

No.2

新型コロナウイルス感染症 個人向け・事業者向け緊急対策

新型コロナウイルス感染症の緊急対策を実施しています。これにより、市民生活の維持、安定を図ります。

今後の国・県の対応や状況の変化を踏まえ、迅速かつ柔軟に対応し、さらなる対策を講じていきます。

※掲載情報は5月7日現在のものです。原則、月～金曜のみ相談受け付け

個人向け

特別定額給付金 10万円給付 5月下旬から振り込み開始

5月22日から世帯主あてに申請書を発送します。

- 対象者 令和2年4月27日に新潟市に住民登録がある人
※約34万世帯が対象
- 申請者(受給権者) 世帯主 ●金額 世帯員1人につき10万円
- 給付の方法 5月下旬から順次、申請者本人名義の口座に振り込み
- 申請期限・方法 8月17日(月)までに郵送またはオンラインで申請



詳しくはこちら

郵送申請 市が発送する申請書に必要事項を記入し、確認書類とともに同封の封筒で返送

オンライン申請 マイナンバーカードを持っている人のみ申請可。マイナポータルから電子申請を行う ※申請受け付け中

新潟市特別定額給付金センター
専用ダイヤル(コールセンター)
☎ 0570-012-085
※8時半～17時半(土・日曜、祝日を除く)

給付金の詐欺に注意
絶対に教えない! 渡さない!

市役所職員などが、現金自動預払機(ATM)の操作や手数料の振り込み、メールのURLをクリックして申請手続きを求めるとは**絶対にありません**。

「怪しいな?」と思ったら遠慮なく相談してください

☎ 警察相談ダイヤル(☎#9110)
消費生活センター(☎025-228-8100)

子育て世帯への臨時特別給付金 6月に支給

令和2年4月分の児童手当の受給者(新高校1年生は3月分受給者)を対象に、児童1人につき1万円を支給します。

- 対象児童 令和2年3月31日までに生まれた15歳以下の児童
※新高校1年生になった児童含む
- 申請方法 原則、申請は不要です。給付金の受け取りを希望しない場合は届出書が必要です。5月25日から発送する制度案内で確認してください。
※公務員は各所属で配布する申請書の提出が必要。支給は7月以降

☎ こども家庭課(☎025-226-1201)

国民健康保険・後期高齢者医療制度の対象者 傷病手当金を支給

国保・後期高齢者医療制度に加入の被雇用者で、同感染症に感染または感染が疑われ勤務ができなかった場合に傷病手当金の申請ができます。

- 対象者 4日以上療養し、その期間中給与の支払いが受けられなかった人など
- 支給額 日給相当額(直近3か月平均)の3分の2×療養日数(初日から3日間除く)
- 対象期間 令和2年1月1日～9月30日



国民健康保険はこちら



後期高齢者医療はこちら

申 所定の申請書を保険年金課に郵送で提出
※申請書は市ホームページに掲載。区役所区民生活課(中央区は窓口サービス課)にも設置

☎ 保険年金課(☎025-226-1077)

事業者向け

※支給対象など詳しい内容は市ホームページに掲載

事業者などへ協力金を支給

県から出された施設の使用停止などの協力要請に応じた対象施設(事業者)に協力金を支給します。

- 新潟市感染拡大防止に向けた営業時間短縮協力金
 - 新潟市テナント等家賃減額協力金
 - 新潟市新型コロナウイルス感染症拡大防止休業協力金
- ☎ 新潟市協力金相談センター(☎025-211-8650)

営業時間短縮協力金はこちら



家賃減額協力金はこちら



拡大防止休業協力金はこちら



クラウドファンディングで地元の飲食店を応援しよう WE'REガタ店サポータープロジェクト

5月20日(水)まで参加する飲食店舗を募集します。 ※支援の募集は次号に掲載

☎ 商業振興課(☎025-226-1633)

詳しくはこちら



資金繰りなどの総合相談窓口

- ・中小企業金融・給付金相談窓口(☎0570-783183)
※9時～17時。土・日曜、祝日も受け付け
- ・新潟県よろず支援拠点(☎025-246-0058)



「新潟市新型コロナ情報」公式ツイッター

最新情報を発信しています(@niigata_corona)

☎ 危機対策課(☎025-226-1146)



みなとまち
みらいまち
新潟市



市の各種手続き、
催し案内などは
土・日曜、祝日も
新潟市役所コールセンター

年中無休8:00～21:00

こたえてコール 025-243-4894

FAX 025-244-4894 Eメール 4894call@call.city.niigata.jp

にいがたのしやくし

新潟市の人口・世帯数(4月末住民基本台帳人口。かつこ内は前月との比較)

人口/786,625人(+619) 男 378,870人(+370) 女 407,755人(+249) 世帯数/342,717(+1,477)

目次

- 1 新型コロナウイルス感染症 個人向け・事業者向け緊急対策
- 2・3 |特集| 考えよう! 未来のために今できること
- 4 にいがたCITY NOW
新型コロナ・松くい虫対策・市民病院職員募集
- 5 連載・おでかけナビ

考えよう! 未来のために今できること



新潟市地球温暖化防止イメージキャラクター「とめドキくん」

今年3月、新潟市地球温暖化対策実行計画(地域推進版)第3期計画を策定しました。これは、温暖化の要因である二酸化炭素(CO₂)の排出量を2024年度までに30%削減(2013年度比)することを目指し、目標達成に向けた取り組み方針や基本対策を定めたものです。

温暖化の進行を食い止め、新潟の豊かな田園環境を次の世代に残すため、一人一人が今できることを考えてみませんか。

問 環境政策課(☎025-226-1357) ※関連記事を別冊情報ひろば1・2面に掲載

同計画は市ホームページに掲載しているほか、市政情報室(市役所本館)でも閲覧できます。



スマートフォンはこちらから

▼市ホームページから

地球温暖化対策実行計画

検索

教えて!

地球温暖化って何?

温暖化が進むとどうなる?

新潟市の年平均気温は直近の100年間で約1・4度上昇しました。桜の開花時期が早まり、以前はほとんどなかった猛暑日[※]が頻繁に観測されるなど、気候の変化が現れています。このまま対策が行われないと、**約80年後には年平均気温がさらに約5度上昇し、真夏日[※]は約50日、熱帯夜[※]は約60日も増加すると予測されているのです。**

※猛暑日は最高気温35度以上、真夏日は最高気温30度以上、熱帯夜は夜間の最低気温25度以上の日

■新潟市の年平均気温(平年値)

現在 13.9度 → **2100年(予測) 18.4度**

現在の鹿児島市(18.6度)とほぼ同じ気温に!

