

健康・福祉

- ・開催日に体温測定をお願いします。
- ・本人・同伴者・同居家族が開催日より1週間以内に県外へ行った人、新型コロナウイルス感染症の流行地域から来た人と食事などをした人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

子どもの健康診査

- ・案内と問診票は、対象者に郵送します。
- ・時間や持ち物などは案内でご確認ください。
- ◎フッ化物塗布あり(希望者のみ)
- ¥1,020円
- ☎健康福祉課健康増進係(☎223-7237)
- 股関節検診・母体保護相談
超音波検査料 ¥2,800円
- 1歳誕生歯科健康診査◎
※子育てを応援しようと、「ブックスタート」を健診終了後に実施。絵本をプレゼントします。
- 1歳6カ月児健康診査◎
- 3歳児健康診査◎
※3歳6カ月ごろの子どもが対象

図書館・公民館

図書館

おはなしのじかん

☑絵本の読み聞かせ、わらべうた、紙芝居、職員による「絵本なんでも相談タイム」など
 ・詳しい日時はホームページ=右の二次元コード=から確認してください。
 ・下記の日程で、赤ちゃんとは兼ねなく過ごせる「赤ちゃんタイム」を開催します。



| 会場・問い合わせ | 赤ちゃんタイム日時 |
|----------------------------|------------------------|
| ほんぽーと中央図書館 (☎246-7700) | 毎週火・木曜日 10:00～13:00 |
| 鳥屋野図書館 (☎285-2372) | 毎週金曜日 10:00～12:00 |
| 生涯学習センター図書館 (☎224-2120) | 毎週金曜日 10:00～13:00 |

中央公民館 ☎224-2088
 〒951-8055 中央区礎町通3-2086
 受付時間 平日午前9時～午後5時
 (土・日曜、祝日除く)

みんなのふれあい広場～医療と介護

☑7月19日(火)午後1時30分～3時30分
 ☑気軽に会話を楽しむ ※午後2時から40分程度「もしものとき、こんなとき、医療と介護をテーマにお話ししましょう」を開催 ☑飲み物

オンライン家庭教育学級「おうちでゆったり親子ヨガ」

☑乳幼児と保護者12組 ※抽選
 ☑7月13日(水)までに右の二次元コードを読み取り申し込み



| 期日 | 時間 | 内容 |
|---------|-------------|-------------|
| 7/28(木) | 10:00～11:00 | Zoomで子育てトーク |
| 8/4(木) | 10:00～11:30 | おうちで親子ヨガ |

【サークル体験会】詩吟を楽しむ会

☑8月25日(木)午前10時～正午
 ☑詩吟の紹介と体験 ☑先着10人
 ☑7月6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

子育てサロン「のんのん」

☑7月4日・11日・25日(いずれも月曜)午前10時～午後2時(出入り自由。飲み物の持参可)
 ☑自由遊び
 ※毎回午前11時から絵本の読み聞かせを実施
 ※7月4日は七夕ミニイベントを開催
 ☑未就園児までの子どもと保護者



あつ～い夏はプールで涼もう



8月末までの区内の市営プールの利用概要は下記の通りです。そのほかの期間については、各施設にお問い合わせください。

| 施設名 | 施設概要 | 利用時間 | 休館日 | 利用料金 | 備考 | 入場定員 |
|-------------------------------|--|--|---|-----------------------------------|---------------|------|
| 鳥屋野総合体育館 (☎241-4600) | 屋内25m、 幼児用、 ウォーター スライダー (以下WS) | 7月20日(水)～ 8月31日(水)まで 10:00～21:00 ※日曜・祝日・8月13日(土) 10:00～17:00 | 木曜 (祝日の場合は翌日) | 一般500円 小・中学生、 65歳以上 200円 | ◎小学 4年生以下 | 70人 |
| 西海岸公園市営プール (☎267-6858) | 屋内25m、 幼児用、 WS | 8月31日(水)まで 10:00～21:00 ※8月13日(土)は 10:00～17:00、 日曜・祝日は 10:00～19:00 | 月曜(祝日の 場合翌日) ※屋外プールは 7月26日(火)～ 8月31日(水) 無休 | | ◎小学生 以下 | 130人 |
| 東公園児童プール ※問い合わせは西海岸公園市営プール | 子ども用 (水深0～ 70cm) | 7月10日(日)～ 8月31日(水)まで 9:00～16:30 | 無休 | 無料 | 小学生以下 就学前児 | なし |

