

子育て

1月の児童センター・児童館 今月の目玉イベント

- 白根児童センター ☎372-0530  
お正月おたのしみ会  
回 1月12日(土)午前10時半から  
内 巨大カルタや羽子板など、お正月にちなんだ遊びをします。  
入 小学生 先着40人 同センターへ
- 味方児童館 ☎201-8346  
新年お楽しみ会  
回 1月12日(土)①乳幼児の部 午前10時~11時半 ②小中学生の部 午後2時~4時  
内 ①福笑い、おみくじなどのお正月コーナー遊びを楽しみましょう。  
②百人一首大会、坊主めくり、福引などをして新年を祝うパーティーをします。  
入 ①乳幼児とその保護者 定員無し(予約不要)②小中学生 定員20人(要予約) 同館窓口または電話
- 白根北児童館 ☎379-1260  
いちごタイム  
回 毎週火曜 午前10時半~11時  
内 手遊びや触れ合い遊び、季節に合わせた遊びを親子で楽しみましょう!第3週は工作も行います。  
入 乳幼児とその保護者 定員無し
- 白根南児童館 ☎201-6021  
お正月お楽しみ会  
回 1月12日(土)①乳幼児の部 午前10時~11時45分の間、出入り自由 ②小学生の部 午後1時半~2時半  
内 ①絵馬、福笑い、ししまい工作、コマ回し、カルタなどお正月遊びを楽しみましょう。 ②ゲームやカルタ取りを楽しみましょう!  
入 ①乳幼児とその保護者 ②小学生

子育てオーエンジャー☆みなみ 子育て広場~子育てに“ひといき”つきませんか~

- “子育てオーエンジャー☆みなみ”は「子育て広場」を運営する子育て支援リーダーの集まりです。区内の児童センター・児童館などを拠点に活動しています。お子さんと一緒にリラックスした時間を過ごしてみませんか。
- しゃべろっと  
回 1月18日(金)午前10時半~11時半  
場 味方児童館  
内 ママヨガ  
入 乳幼児親子 先着13人  
同館 ☎201-8346

地域で子育てネットワーク 子育てサロン モモ

- 回 2月12日・26日(火) 午前10時~11時半  
場 白根学習館ルーム3(和室) 内 12日:「モモカフェ」第2弾 冬は温か蒸しパンはいかが?(要申し込み) 26日:しゃべり場(申し込み不要)  
入 乳幼児親子 12日のみ先着16組 12日のみ400円  
同 1月12日(土)以降に白根地区公民館へ ☎372-5533



こんにちは!高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センターです

今月のお知らせ 地域包括支援センターからのイベントや教室のご案内です

認知症カフェ~より道カフェかけ橋~

- どなたでも気軽に参加できる集いの場です!
- 回 1月26日(土) 午後1時半~3時半  
場 白根健康福祉センター  
内 認知症に関するミニ講座  
講師 佐野 英孝 医師(新潟県認知症サポート医 白根緑ヶ丘病院院長)  
300円 同 不要。当日直接会場までお越し下さい。  
その他 同会場で午後1時から1時間程度「認知症サポーター養成講座」も開催します。詳細は健康福祉課(☎372-6320)へお問い合わせください

春が来たら運動教室ははじめませんか!

『幸齢ますます元気教室』4~6月コース 参加者募集中!

- 元気があって外に出かけましょう!!
- 幸齢ますます元気教室とは 元気で動ける体を維持し、これからも自立した生活が送れることを目的とした新潟市の委託事業です。3カ月コースで次回は4~6月の開催です。
- 対象者 新潟市の「介護予防の基本チェックリスト」により事業の対象者、または要支援の認定を受けている人のうち、医師による運動制限のない人。(新潟市が認める対象者には、自宅から会場まで無料で送迎いたします)
- 内容 集団での体操やレクリエーション・運動、お口の健康、栄養などについてのミニ講座
- 参加費 300円(教材費)  
※参加を希望する人は、最寄りの地域包括支援センターまでお問い合わせ下さい。

地域包括支援センターでは、高齢者が住み慣れた地域で、安心して生活できるよう、さまざまな相談に応じています。なお、相談は無料で、秘密は守られます。

- 地域包括支援センターしろね南 (担当: 白根第一・白南中学校区) ☎373-6770
- 地域包括支援センターしろね北 (担当: 白根北・臼井中学校区) ☎362-1750
- 地域包括支援センターあじかた (担当: 月潟・味方中学校区) ☎372-5121

