

市長にインタビュー

市長2期目のスタートに当たり、思いや考えを聞きました。

1期目の4年間で振り返ってください

これまで市政にとって難しい課題であっても避けることなく、誠実に向き合い解決することを心掛けてきました。

就任から1年3カ月で新型コロナウイルス感染症という未知のウイルスが発生し、学校生活や地域活動、イベントなど、市民の皆さまの生活が大きな影響を受けてしまいました。

1日でも早く平穏な日常を取り戻すため、引き続き全力を挙げていきます。



感染症への対応はどうでしたか？

市民や事業者、医療関係者の皆さまからご協力いただき、医療逼迫を生じさせることなく対応できました。

ワクチン接種の開始当初は予約が取りにくく皆さまにご迷惑をお掛けしましたが、速やかに体制強化を行い、接種率は政令市でトップクラスとなりました。また、大きなダメージを受けた社会経済活動に対し、これまで200を超える事業を迅速に実施してきました。

ほかに手ごたえを感じた取り組みは？

コロナ禍であっても、取り組むべき課題には全力で取り組んできました。特に、行財政改革では集中改革プランを策定し、市の貯金である基金残高を33億円から107億円まで積み増すことができました。

そこで生まれた財源を活用して、企業誘致やスマート農業を推進してきました。また、「こども医療費助成」の対象を高校3年生まで拡充し、子育て世帯の皆さまに大変喜んでいただけたことは私としても非常にうれしく思っています。

2期目で力を入れたいことは何ですか？

まずは本市の最重要課題である人口減少対策に向けて、子育て世帯の経済的・精神的負担をさらに軽減する必要があると強く感じています。「妊産婦医療費助成」の所得制限の撤廃を検討するなど、できることから支援を開始し、安心して妊娠、出産、産後を過ごしていただける環境を整えていきます。

また、市内8区の歴史や文化、産業などの特色を生かしながら、各区の活力をさらに向上させていきます。

このほか、4年間で市民の皆さまから頂いた市政へのご要望を、1つでも多く形にしていきたいと考えています。



市民の皆さんへメッセージをお願いします

皆さまが明るい希望を持てるよう、引き続き全力を尽くしてまいります。幸せや喜びが広がる、笑顔あふれる新潟市を一緒に作っていきましょう！



皆さんと一緒に笑顔あふれる新潟に



中原八一市長プロフィール

年齢	63歳	出身	西区内野町
主な経歴	新潟県議会議員4期15年、参議院議員1期6年		
家族構成	母、妻、長男。スマートフォンの待ち受け画面は長女が送ってくれる孫の写真		
趣味	庭の手入れ、スポーツ観戦、ウォーキング、読書		

2期目の抱負

新潟市長の中原八一です。10月23日の市長選挙では多くの皆さまからのご支持を賜り、引き続き新潟市のかじ取り役を託していただきました。1期目の実績に対する評価と、これからの市政運営へのご期待を頂いたものと受け止めており、その責任の重さに改めて身が引き締まる思いです。

これまでの4年間、予期せぬ新型コロナウイルス感染症への対応があった中、行財政改革や、新潟駅から万代、古町を結ぶ都心エリアにいがた2kmのまちづくりなどに重点的に取り組んできました。今後もこれらをしっかりと継続し発展させながら、経済社会活動を再開させ、1日でも早く「平穏な日常」

を取り戻したいと考えています。また、「都市と田園が調和し暮らしやすい」という強みを最大限生かしながら、新潟を活力ある日本海の歴史や文化、産業などの特色を生かし8つのカラーで成長し続ける新潟市にするため、4年間全力で取り組んでまいります。

多くの皆さまから、新潟で働いてよかった、新潟で暮らしてよかった、新潟で育ってよかった、と思っていただけまちづくりを、市民の皆さまとともに進めてまいります。引き続き、ご支援とご協力をお願いいたします。

新潟市長 中原八一

1	中原市長 2期目の抱負
2・3	特集 広げよう 子どもの気持ちを考えた子育てにいがた CITY NOW 12月議会定例会開会、暮らしを支える給付金、八区魅力発見、G7ボランティアを募集、感染拡大への備えを連載、冬のイルミネーション
4	
5	

※他3ページは区役所だより「情報ひろば」は別冊で発行しています

子どもとの関わり方 工夫のポイント

参考:厚生労働省「体罰等によらない子育てのために」

POINT 1

子どもの気持ちや考えに耳を傾ける

子どもは「自分の気持ちや考えを相手に受け止めてもらえた」という体験によって、気持ちが落ち着いたり、「大切にされている」と感じたりします。



POINT 2

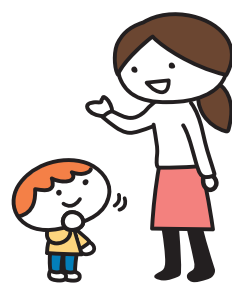
「言うことを聞かない」ときは理由を考える

保護者の気を引きたい、言われていないことを理解できていない、体調が悪いなど、さまざまな理由が考えられます。一呼吸置いて、子どもと向き合みましょう。

POINT 3

子どもの成長に合わせた対応を

年齢や成長・発達状況によって、できることとできないことがあります。子どもが困難を抱えているときは、それに応じたケアを考えて対応しましょう。



POINT 4

子どもの状況に応じて、身の周りの環境を整える

危ない物に触れないようにするなど、叱らずに済む環境づくりを心掛けましょう。子どもが自分でできるような環境をつくることも大切です。



「子どもを安心させる」「子どもを肯定する」「子どもに選ばせる」ことを意識しましょう。



POINT 5

注意の方向を変えたり、子どものやる気に働きかけたりする

子どもはすぐに気持ちを切り替えることが難しい場合があります。可能な限り待つ、場面を切り替える、楽しく取り組めるように工夫するなど、子どものやる気が増す方法を考えましょう。



