

北区郷土博物館からのお知らせ 問同館(☎386-1081)

企画展「蔵出し！北区ゆかりの文化財展」

新潟市には地域の歴史や文化を伝えるたくさんの有形・無形の文化財があります。同館の収蔵庫で保存している指定文化財の蔵出し展示と北区各地の文化財を紹介します。

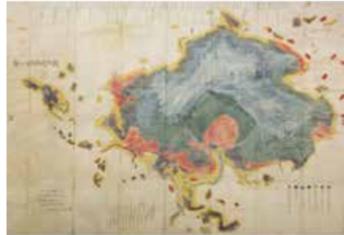
期間 2月8日(土)～5月6日(振休)午前9時～午後5時

休館日 月曜日(2月24日、5月5日は開館)、2月12日(水)、25日(火)、3月21日(金)、4月30日(水)

¥3月まで観覧料無料



市指定文化財 上黒山遺跡出土品 (1700年前の赤く塗られた土器)



市指定文化財 寛政二庚戌年福島潟絵図 (1790年の福島潟、195cm×287cm)

4月1日から観覧料が有料になります。

Table with columns for '区分' (General, University/High School) and '観覧料の額' (Individual, Group).

※中学生以下は引き続き無料
※大学生・高校生は、学生証を提示してください
※障害者手帳を持参の人などは観覧料が免除されます

市民公開講座

脳出血・心臓病を防ぐ！ ～超ためになる高血圧と減塩のお話～

日 3月22日(土)午後2時～3時半(受付 午後1時半～)

場 豊栄地区公民館

内

Table with columns for '講演' (Heart and High Blood Pressure, Stroke, Salt Reduction) and '講師' (Prof. Kojima, Mr. Morita, Ms. Nakamura).

先着80人

申込みから電話で健康福祉課健康増進係(☎387-1340)もしくはホームページ(https://x.gd/cgKeX)で申し込み

問同課



食推イチオシレシピ 根菜と鶏むね肉の甘酢炒め

新潟市食生活改善推進委員協議会 北支部 葛塚グループ

4人分の材料

- 鶏むね肉 1枚
サツマイモ 中1本
レンコン 50g
片栗粉 大さじ1
サラダ油 大さじ1
塩 少々
こしょう 少々
砂糖 大さじ1・1/2
しょうゆ 大さじ1・1/2
酢 大さじ3

作り方

- 1 サツマイモは1cm程度の輪切りにし、電子レンジ600Wで4分程度(つまようじが刺さるくらいのやわらかさに)加熱する。レンコンは5mm程度の厚さの半月切りにする。
2 鶏むね肉は一口大に切ってポリ袋に入れ、塩・こしょうを加えてもみこむ。
3 ②にレンコンを加え、片栗粉をまぶす。
4 フライパンにサラダ油を熱し、③を炒め、火が通ったらサツマイモを加えてさらに炒める。
5 ④にAを加え、照りが出るまで炒める。
6 器に盛り、お好みで青じそやネギを散らす。

ホクホクのサツマイモとサクサクのレンコンの食感が楽しめます。

シンプルな調味料で作り方も簡単。酢を多めにとると塩分控えめでもおいしくいただけます。



1人分当たりの栄養価
エネルギー: 180kcal たんぱく質: 10.6g
脂質: 3.8g 炭水化物: 23.8g 食塩相当量: 1.2g

遊水館 春期水泳教室

15歳以上のクラス(全11回)

Table showing swimming class schedules for ages 15 and over, including days, times, and topics like 'Backstroke Basics' and 'Butterfly Basics'.

幼児・小学生クラス(全12回)

Table showing swimming class schedules for children and elementary school students, including days, times, and class levels like 'Child 1' and 'Elementary 1'.

¥15歳以上 全11回 5,500円

幼児・小学生 全12回 6,000円

※幼児以外、入館料、ロッカー代が別途必要

申込み 2月16日(日)までにはがき(必着)に曜日、教室名、氏名(フリガナ)、性別、生年月日(小学生は学年も)、郵便番号、住所、電話番号を明記し、遊水館(〒950-3324前新田乙311 ☎384-1211)

※同じ曜日・時間帯の教室は重複して申し込みできません

※応募多数の場合は抽選

※原則月曜休館



ホームページはこちら

北区バスに広告を載せませんか？

区バス車両への広告掲載を通じて、運行を支援していただける企業などを募集します。

募集対象者 新潟市内または隣接する市町村に事業所などがある団体
広告の掲載箇所、規格、料金

Table with columns for 'No', '掲載箇所' (Side window, Rear window, In-vehicle ad), '規格' (Dimensions), and '料金' (Rates).



ホームページはこちら

運行日 平日(年末年始を除く) 11便/日

月間利用者数 約1,000人

運行区間 太郎代浜～新富町～豊栄駅～北区役所・文化会館

※料金には広告作製料、ポケットティッシュ購入料を含んでいません
問 東港タクシー株式会社 (☎255-3233)

北区役所だより お店や会社の広告を掲載しませんか

対象 区内に本社や営業所がある事業者
募集する号 4月～9月の毎月第1・3日曜日号(新聞折込、区内公共施設設置など)

募集枠数 各号6枠

掲載料・サイズ 1回あたり7,000円(縦3.9cm×横7.9cm)

申込書の提出先 所在地の申込書を地域総務課へ提出してください。

※申込書は市ホームページでダウンロード

問 地域総務課(☎387-1155)



にいがた防災メールでも緊急情報を発信しています。ご利用ください。