※注意事項

水泳帽子を着用しましょう。休館日以外や無休の施設でも天候や水質状況、大会などにより休館する場合があります。☑は付き添いが必要です。付き添い人の条件などは各施設にお問い合わせください。オムツが取れていない子どもは水泳用オムツを着用してください。

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

子育てサロン「ふらっと」

☑7月11日・25日(いずれも月曜)午前10時～11時30分 ※出入り自由 ☑自由遊び、情報交換
 ☑未就園児と保護者10組程度

美しく幻想的な夕べ!セミの羽化観察会

☑7月30日(土)午後7時～8時30分
 ☑県庁の森でセミの羽化を観察
 ☑小学生と保護者15組 ※抽選
 ☑7月14日(木)までに右の二次元コードを読み取り申し込み



とやのクエスト

☑小学生 ※各回で学年・人数が異なる ※抽選
 ☑7月20日(水)までに右の二次元コードを読み取り申し込み



| 期日 | 時間 | 内容 |
|---------|-------------|---------------------|
| 7/28(木) | 13:30～15:00 | 3色だけでカラフルな缶バッチをデザイン |
| 8/5(金) | 10:00～11:30 | 水族館はおもしろい |
| 8/9(火) | 10:00～12:00 | 牛乳+レモン果汁=キーホルダーになる |

石山地区公民館 ☎250-2930
 〒950-0852 東区石山1-1-12

夏休み子ども体験事業「石山あそび隊」

☑8月2日(火)午前10時～正午
 ☑地球にやさしいキーホルダーをつくる
 ☑小学生20人 ※抽選
 ☑7月14日(木)までに右の二次元コードを読み取り申し込み



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。

子どもの預かり「ファミサポ」入会説明会

☑7月16日(土)午前10時～11時
 ☑市総合福祉会館(八千代1)
 ☑子どもの預かりや送迎を行う子育て支援・ファミリー・サポート・センターの入会説明会。希望者は会場で登録手続き可。
 ☑先着5人 ☑電話で同センター(☎248-7178)

日和山海岸一斉清掃 中止

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、7月18日(月・祝)の日和山海岸一斉清掃は中止します。
 ☑窓口サービス課(☎223-7168)

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

住まいの無料相談

☑7月19日(火)午後1時30分～4時
 ☑建築国保会館(川岸町3)
 ☑住宅の新築・増築・改築、建築関連工事全般、業者のあっせん
 ☑新潟地域住宅相談協議会(☎266-6650)

頭頸部外科月間 市民公開講座

☑7月30日(土)午後2時～4時
 ☑新潟ユニゾンプラザ
 ☑舌がん・口腔がん・甲状腺がんを学ぶ
 ☑新潟大学医学部耳鼻咽喉科学教室(☎227-2306)

夏野菜を簡単に食べやすく!

さっぱりシャキシャキマリネ
 ～トマトを使ったさっぱりと優しい味のマリネ～

材料 (2人分)

かぶ …………… 1/3個
 きゅうり …………… 1/4本
 ミニトマト …………… 6～8個
 ○オリーブ油 …………… 小さじ2
 ○酢 …………… 小さじ2弱
 ○砂糖 …………… 小さじ1弱
 ○塩 …………… 少々
 ○こしょう …………… 少々

作り方

- 1 かぶは3mm程度に半月切り、きゅうりは2mm程度の輪切り、ミニトマトは半分に切る。
- 2 かぶを600Wの電子レンジで1分程度加熱する。
- 3 ○の調味料を混ぜ合わせておく。
- 4 ボウルにかぶ、きゅうり、ミニトマト、③を入れ、混ぜ合わせる。
- 5 冷やしたら出来上がり。



コツ・ポイント

甘みの強い「フルティカトマト」を使うのがオススメです。普通のミニトマトでも十分おいしくできます。シャキシャキした食感がやみつきに♪



出典：クックパッド 新潟市のキッチン

本誌掲載のイベント情報は6月27日時点のものです。開催状況については、事前に各問い合わせ先を確認してください。