マタニティセミナー(安産教室)

当日は検温をしてお越しください。

回	月	日	曜	時間	申込開始日
①	12	13	火	午後1時30分～2時45分	11月22日(火)
②	1	10			12月21日(水)

☑木戸健康センター

☑東区在住の妊婦各回先着13人(配偶者やパートナーは参加できません)

- ①令和5年1月～2月出産予定者
- ②令和5年2月～3月出産予定者

☑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

12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	11月24日(木)
15	木戸健康センター	午前9時30分～11時15分	

※各会場とも栄養士による相談あり、15日(木)は保護者の骨密度測定あり

☑母子健康手帳、バスタオル

☑11月24日(木)から電話で、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)

●子どもの健康診査 **個人案内**

☆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 ☆

対象者には案内を送付します。

股関節検診・母体保護相談

対象者には案内を送付します。超音波検査料2,800円が必要です。

●健康ミニ講座

☑12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、栄養士のお話、血圧・体組成測定

☑先着15人

☑電話で石山地域保健福祉センター(☎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



●だれでもおしゃべりテラス～県外からの転勤ママもどうぞ～

☑12月6日(火)午前10時～11時30分

☑主にプレママ、0歳～小学3年生の子どもの保護者の自由なおしゃべり会

☑当日直接会場

●ベビーマッサージ

☑12月8日(木)午前10時15分～11時

☑赤ちゃんとの保護者のスキンシップ(オ

イルの使用なし) ※父親の参加可

☑2カ月からおむね12カ月まで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

●助産師さんのおしゃべりテラス

☑12月13日(火)午前10時～11時30分

☑助産師との自由なおしゃべり会

☑当日直接会場

●わくわくテラス「誕生会」

☑12月15日(木)午前10時30分～同50分

☑12月生まれの子どもの誕生会

☑当日直接会場

●あんよのまへのいないいないばあ

☑12月16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

●木工おもちゃワークショップ

☑12月18日(日)

①午前10時～同30分

②午前10時40分～11時10分

☑木の素材を使った創作遊び

☑4歳ごろ～小学3年生まで各回先着10人(小学生は保護者同伴なしでも参加可)

☑300円 ☑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) ※12月は5日(月)、19日(月)

☑就学前児と保護者、小学1・2年生



●赤ちゃんと過ごす冬

☑12月7日(水)午前10時30分～11時

☑赤ちゃんが過ごしやすい冬の室内環境について、保健師から話を聞く

☑東区プラザ ☑先着10組

☑電話または直接同施設

●赤ちゃん体操

☑12月13日(火)午後1時30分～2時30分

☑赤ちゃんとコミュニケーションをとりながら体を動かす

☑おむね3カ月から5カ月(首すわりから寝返りごろの赤ちゃん)と母親(父親の参加も可)先着8組

☑親子一組500円

☑電話または直接同施設

●発育測定～育児の悩みあれこれ～(パパ向け講座)

☑12月18日(日)午前10時～11時15分
☑東区プラザ

☑助産師からの講話、発育測定や個別相談

☑1歳未満の乳児とその保護者先着6組

☑電話または直接同施設

●産後ママのやさしいヨガ

☑12月20日(火)午後1時30分～2時30分

☑産後のママが赤ちゃん連れで参加できるヨガエクササイズ

☑運動が可能で1歳未満の乳児を持つ母親先着10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



●アトリエこどそう

☑12月9日(金)午後4時～同30分

☑クリスマスカードを作ろう

☑当日直接会場

●おやこdeアート

☑12月13日(火)午前10時30分～11時

☑てがたdeクリスマス

☑当日直接会場

●体育あそび教室

☑12月21日(水)午後4時～5時

☑マットや跳び箱を使って体を動かす

☑小学1～6年生先着10人

☑汗を拭くタオル、飲み物

☑電話または直接同施設

●書き初めの日

☑12月25日(日)

①午前10時～11時30分

②午後1時30分～3時

☑冬休みの課題をスタッフと練習

☑小学3年生～中学3年生(各回先着10人ずつ)

