



江南区 人口：68,565人(-61) 男：33,365人(-33) 女：35,200人(-28) 世帯数：27,151 世帯(+17) 面積：75.42km² 平成31年4月末現在(カッコ内は前月比 住民基本台帳による)

6/16(日)
9:00~15:00

スポーツ・文化・食のイベント盛りだくさん

アスパークまつり2019

アスパーク亀田の魅力凝縮した一大イベント。アスパーク内の各会場では楽しい催し物がいっぱい！
スタンプラリーやイベント参加などでさまざまな景品を用意しています。

問産業振興課 商工観光・文化スポーツグループ
☎025-382-4689

- はたらくクルマ大集合 午前9時~午後1時
パトカー、消防車、トラクターなど、はたらくクルマが大集合。*クルマによって時間が異なります。

地元の農産物の販売もあります。



江南区親善大使



- フリーマーケット 午前9時~午後2時
屋外で行うフリーマーケット。掘り出し物が見つかるかも？(順次終了)

- 屋外物販スペース 午前9時~午後3時
商店街の美味しい物などを販売。(なくなり次第終了)



<亀田農村公園>

- 青空ヨガ体験会 ♣
午前9時~10時
屋外でのヨガ体験会(雨天時は武道場で実施)



<亀田総合体育館 屋内プール>

- アクアチューブ体験会

午前9時~9時50分

☑小学生 先着60人(水着着用)

☑プール利用料(小人200円)

*小学生4年生以下は、水着を着た大人の同伴が必要(大人500円)



<亀田総合体育館 メインアリーナ>

わくわくスポーツ広場

午前10時~午後3時

- フロアカーリング・ボッチャ・ビジョントレーニング・モトタイル体験会 ♣

☑2020年東京パラリンピックの種目や「視覚・認知機能」を高めるトレーニングなどを体験してみよう！



- 「カプラ®」ブロック体験会

午前10時~午後3時

☑フランス生まれの「カプラ®」ブロックを使って、いろいろなものを作ろう！



<亀田総合体育館 サブアリーナ>

- 卓球利用開放 午前9時~午後5時

☐ラケット貸出可、1時間ごとの入替制

<亀田総合体育館 屋内多目的運動場>

- キッズスポーツコーナー

午前10時~午後1時

☑ワンポイントアドバイス付きストラックアウト、ボールパーク



江南区

ドキドキ・ワクワクふれあいサッカー教室

午後2時45分~4時30分

☑アルビレックス新潟の選手・スタッフが参加するサッカー教室と写真撮影会
*要事前申込<次ページに募集記事あり>

<亀田総合体育館 武道場>

- 合気道体験会 ♣

①午前10時30分~ ②午後1時~

☑合気道の演武発表と基本技の体験会(所要時間1時間)

江南区文化会館合同事業「たまたこBOBU」

<江南区文化会館>

- プラ板で江南区親善大使ストラップづくり

①午前9時~11時30分 ②午後1時~2時

場講座室1(所要時間30分程度)

☑①先着150人 ②先着50人(受付は各回終了の30分前まで)

- 大声コンテスト

①午前10時~11時30分 ②午後1時30分~3時

場音楽練習室2 ☑声の大きさを測定

- 亀田縞に親しもう

①午前10時30分~ ②午後2時~

場多目的ホール ☑亀田縞を使った工作体験(所要時間45分程度)

☑各回先着30人(整理券を各回開始30分前から配布)

- 音と光のホールライトアップツアー

①午前11時15分~ ②午後0時15分~

場音楽演劇ホール ☑ライトアップされた舞台の鑑賞(所要時間30分程度)

☑各回先着30人(整理券を各回開始30分前から配布)

<亀田図書館>

- おはなしのじかんスペシャル

①午前10時30分~ ②午後2時~

☑絵本の読み聞かせ、紙芝居(所要時間30分)

- むかし語りの会 午後1時~2時

☑横越弁で語る江南区の昔話

<江南区郷土資料館>

- むかしのおもちゃ遊び 午前10時~午後3時

☑輪投げ、お手玉、あやとり、ぬり絵など



主催：アスパークまつり2019実行委員会

新潟市、亀田商工会議所、亀田商工会議所青年部、(一財)亀田郷地域センター、NPO法人環境パル21、亀田農業者会議、(公財)新潟市開発公社

●区バスでGO!

