



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10月18日

毎月第1・3日曜発行

# わいわい東区 TALK トーク

No. 324

【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 38.62km<sup>2</sup> 人口136,042人(+50) 世帯数61,803(+57) 男65,638人(+17) 女70,404人(+33) ※9月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比



## 区バスをご利用ください



区役所へのご利用のほか、通勤・通学、通院、お買い物などに、ぜひご乗車ください。

問い合わせ 地域課(☎025-250-2110)

### 運賃

大人 210円  
小学生 110円

※均一料金

※就学前児は無料、土日祝日は現金払いのみ小学生50円

●現金または交通系ICカード(「りゅーと」、「Suica」など)でお支払いできます

●以下の場合運賃が半額(大人110円、小学生60円)になります

- ・「シニア半わりりゅーと」の利用
- ・運転経歴証明書の提示(65歳以上)
- ・障がい者手帳などの提示

### 停留所



東区のイメージカラー  
アクアブルーが目印です

区役所など区内公共施設のほか、区バス車内にも設置しています。



### 東区バス運行ガイド

時刻表、運行ルート、乗り方などをまとめて掲載しています。このほか、ポケット時刻表もご利用ください。

スマートフォンやパソコンで区バスの時刻表や位置情報を確認できます



時刻表、運行概要



区バス位置情報システム「e区バス」



### 「シニア半わり」でお得に!

市内在住の65歳以上の人は、「シニア半わりりゅーと」の利用で、運賃が半額の110円になります。

●「シニア半わりりゅーと」の申込時に用意するもの

・利用者本人の身分証明書(原本) ・ICカード乗車券「りゅーと」

※「りゅーと」を持っていない人は、窓口で発行できます(発行には2,000円(チャージ代金1,500円、預り金500円)が必要です)

※代理人が手続きする場合は、上記のほか、委任状と代理人の身分証明書が必要です

●受付窓口

新潟交通(株)バスセンター案内所、新潟東部営業所など ※区役所では手続きができません



## アルビレックス新潟サッカースクールのコーチが分かりやすく指導! 初心者から経験者まで誰でも参加できます!

### ドキドキ・ワクワクふれあいサッカー教室

日時 11月8日(日)午前10時15分~正午  
(午前10時受け付け開始)

会場 デンカスワンフィールド(中央区清五郎)  
(デンカビッグスワンスタジアム隣)

対象 東区に在住または在学の小学1~6年生先着80人

参加費 無料

持ちもの 動きやすい服装、運動ができる靴(スパイク不可、トレーニングシューズ可)、飲み物、タオル、サッカーボール(なくても可)

申し込み 10月19日(月)午前10時~11月1日(日)午後6時必着で、以下のいずれかの方法でアルビレックス新潟サッカースクールへ

※定員に達した時点で受け付けを終了します

〈インターネット〉アルビレックス新潟オフィシャルホームページの

「お申し込みフォーム」に必要事項を入力

〈FAX〉専用の「参加申込書」に必要事項を記入し、025-257-0156へ送信

〈郵送〉専用の「参加申込書」に必要事項を記入し、アルビレックス新潟サッカースクール「新潟市ふれあいサッカー教室」係(〒950-0933中央区清五郎67-12デンカビッグスワンスタジアム内)へ

問い合わせ アルビレックス新潟(☎025-257-0155、月~金曜日午後1時~8時・土曜日午前9時~正午)



▲申し込みはこちら



11月の肺がん(結核)集団検診(予約制)

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)

Table with columns: 月, 日, 曜, 会場, 時間, 対象, 予約期間. Lists dates from 10/5 to 11/29 for lung cancer screening.

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

人 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。
種 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
聞 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

胃がん・肺がん検診は以下の会場でも実施します(要予約)

Table with columns: 会場, 時間, 定員, 予約期間. Lists screening locations like 新潟県保健衛生センター and 新潟市医師会メジカルセンター.



健康相談

Table with columns: 11月, 会場, 受付時間, 予約. Lists health consultation sessions on 11/17 and 11/27.

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。
聞 17日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、27日(金)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

妊婦中の相談など 妊婦歯科健診(要予約)

Table with columns: 11月, 会場, 受付時間, 定員. Lists prenatal dental checkups on 11/18 and 11/19.

マタニティセミナー(安産教室)

Table with columns: 回, 日, 曜, 時間, 申込開始日. Lists maternity seminars on 11/10 and 11/12.

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

育児相談(要予約)

Table with columns: 11月, 会場, 受付時間, 申込開始日. Lists childcare consultations on 11/5 and 11/19.