※出典:新潟地方気象台「新潟県の21世紀末の気候」

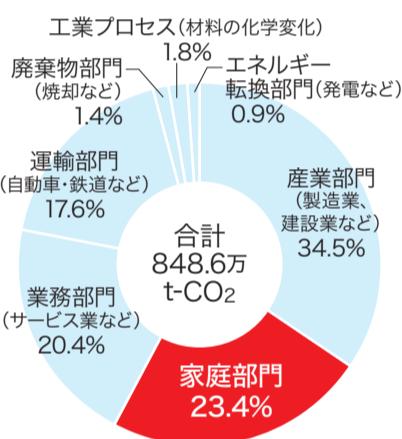
れが増え過ぎると宇宙への熱の放出を妨げ、気温を上昇させてしまうのです。新潟市で排出される温室効果ガスのほとんどはCO₂です。温暖化を防ぐためには、まずCO₂排出量を減らすことが重要だといえます。



同計画策定委員長 五十嵐寛さん

CO₂の排出要因は?

■新潟市のCO₂排出量部門別割合(2013年度)



当社は設立以来「環境保全への貢献」をテーマに、環境負荷の低減に向けた活動を行ってきました。私たちが事業を続けていくためには、限りある資源を有効活用し、環境に配慮した商品やサービスを提供していく必要があります。ごみ処理の分野では、焼却施設の熱を利用して発電した電気を当社の敷地内で活用しています。これにより、年間約3,500トンのCO₂排出量削減を目指しています。また、水を電気分解して水素を製造・貯蔵し、工場内で稼働するフォークリフトの燃料として使用しています。その結果、有害な排気ガスの排出がなく

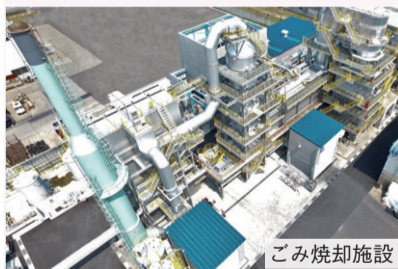
なり、職場環境の向上にもつながっています。さらに、エネルギー循環の効果が目に見えて分かりやすくなり、環境意識の高い顧客の皆さんに、より安心していただけるようになったと思います。最先端の技術を取り入れたことで社員の意欲も高まるなど、さまざまな面で良い効果を感じています。このほか、当社敷地内や遊休地への太陽光発電パネルの設置や、太陽光と風力を電源として災害時にも点灯できる街路灯の販売などの事業を推進しています。今後も、地球環境の向上や社会に貢献する取り組みを進めていきたいと考えています。

市内事業者の取り組み

環境に配慮した事業活動



青木環境事業株式会社 社長室ESG推進チームリーダー 松木英典さん



ごみ焼却施設



水素燃料フォークリフト

今こそ始めよう 「COOL CHOICE」

CO₂削減効果のある省エネ・低炭素型の製品、サービス、行動など、温暖化対策につながる選択をすることを「COOL CHOICE」と呼びます。

COOL CHOICEは家計の節約にもつながります。家で過ごすことが多い今こそ、無理のない範囲で取り組んでみませんか。

NPO法人エコネットにいがた 伊藤興亜さん



COOL CHOICE 節電に取り組もう

※資源エネルギー庁「家庭の省エネ徹底ガイド春夏秋冬2017」より

家庭から排出されるCO₂の約7割が電力の消費によるものです。節電への細かい気配りや最新の省エネ型家電・機器を選ぶことが、効果的なCO₂削減への近道です。

■CO₂削減効果
年間合計 **約350kg**
(節約額合計 **約1万6千円**)

冷蔵庫

物を詰め込み過ぎず整理。設定温度は「中」に



ポイント 開閉回数を減らし、食品を素早く取り出す

照明器具

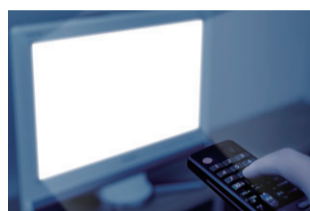
白熱電球はLEDランプに取り替える



ポイント LEDランプの寿命は白熱電球の約40倍、電気代は約6分の1。分散照明にも適しています

テレビ・パソコン

見ない、使わないときはディスプレイの電源を切る



ポイント 適度な画面の明るさ、音量で使う

エアコン

室温は無理のない範囲で冷房28度、暖房20度を目安に



ポイント こまめにフィルターの掃除を。長時間不在にする部屋はスイッチを切る

その他…

- ・長時間使用しないときは電気ポットのプラグを抜く
- ・温水洗浄便座のふたを閉め、設定温度を下げる
- ・家族みんなで1つの部屋に集まる



COOL CHOICE エコドライブを心掛けよう

※エコドライブ普及推進協議会「エコドライブ10のすすめ」より

ちょっとした運転方法の工夫で、環境への負荷だけでなく交通事故の危険も減ります。燃費の向上でガソリン代の節約にもなります。

■CO₂削減効果
年間合計 **約300kg**
(節約額合計 **約1万6千円**)

ゆとりのある車間距離



ポイント 一定の速度で走行し無駄な加速・減速を少なく

アイドリングストップ



ポイント 駐停車時はこまめにエンジンを切る

ふんわりアクセル eスタート



ポイント 発進時は「5秒で時速20km」を目安に

エンジブレーキの活用

ポイント 減速時は早めにアクセルを離す



タイヤの空気圧を適正値に

ポイント ガソリンスタンドで給油のついでにチェック



COOL CHOICE エコについてもっと知ろう

新潟市環境総合サイト「エコやろてば!」

電気・ガス・水道やガソリンの使用量から家庭でのCO₂排出量を計算できる「環境家計簿」や、地球や新潟市の環境をテーマにしたクイズ「エコチェック」など、各種情報を掲載しているサイトです。



エコやろてば!

スマートフォンはこちらから



COOL CHOICE グリーンカーテンを育てよう

夏場の日射を遮って室温の上昇を抑えるだけでなく、見た目にも涼しさを感じられます。植物が育つ楽しさや果実を収穫する喜びも味わえます。

■CO₂削減効果
ゴーヤ1本(1m)当たり **10kg**

※新潟県地球温暖化防止活動推進センター調べ



ゴーヤの植え付け(早通南小学校)

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、一部イベントなどが中止・延期、施設が休館となる場合があります。

くらし



松くい虫被害に注意 所有する松に対策を



主に海岸保安林などで発生していた松くい虫による松枯れが、近年市内全域で確認されるようになりました。治療方法がなく、一度被害に遭うと夏ごろから葉が赤く変色し枯死します。松くい虫はカミキリ虫を媒介しながら被害を拡散させます。

市では海岸保安林や公園などの松に薬剤散布などの対策を行っています。市民の皆さんも自身が所有する松に対策をお願いします。松くい虫には6月初旬の薬剤散布や11～3月ごろに行う樹幹注入などが効果的です。枯死してしまった松はカミキリ虫が羽化する前の5月末までに処分してください。