区バスに乗って「アスパーク亀田」で降車の人全員にお菓子引換券を1枚プレゼント!

<土曜・休日ダイヤ>

行き:亀田駅西口発 アスパーク亀田行き

9:22/11:02/12:09/13:40

帰り:アスパーク亀田発 亀田駅西口方面行き

9:17/10:17/11:47/14:47/16:17/18:02

<料金>小学生50円(土曜・休日料金)

中学生以上200円



第14回 両川花絵プロジェクト

子どもたちを育む地域の力

4月21日(日)、両川地区育成協議会が主催する「両川花絵プロジェクト」が開催されました。今年には33人が参加し、午前中に1万本以上のチューリップの花摘みを行い、午後からパネルへの花差しを行いました。花絵の製作中には、子どもたちと地域の人とのコミュニケーションが図られ、子どもたちの表情やしぐさなどから、子どもたちを育む地域の力を感しました。



江南区ぐるっと巡って発見・体験ツアー「酒屋太々御神楽」

150年以上の伝統「神楽舞」を体感

4月29日(月)、両川地区の八坂社・諏訪社合殿で、酒屋太々御神楽が奉納されました。150年以上の歴史があるこの神楽舞をたくさんの人に観てもらうため、産業振興課では「江南区ぐるっと巡って発見・体験ツアー」を企画しました。ゴールデンウィークのなか、好天にも恵まれ、大勢の人から参加いただきました。子どもたちによる稚児舞(ちごまい)や大人の神楽舞があわせて12舞奉納されました。舞の最後には、大黒様が登場し、舞いながら菓子などがまかれ、会場は大いに盛り上がりしました。



自宅でセルフケア健診が受けられます

無料

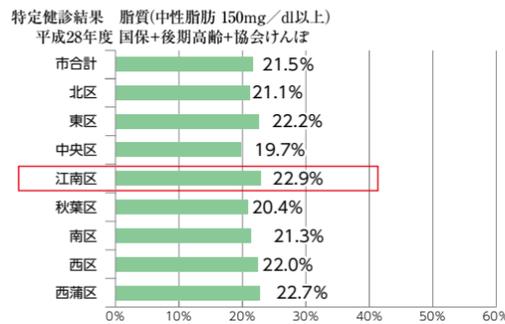
30代の方限定! 職場などで健診の機会がない方へ!

～ご存知ですか? 江南区は中性脂肪の値が高い人が多いこと～

中性脂肪や血圧が高いことで引き起こされるといわれている生活習慣病にならないためにも、日ごろから自分の健康に関心を持ち、自分自身の健康状態を知ることが大切です。

健診機会が少ない世代の皆さん、ぜひ一度、自宅でできるセルフケア健診を実施し、生活習慣の見直しに役立ててみませんか。

問健康福祉課 健康増進係 ☎025-382-4316



セルフケア健診とは

- 病院や健診機関に行かず、自宅で簡単に血液検査を行うことができます。
 - ※脂質、肝機能、血糖の検査のみ
- 簡単な問診項目により生活習慣のアドバイスが受けられます。

対象・申し込み

対象

- 以下の①～③すべてに該当する人 先着50人
- ①江南区に住民票がある人
- ②30歳～39歳である人(令和2年3月31日現在)
- ③職場の健診などで血液検査の機会がない人
- ※検査結果は区の健康事業の企画及び評価のための分析に使用しますので、ご了承の上、申し込みください。