※5日(木)は栄養士による相談あり、19日(木)は栄養士と歯科衛生士による相談あり
種 母子健康手帳、バスタオル
聞 5日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、19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)

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。
聞 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。

フッ化物塗布

回 11月27日(金)午前9時30分~10時40分
聞 木戸健康センター
人 4歳未満先着20人 料 1,020円
種 母子健康手帳、バスタオル
聞 10月21日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)
※実施日の2日前までにお申し込みください
※当日は検温をしてお越しください

ぱくぱく幼児食

幼児期は離乳食が完了し、大人の食へ移行する大切な時期です。子どもの歯の生え方に合った食事を学び、悩みを一緒に解決しませんか。
回 11月6日(金)午前10時~同50分
聞 木戸健康センター
人 栄養士による幼児期の食生活についての講話
人 1歳6カ月ごろの子どもの保護者先着15人 ※保護者のみ、保育なし
種 母子健康手帳
聞 10月21日(水)から電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

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)
人 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 11月5日(木)午前10時30分~11時
内 リトミックを取り入れた音遊び
聞 当日直接会場

おやこであそびましょ!

回 11月9日(月)午前10時15分~11時15分
内 ふれあい遊び、運動遊びなど
人 満1歳~小学3年生までの子どもと保護者
種 飲み物 聞 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 11月10日(火)午前10時~11時30分
内 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
聞 当日直接会場

ベビーマッサージ

回 11月12日(木)午前10時~11時
内 赤ちゃんとのスキンシップ(オイルの使用なし)
人 首すわりからおおむね12カ月の乳児と保護者先着10組

料 親子一組500円 種 バスタオル、飲み物

聞 電話で同施設

おもちゃ病院

回 11月15日(日)午前10時~正午
内 おもちゃ修理(原則無料ですが、部品代などの費用がかかる場合があります。また修理できない場合もありますのでご了承ください)
聞 当日直接会場

あんのまのいないいないばあ

回 11月20日(金)午前10時15分~11時30分
内 ふれあい遊び、リズム遊びなど
人 7~12カ月の乳児と保護者先着25組
聞 電話で同施設

家族で楽しくフィットネス

回 11月21日(土)午前10時15分~11時
内 男性インストラクターと楽しく体を動かす
人 おおむね3歳以上の家族先着25組
聞 電話で同施設

おしゃべりテラス~食育のお話~

回 11月24日(火)午前10時~11時
内 母親向けの栄養についての講話
人 乳幼児の保護者先着15人(子どもの同室可)
聞 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)※11月は2日(月)、16日(月)
人 就学前児と保護者、小学1・2年生

パパとママのベビーマッサージ(パパ向け講座)

回 11月8日(日)午前10時~11時30分
内 パパとママで赤ちゃんとのスキンシップを楽しむ
人 2~7カ月の乳児と保護者先着5組 ※保育あり(先着2人、要申し込み)
料 親子一組500円
聞 電話または直接同施設

ベビィダンス

回 11月10日(火)午後1時30分~3時
内 ダンスで親子のスキンシップとリフレッシュ
人 5~9カ月の乳児と保護者先着6組
料 親子一組500円
聞 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)

回 11月15日(日)午前10時~11時15分
内 助産師の講話、発育測定、個別相談
人 1歳未満の乳児と保護者先着6組
聞 電話または直接同施設

1歳児食育講座~カミカミ期からパクパク期~

回 11月19日(木)午前10時30分~11時
内 管理栄養士による1歳前後の子どもの食事についての講話
人 先着12組 聞 電話または直接同施設

産後ママのやさしいヨガ

回 11月24日(火)午後1時30分~2時30分
内 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
人 1歳未満の乳児と母親先着6組

料 親子一組500円

聞 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~

回 12月3日~24日の毎週木曜日(4回連続講座)午後1時30分~3時30分
聞 東区プラザ
内 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)
人 令和2年7月~9月生まれの乳児と母親先着10組
聞 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)
人 就学前児と保護者、小学1年生~中学3年生

おやこdeアート

回 11月10日(火)午前10時30分~11時
内 親子で工作(くりひろいに出かけよう)
人 0歳~就学前児と保護者
聞 当日直接会場

ボードゲームの日

回 11月11日(水)午後4時~5時
内 みんなでボードゲームを楽しむ
聞 当日直接会場

子育てほっとカフェ

回 11月12日(木)午前10時~11時
内 マザーズコーチングティーチャーと気軽におしゃべり
種 飲み物 聞 当日直接会場

体育あそび教室

回 11月25日(水)午後4時~5時
内 マットや跳び箱を使って体を動かす
人 年中児~小学1年生先着15人
聞 電話または直接同館

自由べんぎょうの日

回 休館日を除く毎日午前9時~午後6時(日曜日は午後5時まで)
内 自由に宿題や勉強をする(分からないところは教えます)
人 小学1年生~中学3年生
種 勉強したい教材 聞 当日直接会場

