



育児相談会(予約制)

回 5月13日(木) ①9:30②9:50
③10:10④10:30⑤10:50
場 白根健康福祉センター
内 身体計測、保健師・助産師・栄養士による相談
内 乳幼児の保育者(各時間先着5人)
持 母子健康手帳、バスタオル
回 4月21日(水)～5月12日(水)に健康福祉課 ☎372-6375

妊婦歯科検診(予約制)

回 5月19日(水)①13:00②13:25③13:50
場 白根健康福祉センター
持 母子健康手帳、受診票
回 4月21日(水)～5月17日(月)に市役所コールセンター ☎243-4894

その他健診

対象の人には個別に案内を送ります。新型コロナウイルス感染防止のため、住所区以外での受診はできません

- 1歳誕生歯科健診 4月22日(木)
- ※健診後に「ブックスタート(絵本のプレゼント)」を実施
- 股関節検診 5月7日(金)
- 1歳6カ月児健診 5月12日(水)
- 3歳児健診 5月14日(金)

健康相談(予約制)

回 4月20日・5月18日(火)
場 午前9時～11時 南区役所
内 健康相談(禁煙相談も可)
持 直近の健康診断の結果(なくても可)
回 健康福祉課 ☎372-6385

はじめての離乳食(予約制)

回 5月13日(木) 場 午後1時45分～2時
場 白根健康福祉センター
内 離乳食の進め方(1時間程度)
内 生後4～5カ月の赤ちゃんの保育者先着10人
持 母子健康手帳、バスタオル
回 4月21日(水)～5月11日(火)市役所コールセンター ☎243-4894

健康・医療



乳がん検診 骨粗しょう症予防相談会

回 健康福祉課 ☎372-6385

乳がん検診 マンモグラフィ検査

○集団検診

回 5月28日(金) 午前9:30～11:30 午後1:30～3:30 場 白根健康福祉センター
内 職場などで受診機会のない40歳以上偶数年齢の女性。先着120人
持 持ち物 受診券、健康保険証、自己負担金、バスタオル

自己負担金

年齢	40歳	41～69歳	70歳以上
自己負担金	無料	1,000円	無料
その他	新潟市国民健康保険加入者は半額。市民税非課税世帯の人は無料(「無料券」が必要。検診日の2週間前までに申請)		

回 5月1日(土)から市役所コールセンター ☎243-4894

○施設検診

委託医療機関に予約。委託医療機関は受診券に同封の「検診いつ得?」に掲載。
※70歳以上の人は令和3年度に限り施設検診も受診できます

骨粗しょう症予防相談会

回 5月28日(金) 午前9:45～午後1:45(30分ごと) 場 白根健康福祉センター
内 骨密度測定と健康相談
内 18歳以上 各時間先着7人 ※骨粗しょう症で治療中の人は不可
回 5月1日(土)から市役所コールセンター ☎243-4894

子育て



子育てオーエンジャー☆みなみ

「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。南区内の児童センター・児童館、子育て支援センターなどで活動しています。お子さんと一緒にリラックスしませんか。

●ほっぺちゃんミニコンサート

回 5月27日(木) 午前10時から
場 白根児童センター
内 オカリナとピアノの演奏・音楽遊びなど
内 乳幼児とその家族 先着10組
回 同センター ☎372-0530



昨年度の様子



健康応援通信①

今年度も始まります!「はかろう体重!あるこう南区!大作戦」

健康寿命延伸を目的に始まった「はかろう体重!あるこう南区!大作戦」は6年目を迎えました。体重が歩数を30日分記録すると達成賞と交換できます。参加者からは「記録をすることで、食事の内容や歩数を気にするようになりました」など、生活改善に役立ったという声が多く聞かれました。

30日分体重か歩数を記録するだけ



「はかろう体重!あるこう南区!大作戦」の提出方法

- ①区役所、出張所、地域生活センター、市のホームページなどで記録表を入手する
- ②実施期間中に30日分の測定記録を付ける
- ③窓口・郵送・FAXで提出する
実施期間:11月30日(火)まで



(カード配布・提出場所) 区役所、各コミュニティ協議会事務局(地域生活センター・出張所)、白根健康福祉センター
(達成賞) スポーツ施設・文化施設・レストラン・観光農園などで使える割引券

「新しい生活様式」+「体重測定・歩数測定」を習慣に!

新型コロナウイルス感染症の拡大が収まらない中、手洗い・マスクの着用などの基本的な感染予防とともに、感染した時に重症化しない体づくりも大切です。肥満や生活習慣病などは重症化のリスクとなります。生活習慣を見直し、体重を量る・なるべく歩くなどできることから始めてみませんか。

回 健康福祉課 ☎372-6385

子育て



安産教室 充実したマタニティライフを

妊婦さんと家族が安心して出産を迎え、生まれてきた赤ちゃんにゆとりを持って接することができるよう安産教室を開催します。

場 白根健康福祉センター

回 令和3年8～11月に出産を予定している人(南区民に限る。先着10人)
※3回目のみ夫・パートナーの参加可

日程表

回	実施日	時間	内容
1	5/18(火)	13:30～15:00 場 13:15	お母さんと赤ちゃんの歯、妊娠中の経過と気を付けたいこと、妊婦体操
2	6/16(水)		妊娠中の栄養、お産の経過
3	7/20(火)	18:30～20:00 場 18:15	沐浴・子育てについて

回 4月21日(水)から健康福祉課 ☎372-6375

区政



第12回 南区自治協議会(概要)

場 市長との懇談会 ほか

※会議内容は、区ホームページや地域生活センターなど区内の公共施設で閲覧可能

【次回の自治協議会】 回 4月28日(水) 午後2時から 場 南区役所

傍聴 定員10人 場 地域総務課 ☎372-6605

募集



第14回 南区美術展覧会 出展作品を募集

回 6月2日(水)～7日(月) 午前9時～午後6時(7日は午後4時まで)

場 白根学習館

応募資格 南区及びその周辺に在住・在勤の人。中学生以下は不可

部門 日本画、洋画・版画、書道、写真、彫塑・工芸

出品数 1部門につき1人2点以内

出品料は1点につき1,500円(高校生は無料)

展示 出展作品は全て展示(書道は1点のみ)

表彰 部門毎に最優秀賞、優秀賞、奨励賞を決定

申し込み・搬入 5月20日(木) 午後3時～7時に白根学習館

場 地域総務課 ☎372-6604