POINT 6

肯定文で分かりやすく、時には一緒に、お手本に

「ここでは歩いてね」など、肯定文で具体的に、近づいて落ち着いた声で伝えてみましょう。「一緒におもちゃを片付けよう」と共に行動するのも効果的です。

POINT 7

良いこと、できていることを具体的に褒める

態度や行動を褒められることは子どもにとってうれしいだけでなく、自己肯定感を育みます。結果だけでなく頑張りを認め、今できていることに注目して褒めましょう。



一人で抱え込まず、まずは相談を

区役所では専門の相談員が相談に応じます。小さなことでも、まずは相談してください。

区役所健康福祉課	児童相談所
北 区 ☎025-387-1625	虐待対応ダイヤル ☎189 (通話料無料)
東 区 ☎025-250-2331	相談専用ダイヤル ☎0120-189-783 (通話料無料)
中央区 ☎025-223-7236	新潟市児童相談所 ☎025-230-7777
江南区 ☎025-382-4353	
秋葉区 ☎0250-25-5683	
南 区 ☎025-372-6371	その他
西 区 ☎025-264-7343	子育てなんでも相談センター「きらきら」(月～金曜 8時半～17時) ☎025-248-2220
西蒲区 ☎0256-72-8369	

みんなで救おう 気付いて! 虐待のサイン

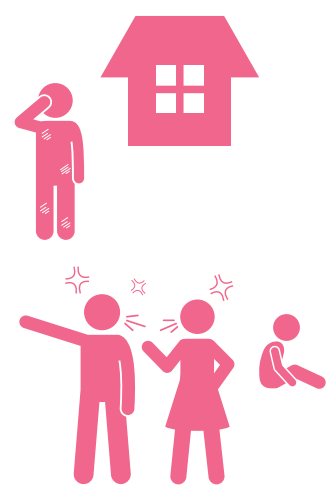
周囲の人の気づきで、苦しんでいる子どもや保護者を救うことができます。虐待現場を発見した場合だけでなく、「様子がおかしい」「虐待かも」と思ったら、すぐに相談してください。

子どもの様子

- ・泣き叫ぶ声がいつも聞こえる
- ・不自然な傷や打撲の痕がある
- ・衣類や体がいつも汚れている
- ・夜遅くまで一人で家の外にいる など

保護者の様子

- ・怒鳴り声がいつも聞こえる
- ・地域と交流が少なく孤立している
- ・子育てに拒否的・無関心である
- ・子育てに強い不安や悩みを抱えている など



広げよう 子どもの気持ち を考えた子育て

11月は「児童虐待防止推進月間」「新潟市子どもの権利推進月間」です。子どもが健やかに成長できるよう、この機会に子どもとの関わり方について考えてみませんか。また、虐待を防ぐには周囲の支えが必要です。みんなで子育て世帯を見守りましょう。

☎子ども政策課(☎025-226-1195)



子どもにこんなことしていませんか?



言葉で注意しても言うことを聞かないので、頭をたたいた

「お前なんて生まれてこなければよかった」など、子どもの存在を否定するようなことを言った

宿題をしなかったので、食事を与えなかった

専門家に聞きました

NPO法人 子ども・人権ネットワーク CAP・にいがた 事務局長 太田 美津子 さん

虐待は体罰だけではない

児童虐待は、主に4つの種類に分類されます。殴る、蹴るなどの暴力的な行為を思い浮かべると、体罰に聞こえますが、子どもの前で暴言を伴う夫婦げんかをするなど、子どもの心を傷つける行為なども虐待に当たります。

虐待による影響

虐待は、暴力を受けたことや食事を与えられなかったことによる成長不全などの身体的影響、学校に通えず十分な学力が得られないなどの知的発達面への影響、幼少期の心理的トラウマで人間関係の構築が難しくなるなどの心理的影響を子どもに及ぼします。中でも、心への影響は特に深刻です。虐待を受けている子どもは暴力や暴言によるコミュニケーションが知らない場合が多く、友達などにも同じような接し方をしたり、この人は信頼できる人なのかという不安からわざと大人を怒らせる行動をしたりします。また、親を愛する気持ちから「自分が悪いからたがわれるんだ」と考えてしまったり、自己肯定感が低い場合が多いです。

しつけと体罰は違う

「何度言っても言うことを聞かないから、つい手が出てしまふ」「自分もたたかれて育ったなど、子どもへの暴力を「しつけ」として正当化する人もいます。しかし、子どもの体に苦痛を引き起こし意図的に不快感をもたらす行為は、どんなに軽いものでも体罰に該当し、法律で禁止されています。また、体罰以外の虐待も子どもの人権を侵害するものであり、どのような理由があっても決して許されるものではありません。

ストレスを抱え込まないで

子育てにストレスは付きものです。時には自分の時間を作ってリフレッシュしましょう。イライラしたときは「深呼吸をする」「ゆっくり6秒数える」など、自分に合った落ち着いた着き方を見つけることもストレスと上手に付き合っていくコツです。悩みがあるときは、周囲の人や窓口相談してください。解決方法が見つかるかもしれません。心の負担が軽くなる子どもとしっかり向き合うことができ、子どもの健やかな成長につながると思います。

虐待の種類

- ネグレクト(育児放棄)**: 衣・食・住の世話が極端に不適切、健康への配慮を怠る、同居人や家族による虐待を放置する、子どもの意思に反して登校させないなど
- 性的虐待**: 子どもへの性交や性的行為、子どもの性器を触る、子どもに性器を触らせる、性交を見せる、わいせつな画像の被写体にするなど
- 心理的虐待**: 言葉で脅す、無視する、拒否的な態度を取る、ほかのきょうだいと差別的な扱いをする、目の前で暴言を伴う夫婦げんかをするなど
- 身体的虐待**: 殴る、蹴る、たたく、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、異物を飲ませる、家の外に閉め出す、意図的に病気にさせるなど

市政



G7新潟財務大臣・中央銀行総裁会議 ボランティアを募集

- 募集人数 50人程度
- 活動期間 来年5月11日(木)～13日(土)

●活動内容 朱鷺メッセや新潟駅などでの各国代表団の歓送迎、観光・食・文化のアピール、ほか

●応募資格 次の全てに該当する人

①TOEICスコア470点以上または同程度の語学力があり、英語で新潟の情報(観光、食、文化など)を提供できる

②期間中、1日単位で活動できる

③来年2～4月の土・日曜に実施する研修(2回程度)に参加できる

■12月9日(金)までに新潟市ホームページから申し込み、または所定の応募用紙を同会議開催推進協議会事務局(2023年G7サミット推進課内☎025-226-2158)へ
※応募用紙は新潟市ホームページに掲載。同事務局(市役所ふるまち庁舎)、区役所でも配布



