



### 育児相談会(予約制)

回9月14日(木)①9:30②9:50③10:10④10:30⑤10:50 白根健康福祉センターなごみなみ 身体計測、保健師・助産師・栄養士による相談  
乳幼児の保育者 各時間先着5人  
母子健康手帳、バスタオル  
回9月13日(水)までに健康福祉課 ☎372-6395  
※妊娠や子育てについての相談はいつでも受け付けています

### 健康相談(予約制)

回8月29日、9月19日(火) 午前9時～11時 白根健康福祉センターなごみなみ 健康相談(禁煙相談可)  
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9月14日(木) 午後1時45分～2時 白根健康福祉センターなごみなみ 離乳食の進め方(80分程度)  
生後5カ月頃の赤ちゃんの保育者 先着10人 母子健康手帳、バスタオル  
回8月23日(水)～9月12日(火)に市役所コールセンター ☎243-4894

### 妊婦歯科健診(予約制)

回8月23日(水) ①13:00 先着15人 ②13:45 先着10人 白根健康福祉センターなごみなみ 母子健康手帳、受診票  
回8月21日(月)まで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。  
●股関節検診 9月6日(水)  
●1歳誕生歯科健診 9月7日(木)  
※健診後に「ブックスタート(絵本のプレゼント)」を実施  
●1歳6カ月健診 9月13日(水)  
●3歳児健診 9月15日(金)



### 秋期スポーツ教室 参加者募集

申込には事前に各施設窓口で「スポーツ教室会員登録」が必要です。回数や受講料などの詳細は問い合わせください。



### 白根カルチャーセンター ☎373-6311

回 窓口、電話、ホームページ(右上二次元コード)で同施設 ※先着順

教室名	期間	曜日	時間
フラダンス	10/2～11/27	月	13:30～14:30
ZUMBA(夜)	10/23～12/4	月	19:30～20:20
ルーシーダットン & セルフマッサージ	10/10～12/12	火	10:00～11:30
ストレッチヨガ(夜)	10/10～12/12	火	19:00～19:50
エアロビクス & 骨盤ダンス(夜)	10/23～12/6	水	20:00～20:45
ZUMBA(午前)	10/4～12/6	水	11:00～11:50
キッズヒップホップ②	10/25～12/6	水	17:00～18:00
ストレッチヨガ(午前)	10/5～12/14	木	10:00～10:50
エアロビクス & 骨盤ダンス(午前)	10/5～12/14	木	11:00～11:45
いきいき健康	10/5～11/30	木	14:00～15:00
太極舞(タイチーダンス)	10/5～11/30	木	20:00～20:45
骨格コンディショニング	10/6～12/8	金	10:30～11:30
ピラティス(夜)	10/6～12/8	金	20:00～20:45
ヨガ(午前)	9/16～11/4	土	10:30～11:30

### 味方体育館 ☎378-4528

回8月31日(木)までに窓口、電話、ホームページ(右上二次元コード)で同施設  
※定員を超えた場合は抽選

教室名	期間	曜日	時間
いきいき健康	9/11～12/4	月	13:30～14:30
バレトン	9/11～11/27	月	19:30～20:30
ルーシーダットン(タイ式ヨガ)	9/12～11/14	火	19:30～20:30
やさしい健康	9/13～11/15	水	13:30～14:30
卓球 初心者・中級者	9/7～11/30	木	10:00～12:00
フラダンス	9/14～11/16	木	19:30～20:30

### 白根図書館 ☎372-5510

●夏のスペシャルおはなし会  
回8月26日(土)

回	時間	対象
1	11:00～11:20	乳幼児向け
2	14:00～14:20	幼児から
3	14:30～14:50	

白根学習館 絵本の読み聞かせやストーリーテリングのおはなし会  
回当日直接会場へ

### 第5回 南区自治協議会

回 地域総務課 ☎372-6605

回8月30日(水) 午後2時から  
回 南区役所 傍聴 先着10人  
回 公設老人デイサービスセンターの見直しに対する回答について ほか  
※実施済みの会議の内容は、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



### 肺がん・乳がん検診・骨粗しょう症相談会

回 健康福祉課 ☎372-6385



#### 肺がん検診

回 受診券、個人記録票、健康保険証 回 40歳以上 回 検診車による胸部X線撮影(かくたん検査は感染予防の観点から実施しません) 回 無料

#### 9月の日程 予約不要

受付開始直後は混雑が予想されます。都合がつく人はそれ以外の時間に会場へ来て下さい。

検診日	会場	対象地区	受付時間
9月20日(水)	白根健康福祉センターなごみなみ	全地区	9:00～11:30

#### 乳がん検診 マンモグラフィ検査

回 集団検診 回9月28日(木) 午前9時半～11時半、午後1時半～3時半  
回 白根健康福祉センターなごみなみ 回 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 回 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8月29日(火)から市役所コールセンター ☎243-4894

回 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「検診いっ得」に掲載。※70歳以上の人は施設検診を受診できません。集団検診を利用して下さい

#### 骨粗しょう症予防相談会

回9月28日(木) 午前9時40分～午後2時10分(30分ごと) 白根健康福祉センターなごみなみ 回 骨密度測定と健康相談 回 18歳以上 各時間帯先着7人  
※骨粗しょう症で治療中の人は不可 回8月24日(木)から市役所コールセンター ☎243-4894

### 世界一短い電車旅

## 走れ!かぼちゃ電車 2023

片道50m 出発進行!



発車予定時刻		
10:20	13:00	15:00
11:00	13:40	15:40
11:40	14:20	16:20

昨年23年ぶりに走った「かぼちゃ電車」が今年も走ります。

回9月24日(日) 回 旧新潟交通電車線 月潟駅  
回 大人(中学生以上)200円、子ども(3歳～小学生)100円 ※3歳未満無料

回9月3日(日) 午前10時から予約受付開始、予約サイトから予約。詳細は保存会ホームページ(右二次元コード)で確認してください。

回 かぼちゃ電車保存会 ☎kaboden@hotmail.com  
※運休や時刻、その他内容を変更する場合があります



ホームページ



メール

### 南区と共にならぶ白高生!

県立白根高等学校・地域コーディネーター 織田さんが活動を紹介!します



1年生が探究の時間で取り組んだ「工作チャレンジ屋台」は今年も大盛況でした。何度も練習して準備しましたが、いざ本番になると緊張は最高潮に。それでも指導サポートとして、一生懸命に頑張りました。作品を完成させて喜ぶ小学生の姿を前に、生徒も達成感に満ちた良い表情を見せていました。



夏休み期間中の全校ボランティアでは、たくさんの「初めて」を経験しました。南区自治協議会提案事業の「みんなで宿題! 3days」を皮切りに、「地域包括支援センターあじかた」の吉江地区・月潟地区の「多世代交流企画」や、新飯田地区の「ふおうはあと」の「お寺で遊ぼう」「神社で遊ぼう」にも参加しました。初めての経験は、生徒にとって有意義なものになりました。



地域の人たちと一緒に手話を学ぶ今年で8回目の「手話体験講座」は、明日から2日間開催します。

《広告欄》

水の生き物で彩られた邸内で、涼やかな夏を体感して下さい 問 地域総務課 (☎ 37216621)