問 公園水辺課(☎025-226-3065)

松林に薬剤散布

当日は散布区域に立ち入らないでください。

散布方法	場所	日時	問い合わせ	
地上散布	西海岸公園	5/27(水) 4:00～9:00	中央区役所建設課 (☎025-223-7420)	
	小金公園、河渡中央公園、 花海道東公園	5/28(木) 5:00～9:00	東区役所建設課 (☎025-250-2621)	
	寺尾中央公園	6/3、7/1(水) 5:00～9:00	西区役所建設課 (☎025-264-7680)	
無人へり散布	海岸保安林	◇中央区西船見町～水道町	5/30(土) 4:30～12:00	中央区役所建設課 (☎025-223-7420)
		◆西区青山～四ツ郷屋	5/31(日)～6/2(火) 4:30～12:00	西区役所農政商工課 (☎025-264-7610)
		◆西蒲区越前浜～角田浜	4:30～12:00	西蒲区役所産業観光課 (☎0256-72-8431)
		北区太夫浜～太郎代	6/3(水) 4:30～10:00	北区役所産業振興課 (☎025-387-1385)

※悪天候の場合延期。作業中、◇は市道(海岸道路)、◆は国道402号を規制

市政



看護師・薬剤師・助産師 市民病院職員を募集



- 採用日 令和3年4月1日 ※薬剤師Aは令和2年10月1日
- 試験会場 同病院(中央区鐘木)
- 試験案内・申込書 同病院ホームページに掲載。同病院管理課、市役所本館案内、区役所でも配布
- 各申込期限までに所定の申込書を同病院(☎025-281-5151)へ
※同病院ホームページからも申し込み可

職種	採用人数	受験資格	試験日	申込期限
看護師	50人程度	昭和50年4月2日以降に生まれ、看護師免許がある人(見込み含む)	6/27(土) または28(日)	6/5(金)
			7/4(土) または5(日)	6/12(金)
			7/11(土) または12(日)	6/19(金)
薬剤師A	1人程度	昭和55年4月2日以降に生まれ、薬剤師免許がある人	1次…6/28(日) 2次…7/18(土)	6/5(金)
薬剤師B	1人程度	昭和55年4月2日以降に生まれ、該当職種の免許がある人(見込み含む)		
助産師	2人程度	昭和55年4月2日以降に生まれ、該当職種の免許がある人(見込み含む)		

健康・医療



新型コロナウイルス感染症 正しく理解し、みんなで難局を乗り越えよう

人権に配慮しよう

新型コロナウイルスに感染した人や医療従事者、家族などに対する不当な差別や誹謗中傷、SNSへの書き込みなど、心ない言動が見聞きされます。**偏見や差別、いじめは絶対にやめましょう。**

問 広聴相談課(☎025-226-1016)

●偏見や差別に当たること

子どもに対するいじめ、
保育園への登園拒否



感染した人の住まい
や勤め先の詮索



SNSでの心ない
書き込み



家族に対する
出勤拒否



医療従事者の入店拒否
やタクシー乗車拒否



●人権に関する電話相談窓口(法務局)

日 月～金曜 8時半～17時15分

みんなの人権110番 ☎0570-003-110

子どもの人権110番 ☎0120-007-110

新型コロナウイルス感染症について正しく理解しよう

- ・感染の多くは「濃厚接触」により起こります。一人一人ができる**手洗い・せきエチケット**などの感染予防対策が大切です。
- ・医療機関では、最大限の感染防止策が取られています。
- ・厚生労働省ホームページ「新型コロナウイルスに関するQ & A(一般の方向け)」などから正しい知識を手に入れ、誤った情報に惑わされないようにしましょう。



スマートフォンは
こちらから

濃厚接触とは？

濃厚接触かどうかを判断する上で重要な要素は「距離の近さ」と「時間の長さ」です。必要な感染予防策をせずに手で触れること、対面で互いに手を伸ばしたら届く距離(1m程度)で15分以上接触があった場合をいいます。

問 保健管理課(☎025-212-8194)

新型コロナウイルス感染症 相談窓口

■不安や疑問、一般的な質問など

厚生労働省電話相談室☎0120-565653

(9時～21時。土・日曜、祝日も受け付け)

聴覚に障がいのある人は FAX 03-3595-2756

■症状がある人は相談を

帰国者・接触者相談センター(市保健所内) ☎025-212-8194

(9時～17時。土・日曜、祝日も受け付け)

聴覚に障がいのある人は FAX 025-246-5672

若者を紹介 **にいがたで働く vol.6** オフィスHanako株式会社 進藤 愛さん

産業政策課(☎025-226-1610)

女性スタッフ中心の住宅建築会社

当社は、建築士をはじめスタッフの多くが女性の住宅建築会社です。私は27歳の時に大工として入社し、今は現場監督として働いています。子どもの頃から「大工になりたい」という気持ちがありましたが、進学先も就職先も大工とは関係ないところを選んでいました。しかし、夢を諦めきれず2017年に転職。親方から「現場では女性ならではの感性や丁寧さが生きることがある」と言ってもらえたことがうれしかったです。女性が働きやすい環境づくりに力を入れている会社と巡り合えて良かったと思います。

▲進藤さんは今年30歳。二級建築士を目指して勉強中

「女性だから」と諦めないでほしい

建築現場では、女性はまだまだ少ないと思います。正直なところ、大工の下積み時代は本当に大変で、親方には何度も怒られました。ただ「女性には無理だ」と冷たくされることはなく、危険が多い仕事だからこそ「ちゃんと注意しろ」という心配の気持ちからだったんですね。「女性だから」「未経験だから」と決め付けず、受け入れてくれる会社はどんな業界にもきっとあると思います。私と同じように悩んでいる人も、夢を諦めないでほしいです。

所在地 中央区姥ヶ山 従業員数 32人 (2020年1月末現在)

地域と学校 パートナリシップ 事業 **学校支援ボランティア**

地域教育推進課(☎025-226-3277)

南浜中学校 畑の指導ボランティア 玉井 孝一さん

北区在住の玉井さんは、9年前から総合的な学習の時間に畑指導のボランティアをしています。取材をした日は3年生がジャガイモとカボチャの苗植えをしていました。玉井さんは生徒一人一人に声を掛けながら、畑の耕し方や畝の作り方、苗の植え方などを丁寧に教えていました。昨年、玉井さんは「石焼き芋を食べてほしい」という生徒の願いに応え、ドラム缶で石焼き釜を作ったそうです。「ボランティアを通して生徒たちと関わるのは楽しいです。学習発表を聞き、生徒の頑張りを一緒にやってきて良かったと思いました。生徒たちが将来地元に戻り、地域発展のために頑張ってくれるとうれしいです」と優しい笑顔で話してくれました。

