

北区は県内有数の トマト王国

北区は県内でも有数の出荷量を誇るトマトの産地です。豊栄地区と濁川地区を合わせた出荷量は約755トン(令和元年度のJA出荷量)。この量は、県産トマトの全出荷量の約6割を占めています。5・6月に旬を迎えるトマトの魅力や取り組みを紹介します。

問い合わせ 産業振興課農業振興グループ(☎025-387-1365)

北区が誇る大玉系トマト「桃太郎」・「麗容」



新潟市では昭和30年代から施設栽培によるトマト生産が盛んに行われています。

豊栄地区では主に「桃太郎」、濁川地区では主に「麗容」が栽培されています。いずれも農薬や化学肥料の使用を減らすことで安心・安全なトマト作りを追求し、かつ、より甘くおいしくなるように栽培方法を工夫しているところが特長です。

両品種は大玉系トマトとして「新潟市食と花の銘産品」にも指定されています。

もともとは観賞用だった!? ～学ぼうトマトの歴史～

トマトの生まれ故郷は、南米アンデス山脈の高原地帯であると言われています。

日本には、18世紀のはじめにオランダ人によって伝えられました。鮮やかな色合いから、当初は食用ではなく観賞用としていたようです。

多くの人々が食べるようになったのは昭和に入ってからで、そこから多くの品種が栽培され、消費量も増えました。

生まれ故郷の高原は砂漠に似た乾燥地帯です。北区が県内有数の産地に発展した理由も、北区に広がる砂丘地帯が大きく関連していると考えられています。

今では身近なトマトも、長い道のりを旅してきたんじゃな



店頭用POPとポスターでPR

北区トマトを広くPRするため、店頭用POP(店頭販促物)とポスターを新たに作りました。区内のお店などで、POPやポスターを目印に北区産のトマトを探してみてください。生産者の思いが詰まったパンフレットも設置しています。ぜひご覧ください。



情報通信技術導入で担い手対策



北区では、「特色ある区づくり事業」として平成30年度から「次世代農業推進事業」を進めています。同事業では、情報通信技術(ICT)導入による農業所得の増大や担い手の確保を目的に、生産者や関係機関を中心とした検討会議などを開催。令和元年度は農業従事者を対象にICT導入に関するアンケート調査を実施しました。アンケート調査の結果では「興味はあるが費用が高く導入できない」という意見が多くありました。

市では農業用機械・施設の導入に必要な経費の一部を補助しています。引き続き、これらの支援によりICT導入を推進していきます。

トマトを使ったレシピを紹介 肉巻きトマトステーキ

材料(4人分)
トマト …………… 2個
豚バラ肉 …… 8枚(12cm)
オリーブオイル… 大さじ1
塩 …………… 少々
黒コショウ …………… 適量



- ① トマトはヘタをとり、1cm幅の輪切りにしておく
- ② ①に豚バラ肉を巻き、塩・黒コショウで下味をつける
- ③ フライパンを熱し、オリーブオイルを入れ、中火で豚バラ肉の両面を焼き目が付くまで焼く
- ④ 両面に焼き目が付いたら、弱火にしてトマトがしんなりするまで焼く

≪1人分当たりの栄養計算≫
エネルギー 194kcal、タンパク質 6.1g、脂質16.9g、炭水化物2.9g、食塩相当量0.5g

新型コロナウイルス感染予防のために 北区長からのお願い

- 人との間隔は**2メートル**
- 外出時は**マスク**を着用
- 帰宅したら、まず**手や顔を洗う**
- 買い物は**すいた時間に素早く**
- ジョギングは**少人数**で
- 食事は**横並び**で、会話は**控えめ**に

