

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4月5日

毎月第1・3日曜発行

わいわい東区 TALK トーク

No. 311

【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136,314人(-73) 世帯数61,312(-5) 男65,760人(-31) 女70,554人(-42)

※2月末現在の住民基本台帳。カッコは前月末比

令和2年度

東区特色ある 区づくり事業

人口減少、少子・超高齢社会への対応を最重要課題と捉え、地域コミュニティ協議会、区自治協議会をはじめ地元企業や地元大学などを含めた地域との連携・協働をさらに深め、心地よく暮らしやすい地域づくりを進めるとともに、地域の特色を生かした魅力づくりに取り組み、人もまちも元気で笑顔があふれる東区を目指します。

心地よく暮らしやすいまち

避難所運営ワークショップ

新規 130万円

地域防災力向上のため、避難所運営のマニュアル整備が完了している避難所を対象としたシミュレーションを行い、今後の訓練に取り入れるなど、災害時における円滑な避難所運営の確立を目指します。



東区歯っぴーすまいるプロジェクト

新規 150万円

子どものむし歯の改善に向け、こども食堂・保育園・幼稚園等と連携した歯と食育の健康づくりを行います。健康寿命延伸を目的に、コミュニティ協議会との協働による健康づくり及び介護予防に取り組みます。



マタニティ期からつながるすくすく子育て応援

新規 420万円

妊娠期から子育ての知識を得ることで、知らないことによる虐待リスクを減らし出産後の母親の子育ての不安感や孤立感を解消するとともに、父親の子育て参加を促進します。また子育て支援関係者の連携強化及びスキルアップを図ります。



みんなで見守ろう認知症！おれんじネット

新規 100万円

認知症になっても安心して暮らせる地域づくりのため、認知症徘徊模擬訓練の実施などを通じ、地域住民の認知症に対する理解を深め、認知症を地域で見守るネットワークづくりを推進します。



認知症徘徊模擬訓練の様子

わが家の防災力向上 250万円 東区安心安全な地域づくり 30万円 高齢者見守り訪問 230万円 美しい東区環境づくり 110万円

魅力あふれるまち

じゅんさい池みらいプロジェクト

新規 380万円

貴重な緑地環境を有し、観光資源でもあるじゅんさい池を未来につなぐため、魅力を広く周知し、自然環境を活かした憩いの空間づくりに努めるとともに、池の自然環境保全を図ります。



輩刈りの様子

東区工場夜景バスツアー

拡充 150万円

工場見学やものづくり体験を取り入れた工場夜景バスツアーの実施を通して、「産業のまち」東区の魅力再発見と区民の誇りづくりに取り組みます。



東区歴史浪漫プロジェクト 200万円 こいのぼりプロジェクトin寺山公園 200万円 東区まんなか文化プロジェクト 300万円

自治協議会提案事業

東区の地域課題に係る現状等について調査・研究し、より良いまちづくりの実現を目指し、地域課題の解決に取り組みます。

高齢者の安心安全プロジェクト 150万円 子どもの未来応援プロジェクト 150万円 公共交通の利用促進プロジェクト 150万円

新年度区長メッセージ

笑顔と元気で
「魅力あふれ、
心地よく暮らしやすいまち」に

皆さま、はじめまして。4月から東区長に就任しました石井です。笑顔と元気で頑張りますのでよろしくお願ひいたします。

私は今までの市役所勤務において、まちづくりについて主に携わってききました。ここ東区は、産業が盛んで、空港と港があるまちです。また、豊かな水辺や歴史などの魅力にも恵まれています。今年度は、「じゅんさい池」の保全や活用について考え、魅力を発信するプロジェクトを始めます。これらのポテンシャルの高さを活かし、魅力あふれるまちづくりを推進したいと思っています。

また、健康で安心安全に暮らせるまちづくりとして、妊娠期から子育てについて学ぶ講座を新設し、母親の出産後の不安感や孤立感を解消するとともに父親の育児参加を促す取り組みや、更なる地域防災力の向上に向けて、防災出前講座や避難所運営ワークショップを開催するなど、引き続き地域の高い防災意識の維持・向上に取り組めます。

東区が目指す区のすがたの「心地よく暮らしやすいまち」「人が育つまち」「地域の力が活かされるまち」「魅力あふれるまち」に向け、各種事業を展開していきますので皆様から参加していただけたらと思います。

今年度も、区役所職員一丸となって、皆様にとって身近で、信頼の
できる存在となるよう
努めてまいりますので、
ご指導・ご協力をお願
ひいたします。



東区長 石井 哲也

毎年1回特定健診・がん検診で からだの点検をしましょう

問い合わせ
健康福祉課健康増進係
(☎025-250-2350)

