

3月の健康カレンダー

健康福祉課 ☎372-6375

健康相談(予約制)

☎ 3月19日(火)
 午前9時～11時 南区役所
 健康相談(禁煙相談も可)
 直近の健康診断の結果(なくても可)
 健康福祉課 ☎372-6385

はじめての離乳食(予約制)

☎ 3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
 2月21日(水)～3月12日(火)に市役所
 コールセンター ☎243-4894

育児相談会(予約制)

☎ 3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
 2月21日(水)～3月13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

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 3月6日(水)
- 1歳誕生歯科健診 3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 3月13日(水)
- 3歳児健診 3月15日(金)



春期スポーツ教室 参加者募集

白根カルチャーセンター ☎373-6311

☎ 窓口、電話、ホームページ(右二次元コード)で同施設
 ※申し込みには事前に同館窓口で「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

教室名	期間	曜日	時間
ヨガ(午前)	4/1～5/27	月	10:30～11:30
フラダンス	4/1～6/3		13:30～14:30
ZUMBA(ズンパ・夜)			19:30～20:20
ナイター初心者テニス	4/8～6/10	火	19:20～21:00
姿勢改善エクササイズ	4/9～5/28		10:00～11:30
ストレッチヨガ(夜)	4/9～6/11		19:00～19:50
エアロビクス&骨盤ダンス(夜)		20:00～20:45	
ZUMBA(ズンパ・午前)	4/3～6/12	水	10:30～11:20

教室名	期間	曜日	時間
キッズヒップホップ(入門クラス)	4/17～6/12	水	17:00～18:00
ストレッチヨガ(午前)	4/11～6/13	木	10:00～10:50
エアロビクス&骨盤ダンス(午前)			11:00～11:45
いきいき健康	4/25～6/13	金	14:00～15:00
太極舞(タイチーダンス)	4/11～6/13		20:00～20:45
骨格コンディショニング	4/19～5/31		10:30～11:30
ピラティス(夜)	4/5～6/14		19:30～20:15

冬季に休止していた枝葉・草の収集を3月から再開します

「枝葉・草」とは?

- ①剪定した枝・木
- ②剪定した葉、落ち葉
- ③庭で刈った草・花

出し方


- ①枝・木 ひも結束
1本の太さは直径15cm以内
1束の太さは直径30cm以内 1本あたり長さ1m以内
- ②葉・草
無色透明または無色半透明のポリ袋に入れてください(肥料袋などは使えません)。土・砂をしっかりと落として、口は縛る。

収集しないもの

- 色が変わった竹 ●くだもの、野菜、球根 ●野菜の茎、つる
- 石・土・砂 ●廃材(ベニヤ板・角材など)、木製品、竹垣などに使用した竹 ●雪囲い用品(縄・竹・むしろなど) ●紙くず、吸い殻 ●軍手など


※農業や造園業、事務所から出るものは出せません。処理業者に依頼するか処理施設に搬入してください。詳しくは市のホームページ(右二次元コード)から

☎ 区民生活課 ☎372-6145



南区地域福祉アクションプラン推進委員会 公募委員を募集

主な役割	南区地域福祉アクションプラン(南区地域福祉計画・地域福祉活動計画)に基づき、南区の総合的な地域福祉の推進について意見を述べる	
任期	3年(令和6年4月1日～令和9年3月31日)	
会議開催	年2回を予定(平日昼間2時間程度) 会場:白根健康福祉センターなごみなみ 1回につき3,000円の報償費あり	
応募資格	令和6年4月1日時点で、次の全ての要件を満たしている人 ①南区内在住で、満18歳以上の人 ②新潟市職員及び新潟市議会議員ではない人 ③新潟市の附属機関などの委員ではない人	
応募方法	住所・氏名・生年月日・性別および電話番号を記載したものに「南区の地域福祉推進における課題」をテーマとした作文(800字以上1200字以内)を添えて直接持参するか、郵送・ファックス・メールで応募 ※メールの場合は、確認メールを返信します。3日以内(閉庁日を除く)に返信がない場合は問い合わせてください	
募集人数	1人	応募期限 3月18日(月)
選考方法	「南区地域福祉アクションプラン推進委員会公募委員選考委員会」で選考	
問い合わせ・応募先	〒950-1292 新潟市南区白根1235番地 南区役所 健康福祉課 地域福祉・高齢介護グループ TEL:372-6302 FAX:372-4033 E-mail:kenko.s@city.niigata.lg.jp	



南区防災セミナー開催

☎ 地域総務課 ☎372-6431


幅広い世代に防災意識の普及と啓発をするため、防災セミナーを開催します。

☎ 2月27日(火) 午後2時～4時 白根学習館 300人 当日直接会場へ

内容

講話1 テーマ 「近年の気象災害と防災情報の活用法」
 講師:向登 康二郎さん(気象予報士・お天気キャスター)

講話2 テーマ 「災害ボランティアセンターとは」
 講師:土田 聖人さん(南区社会福祉協議会災害ボランティアセンター担当)



第10回 南区自治協議会

☎ 地域総務課 ☎372-6605

☎ 2月28日(水) 午後2時から 南区役所 傍聴 先着10人
 ※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

区内4会場で開催 定期露店市場

☎ 産業振興課 ☎372-6507

●新規出店者募集
 野菜や果樹、雑貨や衣類の販売など、幅広く利用できます。1日限りや季節限定の出店も可能です。希望する人は問い合わせください。
 ☎ 4月1日(月)～令和7年3月31日(月)

●お知らせ
 ○白根市場 2月29日(木)は通常開催。 ○新飯田市場 3月1日(金)は休み。

会場	開催日
白根市場	4・9の付く日
新飯田市場	5・0の付く日
庄瀬市場	1・6の付く日
月潟市場	2・7の付く日

矢代田駅前第1・2駐車場利用者を募集

駅で自家用車から電車に乗り換える「パークアンドライド※」のための駐車場です。通勤・通学でJR矢代田駅(秋葉区矢代田)を利用する人は活用してください。
 ※駅などで自家用車から公共交通機関に乗り換えて目的地に向かうシステムです
 ☎ 市内在住または市内に通勤・通学していて、矢代田駅を利用する人
 区画 月4,000円 ※利用月分を一括納入してください
 以下書類を窓口(〒956-8601 秋葉区役所建設課管理係 ※住所記載不要)、メール(kensetsu.a@city.niigata.lg.jp)で提出
 ①所定の用紙(市ホームページ「申請・届出の総合窓口」からダウンロード、秋葉区役所建設課に設置)
 ②自動車検査証の写し
 ③勤務先・通学先を確認できる書類(社員証・学生証などの写し)

☎ 同課 ☎0250-25-5690

期間後半は混雑が予想されるため、早めの来場をお願いします。地域総務課