G20新潟農業大臣会合開催時の様子(2019年)



スマートフォンはこちらから

同会議関連イベントなど 実施団体に助成

●対象団体 県内に活動拠点のある法人格を有する団体、ほか

●対象事業 来年2月1日～5月13日に「財務・金融」または「新潟の魅力」などをテーマに行うもので、県民が参加でき、同会議の開催を盛り上げる事業

●助成率 対象経費の2分の1以内(上限100万円)

■12月21日(水)までに所定の申請書と必要書類を同事務局へ ※申請書は新潟市ホームページに掲載。同事務局でも配布



スマートフォンはこちらから

市政



5日に開会 12月議会定例会

スマートフォンはこちらから



提案される議案は、一般会計補正予算や条例の改正などです。

●会期 12月5日(月)～23日(金)

■問 議会事務局議事課(☎025-226-3395)

福祉



物価高騰に対応 暮らしを支える給付金を支給

光熱費などの物価高騰や灯油購入費などへの支援のため、給付金を支給します。

※詳しくは新潟市ホームページに掲載

●支給額(1世帯) 電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金…5万円▷物価高騰対策支援金…1万5千円

■申 来年1月31日(火)までに所定の申請書を物価高騰対策支援金センター(☎025-247-8330)へ



スマートフォンはこちらから

支給対象	申請書入手方法
令和4年9月30日時点で新潟市に住民票がある、令和4年度の住民税非課税世帯	11/25までに各世帯へ順次発送
物価高騰の影響で令和4年1月以降の収入が住民税非課税世帯と同水準となった世帯	新潟市ホームページに掲載。区役所、出張所でも配布



中原ハーマン市長が行く

八区魅力発見⑱ ～西区編～

近距離で地域の魅力を再発見する「マイクロツーリズム」が注目を集めています。今回は西区を訪れました。

今回の見どころは？

——北国街道の宿場町として栄えた赤塚地区を訪れました。まず、ラムサール条約湿地の佐潟で潟の成り立ちや保全活動などの説明を聞き、潟舟で潟へと繰り出しました。水鳥の生息地として重要で、多くの人に支えられていると改めて知りました。

ほかにはどこを訪れましたか？

——「赤塚・佐潟歴史ガイド」の飯田哲男会長から地域の歴史や文化遺産についてのお話を聞いた後、同会の安澤勝男さんの案内でまち歩きを行いました。平安時代からの歴史を持つ赤塚神社では、地元の方が詠んだ俳句の奉納額を拝見しました。赤塚が豊かで文化が栄えた地域であったことがうかがい知ることができました。

最後に訪れた国の登録有形文化財「中原邸」では、ご当主の中原堯之さんから歴史ある邸内を案内していただきました。数多くのふすま絵や、明治天皇が北陸訪問の折に昼食を取った「上段の間」などを拝見し、明治時代にタイムスリップしたような、ワクワクする時間を過ごしました。

赤塚地区はこのほかにも数多くの見どころがあり、まち歩きにはぴったりです。ぜひお出かけください。



▲潟舟の船頭は「佐潟と歩む赤塚の会」の太田和宏さん。同会代表の涌井晴之さんのお話を聞きながらゆったりと潟を巡りました



▲大正13年、当時皇太子だった昭和天皇の成婚時に奉納された額。このほかにも俳句の奉納額があります



▲中原邸。左から太田さん、安澤さん、中原市長、中原堯之さんと妻の恭子さん。毎年春と秋に一般公開されています

新潟市広報課 Facebookで動画を公開中

中原市長が西区の魅力を体験した様子を動画で公開しています。過去に各区を訪れた時の様子も見るすることができます。

スマートフォンはこちらから



新型コロナウイルス感染症対策 No.36

感染拡大への備えを

これからの時季、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時流行する可能性があるといわれています。基本的な感染対策を徹底し、体調不良時への備えをしましょう。

■問 保健管理課(☎025-212-8194)

基本的な感染対策

状況に応じたマスクの着用

小まめな手洗い

3密の回避

- ×密接
- ×密集
- ×密閉

換気

体調不良時への備え

抗原定性検査キットや解熱鎮痛薬、1週間分の食料品や日用品を準備しておきましょう。備蓄品を購入するときは特定の店舗で買い占めず、インターネット通販などを活用しましょう。

「コロナ禍」でも「がん検診」は重要です。早期発見の機会を逃さないよう、

連載 新潟市への進出企業を紹介
ニイガタで始める。⑤

株式会社イーダ(本社：東京都)
新潟支社長
石川 翔太さん

企業誘致課(☎025-226-1689)



▲「新潟に来て驚いたのは、雪が少ないことと、野菜のおいしさ」と石川さん。「地元を大切に思っている人が多いのも魅力です」

人柄の良さを感じて新潟進出

同社は、新たな産業の創出と既存産業の成長支援のコンサルティングを企業向けに行っています。「新しい土地で業務を行うときに大切なのは、つないでくれる『人』だと思っています。新潟への進出を決めたのも、窓口になってくれた行政の担当者との縁でした」と石川さん。「本社事務の一部を行う拠点としてのスタートでしたが、新潟の持つ可能性に引かれ、現在は自治体と企業を結びつけて地域課題の解決や新規事業につなげる取り組みも行っています。ビジネスをする中で、新潟の人の情や恩の厚さを感じます」

新潟を全国のモデルケースに

石川さんは東京都出身。現在、初めて東京以外での生活を送っています。「東京にいた頃と比べると、より積極的に時間の過ごし方を考えるようになりました。自然が身近にあるのは、とても魅力的です。ゴルフやスノーボードも本格的に始めました」
石川さんの目標は、地域固有の資源・魅力を生かし、新たな価値を創出して地域の活性化につなげること。「『新潟モデル』として全国に広がり、各地の魅力が残る続けるようになれば」と語ってくれました。



