

## 「にしかん なないろ野菜」のレシピを

一流  
ホテルの  
シェフに考案して  
いただきました!!

ホテルニューオータニ長岡の調理顧問である池田喜三男シェフより、「にしかん なないろ野菜」を用いたレシピを考案していただき、9月2日(水)に試食会を行いました。どなたでも手軽に作れるように、家庭にある食材や調味料を使用し、なないろ野菜の彩りや形などの特徴を活かせるレシピを作っていました。

なないろ野菜は、JA越後中央農産物直売所「越王の里」で販売しており、レシピも設置しております。



ホテルニューオータニ長岡  
調理顧問 池田 喜三男シェフ



試食会で使用したなないろ野菜

ネバネバ オクラの  
ドレッシング



食べるドリンク  
カラフルトマトサワー



バターナッツカボチャの  
チャウダースープ



きゅうり  
胡瓜ポート



## 「にしかん なないろ野菜」とは

西蒲区で生産されている「色や大きさ、形などに特徴のある珍しい野菜」をブランド化し、販売しているものです。

今年度は年間を通じて、約50品種の野菜の栽培を目指しています。

令和2年度 西蒲区特色ある区づくり 子育て支援事業  
親子の絆づくりプログラム

## 赤ちゃんがきた!



子育てをひとりで頑張りが過ぎていませんか。このプログラムは、初めて赤ちゃんを育てるお母さんを対象とした4回連続の講座です。子育ての疑問や困ったことなど、参加したお母さん同士で話し合い、楽しく交流しながら子育てについて学び、親子の絆を深めましょう。

期日	時間	内容
11月20日(金)	午前10時~正午	新しい出会い
11月27日(金)		赤ちゃんのいる生活
12月4日(金)		赤ちゃんとの接し方
12月11日(金)		親になること

場巻子育て支援センター(どんぐりの舎)

区令和2年7月~9月生まれの乳児(第1子)とその母親  
先着10組程度

※講座はBP認定ファシリテーターが進行します

区あす5日(月)から電話で健康福祉課児童福祉係(☎0256-72-8369)へ

## 骨粗しょう症予防相談会(要予約)

期日	会場	相談時間
11月5日(木)	巻地域保健 福祉センター	①午前9時45分~ ②午前10時15分~
		③午前10時45分~ ④午前11時15分~
		⑤午後1時15分~ ⑥午後1時45分~

区骨粗しょう症予防のための生活相談、骨密度測定(かかとを素足で測定)

区市内在住の18歳以上の人(骨粗しょう症で治療中の人は除く)

各回先着10人

持ち物 内履き

区10月8日(木)から市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

## こどもプロジェクト2020



## 潟東・鎧潟~水の歴史

## 潟東巡り&amp;鳥凧作りとカモ汁

潟東地域には、かつて「鎧潟」があり、多くの人の記憶として生きています。現在も、「かも猟」を行い、その文化伝承として「カモねぎまつり」を開催しています。親子で潟東・鎧潟の歴史と文化を体験しましょう。

期日	時間	内容
①10月31日(土)	午前9時~正午	五之上巡りと鎧潟の歴史
②12月5日(土)		鳥凧作りとカモ汁

集合場所 ①潟東樋口記念美術館受付棟、②潟東地域コミュニティセンター  
区新潟市内の小学生の親子(祖父母でも可) 6組12人(応募多数の場合は抽選)

※2回とも受講できる人

※当選者のみ、19日(月)までに電話でお知らせします

区¥700円(鳥凧とカモ汁材料費実費、②で徴収)

区あす5日(月)午前9時から10月15日(木)までに直接または電話で

潟東地区公民館(☎0256-86-2311)へ

## 令和2年度 新潟市ドキドキ・ワクワクスポーツふれあい促進事業

ドキドキ・ワクワク  
ふれあいサッカー教室

サッカーを始めたばかり・興味がある初心者から、もっと上手になりたいサッカー経験者まで、誰でも参加できるサッカー教室です。初心者でも安心して取り組める内容で、アルビレックス新潟サッカースクールのコーチたちが、分かりやすく丁寧に指導します。一緒に思いっきりサッカーを楽しみましょう。

区11月3日(祝)午後3時15分~5時

区場山運動公園 屋内コート

区西蒲区に在住または在学の小学1年生~6年生 先着60人

持ち物 ボール(なくても可)、飲み物、運動できる靴(スパイク不可、トレーニングシューズ可)、動きやすい服装、タオルなど

区10月12日(月)午前10時~10月27日(火)午後6時必着。「お申し込みフォーム」に必要事項を入力して送信、または、専用の参加申込書に必要事項を記入してファックスもしくは直接提出

区アルビレックス新潟サッカースクール

「新潟市ふれあいサッカー教室」係

区(☎025-280-0011、FAX025-280-0012)

詳しくはアルビレックス新潟オフィシャルホームページを確認してください



## ストップ! 稲わら・もみ殻の焼却

新潟市では、稲わら・もみ殻を活用した土づくりを推進しています。

しかし、一部で稲わらなどが焼却され、その煙は喘息やアレルギーなどの健康被害や道路交通の障害の原因となるなど、生活環境への著しい悪影響と新潟米の産地イメージの低下につながります。

消費者に信頼される米づくりのためにも、稲わら・もみ殻の焼却は絶対にやめて、環境にも人にもやさしい農業を実践しましょう。

区産業観光課農業振興グループ(☎0256-72-8407)

## 母子保健だより

区健康福祉課健康増進係  
☎0256-72-8372



## ♡ステップ離乳食(要予約)

区11月2日(月)午後1時半~2時半  
(受付:午後1時15分~)

区巻地域保健福祉センター

区離乳食2回食・3回食の進め方、  
体重測定(希望の人)

区生後6カ月以上の乳児の保護者  
先着15人

持ち物 母子健康手帳、バスタオル

(赤ちゃん連れの場合)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている場合)

区10月7日(水)~10月31日(土)までに市役所コールセンター

(☎025-243-4894)へ

新型コロナウイルス感染症の状況により、事業実施が困難となった場合には、ホームページなどでお知らせします。

《広告欄》西蒲区役所ホームページに掲載するバナー広告を募集中! 区地域総務課(☎0256-72-8179)