

# 健康・福祉ガイド

## 健康づくり

健康福祉課健康増進係 (☎25-5686)

## 骨粗しょう症予防相談会

※要申し込み

**日時** 9月13日(月)午前9時半～正午  
**会場** 新津地域交流センター  
**内容** 骨密度測定、食事の話  
**対象** 18歳以上の市民(骨粗しょう症で治療中の人は除く)  
**申し込み** 8月5日(木)から市役所コールセンター(☎025-243-4894)

## 笑顔健康クッキング ※要申し込み

開催日	会場	申し込み期間
9/16(木)	金津地区コミュニティセンター	8/4(水)～9/13(月)

**時間** 午前10時～正午  
 (受付は午前9時45分から)

**テーマ** 手軽に時短で糖を抑えよう(糖尿病予防)  
**内容** 講話、調理の実演  
**定員** 先着20人  
**持ち物** 筆記用具、上履き

## 成人の健康相談 ※要申し込み

**日時** 9月3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

## フレイルチェック ※要申し込み

開催日	会場	申し込み期間
9/8(水)	新津地域学園 研修室305	8/3(火)～9/1(水)

**時間** 午後1時半～3時半  
 (受付は午後1時15分から)  
**内容** 筋肉量の計測や生活状況のチェックなど  
**定員** 先着20人  
**持ち物** 動きやすい服装、運動靴、飲み物  
**申し込み** かえつメディカルフィットネスウオーム(☎21-2566) 平日午前9時半～午後5時

## 400ミリリットル献血にご協力を 健康福祉課地域福祉担当(☎25-5665)

日程	時間	会場
8/4(水)	午前9時半～11時半	竹井機器工業(株)

**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

## 各種検診案内

健康福祉課健康増進係 (☎25-5686)

## 肺がん(結核)検診日程 ※予約不要

検診日	時間	対象	会場
9/3(金)	午前9時～11時	男女	小須戸まちづくりセンター
	午後1時半～3時	男女	新津健康センター
9/7(火)	午前9時～11時	男女	小合地区コミュニティセンター
9/13(月)	午前9時～11時半	男女	新津地域交流センター
9/16(木)	午前9時～11時	男女	新津B&G海洋センター
	午後1時半～2時半	男女	北上公会堂
9/28(火)	午前9時～10時半	男女	新関コミュニティセンター

## 胃がん検診日程 ※要申し込み

検診日	時間※	会場	予約開始日
9/2(木)	①～⑤	小須戸まちづくりセンター	8/17(火)
9/22(水)	①～⑤	新津地域交流センター	8/24(火)
9/29(水)	①～⑤	荻川コミュニティセンター	8/24(火)

**申し込み** 新潟県労働衛生医学協会 ☎025-370-1800 平日午前9時～午後4時半

## 乳がんマンモグラフィ集団検診日程 ※要申し込み

検診日	時間※	会場	予約開始日
9/6(月)	②～⑨	新津健康センター	8/11(水)
9/30(木)	②～⑤	荻川コミュニティセンター	8/28(土)

**申し込み** 市役所コールセンター(☎025-243-4894) 午前8時～午後9時 年中無休

## ■共通事項

**時間※**  
 ①午前9時～9時半 ②午前9時半～10時  
 ③午前10時～10時半 ④午前10時半～11時  
 ⑤午前11時～11時半 ⑥午後1時半～2時  
 ⑦午後2時～2時半 ⑧午後2時半～3時  
 ⑨午後3時～3時半  
**持ち物** 受診券、健康保険証、上履き、靴袋、個人記録票(肺がん、胃がんのみ)、自己負担額(胃がん、乳がんのみ)、バスタオル(乳がんのみ)

# お知らせ

日=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員  
 円=参加費(記載のないものは無料)  
 申=申し込み 問=問い合わせ

## 里山ガイドで山の楽しみ方を広げませんか

里山ビジターセンターを拠点として、観光客や市民に秋葉丘陵の魅力伝える「里山ガイド」を募集します。  
 週1回土曜、日曜のいずれかにガイドとして活動できる人  
 住所、氏名、年齢、電話番号を産業振興課いきいき里山室へ(☎25-5687もしくはメールsangyo.a@city.niigata.lg.jp)

## こども勉強会 参加者募集

ボランティアの大学生が学校の宿題や受験勉強を指導します。  
 毎週日曜(祝日・年末年始除く) 午前9時半～正午  
 亀田西地区(詳細は参加決定時に連絡)  
 市・県民税の所得割が課税されていない世帯の小学5年生～中学生  
 江南区健康福祉課保護係に設置してある申込書に必要事項を記入し、同係へ(江南区役所1階 9番窓口)  
 ※年度内随時受付可。決定まで2週間程度かかります。  
 問同係(☎025-382-4313)