自営業の人や家族の扶養になっている人など、職場で健康診断を受ける機会のない人を対象に、市では各種健診を行っています。40歳以上の対象者には、3月末から順次受診券を発送しています。発送数が多いため、届くまでに2～3週間かかる場合があります。

対象者にはどんなものが届くの？

A4サイズの白い封筒が届きます。中には受診券、案内冊子「検診いっ得?」、個人記録票などが入っています。(画像左は市国保の受診券です。後期高齢はオレンジ、それ以外の保険は青の受診券です。)
※受診券は令和3年3月31日まで使用できます。紛失しないようご注意ください
※「検診いっ得?」には各検診の日程・医療機関・対象年齢などが詳しく記載されていますので、ご確認ください
※受診券がお手元ない人はお問い合わせください



どんな検診が受けられるの？

検診名	対象者	自己負担額
特定健康診査	40歳以上の市国民健康保険加入者、新潟県後期高齢者医療制度加入者	500円 (60歳以上は無料)
肺がん	40歳以上	無料
胃がん	40歳以上(胃内視鏡検査は40・45歳と50歳以上の偶数年齢)	各1,000円 (45、50～59歳の胃がん施設検診は2,000円、市国民健康保険加入者は半額)
大腸がん	40歳以上	
乳がん	40歳以上の偶数年齢の女性(前年度未受診者も対象)	
子宮頸がん	20歳以上の偶数年齢の女性(前年度未受診者も対象)	無料
前立腺がん	50歳以上で5歳間隔の年齢の男性	1,000円
ピロリ菌検査	40・45・50・56歳の市特定健診、胃内視鏡検査受診者	1,000円
お口の健康長寿健診	昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれの人	無料
成人歯科健診	40・50・60・70歳	500円

今年度のがん検診の変更点について

！ 69歳以下で市民税非課税世帯の方は無料券の発行に申請書の提出が必要です
 受診の2週間前までに申請書を直接または郵送で提出してください。申請には保険証が必要です。
 申請書設置場所・提出先：健康福祉課健康増進係(24番)
 ※郵送の宛先：〒950-8709 新潟市東区下木戸1丁目4番1号
 新潟市東区役所健康福祉課健康増進係 行

乳がん検診施設検診対象の年齢について
 40歳以上69歳以下で偶数年齢の女性(奇数年齢の令和元年度未受診者も対象)は集団検診のほか委託医療機関で乳がん検診が受診できます。(70歳以上の方は集団検診のみ)
お口の健康長寿健診を受けましょう！
 加齢に伴う食べにくさ、むせやすいなどの口の機能の衰え(オーラルフレイル)が続くと食欲低下や栄養不足、誤嚥性肺炎になりやすくなります。歯科健診、オーラルフレイル検査・指導が受けられます。

- ・対象者年齢は令和3年3月31日時点。
- ・成人歯科健診の対象の人は別途ハガキにてご案内が届きます。
- ・各対象者のうち、70歳以上の人、40歳の人(胃がん・大腸がん・乳がん検診)、20歳の人(子宮頸がん検診)は無料となります。
- ・生活保護受給者は、受診の10日程前までに免除申請をすることで無料となります。保護課担当ケースワーカーへお問い合わせください。

今年度のがん検診(集団)の開催について
 東区の集団検診は5月12日より開始の予定ですが、開催の有無については今後変更の可能性がります。決まり次第、市のホームページや区だよりなどでお知らせいたします。

健康・福祉ガイド

●5月の乳がん(マンモグラフィ)集団検診

5月	会場	時間	予約開始日(定員)
13 水	石山地域保健福祉センター	午前9時30分～午後3時30分	4月25日(土)(130人)
19 火	区役所南口エントランスホール	午前9時30分～午後3時30分	4月26日(日)(130人)

☎ 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)
 ☎ 予約開始日から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)
 ☎ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

●はじめての離乳食

5月	会場	定員	時間
14 木	木戸健康センター	25人	午後1時30分～3時15分
26 火	石山地域保健福祉センター	20人	

☎ 離乳食の進め方、試食
 ☎ 生後4～5カ月の赤ちゃんの保護者
 ☎ 母子健康手帳、バスタオル
 ☎ 4月8日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●ステップ離乳食

☎ 5月26日(火)午前10時～11時30分
 ☎ 石山地域保健福祉センター

☎ 離乳食の進め方、試食
 ☎ 生後6カ月以降で、2～3回食に進もうとしている赤ちゃんの保護者先着20人
 ☎ 母子健康手帳、バスタオル
 ☎ 4月8日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●ぴよぴよ育ちの相談会
 子育ての中で「落ち着きがない」「お友達とのトラブルが多い」「名前を呼んでも目が合にくい」など気になることや困っていることはありませんか。親子で遊びながら成長、発達について保健師と一緒に考えてみましょう。

