

令和5年(2023年)

5月21日

# 中央区だより

第387号

にぎわう都心、豊かな自然、  
みなとまち文化が織りなす  
活気あふれる拠点のまち

区の人口 (住民基本台帳による)

人口…… 172,824人 (+204)  
男……… 81,911人 (+115)  
女……… 90,913人 (+89)  
世帯…… 89,461世帯 (+444)  
※令和5年4月末現在の住民基本台帳による。( )内は前月末比

中央区役所だより 発行:新潟市 中央区役所 地域課 〒951-8553 新潟市中央区西堀通6番町866番地 電話:025-223-7035

## スポーツ施設で 思いっきり体を動かそう!

1日中楽しめる

### 鳥屋野総合体育館(神道寺南2)



体育館や  
トレーニングルーム、  
武道館など  
設備が充実!

多数の  
スポーツ教室を  
実施

体育館

自分のペースで泳げるので  
体力づくりだけでなくスト  
レス解消にもなります!



利用者

プール



### おすすめ教室

#### おしえて水泳 1回限りの参加もOK

屋内プールの利用者を対象に、泳ぎのワンポイントレッスンをを行います。  
回 第1、第3月曜日(祝日および7・8月を除く) 午後1時30分~2時30分  
場 同体育館(☎241-4600)

#### ソフトエアロビクス 1回限りの参加もOK

「歩く」動作を中心に基本ステップを覚えながら運動します。  
回 5月22日・29日、6月5日・12日、7月3日(いずれも月曜) 午後1時20分~2時10分  
人 15歳以上の人60人  
料 1回700円  
場 同体育館(☎241-4600)

#### 施設概要

開館時間 午前9時~午後9時(日曜・祝日は午後5時まで)

#### 【プール】

月曜~土曜: 正午~午後9時  
(平日は7月24日(月)~8月31日(木)、土曜は7月15日(土)~8月26日(土)の期間は10時開館)  
日曜・祝日: 午前10時~午後5時

休館日 毎月第2木曜(屋内プールは毎週木曜)、12月29日(金)~令和6年1月3日(水)  
※開館時間、休館日は変更となる場合があります。詳しくはホームページ=右の二次元コード=を確認してください。  
場 同体育館(☎241-4600)



詳しくはこちら

球技をするならココ

### 鳥屋野運動公園野球場・球技場(女池南3)



日本野球聖地・  
名所150選に認定!  
過去には  
プロ野球も開催!



野球場

個人でも  
貸し切り可能!  
サッカーやラグビーを  
楽しめる!

本格的な野球場  
に気軽に行ける  
のが嬉しい!



利用者

球技場



### 注目イベント

#### 鳥屋野球技場感謝祭サッカー教室

アルビレックス新潟レディースの皆さんによるサッカー教室を行います。サッカーの楽しさを体験しませんか。  
回 6月4日(日) 午後1時~2時30分(正午開場) ※雨天中止  
内 サッカー教室、ミニゲーム、サイン会  
人 女性(小学生以下は男女)先着30人程度  
料 500円  
場 24日(水)から電話で同球技場(☎283-5855)へ



#### 施設概要

#### 【野球場】

開館時間 午前9時~午後5時(一部時間が異なる日があります)  
休館日 12月1日(金)~令和6年2月29日(木)  
※開館時間、休館日は変更となる場合があります。詳しくはホームページ=右の二次元コード=を確認してください。詳しくはこちら  
場 同野球場(☎283-1301)



#### 【球技場】

開館時間 午前9時~午後9時(一部時間が異なる日があります)  
休館日 12月29日(金)~令和6年1月3日(水)  
※開館時間、休館日は変更となる場合があります。詳しくはホームページ=右の二次元コード=を確認してください。詳しくはこちら  
場 同球技場(☎283-5855)



屋内でも熱中症になる危険があります。運動をするときは、涼しい服装で行いこまめに水分補給をしましょう。また、日頃からバランスのよい食事と十分な睡眠を心がけて正しく予防し、運動を楽しみましょう。

## 他の施設も 行ってみよう



回=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員 持=持ち物 料=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) 問=問い合わせ  
※電話番号は市外局番(025)を省略しています。