**自分は感染しないと思わず、
大切な人の命を守るためにも、
「新しい生活様式」の実践を**

3つの「密」を避けましょう

新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力をお願いします

「密閉」「密集」「密接」しない！「ゼロ密」を目指しましょう。

マスクをつけましょう

飲食店でも距離を取りましょう

- ・多人数での会食はさける
- ・隣と一つ飛ばしに座る
- ・互い違いに座る

屋外でも密集するような運動はさけましょう

少人数での散歩やジョギングなどは大丈夫

窓やドアを開けこまめに換気を

電車やエレベーターでは会話を慎みましょう

他の人と十分な距離を取る

2メートル

手洗い、咳エチケット、健康管理も同様に重要です

不要不急の外出を控えましょう

新型コロナウイルス感染症の影響で、催しなどが急きよ中止や延期となる場合があります。

かんたん

ハンカチマスクの作り方

ハンカチマスクはあくまでも咳やくしゃみの飛沫を防ぐエチケット用です。

〈用意するもの〉



- ・ハンカチ (綿100%がおすすめ)
- ・ヘアゴム 2本

① 3つに折る



② 中央にひだを入れる



③ 両脇にゴムを通す



④ 長さを調整して折りたたむ



みなさんの健康のために(6月) 問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

離乳食に関する電話相談

離乳食講習会の中止に伴い、開催予定日に電話相談を実施します。お気軽にご相談ください。

問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

はじめての離乳食

- 回 6月5日(金) 午後1時～3時半
- 対象 生後5カ月頃の乳児の保育者

ステップ離乳食

- 回 6月5日(金) 午前9時半～12時
- 対象 生後6カ月以降で2回食・3回食に進もうとしている乳児の保育者



健康相談(予約制)

健康診断の結果記録票のある人は持参してください。

問保健師、栄養士による個別相談

6月	受付時間	会場	申し込み
24日(水)	13:30～15:00	豊栄健康センター	健康福祉課 地域保健福祉担当 (☎387-1345)
26日(金)	9:30～11:00	北地域保健福祉センター	同センター (☎387-1781)

《その他》

- 股関節検診・母体保護相談、1歳誕生歯科健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(3歳6カ月ころに実施)は該当者に個別案内をしています。
- 問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

お弁当 日用品 食料品

6月30日まで

詳しくはこちら

ござれや宅配

地域協働プロジェクト

配達エリア
松浜中学校区、濁川中学校区、南浜中学校区

参加店舗
北地区の飲食店、八百屋など
ホームページから確認ください。

配送方法
利用店舗によって以下の2種類があります。

- ① タクシーが一律500円で配送
- ② 店舗が直接配送

問北新潟商工振興会事務局(☎259-5811)

簡単3ステップ

- 1 電話でお店に注文します。
- 2 配達希望の時間をお店に伝えます。
- 3 ドライバーに料金を支払います。

おしらせ版

日=日時 場=会場
 内=内容 人=対象・定員
 ￥=参加費(記載のないものは無料)
 申=申し込み(記載のないものは当日直接会場へ)
 問=問い合わせ

お知らせ

6月の行政相談会は中止

中止する日程
 ▽1日(月)午前10時~正午 北区役所
 ▽18日(木)午前10時~正午 北出張所
 問 区民生活課(☎387-1255)

6月のさわやかなんでも相談所(無料)

場 豊栄さわやか老人福祉センター
 問 同相談所(☎386-0745)
 午前10時~午後3時

一般相談
 回 月・水・金曜午前10時~午後3時

身体障がい者相談
 回 11日(木)午前10時~午後0時半

カウンセリング相談(要予約)
 回 11日(木)午後1時~4時

弁護士法律相談(要予約)
 回 2日・16日(火)
 午後1時15分~4時15分

司法書士法律相談(要予約)
 回 9日・23日(火)
 午後1時45分~4時45分

人権相談
 回 10日(水)午前10時~午後3時

傾聴相談
 回 4日(木)午前10時~午後3時

北区自治協議会は書面開催

5月の第2回北区自治協議会は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、書面による開催となりました。
 傍聴はありません。
 ※議事概要は区役所ホームページと、市役所1階市政情報コーナーで閲覧できます
 問 地域総務課(☎387-1175)

川柳 senryu

市民文芸

鬼嫁もアルバムの中恋女房
 ホワイトデイ私もほしいわ気持ちだけ 清野モト子(つくし野)

孫自慢写メを見せ合うスマホババ 高橋 勝美(新 崎)

坂井 悦子(松 浜)

電車内肩身がせまい花粉症 磯辺富士子(東 栄 町)

孝行の万分の一花換える 木村 洋一(太 田)

※このコーナーでは、皆さんからの短歌、俳句、川柳を募集しています。
 ※住所・氏名・電話番号を明記してください。掲載作品は区バス内にも掲示されます。
 市民文芸の応募先
 〒950-3393(住所不要)北区役所地域総務課