申し込み

6月14日(金)までに、健康福祉課 健康増進係へ ☎025-382-4316

セルフケア健診の流れ

- 検査期間** 7月25日(木)から8月7日(水)
- 検査方法**
 - ① 電話で申し込みをしてください。
 - ② アイスボックスに入った「採血セット」と「問診票」が自宅に届きます。
 - ③ 説明書に従って、自己採血をします。(採血は指先から4～5滴です)
 - ④ 血液は、すぐに指定の容器に入れ、同梱の遠心器にかけ冷蔵保存します。
 - ⑤ 冷蔵保存し、採血の当日または翌日に問診票を同封して検査機関に返送します。
- 検査結果** 検査機関に到着後、約1か月で検査結果と生活に関するアドバイスが郵送されます。アドバイスをもとに、区が開催する健康講座や健康相談を案内します。



※詳しい流れは区ホームページをご覧ください

アスパークまつり 江南区ドキドキ・ワクワクふれあいサッカー教室 参加者募集

アルビレックス新潟の選手たちと一緒にサッカーを楽しむサッカー教室を開催します。

- 回6月16日(日) 午後2時45分～4時30分(受付:午後2時30分～)
- 場 亀田総合体育館 屋内多目的運動場
- 区区内に在住・在学の小学生
- ①1年生～3年生 先着30人 ②4年生～6年生 先着30人
- 因アルビレックス新潟の選手たちが参加をするサッカー教室、写真撮影会など
- ※参加選手は当日決定します。
- 持 サッカーボール(貸し出しも可能)、飲み物、運動できる靴(スパイク不可)、動きやすい服装、タオル
- 回6月3日(月)午前10時から6月11日(火)午後6時まで、氏名(ふりがな)、学年、住所、郵便番号、電話番号を記載しファクス(☎025-280-0012)またはアルビレックス新潟オフィシャルホームページをご覧ください。
- 問アルビレックス新潟サッカースクール ☎025-280-0011



第6回 嫁入り船復活プロジェクト 水郷の花嫁さんは船で行く

小阿賀野川と北方文化博物館を舞台に、船を使った嫁入りの儀式を現代に復活させたイベントが開催されます。新婚夫婦の門出を、一緒に祝いませんか。

- 回6月9日(日) 午前9時～午後1時
- ※雨天時は6月16日(日)に顺延
- 嫁入り船運行予定時間
- 09:00 出発式(横雲荘)
- 10:00 乗船(満願寺水門付近)
- 11:30 下船(木津渡し場広場)
- 12:30 人力車乗車(北方文化博物館西門)
- 主催 横越コミュニティ協議会
- 問横越出張所 ☎025-385-2111



(昨年)写真コンテスト 小阿賀花嫁大賞「最高の笑顔」

写真コンテスト作品募集

当日撮影した写真を対象にした写真コンテストを行います。応募方法や副賞など、詳しくは問い合わせください。(応募期間6月10日(月)～7月12日(金))

亀田行政サービスコーナーをご利用ください。住民票や印鑑登録証明書などの発行を行っています。平日午前9時～午後7時 問亀田行政サービスコーナー ☎025・381・1200

江南区心配ごと相談所 来所または電話相談予約不要 毎週木曜日(祝日を除く)午後1時〜4時 場江南区福祉センター 江南区社会福祉協議会【相談専用電話】025・2500・7823

江南区からのお知らせ

回=日時 時=時間 場=場所 内=内容 円=対象・定員
円=参加費(記載のないものは無料) 持=持ち物 問=問い合わせ
申=申し込み(記載のないものは事前申し込み不要、当日直接会場へ)

新潟労働相談所 休日労働相談会

回 6月16日(日) 午後1時〜4時30分
場 新潟地域振興局(秋葉区新津4524)
内 面談または電話による労働相談
問 面談による相談は事前予約が必要
新潟労働相談所 ☎0250-23-6110

今が旬! 藤五郎梅の収穫体験と子どもが喜ぶ「梅のもぐもぐレシピ」

回 6月22日(土) 午前10時〜午後0時30分 ※少雨決行。荒天の場合は収穫体験は中止
場 亀田市民会館集合
内 梅の収穫体験(収穫した梅は実費で買い取り)、梅を活用した加工品や料理などの紹介(調理実習はありません)
円 先着30人
回 6月13日(木) 午後5時までに、産業振興課へ ☎025-382-4816