▲平成23年度からボランティアとして活動しています

▲生徒たちは収穫した野菜を調理し、文化祭で振る舞う計画を立てています

おでかけナビ

日日時 対象 定員 参加費 申し込み

新潟市マンガの家
中央区古町通6 ☎025-201-8923
開館時間11:00~19:00 ※水曜(祝日の場合翌日)休館

●初心者向けマンガ講座「マンガのいっぽ」
開館日 定各回先着24人 無料
※時間、内容は同施設ホームページに掲載

マリンピア日本海
中央区西船見町 ☎025-222-7500
開館時間9:00~17:00

●企画展示「マリンピア日本海30年のあゆみ」
日12/13(日)まで
入館料(一般1,500円、小・中学生600円、4歳以上200円)

マリンピア日本海は、1990年に2代目の新潟市立の水族館としてオープンしてから、今年で30周年を迎えたよ。

同施設オリジナルキャラクター「マーくん」

子育て応援ひろば
中央区西堀前通6、Co-C.G.ビル4階 ☎025-226-7730
開館時間9:00~19:00 ※5/31(日)まで休館

●無料 ※各30分。育児相談あり(要予約)

- 触れ合い遊び 日6/9(火)11:00
- 絵本読み聞かせ 日6/11・25(木)11:00
- マジックショー 日6/14(日)14:00
- リトミック 日6/18(木)11:00
- 七夕製作 日6/23(火)11:00
- 親子バレエ 日6/28(日)14:00

こども創造センター
中央区清五郎 ☎025-281-3715
開館時間9:00~17:00 ※5/26、6/9・23(火)休館

●無料 ※各保護者同伴

- 手指でお絵描き 日6/10(水)10:30~11:00 対生後7カ月~2歳 定先着5組
- 積み木マグネット遊び 日6/16(火)14:00~15:00 対18歳以下
- オイルパステルでお絵描き 日6/24(水)14:00~15:00 対小学2年生以下

アグリパーク
南区東笠巻新田 ☎025-378-3109
開館時間9:00~17:00

●入館無料 ※体験、宿泊などは有料

こども創作活動館
東区牡丹山1 ☎025-279-2113 開館時間9:00~18:00
※日曜、祝日17:00まで。5/31(日)まで、月曜(祝日の場合翌日)休館

●無料

市児童センター
中央区東万代町 ☎025-246-7715
開館時間9:00~17:00 ※5/31(日)まで、月曜(祝日の場合翌日)休館

●無料

- ①親子遊び 日6/3(水)10:30~11:20
- ②カプラ®ブロック 日6/7(日)13:00~14:25
- ③触れ合い遊び 日6/10(水)10:30~11:20
- ④折り紙 日6/13(土)14:00~15:00
- ⑤かるた 日6/14(日)14:00~15:00
- ⑥絵の具遊び 日6/17(水)10:30~11:20
- ⑦読み聞かせ 日6/21(日)14:00~15:00
- ⑧アスレチック遊び 日6/24(水)10:30~11:20
- ⑨パラシュート作り 日6/27(土)13:30~15:00

対小学生以下(①⑧1歳半~3歳③1歳半以下)
※就学前児は保護者同伴。このほか別冊情報ひろば2面にも講座を掲載

新潟市マンガ・アニメ情報館
中央区八千代2 ☎025-240-4311
開館時間11:00~19:00 ※土・日曜、祝日10:00から

●一般200円、中学・高校生100円、小学生50円
※土・日曜は小・中学生無料

新型コロナウイルスの影響によるイベントなどの中止・延期、施設の休館・再開などの状況

市が主催・共催するイベントなどの中止・延期や市の施設の休館・再開などの状況を市ホームページに掲載しています。詳しくは担当課や施設などに問い合わせてください。

事前に各問い合わせ先へ確認してください ※掲載情報は5月7日時点のものです



記号のみかた

- 日 = 日時、期日、期間、会期 時 = 時間 ※時間は24時間表記
- 場 = 会場 集 = 集合場所 解 = 解散場所
- 対 = 対象 (記載のないものはどなたでも参加可)
- 定 = 定員 (「先着」の表記がないものは、応募多数の場合抽選)
- ¥ = 参加費 (記載のないものは無料。趣味・講座、催し物は無料を明記)
- 申 = 申し込み (記載のないものは申し込み不要。当日直接会場へ)
- HP = ホームページ
- 問 = 問い合わせ (区役所●●課の場合は電話番号案内に記載の区役所代表番号にかけてください)
- ☺ = 子ども、親子向け情報 ☺ = 高齢者向け情報
- ♣ = にいがた未来ポイント対象事業

申し込みのときは「基本事項」の記載を

はがき・往復はがき・FAX・メールでの申し込みの場合は、右の「基本事項」に記載してください。それ以外の事項を記載する場合は、個別の記事ごとに示しています。※送り先が「〒951-8550」の場合は住所の記載不要

基本事項

はがきの場合(裏面)

- 「催し名」または「講座名」
- 希望の回(複数回実施する場合のみ)
- 参加者全員の氏名・ふりがな
※代表者は氏名の前に◎を付け、郵便番号・住所・電話番号も記載

※往復はがきは返信先も明記

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、一部イベントなどが中止・延期、施設が休館となる場合があります。事前に各問い合わせ先へ確認してください。 ※掲載情報は5月7日時点のものです

お知らせ

全国瞬時警報システム (Jアラート) 情報伝達試験

緊急情報が正常に伝達されるかを確認するため、防災行政無線の屋外スピーカーや防災メール(登録制)のテスト配信などを行います。 ※緊急告知FMラジオ、緊急速報メールは対象外

日 5月20日(水) 11時ごろ

問 危機対策課(☎025-226-1146)

軽自動車税 納期限は6/1

納期限まではコンビニエンスストアでも納付できます。市税の納付には口座振替が便利で確実です。

問 納税課(☎025-226-2294)

新型コロナウイルスの影響で市税の納付が困難な人は相談を

問 同課(☎025-226-2310)

市営住宅 入居者を募集

入居予定日 8月1日

戸数 4戸(窪田町、曾野木、桃山町第一、石山)

主な入居資格 認定月額所得が15万8千円(小学生以下の子がいる世帯は25万9千円)以下、ほか ※単身の人は不可

申 5月29日(金)までに所定の申込書を市営住宅万代サービスセンター(☎025-374-5410)、同白山サービスセンター(☎025-234-5252)へ ※申込書は市HPに掲載。申込先でも配布

5月は赤十字運動月間 日本赤十字社 活動資金を募集

区役所健康福祉課で受け付けています。寄せられた活動資金は災害救護や支援活動に充てられます。

問 同社新潟市地区本部(福祉総務課内 ☎025-226-1169)、区役所健康福祉課

6月は環境月間 クールビズを実施中

市では地球温暖化対策の取り組み「COOL CHOICE」の一環として、9月30日まで「クールビズ」を実施しています。

職員はノー上着、ノーネクタイやポロシャツなどの軽装で業務を行います。市の公共施設の室温は28度を目安とします。市民の皆さんも軽装で来庁してください。

問 環境政策課(025-226-1357)