☑習字道具、書き初め用の下敷きと筆、お手本、書き初め用紙、新聞紙一日分

☑電話または直接同館

●工作のイベントは今号の市報にいがたにも掲載しています

※ ※ ※ 区のできごと ※ ※ ※

山の下中学校で防災教育(ジュニア防災)を実施



地域の一員として、生徒の地域防災意識を高めることなどを目的に、10月19日に山の下中学校にて、学校・地域・公民館・行政が協働して、同校の2年生を対象に防災教育(ジュニア防災)を実施しました。

3年生による防災学習実践

発表のほか、地域の防災士が自身の新潟地震での被災体験を当時の写真を使いながら伝える地震体験講話も行われました。

最後に、4つの班に分かれて、消防士からAEDの使い方や人形を使った心肺蘇生の方法を教わったほか、避難所で使用する簡易段ボールベッドの組み立てや新聞スリッパの作製を体験しました。

「冬休み子ども学習会」の参加者募集

日 時	12月24日(土)、26日(月)、27日(火)、28日(水) 午前9時～11時30分
会 場	中地区公民館4階講座室
内 容	宿題の自習(わからないところを講師が丁寧に説明します)
対 象	新潟県生涯学習協会の教員OBを中心とする学習支援ボランティア「市民先生」
定 員	東区の小学校4～6年生
参 加 費	20人(申し込み多数の場合抽選。12月8日(木)申し込み者全員に通知を発送)
持 ち 物	無料
申 込 込 込	冬休みの宿題(ワークなど)、学校の教科書や問題集、筆記用具、飲み物(水筒)、マスク、出席カード(申込者に事前送付)
申 込 込 込	12月7日(水)までに
	①パソコンから申し込み 中地区公民館で検索→催し物・講座一覧
	②スマートフォンから申し込み @elg-front.jpからのメールが受信できるように設定をお願いします。右の二次元コードを読み取ると「かんたん申込み」画面が表示されます。
	③電話で申し込み 中地区公民館(☎025-250-2910) 月曜日～土曜日 午前9時～午後9時 日曜日・祝日 午前9時～午後5時



☑=日時 ☑=会場 ☑=内容 ☑=対象・定員 ☑=参加費(記載のないものは無料) ☑=持ち物 ☑=申し込み ☑=問い合わせ

< 広告欄 >



新型コロナウイルス感染症の最新情報はこちらから

厚生労働省
ホームページ

新潟市
ホームページ

東区特色ある
区づくり事業

キガタヤ・プロジェクト

産業とものづくりのまち東区 『工場のひみつ』勉強会

「キガタヤ・プロジェクト」が8月に作成・配布した『産業のまち東区探索Eマップ』を資料にして、東区の産業・工場に詳しいキガタヤ・プロジェクトメンバーが、東区の『工場のひみつ』についてお話しする会です。
知る人ぞ知る東区にある世界に誇る特殊な技術をもった工場や、東区の工場地帯の特徴・変遷について解説します。
東区の産業の魅力を知り、これからの展望を一緒に考えてみませんか。



- 日時** 12月18日(日)午後1時～3時
- 会場** 集合場所 キガタヤ(山木戸7-2-58 旧荒川木型工場)
※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください
- 定員** 先着20人
- 参加費** 無料
- 申し込み** 12月9日(金)までにメールでキガタヤ・プロジェクト(kigatayaproject@gmail.com)へ。
※メールの件名を『『工場のひみつ勉強会』申し込み』とし、本文に参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・連絡先(携帯電話)を記載してください
※メールで申し込めない場合は、東区地域課へお電話ください
- 問い合わせ** 東区地域課(☎025-250-2120)
キガタヤ・プロジェクト(☎090-1045-9687)

『産業のまち東区探索Eマップ』は市ホームページに掲載しています。



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。

情報プラザ



公民館

※申込受付は午前9時から

中地区公民館 ☎025-250-2910

ちいきのサロン「ハーモニカ演奏」

- 回 12月21日(水)午前10時～11時
- 内 シャイニング・スターズによる演奏
- 先着20人
- ☎電話で同館

子育てサロン「ひだまり」12月の予定

12月	内容
1	自由遊び
8	絵本の読み聞かせ
15	12月生まれのお誕生会
22	絵本の読み聞かせ、サンタがやってきた！ (写真撮影にどうぞ)

