



健康・福祉ガイド

●6月の胃がん・肺がん(結核)集団検診

6月	胃	肺	会場	時間
11	●	●	JA新潟市大形支店	午前9時～11時
			津島屋会館	午後1時～同30分
			本所自治会館	午後2時15分～同45分
13	●	●	下山スポーツセンター(下山コミュニティハウス)	午前9時～11時 午後1時～3時
			中地区コミュニティセンター	午前9時～11時
17	●	●	小金台町内会館	午後1時～2時
21	●	●	石山地域保健福祉センター(女性のみ)	午前9時～11時
			東石山コミュニティハウス	午後1時～2時
25	●	●	区役所南口エントランスホール(女性のみ)	午前9時～11時 午後1時～3時
			木戸コミュニティセンター	午前9時～11時

持 受診券(切り取らずにお持ちください)、健康保険証、自己負担金(該当者のみ)
 申 当日直接会場
 問 健康福祉課健康増進係 (☎025-250-2350)

●健康相談

6月	会場	受付時間	予約
4	火 石山地域保健福祉センター	午前9時15分～11時30分	不要
18	火 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。

申 問 4日(火)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、18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

回 6月20日(木)午後1時～同45分
 場 木戸健康センター
 内 歯科健診、お口の健康相談
 入 母子健康手帳の交付を受けた妊婦
 持 母子健康手帳 申 当日直接会場
 問 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
6	11	火	木戸健康センター	午後1時30分～4時
7	9	火		午後6時30分～9時

入 令和元年10月～11月出産予定の妊婦先着20人
 持 母子健康手帳、筆記用具
 申 5月22日(水)から電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●育児相談

6月	会場	受付時間
6	木 石山地域保健福祉センター	午後1時30分～3時
	20 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
 持 母子健康手帳
 申 当日直接会場
 問 6日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、20日(木)は健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●こどもの健康診査 [個人案内]

対象者には案内を送付しています。
 ☆の健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。
 問 健康福祉課健康増進係 (☎025-250-2340)

股関節検診・母体保護相談

入 2～4カ月児とその母親
 料 2,800円(超音波検査料)
 1歳6カ月児健康診査☆
 3歳児健康診査☆

入 平成29年11月生まれ
 1歳誕生歯科健康診査☆
 入 平成30年6月生まれ ※会場にて絵本の読みき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

●フッ化物塗布

回 6月19日(水)午前9時30分～10時15分
 場 石山地域保健福祉センター
 入 4歳未満児先着30人
 持 母子健康手帳
 料 1,020円
 申 5月22日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

※実施日の2日前までにお申し込みください
 ●健康ミニ講座♣

回 6月4日(火)午後1時～2時30分
 場 石山地域保健福祉センター
 内 ラジオ体操、栄養士の講話など
 申 当日直接会場
 問 同センター(☎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)
 入 就学前児と保護者、小学1～3年生
 問 同施設(☎025-250-5207)

●おしゃべりテラス

回 6月4日(火)午前10時～11時30分
 内 助産師と卒乳についてのおしゃべり会
 申 当日直接会場

●わくわくテラス「リズムであそぼう」

回 6月6日(木)午前10時30分～11時
 内 リトミックを取り入れた音あそび
 申 当日直接会場

●家族でたのしくフィットネス!

回 6月8日(土)午前10時15分～11時
 内 イクメンインストラクターと楽しく体を動かす
 入 おおむね4歳以上の家族先着30組
 申 電話で同施設

●おもちゃ病院

回 6月9日(日)午前10時～正午
 内 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や修理できない場合があります) 申 当日直接会場

●新潟暮らし1年生ママのおしゃべりテラス

回 6月11日(火)午前10時～11時30分
 内 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 当日直接会場

●ベビーマッサージ

回 6月13日(木)午前10時～11時、午後1時30分～2時30分
 内 赤ちゃんとのスキンシップ
 入 首すわりからおおむね12カ月の乳児と保護者各時間帯先着14組
 料 親子一組500円 持 バスタオル、飲み物
 申 電話で同施設

●あんのまへのいないいないばあ

回 6月21日(金)午前10時15分～11時30分
 内 ふれあいあそび、リズムあそびなど
 入 7～12カ月の乳児と保護者先着40組
 申 電話で同施設

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)※6月は3日、17日(月)
 入 就学前児と保護者、小学1・2年生
 問 同施設(☎025-250-2395)