図書館情報

白根図書館 ☎372-5510 月潟図書館 ☎375-3001

- ▷読書会  
回 1月20日(日)午後2時から  
場 白根学習館2階ルーム2  
内 テーマ図書『ゴリラは語る』山極寿一著(講談社) 同 当日直接会場へ
- ▷おはなしのじかん  
回 1月10日・24日(木) 午前11時~同30分  
内 乳幼児から  
▷えほんのへや(絵本のよみかたり)  
回 毎週土曜 午前10時半~11時  
内 ボランティアによる読み語り

赤ちゃんタイム	白根図書館(おはなしのへや)	毎週土曜	午前11時~午後2時半
	月潟図書館(視聴覚室)	毎週木曜	午前10時~正午

健康

ウォーキング講座 ~基本から学ぼう~

- 回 2月5日・19日、3月5日(火) 午後1時半~3時半  
場 白根健康福祉センター  
内 全3回の講座でウォーキングの基礎知識から健康改善に適した方法まで学びます。  
講師 篠田浩子さん(健康運動指導士)、丸山由紀さん(健康運動指導士)  
入 南区民 先着30人  
持ち物 飲み物、運動しやすい服装、タオル、靴、筆記用具  
同 1月30日(水)までに健康福祉課へ ☎372-6385



献血にご協力を

- 回 1月14日(月・祝)午前10時~11時45分、午後1時~4時 同 イオン白根店  
持ち物 献血カード・献血手帳。初めての人は本人確認ができるもの(運転免許証など)  
協力団体 白根ライオンズクラブ  
同 健康福祉課 ☎372-6375

地域の茶の間助成制度をご活用ください

本市では、多世代の交流や助け合い、支え合う地域づくりを推進する拠点として、地域の茶の間を運営する団体に助成しています。助成金を活用し、高齢者だけでなく、子育て中の親子、障がいのある人、多世代での交流など、身近な地域で気軽に無理なく楽しく交流の輪を広げてみませんか?

対象は、市内に主たる活動拠点がある団体です。営利や趣味的な活動を主な目的とした団体は対象外です。

開催頻度	月1回以上	◇月2回以上	◆週1回以上
助成要件(参加人数)	おおむね10人以上		高齢者がおおむね10人以上
助成上限額(月額)	2,500円	5,000円	20,000円
相談窓口	南区社会福祉協議会		健康福祉課

◇は3年以内に開催頻度を週1回に移行するための事業計画書の提出が必要 ◆は、立ち上げ経費として上限200,000円の助成もあり

同 南区社会福祉協議会 ☎373-3223 健康福祉課 ☎372-6320



市民の 情報掲示板

- 住まいの無料相談  
回 1月15日(火)午後1時半~4時  
場 建築国保会館2階(中央区川岸町3)  
内 住宅の新・増・改築、建築関連工事全般、業者のあつせん 同 当日直接会場へ  
同 新潟地域住宅相談協議会 ☎266-6650
- 市民ジュニアスキーツアー  
回 2月3日(日) 午前7時出発  
場 五日町スキー場(南魚沼市)  
内 スキーツアーとスキー教室  
入 小学2年生以上 先着40人  
300円 大人6,500円、小人4,500円(保険料込み) レンタルスキー2,500円  
持ち物 スキーウェア、帽子、手袋など  
同 1月26日(土)までに電話で白根スキー

掲載を希望する場合は、2月3日号は1月8日(火)まで、2月17日号は1月22日(火)までに、掲載依頼票を提出してください(FAX可)。依頼票は南区役所ホームページ(本紙表紙参照)でダウンロードすることができます。※掲載は原則1回のみ

- クラブ 阿部へ ☎372-1045
- 胃内視鏡検診研究 協力者募集  
市医師会の胃内視鏡検診の実績が国に認められ、新潟市が、ピロリ菌感染の有無など個人のリスクに沿った、適切な検診間隔を検討する国の研究対象地域に選ばれました。この研究への協力者を募集しています。  
協力者は、血液検査(ピロリ菌検査、ペプシノゲン検査)が無料で受けられます。詳しくはお問い合わせください。  
参加条件 50~68歳で平成30年度に偶数年齢の、胃内視鏡検診を受けた人。ただし、胃の手術を受けた人を除く。  
同 胃内視鏡検診研究事務局(新潟市医師会内) ☎247-8900

《広告欄》