



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2月16日

毎月第1・3日曜発行

わいわい東区 TALK トーク

No. 308

【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 38.62km² 人口136,387人(-94) 世帯数61,317(-19) 男65,791人(-53) 女70,596人(-41)

※1月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比

東区には歴史の謎が眠っている!?

東区歴史浪漫プロジェクト

東区では、平成24年に地域密着型プロジェクトを立ち上げました。有識者や学生、地域の皆さん、東区役所が協力して「浄足柵」や「牡丹山諏訪神社古墳」の普及啓発とともに、地域の誇りづくりと活性化に取り組んでいます。

問い合わせ 東区歴史浪漫プロジェクト実行委員会事務局(地域課内) (☎025-250-2110)



古代史上の謎 ぬたりのき 浄足柵ってなに？

7世紀半ば、大和朝廷は未知の地域であった東北以北への進出を目指し、北方に軍事・行政施設である城柵を設置しました。各地に置かれた城柵のうち、浄足柵は日本最古の城柵であり、その存在は『日本書紀』に記されています。

平成2年11月20日、長岡市(旧三島郡和島村)の八幡林遺跡から「沼垂城」と書かれた木簡(墨で文字を書いた木片)が発見され、浄足柵が名前を変えて存続していたことがわかりました。浄足柵ははまだ発見されていませんが、旧沼垂があったとされる新潟市東区という説が最有力と考えられています。

▼発見された木簡



「沼垂城」と書かれています

牡丹山諏訪神社古墳ってなに？



▲牡丹山諏訪神社古墳の発掘調査の様子

牡丹山諏訪神社で県内初の円筒埴輪の破片が見つかり、その後の調査により、5世紀前半に造られた直径約30mの古墳があったことがわかりました。古墳の周りや上からは土製の勾玉や、大和朝廷とのつながりが考えられる円筒埴輪や須恵器の破片などが発掘されました。さらに平成28年の第3次調査では、県内最古、国内当時最北の鉄製よろいの破片が発見されたことから、浄足柵が造られる以前に、この地域に大きな権力を持った人物がいたのではないかと考えられています。



◀発掘された土製の勾玉



発掘された円筒埴輪の破片▶

木簡発見30年記念 シンポジウムを開催しました



1月25日、東区プラザで「浄足柵発見への展望」を語る集いを開催しました。木簡が発見された時のエピソードのほか、これまでの地下調査や牡丹山諏訪神社古墳の調査結果について有識者が報告や提言を行いました。参加者は地元の歴史についての講演に熱心に耳を傾けていました。



ぬたりのきの着ぐるみを貸し出しています

地域課では、東区応援団長である、ぬたりのきの着ぐるみを地域のイベントなどに貸し出しています。ぜひご活用ください。

ぬたりんプロフィール

本名：浄足柵造(ぬたりさくぞう)
年齢：推定約1400歳
正体：647年、浄足柵を建設する様子を阿賀野川(現在の通船川)の水面から見ていたカメ



◀使用申請など詳細はこちらから

問い合わせ 地域課(☎025-250-2110)

東区ぎやらりー



1



2

地域の宝を火災から守ろう

寒さに負けない！
冬の大運動会

①文化財防火デーである1月26日に、県指定有形文化財「薬師如来坐像」が安置されている松崎の薬師庵で消防訓練が実施されました。火災が起きた想定で、地域住民による如来坐像(複製)の搬出や消防による消火訓練を行いました。

②2月2日、東総合スポーツセンターで東区冬季大運動会が開催されました。冬場の運動不足解消のため、毎年区内の各スポーツ振興会が合同で開催し、今年で10回目を迎えました。子どもから大人まで約300人が参加し、パン食い競争や綱引き、リレーなどで楽しく汗を流しました。

寺山公園・い〜てらす 駐車場の出入口を変更します

駐車場とその周辺の混雑緩和のため、これまで2カ所あった寺山公園・い〜てらすの駐車場の入口を、3月5日(木)から1カ所に変更します。東総合スポーツセンター側の入口からは入ることができなくなります。

併せて、駐車場内の一方通行を、これまでと逆方向に変更します。

満車の場合は、隣接する東総合スポーツセンターの駐車場をご利用ください。

問い合わせ 建設課(☎025-250-2621)



健康相談

3月	会場	受付時間	予約
17	火 木戸健康センター	午前9時30分~11時	必要
27	金 シルバーピア石山	午前10時~11時30分、午後1時30分~3時	不要

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。

☎ 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)

