



健康・福祉ガイド

●健康相談

4月	会場	時間	予約
2	石山地域保健福祉センター	午前9時15分～11時30分	不要
16	木戸健康センター	午前9時30分～11時	必要

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。

●**2日(火)**は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、**16日(火)**は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●妊娠中の相談など 妊婦歯科健診

●**4月18日(木)**午後1時～同45分

●**木戸健康センター**

●**内容** 歯科健診、お口の健康相談

●**対象** 母子健康手帳の交付を受けた妊婦

●**持ち物** 母子健康手帳

●**申し込み** 当日直接会場

●**問い合わせ** 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

マタニティセミナー(安産教室)※全2回

月	日	曜	会場	受付時間
4	9	火	木戸健康センター	午後1時30分～4時
5	14	火	木戸健康センター	午後6時30分～9時

●**対象** 平成31年8～9月出産予定の妊婦先着20人

●**持ち物** 母子健康手帳、筆記用具

●**申し込み** 3月20日(水)から電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●育児相談

4月	会場	受付時間
4	木 石山地域保健福祉センター	午後1時30分～3時
18	木戸健康センター	午前9時30分～11時

※各会場とも栄養士による相談あり

※4日(木)は歯科衛生士による相談あり

●**持ち物** 母子健康手帳

●**申し込み** 当日直接会場

●**問い合わせ** 4日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、18日(木)は健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●ぴよんぴよん育ちの相談会

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。

4月	会場	時間
9	火 木戸健康センター	午前10時～11時15分
22	月 石山地域保健福祉センター	11時15分

●**原則** 1歳6カ月児健診を終えた未就園児と保護者

●**申し込み** 9日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、22日(月)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

●こどもの健康診査 [個人案内]

対象者には案内を発送しています。☆の健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。

●**健康福祉課健康増進係**(☎025-250-2340)

股関節検診・母体保護相談

●**対象** 2～4カ月児とその母親

●**料金** ¥2,800円(超音波検査料)

●**1歳6カ月児健康診査☆**

●**対象** 平成29年9月生まれ

●**3歳児健康診査☆**

●**対象** 平成27年10月生まれ

●**1歳誕生歯科健康診査☆**

●**対象** 平成30年4月生まれ※会場にて絵本の読みかせや絵本をプレゼントする「ブックスタート」を実施します

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)

●**対象** 就学前児と保護者、小学1～3年生

●**問い合わせ** 同施設(☎025-250-5207)

●わくわくテラス「リズムであそぼう」

●**回** 4月4日(木)午前10時30分～11時

●**内容** リトミックを取り入れた音あそび

●**申し込み** 当日直接会場

●新潟暮らし一年生ママのおしゃべりテラス

●**回** 4月9日(火)午前10時～11時

●**内容** 転勤などで新潟暮らしを始めたばかりのママのおしゃべり会

●**申し込み** 当日直接会場

●ベビーマッサージ

●**回** 4月11日(木)午前10時～11時、午後1時30分～2時30分

●**内容** 赤ちゃんとのスキンシップ

●**対象** 首すわりからおむね12カ月の乳児と保護者各時間帯先着14組

●**料金** 親子一組500円

●**持ち物** バスタオル、飲み物

●**申し込み** 電話で同施設

●トランポリンの日

●**回** 4月11日(木)午後1時～5時30分、12日(金)～16日(火)午前9時30分～午後5時30分

●**内容** 大きなトランポリンで遊ぶ

●**対象** 就学前児

●**申し込み** 当日直接会場

●アラサーママのおしゃべりテラス

●**回** 4月16日(火)午前10時～11時

●**内容** 30代ママのおしゃべり会

●**申し込み** 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)※4月は1日、15日(月)

●**対象** 就学前児と保護者、小学1・2年生

●**問い合わせ** 同施設(☎025-250-2395)