5月	会場	時間
12 火	木戸健康センター	午前10時～11時15分
25 月	石山地域保健福祉センター	

☎ 原則1歳6カ月児健診を終えた未就園児と保護者
 ☎ 12日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、25日(月)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

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

●わくわくテラス「からだであそぼう」
 ☎ 4月16日(木)午前10時30分～11時

☎ 親子で体を動かして遊ぶ
 ☎ 当日直接会場
●アラフォーママのおしゃべりテラス
 ☎ 4月21日(火)午前10時～11時30分
 ☎ おおむね40代のママのおしゃべり会
 ☎ 当日直接会場
●わくわくテラス「誕生会」
 ☎ 4月23日(木)午前10時30分～11時
 ☎ 4月生まれの子どもの誕生会
 ☎ 当日直接会場

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)※4月は6日(月)、20日(月)
 ☎ 就学前児と保護者、小学1・2年生

●つくって遊ぼう！
 ☎ 4月15日(水)午前10時～11時15分
 ☎ 親子工作(パクっとこいのぼり)
 ☎ 先着30人
 ☎ 当日直接会場
●おもちゃ病院
 ☎ 4月25日(土)午後1時30分～3時30分
 ☎ 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)
 ☎ 当日直接会場
●わいわいカフェ
 ☎ 4月27日(月)午前10時30分～13時

☎ 東区プラザ
 ☎ 妊婦さんと先輩ママで出産や子育てについてのおしゃべり会
 ☎ 妊娠中の母親、1歳未満の赤ちゃんとお母さん
 ☎ 飲み物、昼食(必要な人)
 ☎ 当日直接会場

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)※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

●シングルペアレンツカフェ
 ☎ 4月18日(土)午後2時～3時
 ☎ シングルで子育てをしている保護者のおしゃべり会
 ☎ 当日直接会場
●おやこdeアート
 ☎ 4月21日(火)午前10時30分～11時
 ☎ 親子で工作(こいのぼり)
 ☎ 0歳～未就学児と保護者先着30組
 ☎ 当日直接会場
●体育あそび教室
 ☎ 4月22日(水)午後4時～5時
 ☎ マットや跳び箱を使って体を動かす
 ☎ おおむね年長児～小学校低学年先着20人
 ☎ 4月1日(水)から電話で同館

市ホームページに掲載しています



新潟市健康寿命延伸アワード 準グランプリ2団体受賞

中野山小学校区コミュニティ協議会と東明第一自治会が、健康寿命延伸アワード準グランプリを受賞しました。これは、コミ協や自治会、企業などが実施する健康増進のための活動を表彰するもので、59団体の応募の中から、特に優秀と認める活動として表彰されました。

中野山コミ協は、フリースペースの設置や子どもから高齢者までが参加できる健康イベントの実施、高齢者の実態調査を行うなど、課題解決に向けた事業を企画・実施していることが評価されました。

東明第一自治会は、ラジオ体操を365日行うとともに、健診受診の呼びかけや健康講演会を開催するなど、一人ひとりが取り組める健康づくりを啓発・実践したことが評価されました。



新型コロナウイルスの影響による市のイベントなどの中止・延期や、市の施設の休館などの状況は

東区市民劇団「座・未来」 12月公演出演者オーディション開催

演劇経験の全くない人でも大丈夫！ステージに立ってみたいという熱意のある人をお待ちしています。出演者のほかにスタッフも同時募集します。

日時 ①5月9日(土)午後1時30分～3時30分
②5月10日(日)午前10時～正午
※開始時間に集合(要申し込み)、終了した人から順次解散
場所 東区プラザ
対象 年齢、性別、演技経験の有無は問いません
申し込み 東区市民劇団・滝沢 (☎090-3982-1606)

<公演予定>
日時 12月5日(土)、6日(日)
場所 東区プラザホール
内容 クリスマス目前に、東区で働き、暮らす人々に起こる小さな奇跡の物語



東区子育て応援ガイドブック「ままっぷ」最新版を配布

配布場所 健康福祉課・石山出張所・大形連絡所・山の
下行政サービスコーナー・中地区公民館・石山
地区公民館・山の下図書館・石山図書館・石
山地域保健福祉センター・い〜てらす・こども
創作活動館・地域子育て支援センター・わ
いわいひろば