●妊娠中の相談など

妊婦歯科健診

3月	会場	受付時間
18	水 石山地域保健福祉センター	午後1時~同45分
19	木 木戸健康センター	

- ☎ 歯科健診、お口の健康相談
- ☎ 母子健康手帳の交付を受けた妊婦
- ☎ 母子健康手帳
- ☎ 当日直接会場
- ☎ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

出産直前♡ママクラス

仕事などで都合があわず、市の安産教室に参加できなかった妊婦さん対象の講座です。

- ☎ 3月10日(火)午後1時30分~3時
- ☎ 木戸健康センター
- ☎ 参加者同士の交流、助産師の講話
- ☎ 令和2年4月~5月出産予定の妊婦先着15人
- ☎ 母子健康手帳、筆記用具
- ☎ 2月19日(水)から電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●育児相談

3月	会場	受付時間
5	木 石山地域保健福祉センター	午後1時30分~3時
19	木戸健康センター	午前9時30分~11時

※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

☎ 母子健康手帳 ☎ 当日直接会場

☎ 5日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、19日(木)は健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●こどもの健康診査 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。

☎ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

股関節検診・母体保護相談

- ☎ 2~4カ月児と母親
- ☎ 2,800円(超音波検査料)

1歳6カ月児健康診査☆

- ☎ 平成30年8月生まれ

3歳児健康診査☆

- ☎ 平成28年9月生まれ

1歳誕生歯科健康診査☆

- ☎ 平成31年3月生まれ

※会場にて絵本の読みきかせや絵本をプレゼントする「ブックスタート」を実施します

●フッ化物塗布

- ☎ 3月18日(水)午前9時30分~10時15分
- ☎ 石山地域保健福祉センター

- ☎ 4歳未満先着30人
- ☎ 1,020円 ☎ 母子健康手帳

☎ 2月19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

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)

- ☎ 就学前児と保護者、小学1~3年生

●ひなまつりコンサート

- ☎ 3月1日(日)午前10時30分~11時
- ☎ フルートの演奏とリトミック

☎ 当日直接会場

●わくわくテラス「リズムであそぼう」

- ☎ 3月5日(木)午前10時30分~11時
- ☎ リトミックを取り入れた音遊び

☎ 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

- ☎ 3月10日(火)午前10時~11時30分
- ☎ 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

☎ 当日直接会場

●ベビーマッサージ

- ☎ 3月12日(木)午前10時~11時
- ☎ 赤ちゃんとのスキンシップ(オイルの使用なし)

- ☎ 首すわりからおおむね12カ月の乳児と保護者先着14組
- ☎ 親子一組500円

☎ 母子健康手帳 ☎ 当日直接会場

☎ 5日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、19日(木)は健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

☎ バスタオル、飲み物

☎ 電話で同施設

●あんよのまへのいないいないばあ

- ☎ 3月13日(金)午前10時15分~11時30分
- ☎ ふれあい遊び、リズム遊びなど

- ☎ 7~12カ月の乳児と保護者先着40組
- ☎ 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(祝日の場合翌平日)※3月は2日(月)、16日(月)

- ☎ 就学前児と保護者、小学1・2年生



●ひなまつりコンサート

- ☎ 3月1日(日)午前10時30分~11時
- ☎ 吹奏楽団「シティプラス越後」による演奏

☎ 当日直接会場

●いちごひろば

3月	内容	時間
4	エプロンシアター	午前10時30分~11時
11	音楽遊び	
18	ふれあい遊び	
25	誕生会	

☎ 当日直接会場

●1歳児食育講座~カミカミ期からパクパク期~

- ☎ 3月6日(金)午前10時30分~11時
- ☎ 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