同支社所在地 中央区笹口1
同支社設立 2020年11月
同支社従業員数 5人(今年10月時点)

新連載 開催まで6カ月 新潟財務大臣・中央銀行総裁会議

もっと知りたい! G7

2023年5月11日~13日開催



2023年G7サミット推進課(☎025-226-2156)

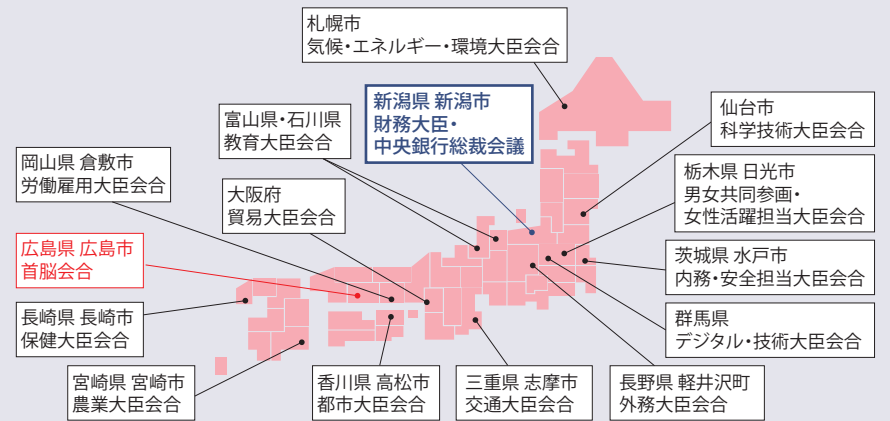
どうして新潟市で開催されるの?

閣僚会合の誘致を表明した自治体の中で、過去4回のハイレベル国際会議開催経験をはじめ、会場、宿泊、警備などが総合的に評価されました。

同会議は関係閣僚会合の中でも注目度が高く、国内外のメディア関係者など多くの来訪者が見込まれます。会議の成功に向けて取り組みを進め、みなとまち文化や国際拠点都市としての新潟を世界に発信していきます。

ほかの会合はどこで行われるの?

首脳会合のほか、14の関係閣僚会合が全国各地で開催されます。



冬の新潟を彩る
イルミネーション

※画像は過去の様子を含む

市内のイルミネーション情報は新潟市公式観光情報サイト「旅のしおり」=右=にも掲載しています。



1 新潟駅南口・けやき通り
NIIGATA光のページェント
日 12月2日(金)~来年1月31日(火)17時~翌0時半 ※12月22日(木)20時~22時を除く
問 観光政策課(☎025-226-2608)

■クラウドファンディングを実施中
集めた資金は電球購入費や電気工事費、電気料金の一部として使用します。
日 12月30日(金)23時まで
※申し込み方法など詳しくは専用サイト=右=に掲載
問 同イベント実行委員会(☎025-282-7108)

2 いくとびあ食花(中央区清五郎)
WINTER ILLUMINATION
日 来年1月9日(祝)まで17時~20時 ※12月は21時まで。12月31日(土)、1月1日(祝)休館
¥ 一般500円、小・中学生300円
問 同施設(☎025-282-4181)

3 朱鷺メッセ信濃川沿いロングプロムナード
万代島光の航路 1マイルVoyage
日 来年1月9日(祝)まで16時~22時
問 港湾空港課(☎025-226-2739)

4 白山公園空中庭園(中央区一番堀通町)
イルミネーション
日 12月25日(日)まで16時~22時
問 同公園駐車場(☎025-225-3021)

5 北区文化会館(北区東栄町1)
ウインターイルミネーション
日 12月1日(木)~来年2月28日(火)17時~22時
問 同館(☎025-388-6900)

6 マリンピア日本海(中央区西船見町)
クリスマスツリー展示
日 12月28日(水)まで9時~17時
¥ 一般1,500円、小・中学生600円、4歳以上200円
問 同施設(☎025-222-7500)

定期的に検診を受けましょう。 問 健康増進課(☎025・212・8162)



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

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11月10日時点のものです

お知らせ

12/1は世界エイズデー 匿名・無料の検査を実施

日 12月10日(土) 12時半~16時半
場 新潟日報メディアシップ(中央区万代3) 定先着32人
申 11月25日(金)から電話で市エイズ相談専用電話(☎025-212-8120)

松くい虫による被害に注意 所有する松に対策を

松くい虫による松枯れは治療方法がなく、予防が大切です。11~3月の薬剤の樹幹注入や6月初旬の薬剤散布などの対策が効果的です。松が赤く変色し枯死してしまった場合は造園業者などに相談し、5月末までに処分して被害が拡散しないようにしてください。

問 みどりの政策課(☎025-226-3065)

訪問ベビーマッサージ 利用者を募集

日 来年1月31日(火)までの指定する1日
対 生後2~12カ月の子
いる世帯 定先着15組 ¥3,000円
※申し込み方法など詳しくはChildhappyLife事務局HPに掲載

問 こども政策課(☎025-226-1193)

学生向け合同就職面接フェア

県内の企業60社以上が参加する合同就職面接会、就職相談、ほか
日 11月28日(月) 13時~16時
場 朱鷺メッセ(中央区万代島)
対 来年3月に大学院、大学、短期大学、専門学校などを卒業予定または令和2年3月以降に卒業した人
問 雇用・新潟暮らし推進課(☎025-226-1642)

若年無業者向け仕事説明会

日 11月29日(火) 14時~15時半
対 15~49歳で仕事に就いていない人 定先着10人 ※オンライン参加可(定先着50人) 申 11月24日(木) 10時から電話で新潟地域若者サポートステーション(☎025-255-0099)
問 雇用・新潟暮らし推進課(☎025-226-2149)

生活のしづらさなどについての調査に協力を

在宅の障がい児・者などを対象に調査を実施します。対象世帯には11月下旬にお知らせを送付します。協力をお願いします。
問 障がい福祉課(☎025-226-1239、FAX 025-223-1500)

にいがた市民文学 入賞・入選作品を決定

作品集「にいがた市民文学」は11月23日(祝)から市内書店で販売します(¥1,500円)。
※11月23日13時45分~16時半は新潟市民プラザ(NEXT21・6階)でも販売。入賞者名、販売店など詳しくは市HPに掲載