問い合わせ 健康福祉課こども支援担当(☎025-250-2331)



緑化支援団体を募集

公園・道路・河川などで緑化活動を行う団体に対し
花苗などの購入費を補助します。

内容 花苗・種・球根の購入費の補助
対象 自治会・町内会、その他非営利団体など5人以上の活動団体
申し込み 4月6日(月)～4月20日(月)までに必要書類を建設課へ提出
問い合わせ 建設課管理係(☎025-250-2610)



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」 こいのぼり作り

回 4月22日(水)午前10時～11時30分
場 大形まちづくりセンター
内 色画用紙でこいのぼりを作る
込 未就園児とその保護者
申 当日直接会場

ジュニア将棋教室

回 4月25日～10月10日の第2・第4
土曜日(5月23日、7月25日は休み)
午前9時30分～正午
講師 日本将棋連盟公認将棋指導員
込 小・中学生先着30人
申 4月6日(月)から電話で同館

幼児期家庭教育学級 「親も子も育ち合いで可能性を広げよう」

月	日	曜	テーマ	時間
5	12		れい はじめまして わ になろう	午前10時 ～正午
	19		いつか巣立つ時のために 今できること	
	26	火	スキンシップで心も体も リラックス	
6	2		個性がキラリ☆うちの 子ってどんな子?	
	11	木	大丈夫!悩んでいるから 未来につながる	
	23	火	自由参加の交流会	

込 1歳～小学校入学前の子どもを持つ保護者30人(応募多数の場合、抽選)
※保育は要申し込み(1歳～未就園児21人、応募多数の場合、抽選)
料 100円(初回お茶菓子代)
申 4月6日(月)から電話で
同館またはかんたん申し込み



図書館

絵本や紙芝居が楽しめる「おはなしのじかん」へ、ぜひお越しください。

職員によるおはなしのじかん

館名	期日	時間(対象)
山の下	4月9・16・23・30日(木)	午前11時～午後3時の随時10分程度(0～3歳)
石山	4月14・21・28日(火)	午後3時～同30分(乳幼児から)

ボランティアによるおはなしのじかん

館名	期日	時間	グループ名
山の下	4月11日・25日(土)	午前10時30分～11時	えほん だいすき!!
石山	4月15日(水)	午前10時30分～11時	ぐりとぐら
	5月2日(土) ※紙芝居	午前11時～同30分	新潟 かみしばい クラブ

場 山の下:おはなしのへや(図書館内)
石山:公民館保育室

申 山の下図書館(☎025-250-2920)
石山図書館(☎025-250-2940)

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。

太極拳一日無料体験

回 4月8日、22日(水)午後1時30分～2時40分
場 東区プラザ
内 将来寝たきりにならない体づくり
込 50歳以上先着10人
申 電話でめざせ!100歳!!まる太極拳・佐藤(☎090-7283-0664)

元気と健康の教室～予防医療編～

回 4月10日(金)午後2時～3時
場 下山コミュニティハウス
内 予防医療についての座学講習と軽い運動
料 500円
申 動きやすい服装
申 電話で同教室(☎025-288-6833)

認知症カフェ アカシアの会 終活ミニ講座

回 4月14日(火)午後1時30分～3時
場 中地区公民館
内 その人らしい終活の講話、介護や認知症に関する茶話会
申 4月13日(月)までに電話で地域包括支援センター山の下(☎025-250-0032)

まごころヘルプ提供会員入会説明会

誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、日常生活で手助けが必要な人に有償で家事支援などを行います。希望者はその場で提供会員登録ができます。
回 4月14日(火)午前10時～正午
場 東区社会福祉協議会(東区役所庁舎内)
申 4月13日(月)までに電話で東区まごころヘルプ(☎025-272-7741)

こいのぼり掲揚のボランティア募集

回 4月29日(祝)午前9時～11時
場 新松崎第2公園
内 通船川の両岸にロープを張り、こいのぼりを掲揚する※5月6日(振休)まで掲揚しています
申 当日直接会場
場 通船川中流交流会・佐藤(☎090-4829-8594)

春の火災予防運動実施中

住宅防火 命を守る 7つのポイント

3つの習慣

- 1 寝たばこは、絶対やめる。
- 2 ストープは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- 3 ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。



4つの対策

- 1 逃げ遅れを防ぐために、**住宅用火災警報器**を設置する。
- 2 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、**防炎品**を使用する。
- 3 火災を小さいうちに消すために、**住宅用消火器**などを設置する。
- 4 お年寄りや身体の不自由な人を守るために、**隣近所の協力体制**をつくる。

問い合わせ 東消防署市民安全課予防調査係(☎025-275-9111)