☎ 当日直接会場

●ベビードダンス

- ☎ 3月10日(火)午後1時30分~3時
- ☎ ダンスで親子のスキンシップとリフレッシュ

- ☎ 5~9カ月の乳児と保護者先着12組
- ☎ 親子一組500円

☎ 電話または直接同施設

●ママトーク~子育てあるある~

- ☎ 3月13日(金)午前10時~11時10分
- ☎ 「入園に向けての準備」をテーマにママ同士でおしゃべり

☎ 当日直接会場

●産後ママのやさしいヨガ

- ☎ 3月24日(火)午後1時30分~2時30分

☎ 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

- ☎ 1歳未満児と母親先着12組
- ☎ 親子一組500円

☎ 電話または直接同施設

●ベビーマッサージ

- ☎ 3月25日(水)午後1時30分~2時30分
- ☎ 赤ちゃんとのスキンシップ

- ☎ 2~7カ月の乳児と母親先着10組
- ☎ 親子一組500円

☎ 電話または直接同施設

☎ 電話または直接同施設

☎ 電話または直接同施設

☎ 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時まで)※申込受付は午前9時30分から

☎ 休館日 月曜日(祝日の場合翌平日)※就学前児は保護者要同伴

●回るロケット

- ☎ 2月29日(土)午後2時~3時30分
- ☎ くるくる回転しながら飛びロケットを作る

- ☎ 幼児・小学生先着10人
- ☎ 2月16日(日)から電話で同館

●アートタイム~お魚が動く「紙皿水族館」~

- ☎ 3月7日(土)午後2時~3時30分
- ☎ 紙皿を水族館に見立て、紙で作った魚を磁石で動かして遊ぶ

- ☎ 幼児・小学生先着10人
- ☎ 2月23日(祝)から電話で同館

●キラキラめり絵

- ☎ 3月8日(日)午後2時~3時
- ☎ 透明なシートを油性マーカーで塗り、光を当てて色合いを楽しむ

- ☎ 4歳以上の幼児・小学生先着10人
- ☎ 2月23日(祝)から電話で同館

食推さんの健康レシピ (レシピ考案:食生活改善推進委員東支部 山の下グループ)

ショウガとレンコンのポカポカスープ

寒い季節におすすめの、ショウガを使ったスープを紹介します。



【1人分】エネルギー:84kcal塩分:3.2g

材料(4人分)

レンコン	360g
ショウガすりおろし	小さじ2
水	1リットル
鶏がらスープの素	大さじ3
みりん	小さじ2
しょうゆ	小さじ2
オクラ	2本
黒こしょう	適量(お好みで)

作り方

- レンコンとショウガは皮をむいてすりおろす。
- 鍋に水を入れ、沸騰したら①を入れる。再び煮立ったら②を入れ、混ぜながら2分ほど煮る。
- 色どりに、ゆでたオクラの輪切りを浮かべる。お好みで黒こしょうをふる。

問い合わせ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

区のできごと

小学生が選挙体験



1月31日、木戸小学校で給食のメニューの案を公約に掲げた3人の候補者の中から1人を選ぶ模擬選挙が行われました。6年生約60人が候補者の演説を聞いた後、実際の選挙で使う投票箱に1票を投じ、開票作業も体験しました。東区明るい選挙推進協議会では、啓発事業の一環として、毎年区内の小学校で模擬選挙を実施しています。



情報プラザ

公民館 ※申込受付は午前9時から

中地区公民館 ☎025-250-2910

子育てサロン「ともだちひろば」ひなまつりミニ工作
回 2月26日(水)午前10時～11時45分
場 大形まちづくりセンター
内 折り紙でおひなさまを作る
込 0歳以上の子どもと保護者
申 当日直接会場

石山地区公民館 ☎025-250-2930

子育てサロン「木戸っこくらぶ」
回 2月28日(金)午前10時～11時30分
場 木戸公民館
内 自由遊び、絵本の読み聞かせなど
込 未就園児と保護者 申 当日直接会場

男の料理教室(全2回)

月	日	曜	時間	内容
3	5	木	午前10時～午後1時	包丁の使い方、だしの取り方など
	19			食材の保存方法、下ごしらえなど

込 55歳以上の男性先着15人
料 1,500円(2回分)
備 エプロン、三角巾、ハンドタオル、ふきん、台ふきん、筆記用具
申 2月18日(火)から電話で同館

SNSと子どもたちの世界

～子どもを守るためにできること～
回 3月12日(木)午後7時～9時
内 SNSを使う子どもの現状や子どもを守るためにできることについて学ぶ
込 小・中学生の保護者またはテーマに関心がある人先着30人
申 2月17日(月)から電話で同館

催し物・募集

東区体育施設の管理運営等に関する意見を伺う会

回 2月29日(土)午後2時～3時
場 東総合スポーツセンター
内 区内の体育施設の管理、運営、事業計画についての意見交換会
込 先着20人

申 下記のいずれかの施設へ電話または窓口で申し込み

施設名	連絡先
東総合スポーツセンター	☎025-272-5150
市庭球場	☎025-276-8900
下山スポーツセンター	☎025-272-7677

下山スポーツセンター

体力測定&相談
回 3月3日(火)、14日(土)、17日(火)、28日(土)午後2時～4時
内 体力測定、トレーニングプログラム相談
込 15歳以上(中学生除く)先着2人
料 250円(使用料)
申 電話で同センター(☎025-272-7677)