問 文化政策課(☎025-226-2631)

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。

相談

動物愛護センター(中央区清五郎) 犬の飼育方相談会

日 12月6日(火) 13時~15時
定先着6組(1組2人まで) ※1組15分。犬の同伴可

申 11月24日(木) 10時から電話で同センター(☎025-288-0017)

里親に関心がある人向け 12月の制度説明会

申 12月7日(水)までに電話で児童相談所(☎025-230-7777)
児童相談所(中央区川岸町1)
日 9日(金) 14時~15時半
黒埼地区公民館(西区鳥原)
日 13日(火) 14時~15時半

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 12月13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(1組30分)
申 11月24日(木)から電話で同課(☎025-226-2845)

行政苦情審査会委員による 市政に関する苦情の相談

日 12月14日(水) 13時~15時半
場 同審査会室(市役所本館)

定先着2人(1人1時間)

申 11月24日(木)から電話で同審査会事務局(広聴相談課内)☎025-226-2098)

心の悩みや不安 こ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

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
精神科医による相談(①どなたでも②55歳以上③思春期青年期)
日 ①木曜 9時~11時半 ②第4木曜 13時半~16時 ③偶数月第2木曜 13時半~16時

酒・薬物・ギャンブルなど依存症相談

日 月~金曜 9時~16時半
臨床心理士による相談
日 12月23日(金) 17時半~20時半

早期発見のため 肺がん検診を受診しましょう

今年度の肺がん健診は来年2月で終了します。職場などで受診の機会のない40歳以上の人は、この機会に受診しましょう。料金は無料です。

問 健康増進課(☎025-212-8162)

会場	期日	受付開始日
新潟県保健衛生センター成人病検診センター(中央区川岸町2) 時 14時~16時 定 各日先着40人 申 各受付開始日の9時から同センター(☎025-267-6328)	来年1/10~31の月・火曜	12/1(木)
	来年2/6~28の月・火曜	来年1/5(木)
新潟県労働衛生医学協会新潟成人病検診センター(秋葉区程島) 時 14時~15時 定 各日先着20人 申 各受付開始日の9時から同協会(☎025-370-1961)	来年1/13~31の火・金曜	12/1(木)
	来年2/3~28の火・金曜	来年1/10(火)

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
NST 八千代コースター 11/26(土)10:25~
UX 知ってク!新潟 毎週土曜 11:58~
TeNY いきいき新潟 毎月第1・3土曜 9:25~
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 7:47~ AM 1116KHz FM 92.7MHz
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角田山 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
市長記者会見

主菜・主菜・副菜を揃えて食べよう

フレイル予防 応援レシピ



食推さんおすすめ

ミックスビーンズのたんぱく質が加わることで、栄養バランスがさらに良くなります。

■作り方

- ①ニンジン、ジャガ芋、玉ネギ、ブロックベーコンは1cm角に切る。キャベツは一口大に切る。ニンニクはみじん切りにする。
- ②鍋にオリーブオイルを入れてニンニクを弱火で炒め、さらに玉ネギとベーコンを入れる。玉ネギがしんなりしてきたらニンジンとジャガ芋を入れ、軽く炒める。
- ③②に塩とトマト缶を入れ、混ぜ合わせる。
- ④③にキャベツ、ミックスビーンズ、ローリエ、水を混ぜ入れ、様子を見ながら20分煮込む。
- ⑤ジャガ芋が柔らかくなったら皿に盛り付け、パセリをかける。

問 健康増進課(☎025-212-8166)

⑯ 貝だくさんミネストローネ 副菜

栄養価(1人分)
エネルギー: 219kcal
たんぱく質: 7.4g 塩分: 1.0g



材料(2人分)

ニンジン	1/2本
ジャガ芋	1/2個
玉ネギ	1/4個
ブロックベーコン	40g
キャベツ	1/12個
ニンニク	1/2片
オリーブオイル	大さじ1/2
塩	ひとつまみ
カットトマト缶(食塩無添加)	1/2缶
ミックスビーンズ	50g
ローリエ	1/2枚
水	150ml
乾燥パセリ	適量

若者支援センター「オール」 (中央区東万代町)

悩みを解決する相談窓口や居場所、自信を育てる講座やイベントを紹介
日 月～金曜 9時～17時
対新潟市在住・在勤・在学の15～39歳の人とその家族 ※要予約
相談・予約電話 ☎025-247-6777

趣味・講座

動画を配信 保護者のための就活応援講座

就職活動の実態・方法を知り、子どもへのサポートについて考える
配信期間 12月1日(木)10時～来年1

月23日(月)18時 対 大学・短大生などの保護者
¥無料 申 1月20日(金)17時まで専用フォーム=右上=から申し込み 問 雇用・新潟暮らし推進課(☎025-226-1642)



うららこすど(秋葉区小須戸) たくあん作り教室

日 12月7日(水)10時、13時
※各2時間
定 各回先着18人
¥2,000円
申 11月24日(木)9時から電話で同施設(☎0250-38-5430)



マリニピア日本海(中央区西船見町) いきもの教室「鳴き声に注目」

日 12月10日(土)13時半～15時半
対 小学生以上 定 20人 ¥500円
申 11月29日火曜(必着)までに、はがきに基本事項、参加者全員の年齢を記載し、〒951-8555(住所不要)、同施設(☎025-222-7500)へ ※当選者のみ12月1日に案内を発送

こども創作活動館の講座 (東区牡丹山1)

時 10時～12時
対 5歳～小学生(小学2年生以下は保護者同伴)
定 各10人 申 11月27日(日)までに電話で同館(☎025-279-2113)
紙粘土でお菓子の家作り 日 12月11日(日) ¥200円
やきもの教室 日 12月18日、来年1月15日(日曜全2回) ¥500円



木の実でクリスマスキャンドル スタンド作り

日 12月11日(日)14時～15時半
場 歴史博物館みなとぴあ(中央区柳島町2) 定 先着10人 ¥200円
申 11月23日(祝)からメール(museum@nchm.jp)で基本事項を同館(☎025-225-6111)へ

