

## 健康・福祉

- 東地域保健福祉センター  
明石 2-3-25 ☎ 243-5312
- 南地域保健福祉センター  
新和 3-3-1 ☎ 285-2373
- 中央地域保健福祉センター  
関屋下川原町 1-3-11 ☎ 266-5172

### みんなであつなごにっこにこ子育て応援事業

#### ■妊カフェ・育カフェ（毎月開催）

☑保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、沐浴体験(妊カフェ)、ほか

☎100円  
☎4月24日(水)午前8時30分  
から携帯電話などで右の二次元  
コードを読み取り応募フォーム  
で申し込み



※読み取ることができない人はお問い合わせください。

妊カフェ(5月)	育カフェ(5月)
☎5/11(土) 13:30~15:30 ☎天寿園 ☎妊婦先着20人。パートナーの参加可。 ☎母子健康手帳、ガーゼハンカチ、バスタオル、沐浴布、ビニール袋、手拭きタオル	☎5/10・17(いずれも金曜) 10:00~11:30 ☎10日は天寿園、17日は燕喜館(白山公園内) ☎生後1カ月~5カ月の乳児と母親先着20組 ☎母子健康手帳、バスタオル、おむつなど赤ちゃんに必要なもの

☎子育て交流ぽーとtete(☎080-6250-3653)

#### ■育ばる(毎月開催)

☎5月8日(水)午前10時~11時30分 ※受け付けは9時45分から

☎子育て応援ひろば(西堀前通6、C.O.C.G.4階)  
☎保護者同士の仲間づくり、情報交換、保健師や助産師のミニ講座、ほか

☎おむね生後6~9カ月の子どもと保護者20組  
※応募多数の場合は初めて参加する人を優先して抽選(抽選結果は5月2日以降に通知)

☎母子健康手帳、バスタオルのほか、赤ちゃんに必要なもの

☎4月24日(水)から5月1日(水)までに、携帯電話などで右の二次元コードを読み取り、応募フォームで申し込み。

※読み取ることができない人は4月26日(金)までにお問い合わせください。

☎はっぴい mama応援団(☎278-3177、水曜定休)



### はじめての離乳食

☎離乳食の始め方と進め方、試食

☎おむね生後5カ月の子どもの保育者  
☎母子健康手帳、バスタオル

☎4月24日(水)から各実施日の2日前までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ

☎時間 午後1時30分~3時 ※受け付けは1時15分から

期日	会場	定員(先着)
5/16(木)	南地域保健福祉センター	30人
5/22(水)	東地域保健福祉センター	25人

### ステップ離乳食

☎5月22日(水)午前10時~11時30分 ※受け付けは9時40分から

☎東地域保健福祉センター

☎2回食・3回食への進め方、試食

☎おむね生後6カ月以上の子どもの保育者先着25人  
☎母子健康手帳、バスタオル、らくらく離乳食ガイドブック(持っている人)

☎4月24日(水)から5月20日(月)までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ

### ぱくぱく幼児食(予約制)

☎5月29日(水)午前10時~11時30分 ※受け付けは9時40分から

☎東地域保健福祉センター

☎栄養士による講話「乳歯の生え方に合わせた幼児食」、試食

☎1歳6カ月前後の子どもの保育者先着15人  
※予約制の保育あり・先着15人

☎母子健康手帳、筆記用具

☎あす22日(月)から電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

### 育児相談

☎保健師などによる個別相談

☎母子健康手帳、バスタオル ☎当日直接会場  
☎各地域保健福祉センター ※入舟健康センター希望者は、中央地域保健福祉センターへお問い合わせください。

期日	時間	会場
5/15(水)	9:30~11:00	◎◆南地域保健福祉センター
	13:30~15:00	◎南地域保健福祉センター
5/16(木)	13:30~15:00	◎◆東地域保健福祉センター
5/21(火)	9:30~11:00	◎入舟健康センター(北部総合コミュニティセンター別館棟1階)
5/23(木)		◎◆中央地域保健福祉センター

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

### フッ化物塗布

☎5月9日(木)午前9時30分~10時15分 ※受け付けは9時から

☎中央地域保健福祉センター

☎4歳未満の子ども先着30人

☎母子健康手帳 ☎1,020円

☎4月24日(水)から5月7日(火)までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ

### 健康相談

☎保健師・栄養士による個別相談

☎健診や人間ドックの受診結果(持っている人)

☎締め切り日までに電話で各地域保健福祉センターへ

期日	受付時間	会場	申し込み締め切り
5/7(火)	9:00~11:00	南地域保健福祉センター	4/26(金)
5/8(水)	13:30~14:30	中央地域保健福祉センター	
5/10(金)			東地域保健福祉センター