※関連記事を本冊2・3面に掲載

災害義援金 受け付け延長

①令和元年台風第15号千葉県災害義援金 日 6月30日まで

②東日本大震災災害義援金 ③平成28年熊本地震災害義援金 ④平成29年7月5日からの大震災災害義援金 ⑤令和元年台風第19号災害義援金 日 来年3月31日まで

日本赤十字社

募金箱設置場所 市役所本館地下売店、区役所健康福祉課、出張所、連絡所、関屋行政サービスコーナー、市パスポートセンター(NEXT21内)、ほか 振込窓口(ゆうちょ銀行・郵便局)

①口座番号「00100-8-451648」 口座名義「日赤令和元年台風第15号千葉県災害義援金」

②口座番号「00140-8-507」 口座名義「日本赤十字社東日本大震災災害義援金」

③口座番号「00130-4-265072」

口座名義「日赤平成28年熊本地震災害義援金」

④口座番号「00190-2-696842」

口座名義「日赤平成29年7月大雨災害義援金」

⑤口座番号「00190-8-515005」

口座名義「日赤令和元年台風第19号災害義援金」

※窓口での振込手数料は無料(ATMは除く)。受領証の発行希望者は通信欄に「受領証希望」と記載

問 同社新潟市地区本部(福祉総務課内 ☎025-226-1169)

共同募金会(①③⑤のみ)

募金受付場所 市共同募金委員会(中央区八千代1、総合福祉会館内)、同区分会(区社会福祉協議会内)

問 同委員会(市社会福祉協議会内 ☎025-243-4366)

音楽、舞踊、演劇、美術など 文化芸術活動に助成

対 7月1日~来年3月31日に行う、

幅広い分野で市民が参加できる活動 助成額対象経費の3分の2以内(5~20万円) ※2年目以降の助成額は要問い合わせ

申 6月15日(月)までに所定の申請書をアーツカウンシル新潟(中央区白山浦1 ☎025-234-4530)へ ※申請書は同団体HPに掲載。同団体でも配布

ファミリー・サポート・センター 子育てを応援したい人を募集

同センターに登録し子どもの預かりや送迎などで子育てを応援したい人などを対象に、活動に必要な知識を学ぶ研修を開催します。

※詳しくは市社会福祉協議会HPに掲載

日 6月10日(水)~12日(金) ※全3回

場 総合福祉会館(中央区八千代1)

定 先着20人 ¥2,000円

申 5月21日(木)9時から電話で同センター(☎025-248-7178)

新型コロナウイルス感染症関連のお知らせ

特定不妊治療費助成 今年度に限り年齢要件を緩和

新型コロナウイルス感染拡大防止のため治療を延期し、年齢による不利益を被る人の年齢要件を今年度に限り緩和します。

詳しくは問い合わせください。

対 今年3月31日時点で39歳または42歳の女性

問 こども家庭課(☎025-226-1205)

夏のスポーツ教室 開催中止

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、夏のスポーツ教室は実施しません。

秋以降の開催の有無は開発公社HPでお知らせします。

問 同公社スポーツプロモーション課(☎025-265-6735)

そのほかのお知らせ

最新情報を市HPで随時お知らせしています。



電話番号案内
市急患診療センター ☎025-246-1199
口腔保健福祉センター ☎025-212-8020
西蒲原地区休日夜間急患センター ☎0256-72-5499
水道局 ☎0120-411-002(または☎025-266-9311)

消防局 ☎025-288-3191
火災情報テレホンガイド ☎025-285-1119
災害時の問い合わせ ☎025-226-5656
市役所(〒951-8550) ☎025-228-1000

北区役所(〒950-3393) ☎025-387-1000
東区役所(〒950-8709) ☎025-272-1000
中央区役所(〒951-8553) ☎025-223-1000
江南区役所(〒950-0195) ☎025-383-1000

秋葉区役所(〒956-8601) ☎0250-23-1000
南区役所(〒950-1292) ☎025-373-1000
西区役所(〒950-2097) ☎025-268-1000
西蒲区役所(〒953-8666) ☎0256-73-1000

広報テレビ
UX 知ッつく!新潟 毎週土曜 11:58~
TeNY いきいき新潟 毎月第1・3土曜 11:40~
NCV(ケーブルテレビ) 水の都新潟市 毎月第2・4土・日曜 9:00~12:00~、ほか

FM新潟 NICE TOWN にいがた 毎週土曜 7:55~ 77.5MHz
BSN おはよう!新潟市です 毎週金曜 7:50~ AM 1116KHz FM 92.7MHz
FM Port 新潟シティ・インフォメーション 毎週土曜 9:50~ 79.0MHz
FM KENTO What's Up NIIGATA CITY 毎週月~金曜 8:25~ 76.5MHz
エフエム新潟 クリック!秋葉区 毎週月~金曜 10:00~ 76.1MHz
FM角田 西蒲ぼかぼか情報 毎週月・水・木曜 12:00~ 84.9MHz

ウェブ
市報にいがた
区役所だより

6/15から 歴史文化課所蔵資料の閲覧などを再開

同課で所蔵する歴史資料などの閲覧・複写と掲載許可手続き、電話・メールによる調査相談などを再開します。

時 9時半～16時半 問 同課(5月29日まで…市役所白山浦庁舎 ☎025-226-2584▷6月1日から…横越出張所内 ☎025-385-4290)

アメリシロ防除機具を貸し出し

民有地の樹木を害虫・アメリカシロヒトリから守るため、防除機具(手押型動力噴霧機、小型電動噴霧機、高枝切りばさみ、背負型動力噴霧機)を貸し出します。希望する人は事前に各貸出場所へ電話で申し込んでください。 ※貸し出し可能な機具は貸出場所により異なる

貸出期間 あす18日～10月23日(金) 貸出場所

- 北区役所区民生活課(☎025-387-1295)
北出張所(☎025-387-1725)
東区役所建設課(☎025-250-2621)
石山出張所(☎025-250-2820)
大形連絡所(☎025-273-5684)
東出張所(☎025-223-7502)
南出張所(☎025-223-7552)
入舟連絡所(☎025-222-6746)
関屋行政サービスコーナー(☎025-266-4938)
アメリシロ防除事務所(開発公社緑化・施設整備課 ☎025-290-1111)
江南区役所建設課(☎025-382-4762)
曾野木連絡所(☎025-280-6001)
秋葉区役所建設課(☎0250-25-5690)
西区役所区民生活課(☎025-264-

