



●11月の肺がん(結核)集団検診

11月	会場	受付時間	対象地区
1 月	石山地域保健福祉センター	午前9時～11時	区全域
		午後1時～3時	
5 金	山の下まちづくりセンター	午前9時～11時	
		午後1時～3時	
22 月	東総合スポーツセンター	午前9時～11時	
		午後1時～3時	
24 水	区役所南口エントランスホール	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、肺がん検診個人記録票

申当日直接会場  
健康福祉課健康増進係  
(☎025-250-2350)

●骨粗しょう症予防相談会

回11月9日(火)  
①午前9時45分 ②午前10時15分  
③午前10時45分 ④午前11時15分  
⑤午後1時15分 ⑥午後1時45分  
場中地区公民館  
内骨密度測定、相談  
込骨粗しょう症治療中でない18歳以上各時間帯先着7人  
申10月21日(木)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●健康相談

11月	会場	受付時間
16 火	木戸健康センター	午前9時15分～11時15分
26 金	シルバーピア石山	午前10時～11時30分、午後1時30分～3時

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。

申16日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、26日(金)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

●妊娠中の相談など

妊婦歯科健診

11月	会場	受付時間	定員(先着)
17 水	石山地域保健福祉センター	午後1時～2時15分	24人
18 木	木戸健康センター		39人

内歯科健診、お口の健康相談

込母子健康手帳の交付を受けた妊婦  
持母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票  
申10月20日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

マタニティセミナー(安産教室)

開催時間が変更となる場合があります。また、申し込み多数の場合は2部制になります。当日は検温をしてお越しください。

回	月	日	曜	時間	申込開始日
①	11	9	火	午後1時～2時15分	10月20日(水)
②	12	14			11月24日(水)

場木戸健康センター

込東区在住の妊婦各回先着10人  
①令和3年12月～令和4年1月出産予定者  
②令和4年1月～2月出産予定者  
持母子健康手帳、筆記用具  
申電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●育児相談

11月	会場	受付時間	申込開始日
4 木	石山地域保健福祉センター	午後1時30分～3時10分	10月20日(水)
		午前9時30分～11時	
18 木	木戸健康センター	午前9時30分～11時	

※4日(木)は栄養士による相談あり、18日(木)は栄養士と歯科衛生士による相談あり  
持母子健康手帳、バスタオル  
申4日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、18日(木)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●こどもの健康診査 **個人案内**

☆の健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。  
場健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

1歳6カ月児健康診査☆

3歳児健康診査☆

1歳誕生歯科健康診査☆

対象者には案内を送付します。

股関節検診・母体保護相談

対象者には案内を送付します。超音波検査料2,800円が必要です。

い〜てらす

寺山1653(寺山公園内)  
☎025-250-5207  
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

●新潟暮らし1年生ママのおしゃべりテラス

回11月2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

●産後ママの骨盤ケア

回11月5日(金)午前10時30分～11時30分  
内カイロプラクティックによる骨盤ケアの体験  
込産後の母親先着10人(産後の年数は問いません) ※子どもの同室可  
¥一組500円  
持動きやすい服装、タオル、飲み物  
申電話で同施設

●おしゃべりテラス

回11月9日(火)午前10時～11時30分  
内主にプレママ、0歳～小学3年生の子どもと保護者の自由なおしゃべり会  
申当日直接会場

●ベビーマッサージ

回11月11日(木)午前10時30分～11時30分  
内赤ちゃんとのスキンシップ(オイルの使用なし) ※父親の参加可  
込2カ月からおおむね12カ月までの乳児と保護者先着8組  
¥親子一組500円  
持バスタオル、飲み物  
申電話で同施設

●おもちゃ病院

回11月14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

●あんよのまへのいないいないばあ

回11月19日(金)午前10時15分～11時30分  
内ふれあい遊び、リズム遊びなど  
込7～12カ月の乳児と保護者先着20組  
申電話で同施設

●家族でたのしくフィットネス!