時間 午前10時～正午
内 自由遊びと情報交換(時間内の出入り自由)

☎未就園児と保護者先着8組
☎当日直接会場

石山地区公民館 ☎025-250-2930

ご近所だんぎ11月 ひざ痛の原因と予防法

- 回 11月28日(月)午後1時30分～3時30分
- 先着40人
- 持 フェイスタオル1枚、飲み物(水分補給用)、筆記用具、マスク(着用)、動きやすい服装でお越しください
- ☎当日直接会場

催し物・募集

下山スポーツセンター 体力測定&相談

- 回 12月3日(土)、10日(土)、13日(火)、24日(土)、27日(火)午後2時～4時
- 内 体力測定、トレーニングプログラム相談
- 先着2人
- ※15歳以上(中学生除く)
- ※一般250円、65歳以上100円(使用料)
- 持 動きやすい服装、室内用運動靴、タオル
- ☎開催日の2日前までに電話で同施設(☎025-272-7677)



食推さんの健康レシピ ジンジャーキーマカレー

(レシピ考案 食生活改善推進委員東支部石山グループ)



香味食材を活用することで塩分をおさえました。
ショウガたっぷりのカレーは体がポカポカするので寒い冬にお薦めです。

材料(4人分)

- 玉ネギ…………… 中1個
- ニンニク…………… 2かけ
- ショウガ…………… 60g
- ニンジン…………… 100g
- 鶏ひき肉…………… 200g
- バター…………… 8g
- カレー粉…………… 大さじ3
- 塩・コショウ…………… 少々
- 水…………… 1カップ
- コンソメ…………… 小さじ1
- トマト缶(カット)… 200g
- ケチャップ…………… 大さじ2
- ウスターソース… 小さじ2
- ローリエ…………… 2枚

作り方

- 1 玉ネギ、ニンニク、ショウガはみじん切りにする。ニンジンすりおろす。
- 2 鍋にバターを入れ、玉ネギを炒め、ニンニク、ショウガ、ニンジンを炒める。鶏ひき肉を加え、肉の色が変わったら、カレー粉を加え、パラパラになるまで炒める。
- 3 Aを加えて混ぜ、強火で煮る。煮立ったら弱火にし、時々混ぜながら焦がさないように20分くらい煮る。塩・コショウで味をととのえる。

栄養価(1人分)
・エネルギー: 165kcal
・たんぱく質: 10.9g
・脂質: 8.5g
・炭水化物: 15.2g
・食塩相当量: 0.9g

問い合わせ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

今月の「ごみゼロの日」は11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 「特定5品目」のごみ収集について

電池類やバッテリーは、本体から取りはずして「特定5品目」として出してください。

取りはずせない製品(電気シェーバー、電動歯ブラシ、ゲーム機など)は、本体ごと「特定5品目」として出してください。



入るもの 45リットルのポリ袋に 入らないもの

製品本体ごと「特定5品目」に出してください

※コード類や付属品などは取り外し、材質などにより分別してください

「粗大ごみ」に出してください

※粗大ごみ受付センターにお申し込みの際、「電池が外せない旨」を伝えてください

問い合わせ 区民生活課生活環境係(☎025-250-2285)

東区自治協トピックス

第6回会議(10月27日開催)の主な内容

- ・各部会報告
- ・東区区ビジョンまちづくり計画(素案)について

次回の会議日程

会議は傍聴することができます。
傍聴の申し込みは不要です。当日直接会場へお越しください。

- 日時 11月24日(木)午後2時から
- 会場 中地区公民館ホール 定員 先着5人
- 問い合わせ 地域課(☎025-250-2110)

※開催日や開始時間などが変更となる場合には市ホームページでお知らせします



▲これまでの協議内容や資料はこちらから