- 7261)
西出張所(☎025-264-7705)
黒崎出張所(☎025-264-7760)
西蒲区役所建設課(☎0256-72-8513)
岩室出張所(☎0256-72-8814)

放課後児童(ひまわり)クラブ 職員を募集

市社会福祉協議会 職種 補助員
申 電話で同協議会地域福祉課(☎025-248-7167)

木戸ひまわりクラブ 職種 支援員(教員免許など所定の免許・資格が必要)、補助員
申 電話で同クラブ運営委員会・山田(☎080-5006-2033)

会計年度任用職員などの募集

現在募集中の情報は市HPに掲載しています。



市HPから 職員募集情報一覧 検索

訂正

本紙5月3日号別冊情報ひろば3面「リサイクル品展示提供」の記事タイトル中、施設名と所在地に誤りがありました。お詫びして訂正します。
正 鑑湯クリーンセンター(西蒲区鑑湯)
問 同センター(☎0256-76-2831)

相談

心の悩みや不安 ところの健康センターに相談を

相談・予約電話 ☎025-232-5560
※来所相談は電話で要予約(月～金曜 8時半～17時)。家族や関係者も相談可
問 同センター(☎025-232-5551)
精神保健福祉相談員などによる相談
日 月～金曜 9時～16時半
酒・薬物など依存症相談
日 第1・3月曜 13時半～15時半

配偶者暴力相談支援センター

DVの相談に専門相談員が対応
日 月・水曜 9時～17時、火・木・金曜 9時～20時
相談専用電話 ☎025-226-1065

特別定額給付金 配偶者からの暴力で避難している人は相談を

配偶者からの暴力を理由に新潟市内に避難していて、事情により住民票を移すことができない人は、申し出により支援を受けられる場合があります。詳しくは問い合わせてください。

問 男女共同参画課(☎025-226-1061)

子育てなんでも相談センター「きらきら」

日 月～金曜 8時半～17時15分
相談専用電話 ☎025-248-2220

新築・増築・リフォームなど 専門家による住宅建築相談会

日 6月9日(火) 9時半～12時
場 建築行政課(市役所ふるまち庁舎)
定 先着5組(各回30分)
申 5月20日(水)から電話で同課(☎025-226-2845)

里親に関心がある人向け 6月の相談・説明会

場 児童相談所(中央区川岸町1)
申 開催日前日17時までに電話で同施設(☎025-230-7777)

制度説明会 日 11日(木) 14時～15時半

個別相談会 日 18日(木) 9時～17時

行政苦情審査会委員による 市政に関する苦情の相談

日 6月18日(木) 13時～15時半(1人1時間)
場 同審査会室(市役所本館)
定 先着2人

申 5月20日(水)から電話で同審査会事務局(広聴相談課内 ☎025-226-2098)

趣味・講座

市児童センター(中央区東万代町) 6月の講座

申 5月21日(木) 13時から電話で同センター(☎025-246-7715)

1 オセロ講習会・大会 日 6日(土) 13時～15時15分 定 先着20人

2 バドミントン初心者講習会 日 13日(土) 10時～12時 定 先着15人

3 飛び箱講習会 日 14日(日) 10時15分～11時45分 定 先着12人

4 将棋教室 日 20日(土) 13時半～15時 定 先着20人

5 ベビータッチング 日 25日(木) 10時半～12時 定 先着12組

6 ヒップホップダンス 日 28日(日) 13時半～14時半 定 先着50人

対小学生 3 小学2・3年生 5 令和2年1～3月生まれの子 6 小学生以下
※就学前児は保護者同伴
¥無料(5 200円)
※このほか本冊5面に催しを掲載

食品加工支援センター(南区東笠巻新田) 7月の講座

時 13時～16時 定 各先着10人

申 5月20日(水) 9時から電話で同センター(☎025-378-2158)

◆レモンケーキ 日 3日(金)

ハーブ入り梅ジャム 日 7日(火)

水ようかん 日 11日(土)

塩こうじと麩でフレンチトースト 日 18日(土)

甘酒調理品 日 25日(土)
¥各2,000円(◆2,500円)

市ホームページで随時お知らせしています



エコな暮らしをしよう ゴーヤのグリーンカーテンの作り方

省エネに役立つグリーンカーテンをゴーヤで作ってみましょう。幅90cmのプランターで作る場合を紹介します。
問 環境政策課(☎025-226-1357) ※関連記事を本冊2・3面に掲載

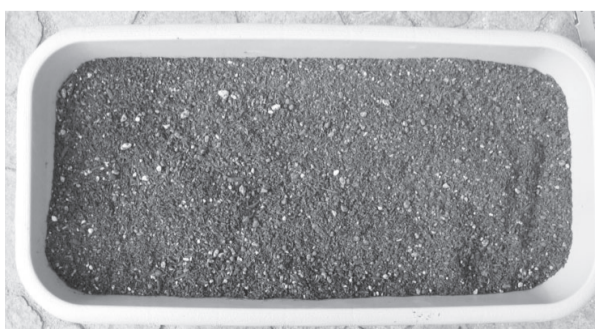
- 用意するもの
・ゴーヤの苗 ・プランター
・鉢底石 ・培養土
・支柱 ・ワイヤーや結束バンド
・つる性植物用のネット
・ブロックや角材

- ポイント
●水は比較的気温の低い朝の時間に、底から流れ出すくらいたっぷり与えましょう
●苗が1mくらいに成長してから、つるの先を切ると脇芽が伸びて隙間のないグリーンカーテンになります
●実がなる頃に追肥(粒状有機肥料または液肥)をします

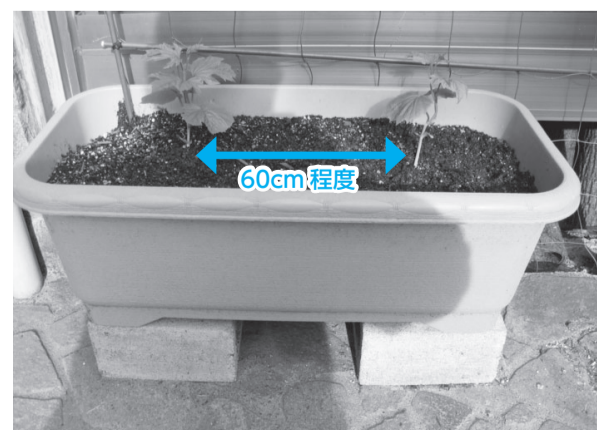


作り方の手順

1 プランターに鉢底石を敷き、上から培養土を入れる
※鉢底石を敷くことで、水はけや水持ちがよくなります



2 本葉が3～4枚くらいになったゴーヤの苗を植え付ける
※苗の間隔は60cm程度空けます。プランターをブロックや角材の上に置くことで地表熱を防ぎます



3 支柱とネットを建物の壁面とプランターに結束バンドなどで固定して張る
※建物とネットを離して風が通るようにします



引き続き感染予防を 正しい手洗いをしましょう

せっけんで洗い終わったら十分に水で流し、清潔なタオルでしっかり拭き取りましょう。 保健管理課(☎025-212-8194)



