

みなさんの健康のために(12月)

健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

すべて事前に申し込みが必要です。当日はマスクの着用、自宅での検温をお願いします。発熱、咳、倦怠感がある場合は参加できません。

育児相談

身体計測、栄養相談(計測のみも可)
※豊栄健康センター会場は歯科相談あり
乳幼児と保育者

Table with 5 columns: 12月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Rows for 21日(水) and 27日(火).

離乳食講習会

11月23日(祝)~12月4日(日)に市役所コールセンター(☎243-4894)
はじめての離乳食
12月6日(火)午後1時半~2時半
豊栄健康センター
離乳食の始め方
生後5カ月頃の乳児の保育者 先着15人

ステップ離乳食

12月6日(火)午前10時~11時
豊栄健康センター
離乳食の進め方
生後6カ月以上の乳児の保育者 先着15人

妊婦歯科健康診査

12月13日(火)午後1時~2時45分
豊栄健康センター 妊婦 先着24人
11月23日(祝)~12月11日(日)に市役所コールセンター(☎243-4894)

《その他》

股関節検診・母体保護相談、1歳誕生歯科健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(3歳6カ月頃に実施)は該当者に個別案内をしています。
はじめての離乳食は偶数月は豊栄健康センター、奇数月は北地域保健福祉センターで実施します。
健康福祉課健康増進係(☎387-1340)
1歳誕生歯科健診時に、同会場で「ブックスタート」を実施します。
豊栄図書館(☎387-1123)

健康相談

保健師、栄養士による個別相談

Table with 5 columns: 12月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Rows for 23日(金) and 27日(火).

健康診断の結果記録票のある人は持参してください

健康づくりスタートセミナー

運動指導員による講話や実技
40~74歳でほかの運動教室、運動サークルなどに参加していない人

Table with 5 columns: 12月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Rows for 6日(火) and 28日(水).

令和5年元旦歩こう会

日時 令和5年1月1日(祝)
受付 午前6時45分~7時
集合場所 豊栄南運動公園内屋内ゲートボール場
コース 3.8km 約60分、0.7km 約10分
記念品 干支入りリタオル
当日、水の駅「ビュー福島潟」では新春特別開館していますが、参加記念品(干支入りリタオル)を提示すると入館料が無料になります。
定員 500人(応募多数の場合抽選)
※1回の申し込みで5人まで
申し込み 12月14日(水)(必着)までに市ホームページ「かんたん申込み」、メール(sangyo.n@city.niigata.lg.jp)、ファクス(384-6712)のいずれかで①氏名②住所および郵便番号③電話番号④年齢を産業振興課文化・スポーツグループ(☎387-1195)へ
にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業連携イベント(100ポイント付与)



申し込みはこちら



詳しくはこちら

感染症対策のため、事前申し込みが必要です。申し込みがない人の当日参加はできません。

北地区スポーツセンター 冬期スポーツ教室

同センター(☎258-0200)

開催回数 ⑬⑭は6回、④は7回、⑫は8回、①②⑦⑧⑮は10回、その他は9回
15歳以上(中学生を除く) ※⑮⑯は60歳以上
12月18日(日)までに、窓口、ホームページ、またはメール(kitaspo@niigata-kaikou.jp)で①会員カード登録番号②教室名(複数の場合すべて)③氏名(ふりがな)④電話番号を明記しお申し込みください。
※申し込み多数の場合は抽選
注:事前に会員カードの発行が必要。
※教室によって、時間(30~60分間)が異なります

Table with 6 columns: 教室名, 定員, 初日, 曜日, 開始時刻, 参加料. Lists 16 different classes.

催しの開催状況はそれぞれの問い合わせ先までご確認ください。

区バス冬季臨時便を運行します 太夫浜新町~南浜中学前

期間 12月1日~令和5年3月16日の平日のみ(12月24日~令和5年1月9日を除く)
便数 往路(豊栄駅方面)・復路(太夫浜方面)1日各2便
※運行便によってルートが異なります

運行ダイヤ等の詳細は、区バスご利用案内(各公共施設や区バス車内に設置)や市ホームページをご確認ください。



詳しくはこちら

回数券(11回券)がお得です!

各種回数券を販売中(現金運賃210円)
販売場所: 区バス車内、地域総務課、北出張所、南浜連絡所、東港タクシー(株)



地域総務課(☎387-1155)