

みなさんの健康のために(10月・11月)

健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

育児相談

☑身体計測、栄養相談(計測のみも可)
☑乳幼児と保育者

Table with columns: 10月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Includes dates 16日(水) and 22日(火).

※豊栄健康センター会場は骨密度測定あり
※北地域保健福祉センター会場は歯科相談あり
※申し込みは9月18日(水)から

安産教室

場豊栄健康センター

☑出産予定日が令和7年2月~4月の妊婦

前期 先着16人、後期 先着12人

※後期のみ家族・パートナー1人の同伴可

☑電話で健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

Table with columns: 実施日, 時間, 内容, 予約開始日. Includes dates 11/1(金) and 12/6(金).

離乳食講習会

☑9月18日(水)から市役所コールセンター(☎243-4894)

■はじめての離乳食

☑10月9日(水)午後1時30分~2時50分

場豊栄健康センター

☑離乳食のすすめ方、情報交換、試食

☑生後5カ月頃の乳児の保育者 先着15人

■ステップ離乳食

☑10月9日(水)午前10時~11時20分

場豊栄健康センター

☑離乳食のすすめ方、グループワーク、試食

☑生後6カ月以降で2回食・3回食に進もうとしている乳児の保育者 先着15人

※グループワークの際はマスク着用のご協力をお願いします

《その他》

■当日、体調がすぐれない場合は、他の日程をご案内しますのでお問い合わせください。

■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。

☑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

健康診断の結果記録票のある人は持参してください。

Table with columns: 10月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Includes dates 23日(水) and 25日(金).

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

☑他の運動教室、運動サークルなどに参加していない40~74歳の人

Table with columns: 10月, 会場, 時間, 定員, 申し込み先. Includes dates 8日(火) and 23日(水).

ござはなしレポート

北区各地で祭りが開催され、夏を彩りました



8月24日(土)松浜まつり・8月25日(日)阿賀野川ござれや花火



8月25日(日)早通ふるさとまつり



9月5日(木)豊栄大民謡ながし・オープニングイベント・灯籠展示

「海辺の森風力発電所」近隣住民見学会

8月1日(木)に現在建設中の「新潟市海辺の森風力発電所」の近隣住民見学会が行われました。

同発電所は令和7年2月の運転開始を目指しており、設置する風力発電機は国内最大クラス。発電量は一般家庭約3,200世帯分に相当します。



小学生が新潟医療福祉大学を体験

8月9日(金)に豊栄地区公民館サタデイキッズ夏休み特別編「バスに乗って大学へGO!GO!」が行われました。市内の小学4年生から6年生が参加し、フライングディスクやポッチャなどのニュースポーツ・アダプテッドスポーツ、スイカやメロンなど北区名産品のおいしさの秘密を糖度計で計測する体験をしました。



ちよこっと防災!~もしものために~

第17回

「大雨」のイメージを持って備えよう

近年、集中豪雨や台風の発生により大雨のニュースを見聞きすることが多いと思います。

一般的に「激しい雨」とは1時間あたりの雨量が30mm以上を言い、「バケツをひっくり返したように降る」と表現されます。50mmを超えると「非常に激しい雨」と言い、「滝のように降る」と表現されます。

大雨のときは、車の運転でも視界不良やブレーキが利きにくくなるなど注意が必要です。



ワンポイント: 天気予報を参考に計画的に行動しましょう。

監修: 北区防災士の会 佐久間 ☑地域総務課(☎387-1165)



400ml 献血にご協力を

☑10月10日(木)午前9時~11時半

場北区役所 1階交流スペース

持ち物 献血カード(初めての人は運転免許証など本人確認できるもの)

☑新潟県赤十字血液センター(☎384-0992)

事前予約ができます。インターネットでこちらから▶



知っ得! 食のミニ教室~今からはじめる糖尿病予防~

☑10月29日(火)午前10時~正午 場豊栄健康センター

☑栄養士の講話、簡単な体操、調理実習・試食など

【予定メニュー】鮭のトマトしょうゆだれ・切干大根とツナのおえもの

☑先着15人 ¥400円 持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

☑10月15日(火)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

にいがた防災メールでも緊急情報を発信しています。ご利用ください。