これから運動を始めたいと考えている人へ 運動でヘルスアップ

体力づくりや内臓脂肪解消のために効果的な運動のポイントや、実践を交えて伝えます。自分に合った体の動かし方を探してみませんか。
回 6月25日(火)、7月23日(火) 午後1時30分〜3時30分 ※全2回(受付:午後1時10分〜)
場 両川公民館
内 ウォーキングなどの有酸素運動、ストレッチ、筋トシなど健康づくりのための運動とお話
持 動きやすい服装、内履き、飲み物(水・お茶)、タオル
円 先着20人
回 6月14日(金) までに、健康福祉課 健康増進係へ ☎025-382-4316
※申込者には事前に詳しい案内を送付

骨密度測定しませんか? 骨粗しょう症予防講演会・測定会

回 6月28日(金) 午後0時45分〜3時
場 亀田健康センター(江南区役所となり)
内 医師講話「骨粗しょう症の予防について」、骨密度測定(かかとを素足で測定)
円 18歳以上 先着40人
回 6月6日(木)から6月26日(水)までに、健康福祉課 健康増進係へ ☎025-382-4316

健康増進普及講習会 お魚料理と血管年齢

血管年齢測定と、魚を使った料理の調理実習で、健康づくりのポイントを学ぶ講習会です。
回 7月4日(木) 午前9時30分〜午後1時(受付:午前9時15分〜)
場 横越健康センター
内 血管年齢測定、栄養士講話、調理実習、試食
メニュー:ごはん、鮭と野菜のおろし和え、ほうれん草としめじのゴマ和え、ふわふわきのこスープ、しそまんじゅう
円 先着20人
円 400円(調理実習費)
持 筆記用具、エプロン、三角巾
回 6月5日(水)から6月27日(木)までに、健康福祉課 健康増進係へ ☎025-382-4316

公民館情報

亀田地区公民館 江南区文化会館内 ☎025-382-3703

学習用に部屋を開放します

回 6月22日(土) 午前9時〜午後5時
場 同館 講座室1
円 中・高校生を優先

令和元年7月21日(日)執行予定 参議院議員通常選挙 期日前投票立会人募集

選挙の期日前投票立会人を募集します。
円 江南区の選挙人名簿に登録されている人 若干名(応募多数の場合抽選)
場 江南区役所または横越出張所(選択はできませんので、いずれでも可能な人)
回 7月5日(金)〜7月20日(土)の期間で、地域総務課の指定した日の午前8時30分〜午後8時(従事できない日があれば、申込時に申し出てください)
※選挙執行日は、変更の可能性があります、変更の場合は併せて従事する日も変更になります。
内 期日前投票所事務全般に立ち会い、投票が公正に行われているかを確認
円 報酬額 1日12,700円(所得税124円が控除されます)
回 6月12日(水) までに、氏名、生年月日、郵便番号、住所、電話番号、政党または政治団体への所属の有無およびその名称を任意の紙に記載し、地域総務課へ郵送または電子メールで申し込み。
<郵送の場合>
〒950-0195(所在地記載不要) 江南区役所地域総務課あて
<電子メールの場合>
件名を「期日前投票立会人応募」とし、メールアドレスchiikisomu.k@city.niigata.lg.jpへ
問 地域総務課 ☎025-382-4519

毎月第2・第4火曜日開催 プチプチひろば

0歳児と保護者のための憩いの広場。育児について、ママ友づくりなどおしゃべりのできる居場所です。
回 6月11日(火)・25日(火) 午前10時〜11時30分
場 同館 保育室
円 0歳児とその保護者(未就園児の兄弟姉妹は0歳児と一緒に参加可能)

