

# 健康・福祉ガイド

## 骨粗しょう症予防相談会 (要予約)

日程	会場	予約開始日
11/16 (木)	新津健康センター	10/5 (木)

**時間** ①午前9時40分～②10時10分～③10時40分～④11時10分～

**内** 骨密度測定、食事の話  
**込** 18歳以上の市民(骨粗しょう症の治療中の人や、両足のかかどに骨折や外傷のある人は除く)  
**申** 市役所コールセンター (☎025-243-4894)

## フレイルチェック (要予約)

日程	会場	予約開始日
11/6 (月)	小須戸まちづくりセンター 3階 ホール	10/2 (月)

**時間** 午前10時から  
**込** 65歳以上の人・先着30人  
**内** 筋肉量の計測や生活状況のチェック 持参しやすい服装、運動靴、飲み物  
**申** 新潟リハビリテーション病院 (☎025-368-7400) 平日午前9時～午後5時

## 健康ミニ教室 (要予約)

**回** 11月21日(火)午前9時半～11時半  
**場** 新津健康センター1階 機能訓練室  
**込** 先着12人  
**内** 健診結果の見方、すぐに役立つ食事の話、運動の実践、血管年齢測定  
**持** 健康診断の結果、筆記用具、飲み物  
**申** 11月17日(金)までに健康福祉課 健康増進係(☎25-5686)

## 笑顔健康クッキング (要予約)

**回** ①10月27日(金)午前10時～正午 ②11月8日(水)午前9時半～正午  
**場** ①新津地域交流センター ②新津健康センター  
**内** ①食事と運動で血糖値の上昇を穏やかに ②脂質異常症を防ぐ血液サラサラ生活と減塩(調理実習あり)  
**込** 各先着20人 ①②400円(材料費)  
**申** 10月4日(水)から健康福祉課 健康増進係(☎25-5686)

## 成人の健康相談 (要予約)

**回** 11月10日(金)①午前9時～②9時45分～③10時半～④11時15分～  
**場** 新津健康センター1階 機能訓練室  
**申** 健康福祉課地域保健福祉担当 (☎25-5695)

## 肺がん(結核)検診日程 (予約不要)

**回** 11月16日(木)午前9時～11時半  
**場** 新津健康センター

## 胃がん検診日程 (要予約)

**回** 11月13日(月)午前9時～11時半  
**場** 新津健康センター  
**申** 10月23日(月)から 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

## 乳がん集団検診日程 (要予約)

**回** 11月1日(水)午前9時半～午後3時半  
**場** 新津健康センター  
**申** 10月3日(火)から市役所コールセンター (☎025-243-4894)

## ■がん検診共通事項

**持** 受診券、健康保険証、個人記録表(肺がん、胃がんのみ)、自己負担金(胃がん、乳がんのみ)、バスタオル(乳がんのみ)

# 秋葉区 産業祭 問い合わせ 産業振興課 農業企画担当(☎25-5337)

## ～新津みのりの収穫祭～

秋葉区産業祭を、道の駅 花夢里にいつで開催します。「新鮮な農産物」や「きれいなお花」などたくさん用意しています。美りの秋を満喫しませんか。

**日時** 10月14日(土)・15日(日) 午前9時～午後2時

**会場** 道の駅 花夢里にいつ(川根438)

**内容** 秋葉区産の新米の販売 秋葉区産の新鮮野菜・果物の販売 キッチンカーによる飲食、アクセサリー・雑貨販売 新米コシヒカリ「さつきむすめ」重さ当て(午前10時から先着100人)



令和4年産業祭の様子

# 花と遺跡の秋まつり

「花と遺跡のふるさと公園」の各施設で秋まつりを開催します。大人も子どももみんな楽しんでイベント盛りだくさんです!

**日にち** 10月9日(月)祝

**弥生の丘展示館(☎21-4133)**

- 火おこし体験、枝と木の実の小物づくり(午前10時～正午、午後1時～3時半)
- 古津八幡山遺跡ガイドツアー(午後2時～3時)

**新潟県埋蔵文化財センター(☎25-3981)**

- 勾玉づくり(午前10時から、受付は午後3時まで)
- 歴史クイズでガチャ(先着200人)
- アンギン編みでコースターをつくろう!(①午前10時半 ②午後1時 ③午後2時半)

