



健康相談(予約制)

回 12月19日(火)
 曜 午前9時～11時 場 南区役所
 内 健康相談(禁煙相談可)
 種 直近の健康診断の結果(なくても可)
 問 健康福祉課 ☎372-6385

はじめての離乳食(予約制)

回 12月7日(木) 曜 午後1時45分～2時
 場 白根健康福祉センターなごみなみ
 内 離乳食の進め方(80分程度)
 囚 生後5カ月頃の赤ちゃんの保育者
 先着10人 種 母子健康手帳、バスタオル
 問 11月22日(水)～12月5日(火)に市役所コールセンター ☎243-4894

ステップ離乳食(予約制)

回 12月5日(火) 曜 午後1時45分～2時
 場 白根健康福祉センターなごみなみ
 内 離乳食の進め方(80分程度)

囚 生後6カ月以降で2回食・3回食に進む赤ちゃんの保育者 先着10人
 種 母子健康手帳、バスタオル
 問 11月22日(水)～12月3日(日)に市役所コールセンター ☎243-4894

育児相談会(予約制)

回 12月7日(木) ①9:30②9:50③10:10④10:30⑤10:50 場 白根健康福祉センターなごみなみ
 囚 身体計測、保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士による相談
 囚 乳幼児の保育者 各時間先着5人 種 母子健康手帳、バスタオル
 問 11月22日(水)～12月6日(水)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

妊婦歯科健診(予約制)

回 12月19日(火) ①13:00 先着15人
 ②13:45 先着10人 場 白根健康福祉センターなごみなみ
 種 母子健康手帳、受診票 問 11月22日(水)～12月17日(日)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。
- 1歳6カ月健診 12月6日(水)
 - 3歳児健診 12月8日(金)
 - 1歳誕生歯科健診 12月21日(木)
- ※健診後に「ブックスタート(絵本のプレゼント)」を実施

スポーツ 冬期スポーツ教室 参加者募集

申し込み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

問 窓口、電話、ホームページ(右二次元コード。教室名(複数の場合全て)、会員番号、受講者氏名(ふりがな)、電話番号を記入)で同施設。 ※先着順

教室名	期間	曜日	時間	教室名	期間	曜日	時間
フラダンス	1/22～3/11	月	13:30～14:30	ストレッチヨガ(午前)	1/18～3/14	木	10:00～10:50
ZUMBA(ズンバ・夜)			19:30～20:20	エアロビクス&骨盤ダンス(午前)			11:00～11:45
ルーシーダットン&セルフマッサージ	1/16～3/12	火	10:00～11:30	いきいき健康	1/25～3/14	木	14:00～15:00
ストレッチヨガ(夜)			19:00～19:50	太極舞(タイチーダンス)			20:00～20:45
エアロビクス&骨盤ダンス(夜)	1/17～3/13	水	20:00～20:45	骨格コンディショニング	1/19～3/15	金	10:30～11:30
ZUMBA(ズンバ・午前)			11:00～11:50	ピラティス(夜)			20:00～20:45
キッズヒップホップ	1/17～3/6	土	17:00～18:00	ヨガ(午前)	2/3～3/2	土	10:30～11:30

催し 白根学習館まつり 芸能発表会

区内で活動する幅広い年代層の団体が、日ごろの活動成果を発表します。
 回 11月26日(日) 開場午前9時 開演午前9時半
 場 白根学習館
 内 バレエ、フラダンス、舞踊、コーラス、伝統芸能などを各団体が発表します
 問 白根地区公民館 ☎372-5533



免疫力アップ講座 参加者募集

保健師の話聞き、適度な運動をして免疫力アップを目指しませんか。
 回 12月20日(水) 午後2時～3時半 場 白根健康福祉センターなごみなみ
 内 区内在住の人 先着15人
 問 11月20日(月)～12月13日(水)に健康福祉課 ☎372-6385



くらし ごみに関するお悩みには AI(人工知能)にお任せください!

ごみの分別や収集日・粗大ごみ処理手数料など、ごみに関する質問にAIが自動で回答します。皆さんが利用するとAIは学習し、回答精度が増していきます。どんどん利用して、AIを育てましょう!



<利用方法> ※2通りの利用方法があります

LINE版
 右二次元コードから「新潟市ごみ関連チャットボット」を「友だち追加」してください。



WEB版(市ホームページ)
 右二次元コードを読み取り、ページ右下に現われるサイチョをクリックしてください。



- ★こんな質問に答えられます
- ・テレビの捨て方
 - ・○○町のごみカレンダー
 - ・小型家電の回収拠点
 - ・ボランティア清掃

南区と共にごんばる白高生!

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!



10月8日は全校ボランティアとして「赤い羽根共同募金」(南区社会福祉協議会)の活動に参加しました。区内の商業施設の出入り口で協力を呼び掛けるとたくさんの方が足を止め、協力してくれました。募金をしてくださった皆さんの温かい気持ちに触れ、生徒たちに「自分も協力したい」という新たな気持ちが生まれました。

赤い羽根共同募金

10月13日には1年生が総合的な探究の時間で、12月6日(水)に実施する「世代間交流イベント～Bridge!～」の広報活動のため、新飯田地区に行きました。昨年度の「しろみな塾(白根地区公民館主催・地域コーディネーター育成講座)」で、白高生が提案したイベントを今年度の1年生が全員で実施します。新飯田地区内6つの会場で、高校生が地域の人との楽しい交流の時間を用意します。新飯田地区の皆さん、白高生たちが来場をお待ちしています。

新飯田地区広報活動の様子

数量限定 白根大風合戦 カレンダー

2024年版 好評販売中!

「伝えたい思い」をテーマに各組の写真を掲載しています。

仕様 表紙を含む7枚つづり (縦562mm×横388mm)

価格 800円(税込)

販売場所 しろね大風と歴史の館 ☎372-0314

問 白根風合戦協会事務局(産業振興課内)

☎372-6505



大通保育園での 南区の実りをいただく日

9月にチンゲン菜、小松菜の小さな種をみんなで植えました。日に日に葉っぱは大きくなり、10月に待望の収穫を迎えました。成長した小松菜を見て「葉っぱの形、おもしろい!」「ハートの形みたい」と、感想を言いながら楽しそうに収穫をした子どもたち。乳児クラスのお友だちが、ちょっぴり小松菜が苦手と聞くと「野菜をたべよう!」のポスターを作ることにしました。小松菜を食べてもらえるような、とてもすてきなポスターが出来上がりました。



「みなみく妖怪大図鑑」ホームページはこちらから↓