## 公民館

※申込受付は午前9時から

中央公民館 ☎224-2088  
〒951-8055 中央区礎町通3-2086

#### ■男のための一日料理教室(サークル体験会)

☎5月8日(水)午前9時30分~正午

☎男性先着10人

☎エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル

☎500円

☎4月24日(水)から電話で同館へ

#### ■初中級者向けフランス語サークル体験会

☎5月21日(火)午後3時15分~4時45分

☎先着5人

☎日常会話を中心としたフランス語のレッスン

☎4月24日(水)から電話で同館へ

東地区公民館 ☎241-4119  
〒950-0083 中央区蒲原町7-1

#### ■子育てひろば「けやきのもり」

☎5月10日(金)午前10時~11時40分

☎ほっとハウス笹口(笹口小学校内)

※駐車場はありません

☎自由遊び、わらべ歌「大根漬け」による親子遊び、絵本の読み聞かせ、子育てに関するお話、ほか

☎3歳以下の子どもと保護者先着15組

☎飲み物、おやつまたは昼食、おしぼり

☎あす22日(月)から5月9日(木)午後1時までにメール件名に「けやきのもり申し込み」、本文に保護者と子どもの氏名(ふりがな)、住所、電話番号、子どもの生年月日を入力し、同館(higashi.co@city.niigata.lg.jp)へ

鳥屋野地区公民館 ☎285-2371  
〒950-0972 中央区新和3-3-1

#### ■青春がよみがえる 懐かしの映画上映会

☎5月13日(月)午後1時30分~4時

☎映画「シェーン」の上映

☎当日直接会場

#### ■親子フィットネスサークル「ラッコちゃんクラブ」体験会

☎5月17日、6月7日(いずれも金曜)午前10時30分~11時30分 ※いずれか1日

☎リズム遊び、親子エクササイズ、ほか

☎生後6カ月以上の未就園児と保護者各日先着20組

☎飲み物、動きやすい服装、室内履き

☎あす22日(月)から各開催日前日までに電話で同館へ

#### ■やさしい話し方体験講座(全2回)

☎5月17日・24日(いずれも金曜)午後7時~8時30分

☎発音・発声など話し方の基本、あがらないコツ、ほか

☎高校生以上先着10人 ☎1,000円

☎あす22日(月)から5月10日(金)までに電話で同館へ

#### ■東京オリンピック・パラリンピックが待ち遠しい~第6回「もっと中国を知りたい」

☎5月24日(金)午後1時30分~3時

☎中国の日常生活や食、観光などを紹介する講座

☎先着30人

☎あす22日(月)から電話で同館へ

関屋地区公民館 ☎266-4939  
〒951-8164 中央区関屋昭和町3-148-1

#### ■子育てネットまつぱっくり

☎5月10日から31日までの毎週金曜午前10時~正午

☎絵本の読み聞かせ、ほか

☎乳幼児と保護者

☎当日直接会場

#### ■おもちゃの修理「おもちゃ病院にいがた」

☎5月10日(金)午前10時~正午

☎壊れたおもちゃの修理

☎無料(実費負担の場合あり)

☎当日直接会場

## 平成30年度

### 第12回自治協議会の概要

3月19日の会議では、区自治協議会条例の改正に伴う要綱などの一部改正を行ったほか、平成30年度の区自治協議会提案事業について事業評価を行いました。会議の概要や資料は準備が整い次第、市役所本館1階市政情報室で閲覧できるほか、区ホームページに掲載します。

#### ■次回(平成31年度第1回)の開催案内

☎4月26日(金)午後3時から

☎中央区役所(NEXT21)5階 対策室

傍聴者の定員 先着15人

※議題は、市役所本館や東出張所・南出張所に掲示するほか、区ホームページに掲載します。

☎地域課(☎223-7023)

## ふれあい掲示板

市民グループや地域のイベントなどの情報を掲載します。※敬称略

#### 湊まち新潟歴史ウォーク(全7回)

☎5月25日(土)~11月23日(祝)の毎月第4土曜日午前9時~正午

☎下町や沼垂地区など市内各所

☎湊まち新潟の歴史の解説、ほか

☎全7回参加可能で、4キロメートル

程度のウォーキングができる人・40人  
※応募多数の場合は、初参加者を優先して抽選

☎歩きやすい服装、飲み物、雨具

☎施設入館料などの実費

☎4月25日(木・必着)までに往復はがきの往信欄裏面に、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、全回参加可能の旨、返信欄表面に返送先を記入し、湊まち新潟歴史ウォーク実行委員会(〒951-8011中央区入船町4-3778新潟港湾・空港整備事務所内)へ ※1通につき2名まで

☎同実行委員会(☎222-6111)

## お知らせ

市役所、区役所、関係機関からの情報を掲載します。

### 中央区社会福祉協議会 介護のつどい

☎4月25日(木)午後1時30分~3時30分

☎ほんぽーと中央図書館

☎講話「支えあいの仕組みづくりと地域

の動き&健康体操」、茶話会、相談窓口紹介、ほか

☎先着40人 ☎100円

☎電話で同協議会(☎210-8720)へ

### ほんぽーと中央図書館 こどもの読書週間

☎6月4日(火)まで

☎絵本や物語に関するクイズ、読書ノート配布、ほか ☎同館(☎246-7700)

本紙掲載の催しに参加する際は、できるだけ公共交通機関をご利用ください。