**新潟県立植物園(☎24-6465)**

- 植物園オータムフェスタ 午前10時～午後3時
- 発酵に関する飲食ブース
- 紙コップで火焰型土器をつくろう



枝と木の実の小物づくり

まがたま勾玉づくり

新潟県立植物園

# 新津育ちの森

**開館日** 毎週火曜～日曜 **開館時間** 9:00～17:00  
**対象** 小学2年生までのお子さんと保護者、妊娠中の人 ☎21-4152

**つくってあそぼう～ハロウィングッズをつくろう～**  
**日時** 10月12日(木)午前9時～11時15分 **定員** 先着15人

**おやこリトミック**  
 親子で音楽とふれあいましょう。  
**日時** 10月19日(木) 午前10時半～10時50分

**育ちの森のハロウィン**  
 ハロウィンをみんなで楽しみましょう!仮装も大歓迎!  
**日時** 10月20日(金)午前10時半～10時50分

**出張! 妊娠・子育てほっとステーション**  
**日時** 10月20日(金)午後1時半～2時

**親子でレッツダンス!**  
 インストラクターと一緒に楽しくレッツダンス!  
**日時** 10月28日(土)午前10時半～10時50分



# 新津武道館11・12月のスクール

スクール名	日時	対象	参加費
初めてのフラ★	火曜:午前10時～11時	高校生以上	6,000円(全8回)
ヨガ	木曜:午後1時半～2時45分	高校生以上	6,400円(全8回)
子どもバレエ(キッズ)★	水曜:午後4時50分～5時40分	3～7歳	5,600円(全7回)
子どもバレエ(ジュニア)★	水曜:午後5時40分～6時40分	8～12歳	

★は初めての人1回無料体験あり

**会場** 同館 武道場  
**持ち物** 動きやすい服装、飲み物、タオル (子どもバレエは入会時レオタード、タイツ、バレエシューズ必要)  
**申し込み** 10月22日(日)午前10時から同館(☎25-2400) ※定員になり次第終了

# お知らせ

## 秋季秋葉区 ママさんバレーボール大会

**回** 11月5日(日)午前9時15分から(受付は午前8時50分から)  
**場** 新津B&G海洋センター  
**区** 区内に在住・勤務する既婚または35歳以上の女性  
**料** 1チーム3,000円(秋葉区バレーボール協会登録チームは無料)  
**代表者会議** 10月25日(水)午後7時から新津B&G海洋センターミーティングルームで開催  
**申** 10月20日(金)までに所定の参加申込書に必要事項を明記のうえ、新津B&G海洋センター(〒956-0802 七日町2186-9) 同協会事務局の坂爪さん(☎24-6603)

## 市立保育園等会計年度任用職員の募集

**職種** 保育士(フルタイム)  
**雇用期間** 令和6年3月31日まで  
**賃金** 月額180,394円から  
**勤務場所** 区内の市立保育園  
**区** 保育士、幼稚園教諭、小学校教諭、養護教諭のいずれかの資格を有している人  
**申** 市指定の登録用紙(市ホームページよりダウンロード可)と資格免許証の写しを健康福祉課児童福祉係(区役所1階16番窓口)へ持参  
**問** 同係(☎25-5683)

## シニアライフ講座(全3回)

いつまでも元気で若々しく!  
**回** ①10月24日(火)②11月2日(木)③11月7日(火) 午前10時～正午  
**場** ①新津地域学園体育館 ②③新津地区公民館305研修室  
**内** ①ウォーキングの歩き方を身に付けて若々しい体をつくる ②ストレッチングやエクササイズで健康に ③若さをいつまでも保つための栄養と食事について  
**区** おおむね50歳以上の人・先着30人  
**持** ①動きやすい服装、上履き、タオル ②動きやすい服装、ヨガマット(貸し出し可)、バスタオル、タオル  
**申** 10月2日(月)～13日(金)平日午前9時～午後5時に新津地区公民館(☎22-9666)

## みんなで防災 ～いざという時のために～

防災イベントを開催。素敵なプレゼントもあります!  
**回** 11月19日(日)午前10時～正午  
**場** 新津健康センター  
**内** 自衛隊・赤十字・消防の乗り物乗車体験、制服試着体験、防災かるた、輪投げ、ストラックアウト ほか  
**問** 同センター(☎22-2940)

## 下水道への接続をお願いします

快適な生活空間・水質保全のために、下水道整備地域にお住まいの方は接続をお願いします。  
**問** 西部地域下水道事務所 秋葉下水道分室(☎25-5810)

広告スペース

電話番号(☎)は市外局番0250を省略しています◇◆10月14日(土)小須戸まちなか演奏会〜町屋とお寺と灯りと音楽〜開催!◇◆