

¥2,400円
②親子ヨガ 日 1月24日～3月6日
 (金曜全6回) 10時15分、11時半
 ※各45分 対 1～3歳の親子
 定各先着10組 ¥3,000円
 申①は12月18日(水)、②は12月20日(金) 13時半から電話で同館(中央区神道寺南2 ☎025-241-4600)

食品加工支援センター
 (南区東笠巻新田) **2月の講座**
 時 13時～16時 申 12月18日(水)
 9時から電話で同センター(☎025-378-2158)

- ①生産者のための加工食品表示 日 4日(火)
 - ②チョコ大福作り 日 8日(土)
 - ③モッツアレラチーズ作り 日 12日(水)
 - ④全粒粉パン作り 日 15日(土)
 - ⑤チーズ調理品作り 日 22日(土)
- 定 ① 20人 ②④⑤ 各 10人 ③ 12人
 ※各先着 ¥各2,000円(①500円)

催し物

アクアパークにいがたの催し
 ¥入館料
 同施設(西区笠木 ☎025-264-6400)

☺クリスマスお菓子プレゼント
 日 12月22日(日) 10時 対 小学生以下
 定先着100人

おもちゃ病院 日 12月22日(日) 10時～14時
 ※精密電子機器は不可。要部品代実費

甘酒振る舞い 日 1月3日(金) 11時
 定先着100人

♣1～3月の講座
 対 16歳以上 定各先着20人 ¥各7,000円(入浴付き) 申 12月19日(木) 11時から電話で同施設

ピラティス 日 1月6日～3月16日(月曜全10回) 12時10分、1月10日～3月13日(金曜全10回) 19時半

※各1時間
ヨガ 日 1月10日～3月13日(金曜全10回) 18時20分～19時20分

♣北区 元旦歩こう会



日 1月1日(祝) 6時15分～9時
 集 解 豊栄南運動公園屋内ゲートボール場(北区嘉山) 距離3.8km、5.0km
 ¥無料 同 北区役所産業振興課(☎025-387-1195) ※参加賞を進呈

エコプラザ(東区下木戸3) 1月の催し

同施設(☎025-270-3009)
リサイクル品展示提供 日 4日(土)～16日(木) 9時～17時 ※6日(月)・14日(火)を除く。新潟市在住の小学生以上1人1点 抽選日時 19日(日) 14時から

フリーマーケット出店者募集 日 12日(日) 10時～13時 対 18歳以上
 定 20区画 ¥1区画500円 申 12月22日(日) までに電話で同施設

おもちゃ病院 日 18日(土) 13時半～15時 ¥無料

♣1月の講座

- ①包丁研ぎ 日 4日(土) 10時、10時半、11時、11時半 ※各30分 定各回先着6人
- ②アクリル毛糸でエコクリーナー作り 日 11日(土) 10時～12時 定先着8人
- ③くるみボタンでヘアゴム作り 日 13日(祝) 10時、11時 ※各30分 定各回先着25組
- ④マイ箸作り 日 13日(祝) 10時～12時、13時～14時 定各回先着25人
- ⑤虹色のこま作り 日 13日(祝) 10

「もったいない」をゼロに 食品ロスを減らそう

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられる食べ物のことです。国内では約643万トン(平成28年度推計)もの食品ロスが発生しており、1人1日当たりに換算すると毎日茶わん1杯分の食品を捨てていることになります。食べ物を無駄なく消費し、食品ロスを減らしましょう。

■食品ロスを減らす工夫

- ・冷蔵庫の中を確認し、計画的に買い物をする
- ・賞味期限や消費期限を確認し、食材を無駄なく使いきる
- ・会食などでは「20・10・0」を合言葉に、乾杯後の20分間、宴会終了前の10分間は自席で料理を楽しみ、食べ残しゼロを目指す



同 循環社会推進課(☎025-226-1391)

時、11時半、13時 ※各1時間

定各回先着10人

⑥端切れで和人形作り 日 17日(金) 13時～16時 定先着6人

⑦端切れで眼鏡ケース作り 日 21日(火) 13時、14時半 ※各1時間
 定各回先着6人

⑧布草履作り 日 29日(水)・30日(木) 13時～16時 ※全2回 定10人
 対 ①②⑥⑦⑧ 18歳以上 ③ 小学生と保護者 ⑤ 小学生以上 ¥各300円(①④各100円⑧500円)

申①～⑦は12月18日(水) 9時から、⑧は22日(日) までに電話で同施設

☺市児童センター(中央区東万代町) 1月の催し

¥無料 申 12月19日(木) 13時から
 電話で同センター(☎025-246-7715)

