

# 北 区役所 だより

自然・活力・安らぎにあふれるまち 一住みたくなるまち 北区

令和4年(2022年) **12月4日**号

毎月第1・3日曜日 発行  
Vol.376

編集・発行 新潟市北区役所地域総務課

〒950-3393 新潟市北区東栄町1丁目1番14号 ☎025-387-1000(代表) ☎025-387-1020  
ホームページ <http://www.city.niigata.lg.jp/kita/> 電子メール [chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp](mailto:chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp)

北区 人口 71,982人(-65) 男 35,155人(-34) 女 36,827人(-31) 世帯数 29,806世帯(+4) ※令和4年10月末現在 カッコ内は前月比 住民基本台帳から

## ウィンターイルミネーション 2022 北区文化会館

令和5年  
2月28日(火)まで  
開催中

問い合わせ 豊栄商工会青年部(☎025-387-2264)

今年も北区文化会館の豊栄メモリアルガーデンがひかりの森に変身し、あのシロクマが帰ってきます。

今年のイルミネーションは、昨年同様、シロクマが生息している北極圏に住むイヌイットの生活をイメージして制作しました。

イヌイットの住居であるイグルーを日本のかまくら風にアレンジし、全体的に丸みのあるイルミネーションになっています。

寒い冬に心温まる光の演出をぜひご覧ください。



### 北区自治協議会委員になりませんか

#### 自治協議会とは

各地域コミュニティ協議会や公共的団体などからの選出者、有識者、公募委員で構成されています。

身近なまちづくりや地域課題解決のため、区役所と連携し、多様な意見を取りまとめる「協働の要」の役割を担います。

#### 主な役割

- ・ 区の地域課題のうち、市長やその他の機関から諮問された事項や区自治協議会が必要と認めるもの、区の重要な計画などを審議し、意見を述べること
- ・ 区民などと市との協働の要として、多様な意見のとりまとめや調整を行い、地域課題の解決および情報の共有に努めること
- ・ 区自治協議会提案事業の企画・実施

応募資格	令和5年4月1日現在、満18歳以上で区内に住所があり、本市の他の附属機関などの委員・市議会議員・市職員でなく、北区自治協議会の公募委員として過去に2期活動されたことのない人	募集人数	2人
任期・内容など	令和5年4月～令和7年3月末 毎月1回程度会議を開催 会議に出席した場合 日額3,000円(税控除前)		
応募方法 (書式任意、参考書式有) ※参考書式は、地域総務課および区ホームページで配布	①住所・氏名・電話番号・生年月日を記入した用紙 ②テーマ作文「北区への私の思い、やりたいこと」(800字以上1,200字以内) ③これまでの地域活動・市民団体活動などの略歴 ①～③を直接持参するか、郵送、FAX、メールで応募してください ※メールでの応募者には確認メールを返信します。送信後7日以内に返信がない場合は必ず問い合わせてください		
応募期限	令和5年1月6日(金)(必着)		
選考方法	作文と略歴の書面審査。2月末までに結果を書面で通知		
応募・問い合わせ先	〒950-3393(住所不要) 北区地域総務課企画広報グループ ☎025-387-1175		



★詳しい募集内容は  
こちら

### 新年号を笑顔の写真で飾りませんか

今年撮影した笑顔の写真を募集します。写真は**北区だより新年号の特集記事に掲載**します。掲載された人の中から、**抽選で10人に図書カードを進呈**します。

**募集写真** 「笑顔」の写真 ※カラー写真に限る。複数人が写っている家族写真なども可。不鮮明な写真や加工した画像(特殊効果や文字の挿入など)は不可

**募集点数** 30枚程度 ※応募多数の場合抽選。応募は1人1点のみ

**対象** 区内在住の人

**応募方法** 12月13日(火)までに、メール(chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp)に画像データ(JPEG形式、1～2MB)を添付し地域総務課へ

※件名は「北区だより新年号笑顔の写真」とし、本文に応募者の住所・氏名・電話番号、被写体全員の氏名を記載してください

- 注意点**
- ・ 必ず被写体の人の了承を得てください
  - ・ 写真の掲載にあたり、余白の削除など編集する場合があります
  - ・ 個人情報写真は写真の管理と図書カードの発送のみに利用します。氏名などは紙面には掲載しません
  - ・ 図書カードの当選者発表は、1月中旬の発送をもって代えさせていただきます