余り布で鍋つかみ作り

日 12月15日(木)13時～14時半
場 田舟の里(江南区亀田)
対 18歳以上 定 先着6人 ¥300円
申 11月23日(祝)9時から電話でエコープラザ(☎025-270-3009)

講座「成年後見制度」

日 12月16日(金)10時～11時半
場 巻地区公民館(西蒲区巻甲)
定 先着50人 ¥無料

申 11月24日(木)9時から電話で消費生活センター(☎025-228-8102)

アグリパーク(南区東笠巻新田) 12月の講座

定 各先着8組 ¥各3,000円
申 11月24日(木)9時から電話で同施設(☎025-378-3109)
※小学生以下は保護者同伴
冬野菜の収穫とピザ・スムージー作り 日 17日(土)・18日(日)10時半～13時 ※1組6人まで
クリスマスカップケーキ作り 日 24日(土)・25日(日)10時～13時 ※1組4人まで

ゆいぽーと(中央区二葉町2) 飛び出すカード作り

日 12月18日(日)9時半～12時
対 小・中学生と保護者
定 10組 ¥1人500円
申 11月28日(月)までに電話で同施設(☎025-201-7530)

鳥屋野総合体育館 (中央区神道寺南2) 健康倶楽部

日 12月20日～来年3月28日(火曜全12回)13時半～15時半
対 60歳以上 定 先着8人
¥15,000円(別途要入館料)
申 11月24日(木)14時から電話で同館(☎025-241-4600)

食品加工支援センター (南区東笠巻新田) 来年1月の講座

時 13時～16時 定 各8人
¥各2,000円
申 開催日の7日前までに電話で同センター(☎025-378-2158)
フルーツ練り込み餅つき 日 10日(火)
こうじ作り 日 17日(火)
みそ仕込み 日 20日(金)
フルーツソース作り 日 28日(土)

毎年1万羽以上が飛来 ハクチョウを見に行こう

新潟市の鳥「ハクチョウ」が、越冬のためシベリアから飛来しています。ハクチョウのような大型の野生生物が私たちの暮らしているすぐ近くにいるのは、全国的にも珍しい光景です。

ハクチョウのことをよりよく知って、観察をしてみませんか。

問 環境政策課(☎025-226-1359)

ハクチョウってどんな鳥?



見た目
・くちばしは黒と黄色
・体は白色、足は黒色で大きな水かきがある(幼鳥の体は灰色)

体長・体重
コハクチョウ
…約120cm、5～7kg
オオハクチョウ
…約140cm、8～12kg

新潟市内で観察できる時期
・飛来のピークは11月中旬～12月中旬
・3月ごろまで観察できる

お薦め観察スポット

朝・夕方 主なねぐらとなっている福島潟、鳥屋野潟、佐潟での観察がお勧めです。
昼 潟などに近い郊外の田んぼなどでは、餌を食べたり昼寝をしたりしているところを観察できます。



あなたはいくつ知っている? ハクチョウの豆知識

- 新潟市に飛来するハクチョウは、オオハクチョウとコハクチョウの2種類
- 新潟市はコハクチョウの越冬数が全国で最も多く、毎年1万羽以上が飛来
- ハクチョウは一度カップルが成立すると、生涯を添い遂げる
- ハクチョウが飛び立つには数十メートルの助走が必要
- 餌を食べているとき、必ず首を伸ばして見張りをしているハクチョウがいる



ハクチョウガイドブック

新潟市に飛来するハクチョウの情報を掲載しています。同ガイドブックは市HP=右=から閲覧できます。

スマートフォンはこちらから



福島潟冬鳥観察ウォーキング

日 11月27日、12月4日(日)6時45分～8時
集 解蔵の宿「菱風荘」(北区前新田)
定 各日先着15人 ¥無料
申 11月23日(祝)10時から電話で同施設(☎025-388-5314)



ジュニアスキー教室

来年1~3月(土・日曜全5回) 須原スキー場(魚沼市)、三川温泉スキー場(阿賀町) 対小学生 定先着30人 ¥38,500円 申11月23日(祝)9時からメール(shioda@dolanet.com)で基本事項を市スキー協会事務局・塩田へ ※11月24日(木)19時から鳥屋野総合体育館で行う説明会への参加が必要 問市スポーツ協会(☎025-266-8250)



来年1・2月開催 ゆりかご学級

親としてのあり方などをテーマに子育てについて学ぶ ※全4回 時10時~12時 場豊栄地区公民館(☎025-387-2014)、中地区公民館(☎025-250-2910)、クロスパルにいがた(☎025-224-2088)、亀田地区公民館(☎025-382-3703)、白根地区公民館(☎025-372-5533)、小針青山公民館(☎025-230-1071) 対令和4年7~9月生まれの子の保護者 ¥無料 申12月12日(月)までに市HPから申し込み ※保育あり。日程、定員など詳しくは市HPに掲載 問各会場

西川総合体育館(西蒲区善光寺) 1~3月のスクール

申11月23日(祝)9時から電話で同館(☎0256-78-7258) ※各1時間 1 フィットネスヨガ 日曜13時15分 2 ジャイロキネシス 日曜20時15分 3 ファイティングエアロ 火曜20時15分 4 赤ちゃんと産後ママのエクササイズ 水曜10時45分

- 初めての太極拳 水曜13時15分
6 体幹とコーディネーショントレーニング 水曜17時45分
7 スタビライゼーション 水曜20時15分
8 初級卓球 木曜13時15分
9 エアロとタオルストレッチ 木曜10時45分
10 体リセット体操 木曜13時15分、20時15分
11 いすで足腰元気体操 金曜13時15分
▶ 対中学生を除く15歳以上(4 生後3~12カ月の子と母親(6 小学3年~中学生(11 65歳以上) 定各25人(2 20人(4 20組(8 12人(11 15人) ※各先着 ¥各520円(8 650円) ◀

ペアレント・トレーニング 幼児期・入門編 オンライン講座

褒めることを基本とした子どもの行動への対応を学ぶ 日来年2月4日(土)10時~11時半 定先着80人 ¥無料 申12月1日(木)9時から市HPで申し込み 問児童発達支援センター(☎025-247-6532)