## 漏水調査にご理解とご協力を

水道管の漏水を早期に発見するため、道路上から水道メーター付近までの範囲を調査します。  
 期間中、「新潟市水道局委託調査員」の腕章をつけ、受託証明書と身分証明書を携行した調査員が宅地内に立ち入らせていただくことがあります。  
 なお、調査料金はかかりません。  
**調査期間** 8月17日(火)～11月30日(火)  
**調査区域** 大関、草水1～3丁目、小口、朝日、梅ノ木、金津、新栄町、中村、新津緑町、西島、西古津、東島、古津、程島  
 問水道局秋葉事業所 工務課 維持係(フリーダイヤル 0120-411-002、☎025-266-9311)

## 新津図書館シアター

8月24日(火)午後1時半から(開場午後1時)  
 新津図書館2階 研修室  
 高校生以上の人・先着40人(要予約)  
**上映作品** 「ヘレンケラーを知っていますか」(上映時間105分)  
 ※自宅で検温、マスクを着用ください  
 8月2日(月)～23日(月)までに同館(☎22-0097)

## 新津地区グリーンセンター 臨時休館

**休館期間** 8月13日(金)～15日(日)  
 問同センター管理委員会(☎24-1746)

## にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業の地域協力店を募集

新潟県では9月1日から稼働予定のウォーキングアプリ「にいがたヘルス&スポーツマイレージ」に地域協力店として協力いただけるお店を募集しています。  
 協力いただけるサービスや特典内容はお店独自に設定可能で、お店の情報発信、集客、健康づくりを応援するお店としてイメージアップを図ることができます。  
**申込期限** 8月13日(金)  
 問新潟県スポーツ課企画係(☎025-280-5626、メールngt030190@pref.niigata.lg.jp)  
 ※詳しくはこちらから→



## 自筆証書遺言書を法務局が保管します

皆さまが作成した「自筆証書遺言書」を、法務局で保管することができます。「家族に発見されない」「改ざんされる」などの問題が解消されます。また、家庭裁判所での検認や、公正証書遺言のような証人は不要です。  
 ご自身の財産をご家族に確実に託すため、自分で書いた遺言書を法務局に保管しませんか。  
 問新潟地方方法務局供託課(☎025-226-0956)、同局新津支局(☎22-0501)

## 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) **利用料** 100円  
**開館時間** 9:00～12:00、13:00～16:00  
**利用対象** 3歳以下のお子さんと保護者  
 ※月曜・水曜の午前と木曜・金曜の午後…ベビー(1歳7カ月まで)対象  
 ☎21-4152 セミナー受付時間9:00～17:00

利用定員を設けています。予約もできますが、空きがあれば当日入館可。  
 予約受付時間: 9:00～17:00(土曜午後、日曜祝日を除く)  
 空き状況はホームページでご確認ください。  
 8/13(金)、14(土)はメンテナンスのため休館となります。

## ママと一緒にフラダンス

**日時・対象** 8/19(木) 10:20～ 3歳以下の子と保護者  
 8/23(月) 10:20～ 1歳7カ月までの子と保護者  
**利用料** 100円  
**パパと遊ぼう** ※8/4(水)受付開始  
 パパと家でできるふれあい遊びをします  
**日時** 9/4(土) 10:20～  
**対象・定員** 6カ月以上の子と父親・先着4組、定員になり次第締め切り  
**利用料** 100円



## 新津B&G海洋センター 秋期スポーツ教室

8月6日(金)午前9時半申し込み開始(☎23-4800)

教室名	日時	対象・定員	参加費
やさしいリラックスヨガ 教室無料体験会	8/20(金) 午前10時半～11時半	18歳以上 先着40人	無料
やさしいリラックスヨガ教室	8/27～12/3の金曜		7,500円(全15回)

**持ち物** マスク、動きやすい服装、上履き、飲み物(ふたができるもの)、汗拭きタオル、ヨガマット(貸出し有)

詳しくはホームページ参照→



# 林家たい平 独演会

**日時** 11月21日(日) 午後1時開演(開場は午後0時半から)

**会場** 秋葉区文化会館

テレビやラジオはもとより、YouTube配信など幅広く活躍する落語家・林家たい平さんのエネルギーでサービス精神旺盛な落語を秋葉区でご堪能ください。

**チケット料金** 4,000円  
 ※全席指定・就学前児入場不可  
**チケット販売** 8月14日(土)午前10時から秋葉区文化会館 ほか(電話は午後1時から)  
**問い合わせ** 同館(☎25-3301)



林家たい平さん