

# 健康・福祉ガイド

## 妊娠・出産・子育て

健康福祉課健康増進係 ☎25-5685

### 3月の子どもの健診、歯科健診など

健診案内は、対象者に個別に郵送しています。日時、会場、持ち物などは案内でご確認ください。案内が届かない場合や日程を確認したい場合は、お問い合わせください。

#### 【股(こ)関節検診】

対象 令和元年11月生まれ

#### 【1歳誕生歯科健診】

対象 平成31年3月生まれ

※図書館が別室で「ブックスタート」を実施します(絵本をプレゼント)

#### 【1歳6か月児健康診査】

対象 平成30年8月生まれ

#### 【3歳児健康診査】

対象 平成28年9月生まれ

## 妊婦歯科検診

日程 3月12日(木)

受付時間 午後1時~1時45分

会場 新津健康センター

対象 母子健康手帳の交付を受けた妊婦

内容 歯科検診、お口の個人相談

持ち物 母子健康手帳

## 育児相談 ※申し込み不要

日時 2月28日(金) ①午前9時半~11時 ②午後1時半~3時

会場 新津健康センター

持ち物 母子健康手帳

## 3月の離乳食講習会 ※要申し込み

### 【はじめての離乳食】

日時 3月25日(水)午後1時半~3時 (受付は午後1時15分から)

対象 生後5か月ごろの赤ちゃんの保育者

会場 新津健康センター

定員 先着25人

持ち物 母子健康手帳、バスタオル

申し込み 2月19日(水)から市役所 コールセンター☎025-243-4894

## 健康づくり

健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

## 成人の健康相談 ※要申し込み

日時 3月6日(金) ①午前9時~ ②9時45分~ ③10時半~ ④11時15分~

会場 新津健康センター

## 400ミリリットル献血にご協力

健康福祉課地域福祉担当 ☎25-5665

日程	時間	会場
2/25 (火)	午前9時半~11時半	地域振興局 新津庁舎
	午後1時半~3時半	新津医療センター病院
3/1 (日)	午前9時半~11時45分、午後1時~4時	原信 新津店

持ち物 献血カードまたは献血手帳  
※初めて献血する人は身分証明書が必要



# 高齢者健康塾

~フレイル予防講演会~ 笑う門には健康来る! 「笑いヨガ」体験

日時 3月19日(木)午後1時半~3時

会場 小須戸地区ふれあい会館 研修室

加齢により筋力や心身の活力が低下、健康と介護の中間の状態である「フレイル」は、予防や治療により健康な状態へ戻ることができます。

加齢による衰えの予防方法をみんなで学びませんか。

定員 先着45人

持ち物 内履き、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル、タオル、動きやすい服装(スカート不可)

申し込み 2月17日(月)~3月6日(金)に小須戸地区公民館☎25-5715



昨年の高齢者健康塾の様子(「笑いヨガ」体験)

## にいつ子育て支援センター

# 育ちの森

開館日 毎週月曜~金曜、土曜(午前のみ)  
開館時間 9:00~12:00、13:00~16:00  
※月曜午前・水曜午前・木曜午後…ベビー(1歳7カ月未まで)対象  
※火曜午後のみ3歳11カ月までの入園しているお子さんの利用可

☎21-4152 セミナー受付時間9:00~17:00  
ホームページ <http://www.sodatynomori.server-shared.com/>

## 「仕事復帰する前に情報交換しよう」サロン

日時 2/17(月) 10:20~

対象 1歳7カ月未までの子を持つ母親で、この春、仕事に復帰する人

## 「親子で学ぼう! 歯のこと」

日時 2/18(火)①9:30~②11:00~

内容 ①個別指導②歯のお話

定員 個別相談予約先着7組、当日受付7組  
※個別指導の予約は2/17(月)まで

## 臨床心理士 稲場健先生の

## 「絵本と相談タイム」

日時 2/19(水) 14:20~

対象 未就園の子と保護者

## 「小児科医 橋本武夫先生と話そう」サロン

日時 2/22(土) 10:20~

対象 未就園の子と保護者

## 森のひなまつり

日時 【フリー】2/25(火)・27(木)

