



令和2年度 秋のスポーツ教室 in 岩室体育館

スクール名	開催日	時間	対象・定員
①岩室健康クラブ	9月2日～ 令和3年2月3日 (主に毎月第1・3水曜)	午後1時半～ 3時	60歳以上 先着30人
②はじめてのヨガ教室	9月1日～11月3日 (毎週火曜)	午前10時～ 11時	どなたでも 先着20人

内①リズムエクササイズや軽スポーツ、②ヨガの基本ポーズや呼吸法
 料①1回200円(全11回)、②1回600円(全10回)
 持ち物 ①運動できる服装、内履き、飲み物、マスク、②動きやすい服装、
 ヨガマット(貸出可)、飲み物、マスク
 申①、②ともに開催日前日の午後5時までに、電話で岩室体育館
 (☎0256-78-8705)へ

お知らせ版

日=日時 場=会場 内=内容 対=対象・定員
 料=参加費(記載のないものは無料) 問=問い合わせ
 申=申し込み(記載のないものは申し込み不要。当日直接会場へ)

感染症予防のため、催しなどに参加する際はマスクを持参し着用してください。

公民館

巻地区公民館 ☎0256-72-3329

■親子防災講座

災害時の行動や安否確認の方法などを記入する「防災ポケットメモ」を親子で楽しみながら作成し、災害時のとるべき行動について考えます。
 日9月26日(土)午前10時～11時半
 場同館
 講師 NPO 法人ワーキングウィメンズアソシエーション
 対小学生以上の親子 先着10組
 料130円(防災ポケットメモの代金)
 持ち物 筆記用具
 申あす7日(月)から18日(金)までに電話で同館へ

子育て

こころ広場 巻子育て支援センター

問0256-72-6240(どんぐりの舎)
 ●発育測定
 日9月8日(火)・9日(水)随時
 ●お誕生会
 日9月17日(木)午前10時半～11時
 申9月生まれのお子さんは9月15日(火)までに電話または直接同センターへ
 ●こころオカリナコンサート
 日9月29日(火)午後2時～2時半
 講師 かのかさん
 申電話または直接同センターへ(人数制限あり)

ほかほかコアラ 岩室子育て支援センター 問0256-82-2900

講座などは先着8組です。電話または直接同センターへ申し込んでください。
 ●赤ちゃん広場「秋・冬の過ごし方と感染症」
 日あす7日(月)午前10時～11時
 講師 健康福祉課 保健師
 ●育児講座「離乳食について」
 日9月9日(水)午前10時～11時
 講師 健康福祉課 栄養士
 ●作って遊ぼう「敬老の日のプレゼント作り」
 日9月14日(月)、15日(火)随時
 ●育児講座「保育園、幼稚園、こども園

ってどなたとこ？入園に向けて

日9月18日(金)午前10時～11時
 講師 斉藤裕さん(新潟県立大学教授)

さくらほ 巻のくち子育て支援センター 問025-375-5690

9月9日(水)・16日(水)は子育て支援行事のため、午前中は休館です。
 ●作って遊ぼう「トンボの眼鏡」
 日9月7日(月)～10日(木)随時
 ●リラックスヨガ
 日9月11日(金)午後2時半～3時10分
 講師 渡辺佳子さん(ヨガインストラクター)
 申直接または電話で同センターへ(人数制限あり)
 ●発育測定
 日9月14日(月)～17日(木)随時
 ●お誕生会
 日9月18日(金)午前11時～11時20分
 申直接または電話で同センターへ(人数制限あり)

あそびの山 岩室地域児童館 問0256-82-2169

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間、通常と異なる利用方法とします。詳細はホームページで確認してください。ご理解とご協力をお願いします。

お知らせ

潟東ゆう学館 浴室利用中止のお知らせ

浴室・浴槽清掃作業のため利用中止します。
 利用中止日 9月21日(祝)
 ※大広間・和室は利用できます
 問潟東ゆう学館(☎0256-86-2311)

献血(全血)のお知らせ

日10月2日(金)①午前9時半～11時45分、②午後2時～4時
 場①西蒲区役所、②福田道路株式会社技術研究所(西川第一産業センター)
 持ち物 献血手帳・カード、運転免許証などの身分証明書
 問健康福祉課健康増進係(☎0256-72-8372)

◆新規事業◆

令和2年度 西蒲区特色ある区づくり事業「ふれあい、支えあう子育て支援」親子の絆づくりプログラム



きょうだいが生まれた!