西川総合体育館(西蒲区善光寺) 7~9月のスクール参加者募集

- 申 5月20日(水) 17時から電話で同館(☎0256-78-7258) ※各1時間
 - ① **ジャイロキネシス** 日 月曜20時15分 定先着6人
 - ② **ソフトエアロ** 日 定火曜14時半…先着8人▷金曜10時45分…先着4人
 - ③ **赤ちゃんと産後ママのエクササイズ** 日 水曜10時45分 定先着7組
 - ④ **体幹とコーディネーショントレーニング** 日 水曜17時45分 定先着5人
 - ⑤ **スタビライゼーション** 日 水曜20時15分 定先着11人
 - ⑥ **卓球初級** 日 木曜13時15分 定先着1人
 - ⑦ **足裏ふくらはぎリラククス** 日 金曜14時半 定先着8人
 - ⑧ **ハワイアン・フラ初級** 日 金曜19時 定先着17人
 - ⑨ **ハワイアン・フラ中級** 日 金曜20時15分 定先着18人
- 対中学生を除く15歳以上(③生後3カ月~1歳の子と母親④小学3年~中学生)
¥各1回520円(⑥⑦⑨各1回650円)

催し物

新田清掃センター(西区笠木) リサイクル品展示提供

日 あす18日~5月29日(金) 9時~17時 対小学生以上 ¥無料
※1人1点。当選者のみ6月3日14時以降に連絡
問同センター(☎025-263-1416)

チューリップの球根掘り



日 5月23日(土) 10時~12時 ※球根がなくなり次第終了
場 信濃川やすらぎ堤緑地左岸・八千代橋上流側 ¥無料 ※球根の持ち帰り可。開催の有無は当日市役所コールセンター(☎025-243-4894)

で確認可。園芸用スコップと軍手が必要

問 公園水辺課(☎025-226-3065)

動物愛護センター(中央区清五郎) 6月の催し



¥無料 問同センター(☎025-288-0017)

犬の飼い方相談会

日 2日(火) 13時~14時半 定先着6人 ※1人15分。犬の同伴可
申 5月20日(水) 9時から電話で同センター

猫と犬の譲渡会

日 猫…4日(木)・8日(月)・13日(土)・18日(木)・22日(月)・28日(日) 13時~14時半▷犬…6日(土)・15日(月)・26日(金) 13時~15時
※過去1年間に譲渡前講習を受講した人は、猫は13時半、犬は14時から。譲渡対象動物がない場合は譲渡前講習のみ開催 申 開催日前日17時まで

北区郷土博物館(北区嘉山) 北区の神楽・獅子舞展



日 6月6日(土)~7月5日(日) 9時~17時 ※月曜休館 ¥無料
問同館(☎025-386-1081)

エコプラザ(東区下木戸3) 6月の催し

問同施設(☎025-270-3009)
リサイクル品展示提供
日 6日(土)~18日(木) 9時~17時

市政参画コーナー

附属機関などの会議

次の会議の開催を予定しています。日程など詳しくは市HPに掲載しています。

▶市HPから

- 都市計画審議会** 日 6月1日(月)
問 都市計画課(☎025-226-2675)
- 男女共同参画推進センター運営委員会** 日 6月3日(水)
問 同センター(☎025-246-7713)
- 教育ビジョン推進委員会** 日 6月3日(水)
問 教育総務課(☎025-226-3177)
- 交通安全対策会議** 日 6月4日(木)
問 市民生活課(☎025-226-1113)
- まち・ひと・しごと創生会議** 日 6月5日(金)
問 政策調整課(☎025-226-2066)



スマートフォンはこちらから

その他の会議

次の会議の開催を予定しています。詳細や最新の情報は市HPに掲載しています。

- ① **教育委員会定例会** 日 5月29日(金)
問 教育総務課(☎025-226-3153)
- ② **農業委員会定例総会** 日 5月29日(金)
問 中央農業委員会事務局(☎025-382-4964)
- ③ **選挙管理委員会** 日 6月1日(月)
問 市選挙管理委員会事務局(☎025-226-3343)



スマートフォンはこちらから

附属機関などの委員募集

次の委員を募集しています。詳細や最新の情報は市HPに掲載しています。

▶市HPから

- 人権教育・啓発推進委員会** 問 広聴相談課(☎025-226-1016)
- 環境審議会** 問 環境政策課(☎025-226-1363)
- 景観審議会** 問 まちづくり推進課(☎025-226-2703)



スマートフォンはこちらから

ご意見・ご提案(パブリックコメント)

今後の募集予定は市HPに掲載しています。

▶市HPから



スマートフォンはこちらから

※月曜を除く。新潟市在住の小学生以上1人1点 **抽選日時**21日(日) 14時から

フリーマーケット出店者募集

日 14日(日) 10時~13時 対18歳以上 定20区画 ¥1区画500円
申 5月24日(日)までに電話で同施設

おもちゃ病院

日 20日(土) 13時半~15時 ¥無料

6月の講座

対18歳以上 申 5月20日(水) 9時から電話で同施設

包丁研ぎ

日 6日(土) 10時、10時半、11時、11時半 ※各30分 定各回先着6人 ¥100円

端切れでコースター作り

日 16日(火) 13時、14時半 ※各1時間 定各回先着8人 ¥300円

端切れで和人形作り

日 19日(金) 13時~16時 定先着8人 ¥300円

ゆいぽーと(中央区二葉町2) 6月の催し

- ① **魚釣り体験** 日 7日(日) 7時半~11時半 対小学4年~中学生と保護者 ¥700円
- ② **ネイチャーゲーム** 日 14日(日) 9時半~12時 対小・中学生と保護者 ¥300円
- ③ **元自衛隊員が教えるサバイバル体験** 日 21日(日) 13時半~16時 対小学4年~中学生と保護者 ¥300円
- ④ **火おこし体験** 日 27日(土) 13時半~15時半 対小学4~6年生 ¥600円
- ⑤ **同施設体験活動指導者養成講座** 日 28日(日) 10時~17時 対20歳以上 ¥1,000円 定各20人(④⑤各10人)
申 ①は5月22日(金)、②は29日(金)、③~⑤は6月12日(金)までに電話で同施設(☎025-201-7530)

家で運動不足解消を 体しゃっきり体操

後編

健康維持や介護予防のためには、適切な食事に加え、筋力トレーニングや散歩、ラジオ体操など適度な運動が大切です。自宅でできる「体しゃっきり体操」を紹介します。体調に合わせて取り組んでみませんか。 ※本紙5月3日号別冊情報ひろば4面に前編を、同号本冊5面に食事のポイントを掲載
問健康増進課(☎025-212-8166)