**問い合わせ** 同課(☎025-387-1155)

メールの送信はこちらから▶



### ござはなしレポート

#### ビュー福島潟名誉館長 遠藤麻理さんと語る 福島潟の楽しみ潟

北区自治協議会自然文化部会がフリーアウンサーの遠藤麻理さんを招いて、福島潟など北区の魅力発信イベントを同施設で開催しました。レンジャーの「春の菜の花が有名だが、冬も野鳥がたくさん見られるので来てほしい」という話や、高校生がお勧めするおいしいお店、福島潟のここだけの話など、遠藤さんの軽やかなトークで話題が広がり、参加者から「いろいろな話が聞けてよかった」と感想がありました。



#### 退任の民生委員・児童委員のこれまでの活動に感謝を

12月1日(木)に民生委員・児童委員の一斉改選が行われ、北区では46人が退任されました。11月14日(月)には退任される3人の各地区の民生委員・児童委員会長、副会長へ区長からこれまでの活動への労いの言葉とお礼状が贈呈されました。



左から島津会長、北区長、阿部会長、佐藤副会長



# おしらせ版

回=日時 場=会場  
 内=内容 人=対象・定員  
 ￥=参加費(記載のないものは無料)  
 申=申し込み(記載のないものは当日直接会場へ)  
 問=問い合わせ

## お知らせ

### 遊水館の休館期間の延長

工事のため令和5年1月13日(金)まで休館予定としていましたが、休館期間を令和5年3月31日(金)まで延長します。定期券を持っている人は、問い合わせてください。  
 問同館(☎384-1211)

## 催し・募集

### 豊栄地区公民館

問同館(☎387-2014、第1日曜休館)  
 ！ご近所だんぎ 葛塚市のおはなし  
 回12月8日(木)午後1時半～2時半  
 話題提供 曾部珠世さん(北区郷土博物館)  
 ※手話通訳が必要な人は申し込み時に伝えてください  
 問12月7日(水)午後4時まで電話で同館

### ひきこもり相談

回12月22日(木)午前10時～正午  
 場豊栄さわやか老人福祉センター  
 人先着2組  
 問電話で北区社会福祉協議会(☎386-2778)

### からだリカバリー 血流観察無料体験会

回12月12日(月)～15日(木)午前10時半～午後8時  
 場北地区スポーツセンター  
 問同センター(☎258-0200)

### 葛塚東児童館

問同館(☎386-9846)  
 ！書き初め練習会  
 回(毛筆)12月27日(火)午前9時50分～11時半、(硬筆)28日(水)午前9時50分～11時半  
 講師 石田孝雄さん、石田敏子さん、石田大和さん  
 人小学生 各日先着15人  
 申電話で同館  
 ！学習支援の日  
 大学生や塾の講師が手助けします。  
 回あす5日(月)午後2時～4時半  
 持ち物 宿題、筆記用具など

### チョイトレ 冷えコリ改善 フットコンディショニング

回12月17日(土)午後2時～3時20分  
 場豊栄総合体育館  
 人先着12人  
 ￥500円  
 申電話でハピスカとよさか(☎386-7522、月曜休館)

## 400mL献血にご協力ください！

場松山重車輛工業株式会社(下大谷内)  
 回12月9日(金)午前9時～11時  
 持ち物 献血カード  
 ※持っていない人は身分証明書(顔写真付きのもの)  
 所要時間 30分～40分(目安)  
 問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)



## ゆりかご学級

問豊栄地区公民館(☎387-2014)

新しい家族を迎えて幸せいっぱいのことと思います。そんな中でも「みんなどうしているんだろう？」と思うことはありませんか。みんな話して、学んで、子育てをもっと楽しむヒントを見つけましょう。

人令和4年7～9月生まれの赤ちゃんの保護者12人  
 ※保育あり、対象児10人  
 ※応募多数の場合第一子の人を優先して抽選  
 問12月12日(月)までに市ホームページ「かんたん申込み」



日時	テーマ	
1/12	木曜 10:00～12:00	お友だちになりましょう
1/19		いま親として
1/26		講師 指田祐美さん(NPO代表)
2/2		みんなで子育てトーク
2/16		親子で楽しむ絵本とふれあい遊び

## キネマ松浜劇場 「いわさきちひろ～27歳の旅立ち～」

回12月15日(木)午後1時半～3時半  
 場北地区公民館  
 人絵本画家いわさきちひろの人生を、黒柳徹子、高畑勲など50人以上の証言で綴るドキュメンタリー映画  
 人先着40人  
 問あす5日(月)午前10時から電話で同館(☎387-1761)

