

# 冬休みに勉強するならこちらがおススメ!

## 公民館学習室を利用しよう!

12月18日(月)～令和6年1月8日(月・祝)の期間中、小学生、中学生、高校生を対象に「学習室・子どもの居場所」を開設します。

館名	事業名	会場	時間
中地区公民館 (☎025-250-2910)	学習室	4階 会議室	午前9時～午後7時 (小学生は午後6時まで) ※日曜・祝日は午後5時まで ※12月29日(金)～令和6年1月3日(水)は休館日のため利用不可
	子どもの居場所 「ホットプレイス」	1階 フリースペース	
石山地区公民館 (☎025-250-2930)	学習室	3階 会議室	午前9時～午後7時 (小学生は午後6時まで) ※日曜・祝日は午後5時まで ※12月24日(日)、29日(金)～令和6年1月3日(水)は休館日のため利用不可
	子どもの居場所	2階 談話室	



中地区公民館  
学習室

Wi-Fiが  
使えます!

公民館の学習室は、  
事務室で受け付けをしてから  
利用してください。

## こども創作活動館で 勉強しませんか?

こどそうには勉強できる場所があります!自由勉強は開館時間中いつでもできます。

- 日時** 12月23日(土)～令和6年1月8日(月・祝)午前9時～午後5時  
※12月25日(月)、12月29日(金)～令和6年1月3日(水)は休館日
- 内容** 冬休みの宿題やこれまでの復習など、いつでも学習に利用できます。
- 対象** 小・中学生
- 場所** こども創作活動館 和室か工作室
- 問い合わせ** 同館(☎025-279-2113)



宿題をはやく  
終わらせたい!

苦手なところを  
できるように  
したい!

一人でも  
友だちと一緒に  
大丈夫!

勉強した後に、  
すぐに遊べる!



### 健康相談

年	1月	会場	受付時間
6	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。  
☎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)

### 妊婦歯科健診

年	1月	会場	受付時間	定員(先着)
6	18 木	木戸健康センター	午後1時～2時15分	45人

☎歯科健診、お口の健康相談  
☎母子健康手帳の交付を受けた妊婦  
☎母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票  
☎12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)

回	年	月	日	曜	時間	申込開始日
①	6	1	9	火	午後1時30分～3時ごろ	12月20日(水)
②						令和6年1月24日(水)

☎木戸健康センター  
☎東区在住の妊婦各回先着10人(配偶者やパートナーも参加できます)  
①令和6年2月～3月出産予定者  
②令和6年3月～4月出産予定者  
☎母子健康手帳、筆記用具、「マタニティ食事レッスン」(母子健康手帳交付時に配布したもの(なくても可))  
☎電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

### 育児相談

年	1月	会場	受付時間	申込開始日
6	11 木	石山地域保健福祉センター	午後1時30分～3時10分	12月20日(水)
	18 木	木戸健康センター	午前9時30分～11時15分	

※各会場とも栄養士と歯科衛生士による相談あり  
※18日(木)は保護者の血管年齢測定あり  
☎母子健康手帳、バスタオル  
☎11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。  
☎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)  
※年末年始は12月29日(金)～1月3日(水)  
☎就学前児と保護者、小学1～3年生

●だれでもおしゃべりテラス～県外からの転勤ママもどうぞ～  
☎令和6年1月9日(火)午前10時～11時30分  
☎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  
☎当日直接会場  
●ベビーマッサージ  
☎令和6年1月11日(木)午前10時15分～11時  
☎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  
☎2カ月からおおむね12カ月までの乳児と保護者先着10組  
☎親子一組500円  
☎バスタオル、飲み物  
☎電話で同施設  
●産後ママの骨盤ケア  
☎令和6年1月12日(金)午前10時30分～11時30分  
☎カイロプラクティックによる骨盤ケ

アの体験  
☎産後の母親先着15人(出産後の年数は問いません) ※子どもの同室可  
☎一組500円  
☎動きやすい服装、バスタオル(厚手のもの)、フェイスタオル(長いもの)、飲み物  
☎電話で同施設  
●あんよのまへのいないいないばあ  
☎令和6年1月19日(金)午前10時15分～11時30分  
☎ふれあい遊び、リズム遊びなど  
☎7～12カ月の乳児と保護者先着20組  
☎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) ※年末年始は12月29日(金)～1月3日(水)、1月は15日(月)  
☎就学前児と保護者、小学1・2年生

●ベビードダンス  
☎令和6年1月9日(火)午後1時15分～3時  
☎ダンスで親子のスキンシップとリフレッシュ  
☎5～9カ月の乳児と保護者先着8組  
☎大人一人につき500円  
☎電話または直接同施設  
●育児講座～にこにこオムツはずし～(パパ向け講座)  
☎令和6年1月21日(日)午前10時～11時  
☎東区プラザ  
☎オムツはずしについて助産師の講話。発育測定(1歳未満の子ども)や個別相談  
☎乳幼児と保護者先着8組  
☎飲み物、1歳未満の子どもは母子健康手帳、バスタオル  
☎電話または直接同施設  
●産後ママのやさしいヨガ  
☎令和6年1月23日(火)午後1時30分～2時30分  
☎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  
☎1歳未満の子どもと母親先着10組  
☎親子一組500円

☎電話または直接同施設  
●プレママ・パパ情報交換会～聞こう、話そう、出産・育児～  
☎令和6年1月27日(土)午前10時30分～11時30分  
☎東区プラザ  
☎プレママ・パパと先輩ママで出産や子育てについてのおしゃべり会  
☎妊娠中の人とパートナー先着6組  
☎飲み物  
☎電話または直接同施設  
●きょうだいが生まれた!～親子の絆づくりプログラム～  
☎令和6年2月15日～3月14日の毎週木曜日(5回連続講座)午前10時～正午  
☎東区プラザ  
☎第2子以降の赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(上のきょうだいの保育あり) ※先着3人  
☎令和5年9月16日～12月15日生まれの乳児(第2子以降)と母親先着10組(未就学児のきょうだいがいる人に限る)  
※最少開催人数は5組  
☎¥1,100円(テキスト代)  
☎電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください

### 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)、祝日の翌平日  
※年末年始は12月29日(金)～1月3日(水)  
☎就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生

●アトリエこどそう  
☎令和6年1月12日(金)午後4時～同30分  
☎LaQであそぼう  
☎当日直接会場  
●おやこdeミュージックセラピー  
☎令和6年1月30日(火)午前10時30分～11時  
☎音楽療法士による音遊び  
☎親子先着15組  
☎当日直接会場

< 広告欄 >

## 東区役所公式 Instagram 発信中!

東区の魅力や話題、各種イベント情報をお届けします。



@niigatashi\_higashiku 検索

☎=日時 ☎=会場 ☎=内容 ☎=対象・定員 ☎=参加費(記載のないものは無料) ☎=持ち物 ☎=申し込み ☎=問い合わせ

広告掲載の申し込みは地域課(☎025-250-2130)へ、1枠(3.9cm×7.9cm)15,000円。掲載した広告についての問い合わせは各広告主へ。

対象は、「区内に本社や営業所がある事業者」です。詳しくはこちら