冬のスポーツ教室 14施設で開催

各種スポーツのほか、約300教室を用意しています。 ※申し込み方法など詳しくは市開発公社HP=右上=に掲載 問同公社スポーツプロモーション課(☎025-265-6735)



催し物

- 子育て応援ひろば(中央区西堀前通6) 12月の催し ¥無料 申11月23日(祝)9時から電話で同施設(☎025-226-7730)
1 人形劇 日1日(木)
2 親子パレエ 日11日(日)
3 クリスマス飾り作り 日13日(火)

健康寿命の延伸

知って役立つ 保健だより39

お口の健康のために 「健口体操」をしよう

口の動きがよくなると、発音がはっきりする、表情が豊かになる、食べこぼしが減る、食べ物を飲み込みやすくなるなどの効果があります。

食事の前や休憩時間などに、お口の体操をしてみませんか。

問健康増進課(☎025-212-8157)

唇の体操

- 1 口をすばめて「ウー」 2 口を横に広げて「イー」 ※1,2を数回繰り返す

頬の体操

- 3 左と右の頬を片方ずつ膨らませる 4 両方の頬を膨らませ、すぼめる ※3,4を数回繰り返す



舌の体操

- 5 舌を左の頬の内側に強く押し付ける 6 舌の先を頬の外側から指で押さえる 7 指に抵抗するように、舌を頬の内側にゆっくり押し付ける(10回) ※右頬も同様に5~7を行う

- 4 ベビー&ママヨガ 日15日(木)
5 ミュージックケア 日25日(日)
6 歌と手遊びと体操 日27日(火)
▶ 時10時半(2,5 14時) ※各30分 対小学3年生以下(4 0歳児) ※就学前児は保護者同伴。2 は3歳~小学3年生の親子 定各7組(1 8組 2 5組 4 6組) ※各先着 ◀

エコプラザ(東区下木戸3) 12月の催し

問同施設(☎025-270-3009) リサイクル品展示提供 日3日(土)~15日(木)9時~17時 ※月曜除く。新潟市在住の小学生以上1人1点 抽選日時18日(日)14時から おもちゃ病院 日17日(土)13時半~15時半 ¥無料

12月の講座

申11月23日(祝)9時から電話で同施設
1 包丁研ぎ 日3日(土)9時半~11時半(30分ごとに実施)
2 余り布でウサギの貼り絵作り 日7日(水)9時半~11時
3 余り布でミニショルダーバッグ作り 日9日(金)9時半、13時 ※各1時間半
4 段ボールでミニ門松作り 日11日(日)9時半~11時
5 余り布でネックレス作り 日16日(金)13時~16時
▶ 対18歳以上 ※4 は5歳以上の親子(2人1組) 定各回先着6人(4 先着6組) ¥各300円(1 100円) ◀

申し込み不要

おでかけナビ

申し込みなしで参加・観覧できる催しを紹介します。 ※障がい者などは入館料が免除される場合あり。詳しくは施設へ要問い合わせ

マリニピア日本海

中央区西船見町 ☎025-222-7500

企画展示「クマノミ」

日11月27日(日)まで9時~17時 ¥一般1,500円、小・中学生600円、4歳以上200円



オリジナルカレンダープレゼント

日きょう20日から 定先着1,200組 ※同施設受付で配布

市児童センター

中央区東万代町 ☎025-246-7715

- 対小学生以下(就学前児は保護者同伴) ¥無料
● カプラ®ブロック 日12月4日(日)13時~14時
● 折り紙 日12月10日(土)14時~15時

こども創造センター

中央区清五郎 ☎025-281-3715

親子いす座禅会

日12月11日(日)14時、同40分 ※各30分 対5歳~小学生と保護者 定各回先着10組 ¥無料

アグリパーク

南区東笠巻新田 ☎025-378-3109

※小学生以下は保護者同伴

- ヤギ・羊の餌やり体験 日12月28日(水)まで10時~12時50分、14時半~15時50分 ¥牧草100円、野菜200円
● クリスマス工作 日12月の日曜10時~11時半、14時半~15時半 ¥600円



アクアパークにいがた

西区笠木 ☎025-264-6400

- おもちゃ病院 日11月27日(日)10時~14時 ¥入館料 ※精密電子機器は不可。要部品代実費

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

- 絵本読み聞かせ 日12月8日・22日(木)11時~同30分 対小学3年生以下(就学前児は保護者同伴) ¥無料

マンガの家

中央区古町通6 ☎025-201-8923

- クリスマスカードと年賀状イラスト作り 日12月10日~18日の土・日曜14時~15時半 ¥無料

動物ふれあいセンター

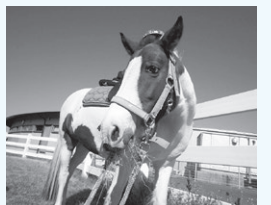
中央区清五郎 ☎025-283-1192

●ポニー乗馬体験

日11月27日(日)14時半~16時 対3歳~小学生 定先着100人 ¥無料

●キーホルダー作り

日12月17日(土)・18日(日)9時半~16時半 ¥300~500円(種類により異なる)



そのほかの催し

●「安吾の捕物帖」展

日12月18日(日)まで10時~16時 ※月・火曜休館 場安吾 風の館(中央区西大畑町) ¥無料 問文化政策課(☎025-226-2631)

●人権イラスト展

市内の小学4年生が描いた入賞作品を展示 日場11月25日(金)~12月1日(木) 巻地区公民館(西蒲区巻甲)▷12月6日(火)~18日(日) 東区役所 ¥無料 問広聴相談課(☎025-226-1016)

●HAPPYそらフェスタ クリスマスマーケット

飲食・物販ブース、ステージイベント、フライトシミュレーター、ほか 日12月3日(土)・4日(日)10時~16時 場新潟空港(東区松浜町) ¥入場無料 問港湾空港課(☎025-226-2743)