## きたっこきずなメール 配信中

二次元コードを読み込むか、LINEでID[@642ovxxt]を検索



## 食推イチオシレシピ 里芋のグラタン

新潟市食生活改善推進委員協議会 北支部 光晴グループ

- 4人分の材料
- 里芋…………… 300g(5個程度)
  - タマネギ…………… 1/2個
  - シメジ…………… 1パック
  - ツナの缶詰(水煮)…………… 2缶
  - みそ…………… 大さじ1
  - 粉チーズ…………… 適量
  - パン粉…………… 適量
  - ブロッコリー…………… 60g
  - バター…………… 小さじ1
- ホワイトソース
- 薄力粉…………… 大さじ2・1/3
  - バター…………… 小さじ2
  - 牛乳…………… 300ml
  - 塩・コショウ…………… 少々



### 作り方

- 1 里芋は皮をむいて、ひと口大に切り、キッチンペーパーで包んでさっと水をかけてから耐熱容器に入れ、ラップをかけて電子レンジ(600W)で2分加熱する(固ければ30秒ずつ追加で加熱して様子を見る)。
- 2 タマネギは薄切り、シメジは石づきを取ってほぐしておく。
- 3 フライパンに油(分量外)を入れ、タマネギ、シメジ、水を切ったツナ、里芋を炒め、火が通ったらみそを加えて混ぜる。
- 4 ホワイトソースづくり  
薄力粉とバターを深めの耐熱容器に入れ、レンジで1分加熱後、泡だて器でよく混ぜてから牛乳を加えて混ぜる。さらに「レンジで1分加熱して混ぜる」を5回程度繰り返す。とろみがついてきたら塩・コショウを加えて味を調える。
- 5 グラタン皿(耐熱容器)に③を入れ、④をかけて、粉チーズ、パン粉、小房に分けてゆでたブロッコリー、小さく切ったバターを乗せて、オーブントースター(250℃)で5分焼く。焼き色が着いたら出来上がり。

〈1人分当たりの栄養価〉  
 エネルギー：210kcal たんぱく質：11.2g  
 脂質：7.3g 炭水化物：19.7g 食塩相当量：1.5g

## ハピスカとよさか 冬期ヘルシーエクササイズ教室

教室名(全10回)	定員	初回	曜日	時間
①フラダンス(夜)	40人	1/10	火	19:00～20:00
②ZUMBA®	40人			20:10～21:10
③いきいき健幸トレーニング	30人	1/11	水	10:00～11:30
④やさしいペルビックヨガ(午後)	40人			13:30～14:30
⑤すこやかピラティス	40人			19:00～20:00
⑥汗をかいてシェイプアップ	40人			20:10～21:10
⑦やさしい有酸素運動	40人	1/12	木	9:30～10:30
⑧フラダンス(午前)	20人			11:00～12:00
⑨やさしい健幸たいそう	40人			13:30～14:30
⑩ペルビックヨガ(夜)	40人			20:00～21:00
⑪太極拳	40人			10:00～11:30
⑫ソフトエアロビクス	40人	1/13	金	13:30～14:30
⑬やさしい有酸素&筋トレ①(文化会館)	20人	1/17	火	9:30～10:30
⑭やさしい有酸素&筋トレ②(文化会館)	20人			10:45～11:45
⑮ルーシーダットン(文化会館)	25人			13:30～14:30
⑯ルーシーダットン(長浦コミセン)	20人			1/11

場①～⑫豊栄総合体育館 ⑬⑭⑯北区文化会館 ⑯長浦コミュニティセンター  
 人15歳以上(先着順) ※③⑦⑨⑬⑭は50歳以上  
 ￥年度会員4,000円 冬期のみ参加5,100円  
 問ハピスカとよさか(☎386-7522、祝日を除く月曜休館)

<広告欄>広告掲載の申し込みは地域総務課(☎387-1175) 1枠(3.9cm×7.9cm) 1回7,000円(税込)

