

※電話番号は市外局番(025)を省略しています。
※掲載の二次元コードを読み取ることができない人は各イベント主催者へお問い合わせください。

公民館

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)

■ひよこファミリーらんど

回 7月2日・9日・16日・23日・30日(いずれも火曜)
午前10時～正午
内 親子の遊び場 乳幼児と保護者
持 バスタオル(乳児のみ)

■【サークル体験】新わくわくクラシック

回 7月26日(金)午前10時～11時30分
内 講師の解説を聞きながら、クラシックの名曲紹介
人 先着20人
申 6月19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

■沼垂マスコットキャラクターデザインワークショップ

回 7月7日(日)午前10時～正午
場 なじらね沼垂しんこ屋(沼垂東2)
内 キャクターの素体にデザインなどを描く体験
人 先着15人(小学校3年生以下は保護者同伴)

■子育てサロン「のんのん」

回 7月8日・22日(いずれも月曜)
午前10時～11時30分(出入り自由。飲み物持参可)
内 自由遊び ※毎回午前11時から絵本の読み聞かせを実施
人 未就園児と保護者

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

■おもちゃ病院にいがた

回 7月5日(金)午前10時～正午
内 壊れたおもちゃの修理
料 無料(実費負担の場合あり)

■子育てネットまつぱっくり

回 7月5日・12日・19日・26日(いずれも金曜)
午前10時～正午
内 親子の遊び場
人 乳幼児と保護者

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

■あなたと学ぶはじめの一步 シニアのためのスマホ講座(全3回)

人 スマホを持つおおむね60歳以上先着16人
申 6月20日(木)から電話で同館へ
時間 午前10時～正午

期日	内容
7/10(水)	基礎を学ぼう (操作の基本とセキュリティ対策)
7/17(水)	暮らしに上手にいかそう(二次元コード、ネット検索、Googleレンズなど)
7/24(水)	もっと便利に楽しく使おう (アプリ、LINEなど)

■きょうだいに障がいのある方に～自分の人生を大事にしよう！

回 7月13日(土)午前10時～正午
内 新潟大学有川宏幸教授などによる障がいのあるきょうだいのサポートや支援制度の講話
人 先着40人
申 あす17日(月)から電話で同館へ

健康・福祉

各事業の申・問連絡先一覧

- ① 健康福祉課健康増進係
【妊娠～乳幼児期担当】 ☎223-7237
- ② 東地域保健福祉センター
東万代町9-52 ☎243-5312
- ③ 南地域保健福祉センター
新和3-3-1 ☎285-2373
- ④ 健康福祉課地域保健福祉担当 ☎223-7039
- ⑤ 子育て交流ぽーとtete ☎080-9680-6822
- ⑥ はっぴいmama応援団 ☎278-3177、水曜定休
- ⑦ 市役所コールセンター ☎243-4894

■妊婦歯科健康診査 妊娠期

人 中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦
申 各実施日の2日前までに右の二次元コードを読み取り申し込み
受付時間 午後1時～2時30分

申込先



期日	会場	定員(先着)
7/5(金)	南地域保健福祉センター	25人
7/11(木)	中央健康センター (北部総合コミュニティセンター内)	25人

■安産教室「ウェルカム赤ちゃん講座」 妊娠期

回 7月27日(土)午後1時30分～3時30分
※受け付けは1時15分から
人 おおむね妊娠30週以降で出産予定月が令和6年8月～10月までの中央区在住の妊婦先着20人(家族・パートナーいずれか1人の同伴可)
※令和5年度の妊カフェと同じ内容のため、利用していない人を優先
場 南地域保健福祉センター
内 赤ちゃん人形を使った沐浴・抱っこ体験、産後のこころとからだの話、グループワーク
申 6月19日(水)から7月2日(火)までに電話で一覧①へ

■みんなでつながるにっこに子育て応援事業(毎月開催)

※中央区在住の人が対象です。
内 保健師や助産師への相談、講座、参加者同士の情報交換、ほか
申 各講座の申し込み開始日から携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み

■育カフェ 生後1～5カ月

回 7月24日(水)午前10時15分～11時45分
場 ピノキオハウス(上所3)
人 生後1～5カ月の子どもと保護者先着15組
申 6月18日(火)から 問一覧⑤