横越地区公民館 いぶき野1-1-2 ☎025-385-2043

子育てひろば

日程	対象・内容
7日(金)	円 歯科衛生士による子どもの歯の健康についての講義および講習 場 同館 保育室 円 未就園児と保護者(0歳児も参加可能) 持 飲み物
21日(金)	円 ミニ運動会 場 同館 多目的ホール 円 未就園児と保護者(0歳児も参加可能) 持 飲み物、着替え、タオル

曾野木地区公民館 天野2-7-2 ☎025-280-6810

毎月第2・第4月曜日開催 子育てサロン〜ぽっかぽか〜

回 6月10日(月)・24日(月) 午前10時〜正午
内 保育室の自由開放(子どもの自由遊びや保護者同士の情報交換など) ※専門のスタッフはつきません
円 未就園児と保護者(0歳児も参加可)

ふれあい掲示板 市民グループなどの催しを掲載しています

11人の陶芸作家による創作鉢展

回 6月1日(土)〜6月9日(日) 午前10時〜午後5時(月曜休館、最終日は午後3時まで)
場 小さな美術館 季(松山112-4)
内 植木鉢、盆栽鉢、山野草鉢などの展示
問 同施設 ☎025-276-2423

障がい者のイベント 「どーしょば おもしろ」開催

回 6月15日(土) 午後1時〜3時30分
場 江南区福祉センター 多目的ホール
内 懐メロ、笑いヨガ、中野小路たかまろの講演「オレオレ詐欺対策!!」など
問 障がい者団体 新潟白遊心 ☎090-2225-3155

チアリーディング 体験教室

回 毎週水曜 午後7時〜8時 ※6月5日(水)〜26日(水)は無料体験
場 亀田市民会館(船戸山5)
内 初心者向けチアリーディングの体験会
問 SSCチアリーディング 笠原 ☎090-2672-0213

健康太極拳 会員募集

回 毎週木曜 午前10時〜11時30分 ※6月6日(木)〜27日(木)は無料体験
場 サンウイング横越(横越川根町2)
円 月2,100円
問 健康太極拳 中川 ☎080-1172-1457

消防情報 消太くんの視点 「無事故への構え一分の隙も無く」(平成31年度 危険物安全週間推進標語)

6月2日(日)〜8日(土)は、危険物安全週間です。常日頃からガソリン、灯油、油性塗料など、危険物の取り扱いには十分注意しましょう。

問題 自動車の燃料としても使用される「ガソリン」は何色でしょう。
①赤 ②青 ③オレンジ



消太くん(救助服バージョン)

区内では平成30年度中に8件の油漏れの事故が江南区内で発生しました。危険物事故を起こさないために、「自宅のホームタンクの足を固定」、「コック閉鎖の確認」、「給油中にその場を離れない」などの防止対策を行いましょう。

答え: ③ 本来、「ガソリン」は無色透明ですが、非常に危険な液体であるため、ひと目で分かるようにオレンジ色に着色されています。

問 江南消防署 市民安全課 予防調査係 ☎025-381-2327

<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

こうなん健康レター 6月4日は「むし歯の日」です!

むし歯のない丈夫な歯を作るためには、子どものころからの歯磨きの習慣が大切です。

乳歯が生え始めたら歯磨きスタートの時期です。はじめは赤ちゃんとのスキンシップの中で、ガーゼなどで歯を軽くふくことから始め、慣れてきたら小さめの歯ブラシで、少しずつやさしく磨いてみましょう。上の歯や奥の歯、歯の裏側などの見えにくいところは、しっかり磨いてあげるために大人のひざの上におお向けに寝かせて磨くことをお勧めします。そして、上手にできたらしっかりほめてあげましょう。

歯磨きを習慣化しましょう。食べた後、寝る前と歯磨きの時間を決めて、毎日の生活のなかで習慣として取り入れていきましょう。また、むし歯予防のためには、フッ素入り歯磨き粉やフッ化物(フッ素)塗布を上手に利用することも大切です。

子どもの頃からしっかりと歯磨き習慣をつけることは、生涯むし歯のない丈夫な歯を作るための第一歩です。