

東区グッドカンパニーで元気な企業を紹介

私たちの生活に欠かせない電気を供給する東北電力(株)新潟火力発電所は、日本海側初の大規模火力発電所として昭和38年に運転を始めました。東京ドームの約5倍の広さがある敷地では、桜の花見開放や施設見学会を行うなど、積極的に地域と関わっている事業所です。

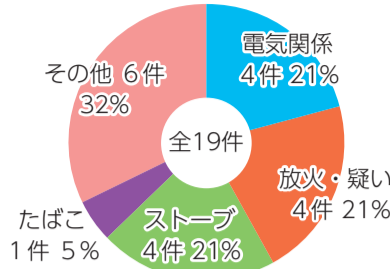


もっと知りたい人はスペシャルサイト「ゲンキ魂」へ！
サイト内の「東区グッドカンパニー」ではゲンキな企業を順次掲載します。掲載を希望する企業は下記担当までお問い合わせください。
申し込み・問い合わせ 地域課産業文化振興室(☎025-250-2170)

平成30年 東区の火災原因

平成29年に比べストーブ火災が増加しました！

●火災原因の内訳



●出火率(住民1万人あたりの火災件数)
平成30年 1.4 (前年1.2)



- 火災を防ぐために
・ストーブの上に洗濯物を干さない
・ストーブは完全に消火してから、給油する
・コンセント周りはこまめに掃除
・家の周りに燃えやすいものを置かない

問い合わせ 東消防署市民安全課予防調査係(☎025-275-9111)



健康・福祉ガイド

Table with 4 columns: 3月, 会場, 定員, 時間. Includes events like 離乳食 and 親子健康手帳.

●はじめての離乳食
3月 会場 定員 時間
1 金 木戸健康センター 25人 午後1時30分～3時15分
26 火 石山地域保健福祉センター 20人

●ステップ離乳食
3月1日(金)午前10時～11時30分
木戸健康センター
生後6カ月以降で、2～3回食に進もうとしている赤ちゃんの保護者先着25人

●ぴよぴよ育ちの相談会
子育ての中で「落ち着きがない」「お友達とのトラブルが多い」「名前を呼んでも目が合いにくい」など気にかかることや困っていることはありませんか。

親子で遊びながら成長、発達について保健師と一緒に考えてみましょう。

Table with 3 columns: 3月, 会場, 時間. Includes events like 誕生日会 and 健康増進会.

園児と保護者
12日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、25日(月)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

い～てらす

寺山1653 (寺山公園内)
開設時間 午前9時～午後6時
休館日 水曜日(祝日の場合は翌平日)
就学前児と保護者、小学1～3年生
同施設(☎025-250-5207)

●トランポリンの日
2月14日(木)午後1時～5時30分、15日(金)～19日(火)午前9時30分～午後5時30分
大きなトランポリンで遊ぶ
就学前児 当日直接会場

●アラフォーママのおしゃべりテラス
2月19日(火)午前10時～11時
おおむね40代のママのおしゃべり会
当日直接会場

●わくわくテラス「からだであそぼう」
2月21日(木)午前10時30分～11時
親子でからだを動かして遊ぶ
当日直接会場

●あんよのまえのいないいないばあ
2月25日(月)午前10時15分～11時45分
ふれあいあそび、リズムあそびなど
7～12カ月の乳児とその保護者先着40組
電話で同施設

●わくわくテラス「誕生会」
2月28日(木)午前10時30分～11時
2月生まれの子どもの誕生会
当日直接会場

わいわいひろば

下木戸1-4-1(区役所庁舎2階)
開設時間 午前9時～午後6時
休館日 第1・3月曜日(祝日の場合翌平日)※2月は4日、18日(月)
就学前児と保護者、小学1・2年生
同施設(☎025-250-2395)

●おとうさんといっしょ inわいわい(お笑い)
2月17日(日)午前10時30分～11時
ねんじさんと楽しくあそぶ
当日直接会場

●おもちゃ病院
2月23日(土)午後1時30分～3時30分
おもちゃ修理(原則無料ですが、部品代などの費用がかかる場合があります。また修理できない場合もありますのでご了承ください)
当日直接会場

●就園前講座～保育園ってどんなところ～
2月25日(月)午前10時30分～11時
保育園での生活について指導保育士

から話を聞く
当日直接会場
●つくって遊ぼう！
2月28日(木)午前10時～11時15分
親子工作(壁かけおひなさま)
先着30人
当日直接会場

こども創作活動館

牡丹山1-33-23
開設時間 午前9時～午後6時(日曜・祝日は午後5時)※申込受付は午前9時30分から
休館日 月曜日(祝日の場合翌平日)
同館(☎025-279-2113)※就学前児は保護者要同伴

●フェルトのつるしびな
2月16日(土)午後2時～3時
フェルトを使って吊るして飾るおひなさまを作る
5歳以上先着10人
¥50円
2月3日(日)から電話で同館

こどもの夢を叶えるために ～夢を支えるために親としてできること～

お笑い芸人の横澤 夏子さんの母親である横澤 富士子さんによる子育て講演会。
日時 2月24日(日)午後1時30分～3時30分(開場は30分前から)
会場 東区プラザホール
講師 新潟県スクールカウンセラー 横澤 富士子さん
定員 先着250人
申し込み 2月14日(木)までに電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)
問い合わせ 健康福祉課(☎025-250-2331)

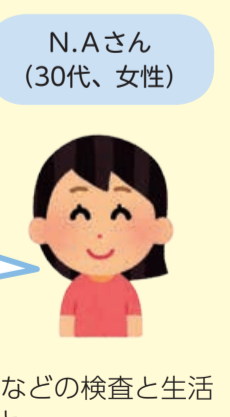
のぼろ健康寿命 やってみてどうだった？ 生活習慣改善モニター実践レポート

メタボ予防・改善のために3カ月間スポーツクラブで運動プログラムに取り組む「生活習慣改善モニター」。昨年10月から12月までの期間で11人が参加しました。参加者の年代は30～70代とさまざまでしたが、自分の体調や生活に合わせて運動を続けることができたようです。

健診で血糖値が上がっていて、本気で痩せないといい応募しました。初めての面談で食事量のアドバイスがあり、カロリーを取りすぎないように気をつけました。運動は一人ではなかなか続きませんが、プログラムに沿って指導してくれるのでしっかりと続けられました。今回参加できてとても良かったので、他の人にも生活習慣改善モニターを利用してほしいです。



30歳限定で受診できる「セルフケア健診」※の結果から、生活習慣の改善が必要だと感じて応募しました。運動プログラムを始めて1カ月で筋肉量が増え、普段の生活では野菜中心の食事を心がけるようになりました。子育て中のため週1回の参加でしたが、やってみて良かったです。



※今年度の「生活習慣改善モニター」と「セルフケア健診」の募集は終了しました。来年度の募集は区役所だよりなどでお知らせします。
※「生活習慣改善モニター」は、3カ月間の運動を含めて初回面談からモニター終了までおおよそ6カ月です。

問い合わせ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

ママな手洗いと咳エチケットで「かからない」、「うつさない」