



●9月の乳がん(マンモグラフィ)・子宮頸がん集団検診

Table with columns: 9月, 会場, 時間, 予約開始日(各検診定員)

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 予約開始日から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

問 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

●はじめての離乳食

Table with columns: 9月, 会場, 定員, 時間

内 離乳食の進め方、試食
込 生後4~5カ月の赤ちゃんの保護者
持 母子健康手帳、バスタオル
申 8月7日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●ステップ離乳食

回 9月24日(火)午前10時~11時30分
場 石山地域保健福祉センター

内 離乳食の進め方、試食
込 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20人

持 母子健康手帳、バスタオル
申 8月7日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●ぱくぱく幼児食

幼児期は離乳食が完了し、大人の食へ移行する大切な時期です。子どもの歯の生え方に合った食事を学び、悩みを一緒に解決しませんか。

回 9月6日(金)午前10時~11時30分
場 石山地区公民館

内 栄養士による幼児期の食生活の話、試食、グループワーク

込 1歳6カ月頃の子どもの保護者先着15人 ※保育あり(要予約)

持 母子健康手帳
申 8月7日(水)~28日(水)に電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

●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にくい」など気にな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 columns: 9月, 会場, 時間

込 原則1歳6カ月児健診を終えた未就園児と保護者

申 10日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、30日(月)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

●セルフケア健診

自宅で自己採血による血液検査と、生活習慣のアドバイスが受けられます。区内在住の30代で、職場などで健診の機会がない人先着60人

申 8月14日(水)~22日(木)に電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350) ※9月上旬に検査キットを郵送します

●みんなで楽しく 体操&脳トレ

回 9月4日(水)午後1時45分~3時
場 東区プラザ

内 運動普及推進委員による体操の紹介、レクリエーション、体組成計測定など
込 先着25人

持 室内用運動靴、飲み物、タオル
申 電話で健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●生活習慣改善モニター

3カ月間スポーツクラブでメタボ予防・改善にお得に取り組んでみませんか。

回 10月1日(火)~12月31日(火)

場 ジョイフィット新潟東区役所
込 市内在住の30~74歳で応募要件を満たす人先着5人

料 3,000円
申 8月7日(水)から、応募申請書に健康診断の写しを添えて健康福祉課健康増進係へ

※詳しい応募要件や申請書は市ホームページをご覧ください
問 同係(☎025-250-2350)



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)

込 就学前児と保護者、小学1~3年生

問 同施設(☎025-250-5207)

●わくわくテラス「からだであそぼう」

回 8月22日(木)午前10時30分~11時

内 親子で体を動かして遊ぶ

申 当日直接会場

●トランポリンの日

回 8月22日(木)午後1時~5時、23日(金)~27日(火)午前10時~午後5時

内 大きなトランポリンで遊ぶ

込 就学前児

申 当日直接会場

●わくわくテラス「誕生会」

回 8月29日(木)午前10時30分~11時

内 8月生まれの子どもの誕生会

申 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(祝日の場合は翌平日) ※8月は5日(月)、19日(月)

込 就学前児と保護者、小学1・2年生

問 同施設(☎025-250-2395)

●つくって遊ぼう!

回 8月22日(木)午前10時~11時15分

内 親子工作(ぶくぶくきんぎょ)

込 先着30人

申 当日直接会場

●保育園ってどんなところ?

回 8月23日(金)午前10時30分~11時

内 保育園とこども園の違い、保育園の生活について指導保育士から話を聞く

申 当日直接会場

●おもちゃ病院

回 8月24日(土)午後1時30分~3時30分

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)

申 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(祝日の場合は翌平日)

場 同館(☎025-279-2113) ※就学前児は保護者要同伴

●創作教室「ペットボトル水族館」

回 8月17日(土)午後2時~3時30分

内 セロハンとペットボトルを使って水族館を作る

込 幼児・小学生先着10人

申 8月4日(日)から電話で同館

●ぱくくんパニック

回 8月24日(土)午後2時~3時

内 牛乳パックを使って、おはじきを取ると口が閉まるサメやクジラを作る

込 小学生先着10人(3年生以下は保護者要同伴)

料 50円(おはじきが必要な人のみ)

申 8月11日(日)から電話で同館



公民館

※申込受付は午前9時から

中区公民館 ☎025-250-2910

きらきらチャレンジ「のぞいてみよう 市場の世界とブーケ作り」

回 8月19日(月)午後1時~2時30分
内 季節の花を使ったブーケ作り、市場についての学習

込 小学生20人(応募多数の場合抽選)

持 筆記用具、飲み物

申 8月9日(金)までに電話で同館

子育てサロン「ひだまり 再就職のためのミニ講座 「マザーズハローワークへようこそ」

回 9月5日(木)午前10時30分~11時30分

込 未就園児と保護者先着10組

申 8月5日(月)から電話で同館

石山地区公民館 ☎025-250-2930

子育てサロン「りんごランド」

回 8月16日(金)午前10時~11時30分

内 ミニイベント「元気いっぱい!夏祭り」

申 当日直接会場

図書館

絵本が楽しめる「おはなしのじかん」へ、ぜひお越しください。9月3日(火)まで夏休みイベントを開催しています。

職員によるおはなしのじかん

Table with columns: 館名, 期日, 時間(対象)

ボランティアによるおはなしのじかん

Table with columns: 館名, 期日, 時間, グループ名

場 山の下: おはなしのへや(図書館内)

石山: 公民館保育室

問 山の下図書館(☎025-250-2920)

石山図書館(☎025-250-2940)

相談

~困ったら一人で悩まず~行政相談

国や役所の手続き、サービスについてわからないときなどにご利用ください。

回 8月13日(火)午前9時30分~11時30分

場 区役所会議室B

申 当日直接会場

問 総務省新潟行政評価事務所行政相談課(☎025-282-1115)

催し・募集

親子deちゃがちゃが教室

回 8月22日(木)午前10時30分~11時15分

場 山の下海浜公園プール

内 水中で運動して楽しむ

込 幼児と保護者先着50組

料 100円(別途使用料が必要)

持 水着、タオル ※指定の水泳キャップを着用します

申 電話で下山スポーツセンター

(☎025-272-7677)

研修会「認知症の方が笑顔で過ごせる環境について」

回 9月7日(土)午後1時~3時

場 東区プラザ

内 認知症の人や家族を支える道具・工夫・制度についての勉強会

込 先着60人

夏到来!安全に花火を楽しもう!

ルール、マナーを守って楽しい思い出を作りましょう。

- 花火遊びをする前に水の入ったバケツを用意し、燃えかすは完全に消しましょう。
●枯草や燃えやすいものの近くで、花火遊びはやめましょう。
●花火遊びは大人と一緒に、花火に書いてある遊び方を必ず守りましょう。
●風が強いときや空気が乾燥しているときは、花火遊びはやめましょう。



火事と救急・救助は119

問い合わせ 東消防署市民安全課予防調査係(☎025-275-9111)