新潟市ファミリー・サポート・センター入会説明会

回 3月3日(火)午前10時～11時
場 東区プラザ
内 子育て支援を希望する人や会の内容を知りたい人先着20人(希望者はその場で登録可)
料 登録希望者は保護者の写真2枚(縦3cm、横2.5cm)、現住所が確認できるもの(運転免許証など)
申 電話で同センター(☎025-248-7178)

ふれあい掲示板

地域のイベントや、市民グループなどによる情報を掲載します。

不登校シンポジウム

回 3月7日(土)午後2時～4時30分
場 江南区文化会館
内 不登校への理解と支援についての講演
込 保護者、支援者など先着300人
料 1,000円
申 発達クリニックぱすてるホームページ(<http://clinic-pasuteru.com/>)
申 同クリニック(☎025-288-7200)

認知症カフェ アカシアの会 イベント

回 3月14日(土)午後1時30分～3時
場 区役所南口エントランスホール
内 認知症VR体験(要申し込み、先着18人)、電動車椅子試乗体験、骨量測定、認知症をテーマとした茶話会など
申 VR体験のみ3月1日(日)から電話で地域包括支援センター山の下(☎025-250-0032)、ほかは当日直接会場

医師会・歯科医師会・薬剤師会主催

県民のための健康セミナー 2020
回 4月11日(土)午後2時～4時30分
場 新潟市民プラザ
内 認知症予防や発症後の対応についての講演 込 先着500人
申 3月27日(金)必着で、はがきに参加者全員の氏名、代表者の郵便番号・住所・電話番号を記入し、東京プリント社 県民のための健康セミナー 2020係(〒951-8141 中央区関新1丁目2471番地)へ 申 同社(☎025-233-2211)

< 広告欄 >

ゆめ・のせ・あがれ! 寺山こい来いフェスタ

子どもたちの健やかな成長を願い、地域の皆さんから譲りいただいたこいのぼりを寺山公園で掲揚します。期間中は飲食ブースなどで会場を盛り上げます。
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) (☎025-250-2630)

掲揚期間 5月2日(土)～10日(日)

協賛企業を募集

趣旨に賛同し、一緒に東区を盛り上げていただける企業や団体を募集します。協賛内容に応じて、パンフレットに事業者名を掲載するほか、掲揚期間中に寺山公園内でのPR区画をご利用いただけます。
※詳細は市ホームページをご覧ください
申 3月10日(火)までに建設課へ(32番窓口)

出店者を募集

こいのぼり掲揚期間中、寺山公園内に出店する事業者を募集します。飲食・物販・PRブースとして出店できます。
日 5月2日(土)～10日(日)
応募要件 仮設テント、移動販売車など移動や撤去ができる簡易なものであること
※出店条件、申込方法は同実行委員会事務局へお問い合わせください
※申し込み後、実行委員会で審査の上、決定します
出店料 1日あたり5,000円
申 2月28日(金)までに建設課へ(32番窓口)

東区自治協トピックス

☆ 本日16日、午後1時30分から東区プラザで、じゅんさい池をキーワードにまちづくりについて考える「東区まちづくりセミナー」を開催します。ぜひお越しください。
☆ 2月7日に交通ジャーナリストの鈴木 文彦さんをお招きし、公共交通に関する学習会を開催しました。

★第10回会議(1月30日開催)の主な内容
・令和元年度区自治協議会提案事業の事業評価について
・各部会報告(令和2年度区自治協議会提案事業に向けた検討についてなど)

★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 2月27日(木)午後2時から
会場 東区プラザ 定員 先着10人
問い合わせ 地域課(☎025-250-2110)

まちづくりセミナーに来てほしいのじゃ!



「ごみゼロ!」ーロメモ 今月の「ごみゼロの日」は2月23日(祝)です

3月から「枝葉・草」のステーション収集が始まります

※収集日は家庭ごみ収集カレンダーで確認してください

ひも結束
1m以内
枝木

ポリ袋
草・葉

【注意】
●「枝葉・草」の日に捨てるものは、自宅の庭で不要となった「せん定した枝・木」「せん定した葉・落ち葉」「雑草などの刈り草」です
●「葉・草」は、透明・半透明のポリ袋に入れて出してください
●野菜や木の実などは、腐敗・悪臭により処理に支障をきたすので、「燃やすごみ」の日に指定袋に入れて出してください

問い合わせ 区民生活課生活環境係(☎025-250-2285)