●いちごひろば

4月	内容	時間
3	エプロンシアター	午前10時30分～11時
10	音楽遊び	
17	ふれあい遊び	
24	誕生会	

●**申し込み** 当日直接会場

●産後ママのルーシーダットン

●**回** 4月23日(火)午後1時30分～2時30分

●**内容** 産後のママが赤ちゃん連れで参加できるヨガエクササイズ

●**対象** 1歳未満児と運動が可能な母親先着12組

●**料金** 親子一組500円

●**申し込み** 電話または直接同施設

●赤ちゃんがきた!～親子の絆づくりプログラム～

5月	会場	時間	対象
9	木 東区プラザ	午後1時30分～3時30分	平成30年12月～平成31年2月生まれの赤ちゃん(第1子)
16			
23			
30			

●**内容** 初めての赤ちゃんを育てている母親

のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

●**対象** 先着20組

●**申し込み** 電話または当日直接会場

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)

●**問い合わせ** 同館(☎025-279-2113)※就学前児は保護者要同伴

●シールでイースターリース

●**回** 3月24日(日)午後2時～3時

●**内容** シールを貼って卵やウサギをモチーフにしたリースを作る

●**対象** 5歳以上の幼児・小学生先着10人

●**申し込み** 電話で同館

●水曜工作

●**回** 4月3日～11月20日の毎週水曜午後2時～同30分、午後3時30分～4時

●**内容** 廃材などを使って簡単な工作をする

●**対象** 幼児・小学生

●**申し込み** 当日直接会場

●つなげて、つなげて、曲げて

●**回** 4月6日(土)午後2時～3時30分

●**内容** 筒状の緩衝材を使って作品を作る

●**対象** 幼児・小学生先着10人

●**申し込み** 3月24日(日)から電話で同館

●牛乳パックのショートケーキ

●**回** 4月7日(日)午後2時～3時30分

●**内容** 牛乳パックを使ってショートケーキを作る

●**対象** 5歳以上の幼児・小学生先着10人(小学1年生以下は保護者要同伴)

●**申し込み** 3月24日(日)から電話で同館

●わくわくタイム～こいのぼりで遊ぼう♪～

●**回** 4月11日(木)午前10時30分～11時

●**内容** 季節の歌や手遊び、こいのぼりの工作をする

●**対象** 1歳半以上の幼児と保護者先着12組

●**申し込み** 3月31日(日)から電話で同館

●つくってあそぼう!小麦粉粘土☆

●**回** 4月14日(日)午後2時～3時

●**内容** 小麦粉を原料にした粘土を作り、型抜きなどをする

●**対象** 3歳以上先着10人

●**申し込み** 3月31日(日)から電話で同館

寺山公園・い～てらす誕生祭

寺山公園と子育て交流施設「い～てらす」が開園してから1周年を迎えます。1歳の誕生日をみんなで楽しくお祝いしましょう!

●**日時** 4月7日(日)午前10時～午後3時

●**場所** 寺山公園、子育て交流施設「い～てらす」



内容	時間	内容
内容	午前10時～	オープニングセレモニー 中野山八龍会による万代太鼓の演奏
	午前10時30分～	アルビレックスチアリーダーズスクールのスクール生によるダンスパフォーマンス
	随時開催	水ヨーヨー釣り、輪投げ、かけっこよーいドンなど

●**入場料** 無料

●**問い合わせ** 同施設(☎025-250-5207)

障がいのある人もない人も 共生するまちへ

すべての市民が生き生きと安心して暮らすことのできる社会の実現を目指しています。

東区自立支援協議会が活動しています

同協議会では、障がいのある人も暮らしやすい社会となるよう、支援機関によるネットワーク作りや研修会の開催、事例検討などを行い、地域課題の把握を行っています。協議会で上がった課題は市の施策に反映されることもあります。

例えば、「強度行動障がいのある人に対応できるグループホームが足りない」という課題に対し、「グループホームの設置に関する規制緩和」を提案しました。これにより、グループホームの設置がしやすくなりました。

●**問い合わせ** 健康福祉課障がい福祉係(☎025-250-2310)



回=日時 場=会場 内=内容 対=対象・定員 料=参加費(記載のないものは無料) 持=持ちもの 申=申し込み 問=問い合わせ ♣=にいがた未来ポイント対象事業

< 広告欄 >

山の下みなとランド

4月1日(月)から
開園します! 遊びに来てね!

問い合わせ 建設課維持係(☎025-250-2621)

期日前投票は3月30日(土)から。最終日は混雑が予想されますのでお早めに