市児童センター(中央区東万代町) 12月の催し

- ¥無料
- 同センター (☎025-246-7715)
- 1クリスマス会 日7日(水)
- 2クリスマスソングでリズム遊び 日14日(水)
- 3ベビータッチング 日15日(木)
- 4将棋教室 日17日(土)
- 5セロハンでステンドグラス作り 日18日(日)
- 6おしゃべりサロン 日20日(火)
- 7クリスマスコンサート 日25日(日)
- ▶時 1 2 10時半~11時20分 3 10時半~12時 4 5 13時半~15時 6 10時半~11時 7 13時半~14時10分
- 対 1 1歳半~3歳の子と保護者 2 6 1歳半までの子と保護者 3 令和4年7~9月生まれの子と女性保護者 4 5 小学生 7 4歳~小学生(就学前児は保護者同伴) 定各先着10組 (3先着6組 4 10人 5先着8人 6先着5組 7先着25人) ¥無料 (3 300円) 申11月25日(金)13時から (4は12月4日日曜までに)電話で同センター



町) 定先着100人 ¥無料
申11月23日(祝)からメール(moegi.niigata@gmail.com)で基本事項を新潟県里親会へ
問児童相談所(☎025-230-7777)



砂丘館 ジャズライブ
日12月18日(日)15時、18時半
※各1時間半 出演 ファビオ ボッタツォ&タナカ・トシユキ
定各回先着15人 ※就学前児不可
¥一般2,700円、中学・高校生1,700円、小学生1,200円 申11月25日(金)9時から電話で同館(中央区西大畑町☎025-222-2676)



新春「高森いざや神楽」鑑賞
日来年1月9日(祝) ※各1時間
定各先着15人 ※中学生以下は保護者同伴 ¥1,000円(中学生以下無料) 申12月7日(水)9時から電話で各会場
問砂丘館(☎025-222-2676)
旧齋藤家別邸(中央区西大畑町☎025-210-8350) 時10時半 ※別途要入館料
砂丘館(中央区西大畑町) 時13時半

事業者向け
入札参加資格審査申請
物品・業務委託分を受け付け
令和5・6年度分の申請を受け付けます。

南区 男女共同参画講演会「女性のチカラ」

日12月10日(土)14時~15時半
場白根学習館(南区田中) 講師金子恵美(元衆議院議員)
定先着400人 ¥無料 申11月25日(金)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894) 問南区役所地域総務課(☎025-372-6605)



映画上映会「育ててくれて、ありがとう。」

里親子の絆を描く
日12月18日(日)14時~15時半
場内野まちづくりセンター(西区内野)

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

犯罪被害者等支援推進会議 日11月29日(火)
問市民生活課(☎025-226-1113)

男女共同参画推進センター運営委員会 日11月30日(水)
問同センター(☎025-246-7713)



スマートフォンはこちら

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11月25日(金)
問教育総務課(☎025-226-3149)

2農業委員会定例総会 日11月30日(水)
問農業委員会事務局(☎025-382-4964)



1 スマートフォンはこちら



2 スマートフォンはこちら

附属機関などの委員募集

最新の情報は市HPに掲載しています。
市HPから



スマートフォンはこちら

ご意見・ご提案(パブリックコメント)

パブリックコメントの手続きは、政策形成の透明性と公平性、市民の市政への参加機会の確保を目的に行われます。今後の募集予定は市HPに掲載しています。
市HPから

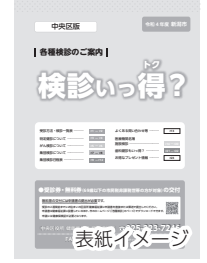


スマートフォンはこちら

受付期間12月1日(木)~来年1月31日(火) ※申請手続きなど詳しくは市HPに掲載
問契約課(☎025-226-2213)

広告掲載事業者を募集

各種検診案内冊子「検診いっ得」
発行時期来年3月下旬 発行部数約33万部
掲載枠6.5cm x 9.5cmから



申12月5日(月)までに所定の申込書を健康増進課(☎025-212-8162)へ ※募集要項、申込書は市HPに掲載
水道局検針票裏面 掲載期間来年4月から1年間 申12月5日(月)までに所定の申込書を水道局営業課(☎025-232-7326)へ ※申込書など詳しくは水道局HPに掲載
軽自動車税納税通知書用封筒 募集枠1枠 募集期間12月12日(月)まで ※詳しくは市HPに掲載
問市民税課(☎025-226-2251)

マイナンバーカード 出張申請受け付け会

カードは後日郵送で交付します。費用は無料です。
※新規申請に限る。代理申請不可。定員など詳しくは新潟市マイナンバーカード特設サイトに掲載
持ち物 本人確認書類2点(運転免許証や保険証など)、通知カード ※交付申請書、住基カードがある人は持参
問市民生活課(☎025-226-1013)



スマートフォンはこちら

会場	受付日時(12月)
新潟ふるさと村(西区山田)	17(土)・18(日)10:00~14:30
DEKKY401(中央区上近江4)	24(土)・25(日)10:00~14:30

マイナンバーカード未取得者に交付申請書を発送

同カードの普及促進のため、地方公共団体情報システム機構からカード未取得者へ、12月上旬までに順次交付申請書が発送されます。
※次のいずれかに該当する人は発送対象外 1 昨年10月31日時点で75歳以上 2 今年1月1日以降に生まれた、または国外から転入した 3 在留期間に定めのある外国人 4 DVなどの被害者として登録している



選べる申請方法

マイナンバーカードはさまざまな方法で申請できます。自宅に届く交付申請書を用意し、出張申請受け付け会のほか、次のいずれかの方法で申請してください。

スマートフォン
交付申請書に記載の二次元コードを読み取り、専用サイトから申請してください。顔写真はスマートフォンで撮影します。



郵便
交付申請書に必要事項を記載し顔写真を貼って、同封の返信用封筒に入れて投函してください。



市役所本館・区役所
市役所本館の臨時申請窓口や住んでいる区の区役所区民生活課(中央区は窓口サービス課)で、写真撮影や必要事項の入力など申請手続きを無料でお手伝いします。 ※北・東・江南・秋葉・南・西蒲区役所は事前に電話予約が必要



出張申請サービス
おおむね10人以上の申請が見込める法人・団体に市職員が出張し、その場で交付申請を受け付けます。
※申し込み方法や条件など詳しくは市HPに掲載