●いちごひろば

6月	内容	時間
5	エプロンシアター	午前10時30分～11時
12	音楽遊び	
19	ふれあい遊び	
26	誕生会	

申 当日直接会場

●お口の健康0.1.2

回 6月6日(木)午前10時30分～11時
 内 0、1、2歳児の口内衛生について歯科衛生士からお話を聞く
 申 当日直接会場

●ベビーマッサージ

回 6月19日(水)午後1時30分～2時30分
 内 マッサージを通して赤ちゃんとのスキンシップを楽しむ
 入 2～7カ月の赤ちゃんとの保護者10組
 料 親子一組500円
 申 電話または直接同施設

●産後ママのやさしいヨガ

回 6月25日(火)午後1時30分～2時30分
 内 産後ママが赤ちゃん連れで参加できるヨガエクササイズ
 入 1歳未満児とその母親先着12組
 料 親子一組500円
 申 電話または直接同施設

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 同館(☎025-279-2113)※就学前児は保護者要同伴

●スクラッチアート

回 6月1日(土)午後2時～3時30分
 内 クレヨンを使い、黒と鮮やかな色の組み合わせを楽しめる作品を作る
 入 幼児・小学生以上先着10人
 申 5月19日(日)から電話で同館

●クラゲのヨーヨー

回 6月2日(日)午後2時～3時
 内 ビニール袋や鈴でヨーヨーを作る
 入 3歳以上先着10人
 申 5月19日(日)から電話で同館

●わくわくタイム～縄で遊ぼう!

回 6月6日(木)午前10時30分～11時
 内 縄を使っていろいろな運動遊びを楽しむ
 入 1歳半以上の幼児とその保護者先着12組
 申 5月26日(日)から電話で同館

●父の日に携帯置き&カードをプレゼントしよう!

回 6月9日(日)午後2時～3時30分
 内 廃材をテープで飾りつけ、あみだくじとスクラッチを組み合わせたカードを作る
 入 5歳以上の幼児・小学生先着10人
 申 5月26日(日)から電話で同館



公民館

※申込受付は午前9時から

石山地区公民館 ☎025-250-2930

子育てサロン「木戸っこくらぶ」

回 5月24日(金)午前10時～11時30分
 場 木戸公民館
 内 自由遊び、絵本の読み聞かせなど
 入 未就園児と保護者
 申 当日直接会場

ご近所だんぎ「みんなで歌おう春の縁爽快」

回 5月27日(月)午後1時30分～3時30分
 内 『グリーンヒルズバンド』の生演奏と一緒に歌った後、お茶を飲みながら参加者同士でおしゃべり
 料 100円 申 当日直接会場

レクダンス初心者講習会

回 6月3日、10日、17日(月)午前9時～10時30分(全3回)
 持 動きやすい服装、履き物、飲み物
 申 当日直接会場
 問 パブリックスペース・佐藤(☎025-276-5528)

たのしく健幸 やさしい体操

回 6月7日、21日、7月5日(金)午後1時30分～3時(全3回)
 内 準備体操やストレッチなど手軽で簡単、効果的な運動の方法を学ぶ
 持 動きやすい服装、飲み物
 申 5月21日(火)から電話で同館

お知らせ

自動車税(県税)の納付期限は5月31日(金)です

自動車税は、金融機関やコンビニエンスストア、県地域振興局県税窓口で納付できます。また、インターネットを利用してクレジットカードで納めることもできます。納期内の納付をお願いします。
 問 新潟地域振興局県税部 (☎025-273-3116)

催し物・募集

下山スポーツセンター 体力測定&相談

回 6月4日(火)、15日(土)、18日(火)、29日(土)午後2時～4時
 場 下山スポーツセンター
 内 体力測定、トレーニングプログラム相談
 入 15歳以上(中学生除く)先着2人
 料 250円(使用料)
 申 電話で同センター(☎025-272-7677)

「ごみゼロ!」一〇メモ

今月の「ごみゼロの日」は5月26日(日)です

段ボールを使って、生ごみを堆肥化してみませんか?



区役所では段ボールコンポストの販売を行っています。「サイチョウのマジック段ボール」を使って、おいしい野菜や花を育てる堆肥づくりにチャレンジしましょう!

販売品目	販売価格
段ボールコンポストセット (段ボール箱・内袋・基材・説明書)	500円
段ボールコンポスト用の基材	400円

販売対象者 市内に住所を有する方、もしくは居住する方

♣「いしがた未来ポイント」対象 問 区民生活課生活環境係(☎025-250-2285)