スタディタイム

回 土曜日午後4時~6時、日曜日午後4時~5時
内 国語、算数、英語(テスト勉強、苦手なところを教えます)
人 小学1年生~中学3年生
種 勉強したい教材 聞 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

< 広告欄 >

寺山こどもまつり
日 時 11月7日(土)午前10時から正午 ※雨天中止
会場 寺山公園
内容 輪投げ、ヨーヨー釣り、チューリップ植栽など
参加費 無料
申し込み 当日直接会場
問い合わせ 区民のこいのぼりプロジェクト実行委員会事務局(建設課内)(☎025-250-2641)
新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をお願いします
▶ 受付時に検温を実施します
▶ 体調がすぐれないときは参加を控えてください
▶ 混雑時は入場制限を行う場合があります
▶ こまめに手指消毒をしてください

令和2年国勢調査 調査票の提出はお済みですか
まだ調査票を提出していない場合は、至急調査票を記入の上、郵送提出用封筒に入れて郵送で提出してください。
問い合わせ 国勢調査新潟市実施本部(総務部総務課)(☎025-226-2401)

「新しい生活様式」を実践しましょう。 ※掲載情報は10月9日時点のものです





# 東区自治協トピックス

## ★「東区バスの運行に関する要望書」を提出しました

9月10日、東区自治協議会から市長宛てに「東区バスの運行に関する要望書」を提出しました。今後、高齢化が一層進む中、高齢者をはじめ区民にとって、より安心して利用できる区バスを運行することが、東区の活性化に欠かせないと考え、以下の2点を要望しました。

○東区バスへの小型ノンステップバス車両の早期導入

○「シニア半わり」制度の継続実施

後藤会長から石井区長に要望書を手渡した後、委員と区長とで、区内の公共交通に関して意見交換を行いました。委員からは、実際に区バスに乗車した体験から、ノンステップバスの必要性を実感したことや、高齢者の暮らしと公共交通のあり方など、さまざまな意見が出されました。

区長からは、区バスの利便性の向上について、区としても研究し、しっかり取り組みたいとの話がありました。



当日の様子

## ★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)



# 東区市民劇団座・未来 演劇公演

日時 12月5日(土)午後6時～、6日(日)午後0時30分～、午後4時30分～(上演時間105分)

会場 東区プラザ  
公演目 みなとトンネルを抜けると…  
～いつか笑える日のために～

定員 各回120人  
チケット価格 一般1,800円、高校生以下1,000円  
※当日券は500円増し

チケット販売 東区プラザ窓口(区役所庁舎2階)、インターネット(振り込み、前払い)

問い合わせ 同劇団(☎080-4332-1965)  
地域課産業文化振興室(☎025-250-2130)



チケット購入

# 親子ヘルシーランチクッキング ～親子でつくろう！クリスマスランチ～

日時 11月28日(土)午前10時30分から午後1時  
会場 東区プラザ  
内容 調理実習(子どものみ)、栄養についての講話と調理見学(保護者のみ)

対象・定員 小学4～6年生の子どもと保護者先着10組

参加費 大人1人につき400円(子どもは無料)

持ちもの エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん ※子どものみ

申し込み 10月21日(水)～11月19日(木)に電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

※材料の代替など、アレルギーへの対応はできません



▲昨年度の様子



# 公民館

※申込受付は午前9時から

中地区公民館 ☎025-250-2910

## 区内公民館定期利用説明会

公民館	日時	定員
石山地区	10月29日(木)午後7時～8時	60人
	10月30日(金)午前10時～11時	60人
木戸	10月30日(金)午後2時～3時	35人
	11月7日(土)午前10時～11時	60人
中地区	11月7日(土)午後1時30分～2時30分	60人

利用についての説明と意見交換  
※他区の開催日は市ホームページに掲載。詳しくは各館へ問い合わせてください  
新規利用者は電話で各館、または当日直接会場  
中地区公民館(☎025-250-2910)、木戸公民館(石山地区公民館 ☎025-250-2930)、石山地区公民館(☎025-250-2930)

## おうち時間を快適に過ごすために「彩り」をプラスしてみませんか「スタンドグラス体験講座」

11月15日(日)午後1時～4時  
ハンダゴテを使ってスタンドグラスのキャンドルスタンドを作る  
20代～30代先着6人  
3,000円(材料費)  
エプロン、汚れてもいい布、作品を入れる袋  
10月19日(月)から電話で同館