自動車税(県税)の納付期限は6月1日(月)です

自動車税は、金融機関やコンビニエンスストア、県地域振興局県税窓口で納付できます。また、インターネットを利用してクレジットカードで納めることもできます。
 納期内の納付をお願いします。
 問 新潟地域振興局県税部(☎273-3116)

県高齢者総合相談センター

場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2)
 問 同センター(☎285-4165)

一般相談
 回 午前9時~午後5時(土・日曜、祝日を除く)

法律相談(要予約)
 回 月曜午後1時半~4時
 問 弁護士が相続や金銭貸借などの相談に対応

県認知症コールセンター
 回 毎週平日午前9時~午後5時(祝日、年末年始を除く)
 相談電話番号 281-2783

北区内の市立保育園で働きますか?

区内の市立保育園・こども園で保育士、調理員として働く職員を募集しています。

業種	資格要件	給与水準
保育	保育士(幼稚園教諭・小学校教諭・養護教諭も可)	フルタイム:月174,894円~
保育補助	資格不問	時給1,010円~ 早朝保育担当(2時間・3.5時間) 延長保育担当(3.5時間)
調理補助(土曜限定)	資格不問	時給877円~ 6時間・4時間

問 健康福祉課児童福祉係(☎387-1335)

！ 給付金のサギ(詐欺)に注意！

絶対に教えない！ 渡さない！

●通帳 ●口座番号 ●キャッシュカード ●マイナンバー ●暗証番号

市区町村や総務省などが以下を行うことは絶対にありません

- ×現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること
- ×受給のために、手数料の振込みを求めること
- ×メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求めること

怪しいな?と思ったらすぐ相談!

新型コロナウイルス給付金関連 消費者ホットライン 0120-213-188	警察相談専用電話 #9110
---	--------------------------

自宅でできるおすすめ筋トレメニュー その2

◆片足上げ
太ももの前側の筋肉を鍛えます。椅子に姿勢よく座り、伸ばした片足をゆっくりと20cmから30cm持ち上げ、ゆっくり降ろします。左右交互に2回



◆もも上げ
背筋を伸ばした姿勢で、ももを腰の高さまで上げて、その姿勢を保ちます。左右交互に5回



◆体の横曲げ
背伸びをし、その姿勢のまま体を横に倒します。左右交互に2回



問 健康福祉課(☎387-1340) 協力 新潟市運動普及推進協議会北支部

災害時に、自力での避難が困難な人は 避難行動要支援者支援制度を活用してください

市では、災害時の避難に支援が必要な人の情報を掲載した名簿を作成し、地域での助け合いに役立てています。
 以下の要件に当てはまる人に個別に案内を送付しています。いつでも登録できますので、希望する人は問い合わせてください。

登録対象者

○高齢者(75歳以上のみの世帯の人) ○要介護認定3以上
 ○身体障害者手帳1・2級 ○療育手帳A
 ○その他、自ら避難することが困難で、避難の支援を希望する人

名簿の提供先

○自治会・町内会・自主防災組織の地域の支援者 ○民生委員
 ○警察・消防

※名簿の提供を受けた者は、その情報を適正に管理し、支援者以外の外部に漏れないよう法律で秘密保持義務が課せられています

問 健康福祉課(☎387-1316)

催し・募集

島見浜海水浴場 監視員募集

勤務期間 7月18日(土)~8月23日(日)
 勤務時間 午前9時~午後5時45分
 ※土・日・祝日勤務あり シフト制
 賃金 時給877円~
 募集人員 8人
 問 6月1日(月)までに産業振興課(☎387-1356)へ電話のうえ、顔写真を貼った市販の履歴書を直接同課へ持参

北区役所だより広告募集

- ・約2万部/月2回発行
- ・縦3.9cm×横7.9cm
- ・1回1枠7,000円

対象 北区内に店舗や事業所がある事業者(掲載不可の業種あり)
 問 地域総務課(☎387-1175)

<広告欄> 広告欄の掲載内容についての問い合わせは各広告主へ

(区2面から) 最新の開催状況などは、直接各申・問先へご確認ください。(北区役所だよりでは、5月7日(木)までに確認したものです)