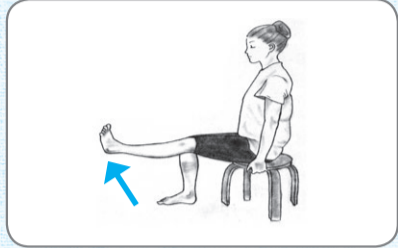
ストレッチ、筋力トレーニングの 5つのポイント

- ①呼吸を止めないように
- ②10秒かけてゆっくりと
- ③反動を付けずに気持ちいいところまで
- ④使っている筋肉を意識して
- ⑤体調の悪いときや痛みのあるときは無理をしない

以上を意識して行うと効果的です

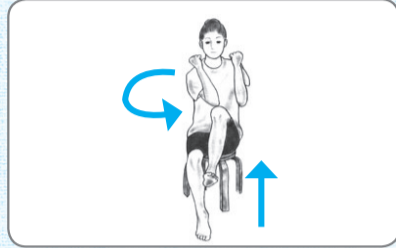
1. 片足上げ

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、ゆっくり下ろします。(左右交互に2回)



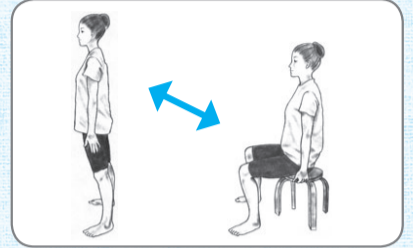
2. 上体ひねり

反対側の肘と膝を付けるように体をひねり、ゆっくり戻します。上半身を前に倒さず、膝を持ち上げるようにします。(左右交互に2回)



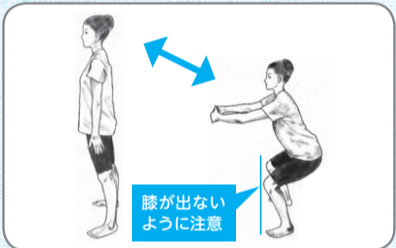
3. 立ち座り(低強度)

両足を肩幅に開いて、ゆっくりと立ち上がり、できるだけゆっくりと座ります。(2回)



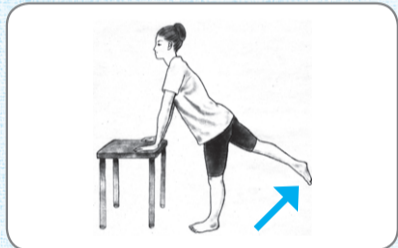
4. スクワット(高強度)

立位からお尻を後ろに引くようにしながら膝を曲げていきます。その姿勢を1秒保ち、ゆっくりと元に戻ります。(2回)



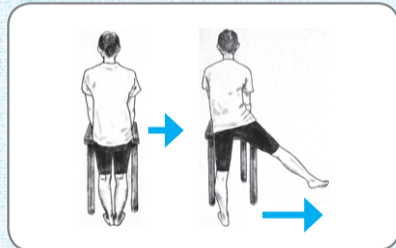
5. 足の後ろ上げ

足を軽く開いて立ちます。膝を伸ばしたまま足を後ろに上げ、その姿勢を保ちます。(左右交互に2回)



6. 足の横上げ

足を軽く開いて立ちます。膝を伸ばしたまま足を横に上げ、その姿勢を保ちます。(左右交互に2回)



7. もも上げ

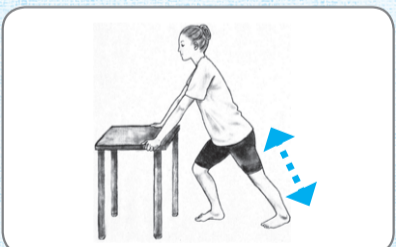
背筋を伸ばし、ももを腰の高さまで上げて、その姿勢を保ちます。(左右交互に5回)



転倒 注意

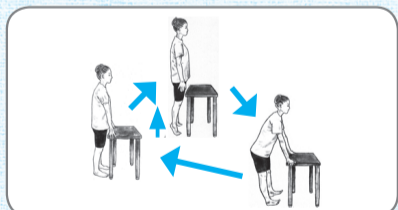
8. ふくらはぎのストレッチ

片方の足を後ろに引いて、爪先を前に向けます。体重を前の足にかけ、後ろの足のふくらはぎを伸ばします。(左右各2回)



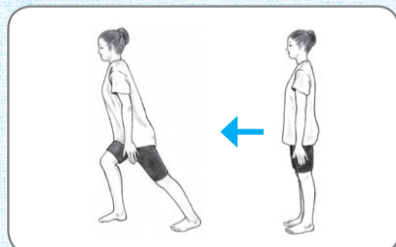
9. 爪先立ちと爪先上げ

①足を肩幅に開き、親指の付け根に体重を乗せかかとを上げます。
②かかとを下ろし爪先を上げて、その姿勢を保ちます。なるべく腰を曲げないようにしましょう。(①②を交互に2回)



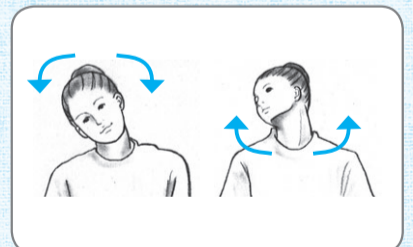
10. ステップ運動

足を少し開いて立ち、片足を一步前へ出して体重をかけます。できる人は、いろいろな方向でやってみましょう。(左右交互に10回)



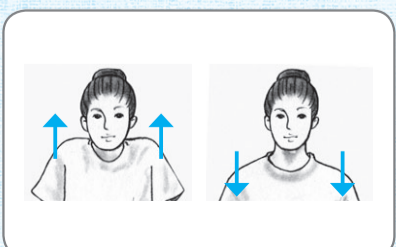
11. 首の運動

上下、左右を向いたり、左右に倒したりしてストレッチします。ゆっくり大きく回します。(各2回ずつ)



12. 肩の上げ下げ

息を吸いながら両肩をすくめるように上げ、吐きながら「ストン」と落とします。(2回)



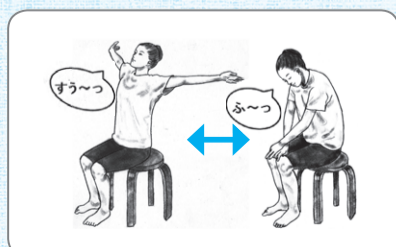
13. 全身の脱力

息を吐きながら体を前に倒し、力を抜いた状態でその姿勢を保ちます。(1回)



14. 深呼吸

胸を大きく開いて息を吸い、体を丸めながら息を吐きます。(2回)



動画でも確認できます

「新潟シティチャンネル 体しゃっきり」で [検索](#)



床編

椅子編

スマートフォンは
こちらから▶