## 0歳児の親のための講座「はじめてのいっぽう」(全2回)

回	月	日	曜	テーマ
①	12	1	火	家族をは・ぐ・く・む ～わたしも家族も大切にすくらし～
②	12	8	火	赤ちゃんと育ちあうはっぴいなじかん ～心と体の発達と親の関わり方～

時間 午前10時～正午  
令和2年1月～6月生まれの乳児の保護者(第1子の人を優先)先着8人

※保育あり(令和2年1月～6月生まれの乳児先着8人、要申し込み)  
10月19日(月)から電話で同館

石山地区公民館 ☎025-250-2930

## ご近所だんぎ「元気になろう1・2・3」

10月26日(月)午後1時30分～3時30分  
軽運動と脳トレ 先着30人  
動きやすい服装、飲み物、フェイスタオル、筆記用具  
当日直接会場

# お知らせ

## 国道113号のバスレーンを解除

中央区竜が島の約600メートルと東区古川町～松島の約600メートルは、朝、新潟駅に向かう1車線がバス専用レーンとなっていますが、交通実態を踏まえた見直しを行い、この規制を解除します。

解除予定日 10月24日(土)  
新潟警察署交通課(☎025-249-0110)、新潟東警察署交通課(☎025-279-0110)

# 催し物・募集

## 下山スポーツセンター 体力測定&相談

11月7日(土)、10日(火)、21日(土)、28日(土)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

## 新潟県立大学 連花祭

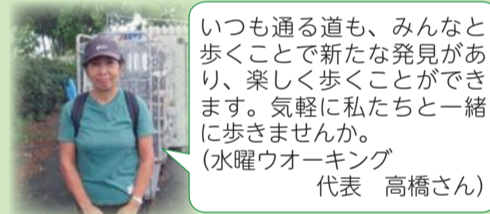
10月24日(土)・25日(日)に行われる連花祭は、オンラインで開催します。(連花祭特設サイト <https://jichikai-tenji.wixsite.com/website>)  
同実行委員会(☎025-275-7287、Eメール [jichikai.unp@gmail.com](mailto:jichikai.unp@gmail.com))

## ボクシングエクササイズ体験会(全2回)

12月3日、17日(木)午後1時30分～3時  
石山地区公民館  
ボクシングエクササイズ、柔軟体操、筋肉トレーニング  
先着5人  
室内用運動靴、タオル、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル  
11月30日(月)までに電話で「打つべし!」・島田(☎090-1378-5668)

# 区内のウォーキング自主グループを紹介します

団体名	活動日	活動範囲
山の下旬ウォーキング	毎月第3月曜日	山の下旬(雨天時はみなとトンネル)
木曜ウォーキング会	毎月第4木曜日	山の下旬、里山ハイク(雨天時はみなとトンネル)
下山かよう歩く会	毎月第3火曜日	下山周辺(雨天時はみなとトンネル、冬季は体操など)
大形歩こう会	毎月第4月曜日(休日の場合第5月曜日)	大形周辺(冬季は体操など)
水曜ウォーキング	毎月第3水曜日	木戸周辺(雨天時と冬季は東総合スポーツセンター)
石山健康あるこう会	毎月第2金曜日	石山周辺、区外
火・金ウォーキングの会	毎月第1火曜日、第3金曜日	石山周辺、区外



いつも通る道も、みんなと歩くことで新たな発見があり、楽しく歩くことができます。気軽に私たちと一緒に歩きませんか。(水曜ウォーキング 代表 高橋さん)

※新型コロナウイルスの影響により、活動状況などが変わる場合があります

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10月25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。

## 粗大ごみの申し込み・問い合わせはこちらまで!!

粗大ごみ受付センター (☎025-290-5353)

電話受付時間 月曜日～土曜日(祝休日および12月29日～1月3日を除く) 午前9時～午後5時  
※電話で申し込みをすると、料金と収集日をお知らせします

※祝休日明けは、電話が混み合う場合があります

インターネット 市ホームページから申し込み <https://www.sodai.city.niigata.jp> (24時間受け付け)

## ごみは自分で施設に持ち込むこともできます!!

亀田清掃センター(江南区亀田1835-1) (☎025-382-4371)

対象のごみ 粗大ごみ、燃やすごみ、燃やさないごみ  
持ち込める日時 月曜日～土曜日(祝休日を除く) 午前8時30分～午後0時15分、午後1時～午後4時(土曜日は午後3時まで)  
※家庭ごみの手数料は10kgまでごとに60円です  
※指定袋、粗大ごみ処理券は不要です

問い合わせ 区民生活課生活環境係(☎025-250-2285)

< 広告欄 >

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、手洗いや外出時のマスク着用など