回11月20日(土)午前10時15分～11時  
内インストラクターと楽しく体を動かす  
込おおむね3歳以上の子どもと家族先着15組  
申電話で同施設

●CAPおとなワークショップ

～一緒に考えよう!心の安全ってどんなこと?～

回11月27日(土)午前10時～11時30分  
内自分も子どもも大切に育てていくためのプログラム  
込1～3歳児の保護者先着5組  
※保育あり(要申し込み、先着4人)  
持飲み物  
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)  
☎025-250-2395  
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) ※11月は1日(月)、15日(月)  
込就学前児と保護者、小学1・2年生

●ベビーマッサージ

回11月2日(火)午後1時30分～2時30分  
場東区プラザ  
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  
込2～7カ月の乳児と母親先着5組(初参加に限る)  
¥親子一組500円  
申電話または直接同施設

●ベビーダンス

回11月9日(火)午後1時30分～3時  
内ダンスで親子のスキンシップとリフレッシュ  
込5～9カ月の乳児と母親先着8組  
¥親子一組500円  
申電話または直接同施設

●1歳児食育講座

～カミカミ期からパクパク期～  
回11月10日(水)午前10時30分～11時  
場東区プラザ  
内管理栄養士による1歳前後の子どもへの食事についての話  
込1歳前後の子どもと保護者先着10組  
申電話または直接同施設

●パパとママのベビーマッサージ(パパ向け講座)

回11月13日(土)午前10時～11時30分  
内パパとママで赤ちゃんとのスキンシップを楽しむ  
込2～7カ月の乳児と保護者先着6組  
※保育あり(要申し込み、先着2人)  
¥親子一組500円  
申電話または直接同施設

●発育測定～育児の悩みあれこれ～(パパ向け講座)

回11月21日(日)午前10時～11時15分  
場東区プラザ  
内助産師の話、発育測定、個別相談  
込1歳未満の乳児と保護者先着6組  
申電話または直接同施設

●プレママひろば～聞こう、話そう、出産・育児～

回11月29日(月)午後1時30分～2時30分  
場東区プラザ  
内プレママと先輩ママで出産や育児についてのおしゃべり会  
込妊娠中の人先着8人  
持飲み物  
申電話または直接同施設

●産後ママのやさしいヨガ

回11月30日(火)午後1時30分～2時30分  
内産後のママが赤ちゃんと一緒に参加できるヨガエクササイズ  
込1歳未満の乳児と母親先着8組  
¥親子一組500円  
申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～

回12月1日～22日の毎週水曜日(4回連続講座)午後1時30分～3時30分  
場東区プラザ  
内初めて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)  
込令和3年7月～9月生まれの乳児と母親先着10組(東区在住に限る)  
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  
☎025-279-2113  
開設時間 午前9時～午後6時(日曜・祝日は午後5時)  
休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)  
込就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生

10月3日号掲載の「こどそう秋まつり(こどりピック)」の日程が変更になりました。  
変更後 11月7日(日)午前10時～正午

●おやこdeアート

回11月9日(火)午前10時30分～11時  
内親子で工作(てがたdeぞうさん)  
込0歳～就学前児と保護者  
申当日直接会場

●ボードゲームの日

回11月12日(金)午後4時30分～5時  
内みんなでボードゲームを楽しむ  
申当日直接会場

●おやこdeあそぼう

回11月16日(火)午前10時30分～同50分  
内リズム遊びやダンスなど  
込0歳～就学前児と保護者  
申当日直接会場

●スポーツあそびの日

回11月19日(金)午後4時～5時  
内体を動かして遊ぶ  
申当日直接会場

●体育あそび教室

回11月24日(水)午後4時～5時  
内マットや跳び箱を使って体を動かす  
込小学1～6年生先着10人  
持汗を拭くタオル、飲み物  
申電話または直接同施設

●アロマdeママケア

回11月26日(金)午前10時～11時  
内アロマクリームを塗って骨盤体操をする  
込先着15人(親子で参加可)  
¥500円  
持動きやすい服装  
申電話または直接同施設

回=日時 場=会場 内=内容 込=対象・定員 ¥=参加費(記載のないものは無料) 持=持ち物 申=申し込み 問=問い合わせ

＜ 広告欄 ＞



新型コロナウイルス感染症 最新の情報はこちらから

厚生労働省 ホームページ

新潟市 ホームページ

「新しい生活様式」を実践しましょう。 ※掲載情報は10月8日時点のものです