【ベビー】2/26(水) 各日午前

※イベント開始時間は【フリー】11:00~、【ベビー】10:50~

## 「育ちの森へようこそベビー」

日時 3/2(月) 10:20~

対象 初めて育ちの森を利用する1歳7カ月未までの子と保護者

## 「ママと一緒にフラダンス」

日時 ①3/5(木) 14:10~

②3/26(木) 10:20~

対象 ①1歳7カ月未までの子とママ②未就園の子と保護者

## 「みんなで楽しくリトミック」

日時 3/6(金)・17(火) 11:10~

## 令和元年度 新潟市秋葉区社会福祉協議会

### 地域福祉実践報告会

# 「地域における支え合いのしくみづくり」について考える

日時 3月3日(火)

午後1時半~4時20分 (開場は午後1時)

会場 秋葉区文化会館

誰もが安心して住み慣れた地域で暮らし続けたいという願いを実現するため、区内で実践している地域福祉活動を学び、私たちに出来ることを考えていきましょう。参加無料です。

申し込み 秋葉区社会福祉協議会☎24-8376

第1部 午後1時35分~2時15分

基調講演 「望ましい地域社会」とは何だろうか?

講師 平川毅彦さん(新潟青陵大学福祉心理学部 学部長)

第2部 午後2時25分~4時15分

### 実践報告

- 金津地区社会福祉協議会(渡邊八重子さん、小林早苗さん)
- 新関地区社会福祉協議会(松田正志さん、松屋マサエさん)
- 美幸町町内会(内田研一さん、斎藤宗久さん)

コーディネーター 平川毅彦さん(新潟青陵大学福祉心理学部 学部長)

# お知らせ

日=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 問=問い合わせ

## 住まいの無料相談

日2月18日(火)午後1時半~4時  
場建築国保会館2階(中央区川岸町3)  
因住宅の新・増・改築、建築関連工事全般、業者の斡旋  
場新潟地域住宅相談協議会  
☎025-266-6650

## 第2回 秋葉区地域福祉計画・地域福祉活動計画推進委員会

傍聴を希望する人は、直接会場へお越しください。

日2月20日(木)午後1時半~3時半

場秋葉区役所4階 401会議室

傍聴人数 先着10人

場健康福祉課 地域福祉担当☎25-5665

## 美呼吸姿勢教室~ブリービクス~

健康への近道は「鼻呼吸」です!呼吸を正すことで姿勢・動作を調整するエクササイズ「ブリービクス」で、動きやすい体づくりをしてみませんか。

日2月20日、3月5日・12日・19日(木)

各日午前10時半~11時半

※開始10分前までに集合

場新津地区勤労青少年ホーム 和室

¥1回500円

持ち物 タオル、飲み物、ヨガマット

※ヨガマットは貸出し有(要予約)

場新津地域学園体育施設☎22-1060

## 第11回 秋葉区自治協議会

日2月28日(金)午後1時から

場小須戸まちづくりセンター3階

多目的ホール

傍聴人数 先着10人 ※申し込み不要

場地域総務課☎25-5672

## 認知症サポーター養成講座

認知症を理解し、認知症の方と出会った時にさりげない声掛けや支援ができるように基本的なことを学びます。

修了者にはオレンジリングをお渡しします。

日3月4日(水)午後1時半~3時

場新津健康センター3階 健康学習室

因先着20人

※すでに受講した方は参加できません

場2月28日(金)までに健康福祉課

高齢介護担当☎25-5679

## 発達障がいに関する講演会 「子どもの発達障がいについて」

発達障がいの特徴について分かりやすくお話しする講演会です。お気軽にご参加ください。

日3月6日(金)午後2時~3時半

場新津健康センター1階 はつらつホール

因先着80人

場2月28日(金)までに健康福祉課

児童福祉係☎25-5683

## B型肝炎特別措置法 電話相談・個別相談

集団予防接種でB型肝炎になった人とその家族を対象に、弁護士による無料相談を行います。

日3月7日(土)午前10時~正午

場全国B型肝炎訴訟新潟事務所

(中央区西堀通1)

因B型肝炎特別措置法に基づく給付金

支給手続きに関する相談

### 相談方法

・電話相談☎025-223-1130

・面談相談(要予約)

場同事務所☎025-223-1130