育カフェ 申込先



■10か月育ちの講座 生後9～10カ月

人 令和5年9～10月生まれの子どものと保護者
申 6月18日(火)から開催前日まで 問一覧⑥
時間 午前10時～11時30分

10か月 育ちの講座 申込先



期日	会場	定員(先着)
7/24(水)	南地域保健福祉センター	12組
7/31(水)	東地域保健福祉センター	14組

■はじめての離乳食 生後5カ月

人 生後5カ月ごろの子どもの保育者
内 離乳食の始め方と進め方、情報交換、試食、個別相談など
申 6月19日(水)から各実施日の2日前までに電話で一覧⑦へ
時間 午後1時30分～2時50分
※受け付けは1時15分から

期日	会場	定員(先着)
7/17(水)	東地域保健福祉センター	15人
7/18(木)	南地域保健福祉センター	15人

■ステップ離乳食 生後6～11カ月

回 7月17日(水)午前10時～11時20分
※受け付けは9時40分から
場 東地域保健福祉センター
人 おおむね生後6カ月以上の子どもの保育者先着15人
内 2回食・3回食への進め方、グループワーク、個別相談、試食など
申 6月19日(水)から7月15日(月・祝)までに電話で一覧⑧へ

■育児相談 乳幼児

人 中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、申し込み先へお問い合わせください。
申 6月19日(水)から電話で各申し込み先へ ※先着順

期日	時間	会場	申込先
7/4(木)	9:30～11:00	◎◆中央健康センター (北部総合コミュニティセンター内)	一覧④
7/17(水)	9:15～11:00	◎◆南地域保健福祉センター	一覧③
7/25(木)	13:30～15:00	◎♡東地域保健福祉センター	一覧②

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり。
♡は希望者に保護者向け骨密度測定あり。

■健康相談 一般

申 各実施日の2日前までに電話で各申し込み先へ

期日	受付時間	会場	申込先
7/12(金)	9:30～11:00	南地域保健福祉センター	一覧③
	13:30～14:30	東地域保健福祉センター	一覧②
7/24(水)	13:15～14:45	中央区役所	一覧④

■フレイルチェック 一般

回 7月12日(金)午後1時30分～3時30分
※受け付けは1時から1時20分まで
場 新潟テルサ
内 握力・筋肉量などの計測、日常生活を見直すための助言
人 65歳以上の人先着20人 持 飲み物
申 あす17日(月)から7月5日(金)までに電話で日本メルツ K&K heart school(☎383-8610)へ
申込受付時間 平日午前9時～午後5時

■糖尿病予防セミナー受講者募集 一般

回 7月19日(金)午前9時45分～11時40分
※受け付けは9時30分から
場 南地域保健福祉センター
内 糖尿病予防のための食事やお口の健康に関する講話など
人 中央区在住でおおむね75歳までの人
持 健診結果、筆記用具
申 あす17日(月)から6月28日(金)までに電話で健康増進係(☎223-7246)へ

■マタニティプログラム 妊娠期

場 八千代子育て支援センターちゅうりっぷ(川岸町1)
人 妊婦(家族・パートナー同伴可)
申 実施日の3日前までに同センター(☎230-8211)へ
時間 午前10時～11時

期日	内容	定員(先着)
6/29(土)	看護師さんのミニ講座 「新生児、退院後に起こりうること」	4人
7/27(土)	赤ちゃんのお世話体験	5人

敬老祝会経費の一部を助成

75歳以上の人を地域でお祝いする際に、経費の一部を助成します。

対象団体 区内の自治会・町内会、コミュニティ協議会

助成対象 9月1日(日)から10月31日(木)までの間に実施される敬老祝会

※感染症流行期は祝会の開催はお控えください

助成額 1団体あたり、自治会・町内会30,000円の範囲内、コミュニティ協議会200,000円の範囲内

申 7月1日(月)から31日(水)までに、交付申請書を健康福祉課高齢介護担当へ提出。

交付書ならびに申請の手引きは、同課の窓口で配布、または市ホームページからダウンロードできます。

その他の要件がありますので、詳細は同課へ問い合わせてください。

問 同課(☎223-7216)



＜広告欄＞

