

ゆいぽーとの催し(中央区二葉町2)

問同施設(☎025-201-7530)
1 ワークショップ アメリカ先住民の詩集を基に詩を作る 日10月3日(日)14時~16時 定先着10人
2 飛び出すカード作り 日10月17日(日)9時半~12時 定10組(2人1組) ¥1,000円
3 たき火で焼き芋体験 日11月7日(日)13時半~15時半 定8組(2人1組) ¥800円
▶対小・中学生と保護者(1)小学生以上) 申1は9月22日(水)9時から、2は10月10日(日)、3は17日(日)までに電話で同施設

市児童センター(中央区東万代町) 10月の催し

問同センター(☎025-246-7715)
1 秋のミニ運動会 日6日(水)10時半~11時20分 定先着10組
2 パパと遊ぼう 日10日(日)10時半~11時20分 定先着10組
3 わらべ歌遊びと育児相談 日13日(水)10時半~11時20分 定先着10組
4 将棋教室 日16日(土)13時半~15時 定10人
5 親子遊び 日20日(水)10時半~11時20分 定先着10組
6 ベビータッチング 日21日(木)10時半~12時 定先着6組
7 六角返し作り 日23日(土)13時半、14時15分 ※各45分 定各回先着8人
8 おしゃべりサロン 日26日(火)10時半~11時 定先着5組
9 ハロウィン遊び 日27日(水)10時半~11時20分 定先着10組
10 英語遊び 日28日(木)11時~同30分 定先着6組
11 ギター教室 日30日(土)10時半~12時 定先着6人
▶対1①5⑨1歳半~3歳の子と保護者21歳半~就学前児と男性保護者3⑧1歳半までの子と保護者4⑪小学生6令和3年5~7月生まれの子と女性保護者75歳~小学生(就学前児は保護者同伴)103歳以下の子と保護者 ¥無料(⑥200円) 申9月23日(祝)13時から(4)は10月3日日曜までに電話で同センター

天寿園(中央区清五郎) 雪割草植樹会



日10月7日(木)10時~12時 定先着15人 ¥500円
申9月22日(水)10時から電話で同施設(☎025-286-1717)

マリニピア日本海(中央区西船見町) 10月の催し

申各申込期限(必着)までに、はがきに基本事項を記載し、〒951-8555(住所不要)、同施設(☎025-222-7500)へ ※当選者のみ各申込期限の2日後に案内を発送

舟で水草刈りと泥上げ体験

日10日(日)9時半~15時
対小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴) 定20人 ¥無料
申込期限9月28日(火)

水槽写真教室 日30日(土)

時初級...9時半~16時45分▷中・上級...13時半~16時45分
対カメラを持参できる高校生以上 定各10人 ¥500円(別途要入館料) 申込期限10月19日(火)

子育て応援ひろば(中央区西堀通6) 10月の催し

¥無料 申9月22日(水)から電話で同施設(☎025-226-7730) ※各30分
◇演奏会 日10日(日)14時
■ふれあい遊び 日12日(火)11時
■リトミック 日21日(木)11時
◆ベビーマッサージ 日24日(日)14時
■パネルシアター 日26日(火)11時
▶対小学3年生以下(◆は生後2~12カ月)と保護者 定各5人(◇8人◆6組) ※各先着

中央卸売市場(江南区茗荷谷) 花き模擬せり体験

日10月16日・30日(土)10時、11時半 ※各1時間 対小学生以上(中学生以下は保護者同伴) 定各回30人 ¥500円(土産付き)
申9月30日(木)までにメール(ichiba@city.niigata.lg.jp)で基本事項(希望の回は第3希望まで)、参加者全員(4人まで)の年齢を同施設(☎025-257-6767)へ ※10月6日に抽選結果を連絡

坂口安吾生誕祭

日10月20日(水)
問文化政策課(☎025-226-2631)
■安吾のふるさとを歩く
時10時~11時半 集安吾 風の館(中央区西大畑町) 定先着20人 ¥500円
申9月22日(水)9時から電話で同課
■講演と鼎談
時13時半~16時15分 場りゅうとぴあ(中央区一番堀通町) 定先着250人 ¥無料
申9月24日(金)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

西区 秋の大野町商店街と中ノ口河畔のまち歩き

日10月23日(土)10時~12時半
集解黒埼出張所 定15人 ¥500円
申10月12日火曜(必着)までに、はがきに基本事項、参加者全員の郵便番号・住所・電話番号・年齢を記載し、〒950-2097(住所不要)、西区役所農政商工課(☎025-264-7623)へ ※当選者のみ10月14日までに案内を発送

プロのマンガ家を目指す人へ オンライン編集部添削会

日11月28日(日)、12月4日(土)・5日(日)11時~16時 場市役所ふるまち庁舎 編集部(株)講談社月刊少年マガジン編集部、ほか14編集部
対中学生以上 ¥無料 ※申し込み方法など詳しくは市HPに掲載
問文化政策課(☎025-226-2566)

市政参画コーナー

附属機関などの会議

次の会議の開催を予定しています。日程など詳しくは市HPに掲載しています。



市HPから 会議の開催予定 検索

- 農業振興地域整備審議会小委員会 日9月29日(水)
問農林政策課(☎025-226-1764)
男女共同参画推進センター運営委員会 日10月1日(金)
問同センター(☎025-246-7713)
障がい者地域自立支援協議会全体会 日10月12日(火)
問障がい福祉課(☎025-226-1247) ※手話通訳、要約筆記、点字資料が必要な人は9月28日(火)までに電話またはFAX(025-223-1500)で同課へ

その他の会議

次の会議の開催を予定しています。詳細や最新の情報は市HPに掲載しています。



- 1 教育委員会定例会 日9月28日(火)
問教育総務課(☎025-226-3149)
2 農業委員会定例総会 日9月30日(木)
問中央農業委員会事務局(☎025-382-4964)

附属機関などの委員募集

最新の情報は市HPに掲載しています。



市HPから 委員の公募 検索

ご意見・ご提案(パブリックコメント)

今後の募集予定は市HPに掲載しています。



市HPから パブリックコメント 検索

健康寿命を延ばそう

9月は食生活改善普及月間

生活習慣病の予防には食生活と運動が大きく関係し、中でも食生活の改善が重要です。

自宅で過ごす時間が増えた人も多いと思います。この機会に食生活を見直してみませんか。



減塩を意識し、主食・主菜・副菜をそろえてバランス良く食べ、健康寿命を延ばしましょう。

問健康増進課(☎025-212-8166)

食生活改善普及運動とは

食生活の改善の重要性を広め、伝えていく運動です。

食推さんが考案したレシピを「新潟市公式クックパッド」で公開中



クックパッド 新潟市 検索

新潟市では「食生活改善推進委員」と連携して同運動を実施しています。同委員は通称「食推さん」と呼ばれるボランティアで、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンにさまざまな活動を行っています。

■主な内容

- ・小学校や中学校での食育料理教室
・生活習慣病予防を学ぶ料理教室
・料理のレシピ開発 ほか

食生活を改善するためのポイント

- 1. 食事をおいしく、バランス良く
2. 毎日プラス1皿の野菜
3. おいしく減塩1日マイナス2g
4. 毎日の暮らしにwithミルク

※出典：厚生労働省HP