きょうだい生まれ、かわいさも大変さも感じながら毎日子育てをがんばっている。この講座はそんなお母さんのためのプログラムです。赤ちゃんと一緒に参加して、子育ての疑問や困ったことなど、お母さん同士で話し合い、楽しく交流しながら子育てについて学び、親子の絆を深めませんか。

期日	時間	内容
10月2日(金)	10時～正午	新しい出会い
10月9日(金)		子どもとの関わり方
10月16日(金)		子どもの心の発達と「しつけ」
10月23日(金)		私のストレス
10月30日(金)		親としてよりよく生きる

場 巻地域保健福祉センター
 対 西蒲区在住の第2子以上の2～5か月の乳児とその母親 先着10組程度
 ※幼児期(就学前児)の上のお子さんがある人が対象です
 ※参加は乳児と母親のみとなります
 ※上のお子さんの保育あり(希望者は事前に申し込んでください)
 申 電話で健康福祉課児童福祉係(☎0256-72-8369)へ

排水設備設置資金融資制度について

下水道への接続や公設浄化槽を設置する場合に、工事費を金融機関で借り入れた際の利子を市で負担します。事前に問い合わせください。
 貸出金額 100万円
 利率 無利子(市が負担)
 償還方法 60カ月以内で元金均等
 問 西部地域下水道事務所普及推進室(☎025-370-6372)

相談

行政書士無料相談会

相続・遺言・エンディングノートについて、行政書士が無料で相談に応じます。
 日①9月9日(水)午後3時～4時、②10月14日(水)午後2時～3時、③10月14日(水)午後3時～4時
 対 各先着1組
 問 電話で西川図書館(☎0256-88-0001)へ

催し

傾聴講座「はじめの一歩は聴くことから」

日①10月2日(金)午後1時半～3時半、②10月14日(水)午後1時半～3時、③10月29日(木)午後1時半～3時半
 ※全3回、③はフォローアップ研修
 場 巻ふれあい福祉センター
 講師 ①②遠藤道子さん(NPO法人こころネットワーク)、③富岡五子さん(傾聴ボランティア陽だまり)
 対 傾聴ボランティアに関心のある人 先着20人
 申 9月28日(月)までに電話で西蒲区社会福祉協議会(☎0256-73-3565)へ

西蒲区社会福祉協議会 ひきこもり～本人・家族の声～

ひきこもりを体験した人やその家族から生の声・体験談を聞き、引きこもりについてともに考えましょう。長年ひきこもりに関する研究を行う大学教授や市の専門職員との質疑応答など、会場参加型で学びます。
 日9月27日(日)午後2時～4時(受付:午後1時半～)
 場 巻地区公民館

講師 斎藤まさ子さん(長岡崇徳大学教授)
 対 先着50人
 その他 開催日当日は、37.5度以上の発熱など体調不良の人は参加を控えてください。会場入口での手指消毒や問診票記載などへの協力をお願いします。
 申 9月28日(月)までに電話で同協議会(☎0256-73-3356)へ

にいがた女(ひと)と男(ひと)フェスティバル2020

■ワークショップ「お花のパワーで自分らしさを取り戻そう」
 イライラしたり、不安になったり、だれもが感じる気持ちに働きかけるお花のエッセンス「パッチフラワーレメディ」を使い、自分だけのオリジナルボトルを作りましょう。
 日10月4日(日)午前9時45分～11時45分
 場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2)
 講師 山田乙葉さん(日本フラワーレメディ認定講師)
 対 先着15人
 保育あり 生後5か月～小学校低学年までの乳幼児 先着5人程度
 ※詳しくは問い合わせください
 料 2,000円(オリジナルボトル代含む)
 申 10月3日(土)までに電話でパッチボタニクスフラワーレメディにいがた 山田(☎090-6357-9655)へ
 ■講演会「スポーツから考える男女共同参画～女性アスリートがスポーツ界で期待される理由～」

日本のスポーツ分野における女性アスリートの活躍がなぜ期待されるのか。女性の指導者、役員などの育成が抱える課題とは何か。スポーツ分野にとどまらず、社会全体の女性活躍に関する取り組みへのヒントが見つかるかもしれません。
 日10月25日(日)午前10時～正午
 場 新潟ユニゾンプラザ(中央区上所2)
 講師 小笠原悦子さん(順天堂大学女性スポーツ研究センター センター長)
 対 先着120人
 申 9月23日(水)から電話で公益財団法人新潟県女性財団(☎025-285-6610)へ

〈広告欄〉