①ジャンボかるた大会 日 5日(日) 11時～12時

②ママのための体エクササイズ 日 9日(木) 10時半～11時

③縄跳び初心者講習会 日 11日・18日(土) 10時半～12時

④百人一首 日 12日(日) 13時半～

15時半

⑤将棋教室 日 18日(土) 13時半～15時

⑥理科教室 日 25日(土) 13時半～15時

対 ①③④⑤ 小学生 ② 就学前児と保護者
 ⑥ 小学1～3年生 定 ①⑤ 各20人
 ② 10組 ③ 各日12人 ④ 15人 ⑥ 16人
 ※各先着。このほか本冊5面にも催しを掲載

市民プラザ(NEXT21・6階) 誰でも自由にピアノが弾ける日

日 1月11日(土)～13日(祝) 9時～20時 定各日先着22組 ¥30分500円 申 12月18日(水) 9時から電話で同施設(☎025-226-5500)

市民綱引き大会

日 2月23日(祝) 8時半～16時
 場 鳥屋野総合体育館(中央区神道寺南2) 対 小学生以上 参加費(1チーム)一般2,000円、小学生1,000円 申 1月27日(月) までにメール(info@niigata-shi-sports.or.jp)で所定の申込書を市スポーツ協会(☎025-266-8250)へ ※申込書は同協会HPに掲載

新潟暮らしの魅力や情報を伝えます UIターン 相談会・セミナー開催

新潟市への移住・定住を考えている人向けに、相談会やセミナーなどを行っています。新潟暮らしを希望する人や知り合いに、ぜひ紹介してください。新潟暮らしの情報は移住・定住情報サイト「HAPPYターン」に掲載しています。(関連記事本冊1・2面) 同 雇用政策課(☎025-226-1642)



市内で開催 UIターン検討者向け年末年始相談会

気候、交通、住まいなどの相談に市職員が答えます。
 日 12月29日(日)・30日(月)、1月3日(金)・4日(土) 9時半～17時半 場 市役所分館1-101会議室
 申 移住・定住情報サイト「HAPPYターン」から申し込み



首都圏で開催 相談会・セミナー

UIターン相談会
 日 1月11日(土) 10時半～15時半
 場 JOB HUB SQUARE(東京都千代田区)
 申 移住・定住情報サイト「HAPPYターン」から申し込み



新潟暮らし創造運動

JOIN移住・交流フェア
 日 1月26日(日) 10時～17時 場 東京ビッグサイト(東京都江東区)

UIターンセミナー

日 2月2日(日) 14時～17時 場 移住・交流情報ガーデン(東京都中央区)
 申 移住・定住情報サイト「HAPPYターン」から申し込み

LINE@アカウント「新潟市HAPPYターン」に登録を

首都圏での新潟市への移住関連イベントや市内で開催される移住者交流会、移住した人の体験談などの情報を月数回程度、定期配信しています。二次元コードを読み込み、登録してください。



首都圏相談窓口

相談窓口	相談内容	所在地(東京都)、連絡先
新潟暮らし相談窓口(市)	暮らし	千代田区平河町2-4-1 日本都市センター会館9階 ☎03-5216-5133 ✉ office.tokyo@city.niigata.lg.jp
ココスみにいがた有楽町(県)		千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8階 ☎090-1657-7263 ✉ niigata@furusatokaiki.net
ココスみにいがた表参道(県)		渋谷区神宮前4-11-7 表参道・新潟館ネスパス2階 ☎03-3479-1415 ✉ niigatakurashi@pref.niigata.lg.jp
にいがたUIターン情報センター(県)	仕事	渋谷区神宮前4-11-7 表参道・新潟館ネスパス2階 ☎03-5771-7713 ✉ niigata_u-turn@pref.niigata.lg.jp
県UIターンコンシェルジュ	仕事(学生は除く)	千代田区大手町2-6-2 パソナグループJOB HUB SQUARE ☎03-6734-1358 ✉ uitc@pasona.co.jp

＼知ってほしい／ 新潟市の子育てのしやすさ

保育所が多く待機児童はゼロです。共働き率が高く、女性が働きやすい環境があります。

- 子育て環境が充実
保育施設数(0～4歳人口1万人当たり)
 新潟市74.5カ所(東京43.5カ所)
待機児童数 新潟市0人(東京2,037人)
子どものいる夫婦の共働き率
 新潟市61.1%(東京45.5%)

出典：保育施設数「社会福祉施設等調査(H28)、総務省国勢調査(H27)」、待機児童数「新潟市HP、東京都HP(H31.4)」、子どものいる夫婦の共働き率「総務省国勢調査(H27)」

●遊び場がいっぱい
 海や川、温泉などへ、すぐに行けます。おでかけ情報は市HP「スキマ時間」でチェック!



市内のイベント情報は