催しの開催状況はそれぞれの問い合わせ先までご確認ください。



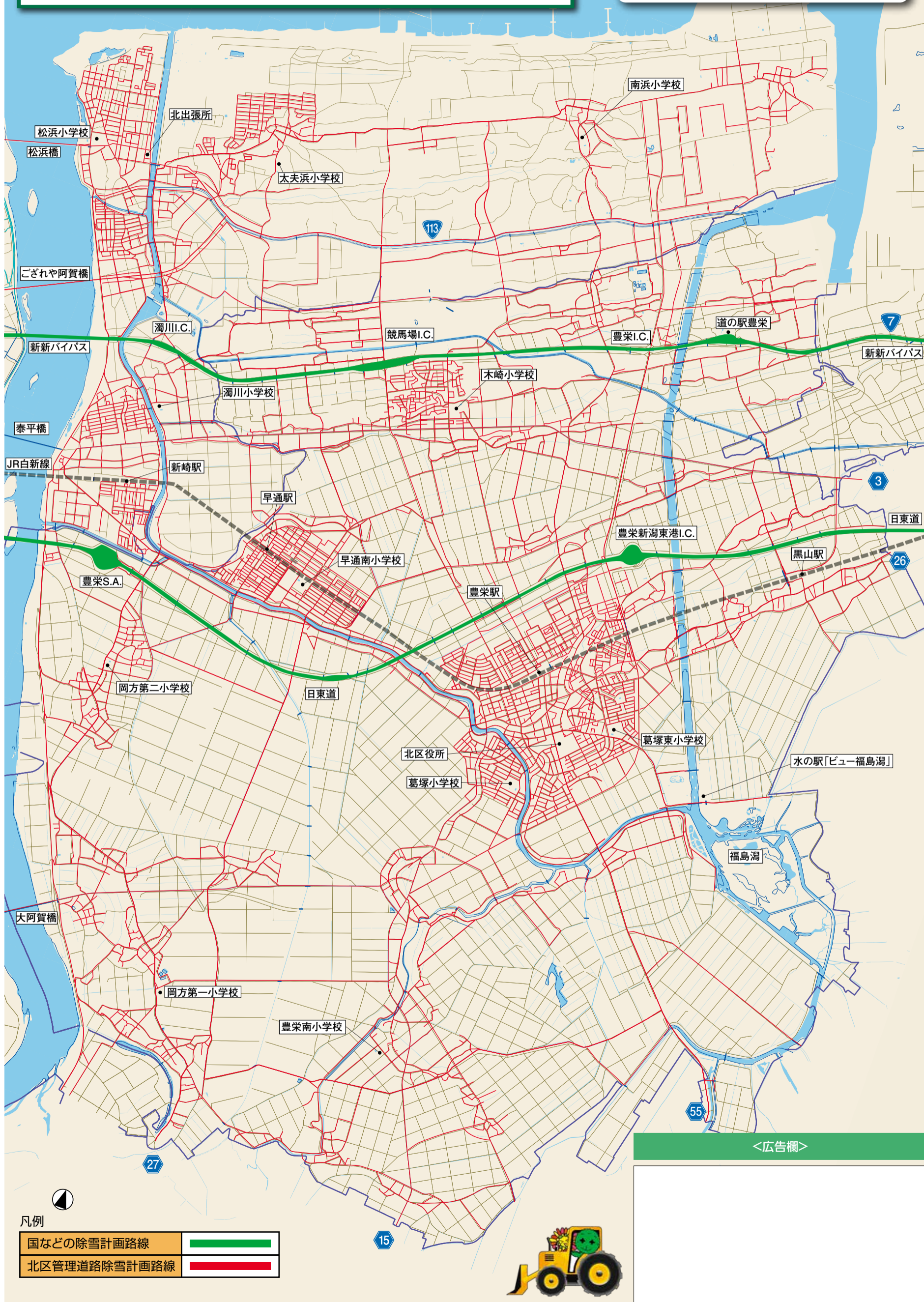
# 令和4年度 北区車道除雪計画路線図

詳細な路線図は、建設課維持係にあります。(きょうの市報にいがたにも関連情報がありますので、ご覧ください。)

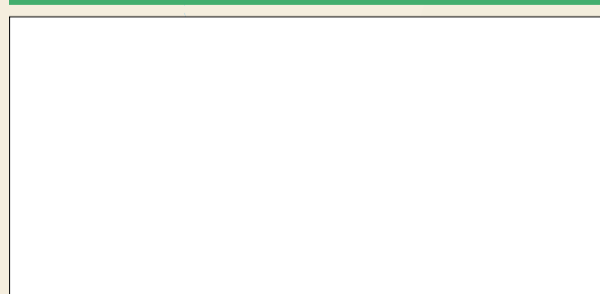
### 除雪に関する問い合わせ

- ▼市道や市が管理する国県道の除雪について  
建設課維持係(☎025-387-1415)
- ▼自治会・町内会が行う除雪費用の助成について  
建設課管理係(☎025-387-1405)

今号掲載の情報は11月28日時点のものです。状況により催し等を中止する場合があります。



<広告欄>



凡例

国などの除雪計画路線	
北区管理道路除雪計画路線	

