

健康・福祉ガイド

妊娠・出産・子育て

健康福祉課健康増進係 ☎25-5685

安産教室 ※要申し込み

時間 1回目 午後1時半～3時45分
2回目 午後6時半～8時45分
(受付は開始15分前から)

会場 新津健康センター1階 母子保健室

定員 18組

対象	1回目	2回目
2月～3月出産予定の人	10/24(木)	11/28(木)
4月～5月出産予定の人	12/26(木)	1/23(木)

各種検診案内

健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

乳がんマンモグラフィ集団検診日程

※要申し込み

検診日	受付時間	会場	定員	予約開始日
11/13(水)	①② ③④	新津健康センター	124人	10/13(日)
11/28(木)	①②			10/27(日)

受付時間 ①午前9時半～10時半
②10時半～11時半 ③午後1時半～2時半
④午後2時半～3時半

申し込み 市役所コールセンター ☎025-243-4894

1人で悩んでいませんか?

認知症介護者のつどい

日時 10月10日(木) 午後1時半～3時

会場 新津健康センター3階

介護している人が集まって、日々の悩みや苦勞など、介護のコツを話し合う場です。※申し込み不要

参加費 200円(お茶代など)

問い合わせ 末武さん ☎24-6496

※地域包括支援センター(にいつ日宝町、新津、こすど)が運営に協力しています

健康づくり

健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

半日1回でよくわかる!

健康ミニ教室 ※要申し込み

日時 10月15日(火)午前9時半～11時半
(受付は午前9時15分～9時25分)

会場 秋葉区総合体育館 研修室

定員 先着20人

内容 よくわかる検査値の見方の話、すぐに役立つ食事・運動の話と実践

持ち物 健康診断の結果、筆記用具、内ばき、飲み物

申し込み期限 10月10日(木)

※にいがた未来ポイント対象事業

笑顔健康クッキング ※要申し込み

開催日	会場	申し込み期間
11/6(水)	荻川コミュニティセンター	10/9(水)～10/30(水)

時間 午前9時半～午後0時半
(受付は午前9時15分から)

内容 講話と調理実習

テーマ 筋肉を元気に! 簡単クッキング

定員 先着20人

参加費 400円

持ち物 エプロン、三角きん、ふきん、台ふきん

※にいがた未来ポイント対象事業

(主催) NPO法人あきはあすなろ会

家族が元気になるために～語り合いの場

日時 10月19日(土) 午後2時～4時
※毎月第3土曜開催

会場 新津健康センター2階

家族の精神疾患や障がいについて悩んでいるけど、誰にも話せない…。同じ悩みを持つ人同士で、心の内をお話してみませんか。

問い合わせ 地域活動支援センター いしずえ ☎25-2660

にいつ子育て支援センター

育ちの森

開館日 毎週月曜～金曜、土曜(午前のみ)

開館時間 9:00～12:00、13:00～16:00

※月曜午前・水曜午前・木曜午後…ベビー(1歳7カ月未満)対象

※火曜午後のみ3歳11カ月までの入園しているお子さんの利用可

☎21-4152 セミナー受付時間9:00～17:00

ホームページ <http://www.sodatinomori.server-shared.com/>

「みんなで楽しくリトミック」
日時 10/8(火)・15(火) 11:10～

「赤ちゃんのへや」
日時 10/9(水) 10:20～

29年度生まれ限定日
日時 10/11(金)午前

対象 H29.4.2～H30.4.1生まれ
※対象の親子・下のきょうだい参加可

「ママと一緒にフラダンス」
日時 10/18(金) 10:20～

タッチケアセミナー ※10/11(金)受付開始
日時 11/11(月) 10:00～11:10
対象・定員 ハイハイする前の赤ちゃんとお保護者・10組

参加費 200円

自己肯定感を育む「子育てハッピーセミナー」
※10/15(火)受付開始
日時 11/15(金) 10:00～11:50
対象・定員 0歳～おおむね2歳・8人

参加費 200円 ※保育利用料別途700円

アキハで子育てサポート事業(参加無料) 問い合わせ: 育ちの森

ベビーサロン「小児科ドクターに聞いてみよう! 子どもの病気の対応など」
日時 10/10(木) 14:00～

遊ぶ・学ぶ・パパと一緒に「パパにおすすめの絵本&相談タイム」
日時 10/19(土) 10:00～

ベビー&ママセミナー
※10/21(月)受付開始
日時 ①11/20(水)②11/27(水)③12/4(水) 10:00～11:50

内容 ママ同士で交流、タッチケア、情報交換

対象・定員 市内在住の2019年6～8月生まれの赤ちゃんとお保護者・10組

※第1子のみ

お知らせ

日=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員
円=参加費(記載のないものは無料)
申=申し込み 問=問い合わせ

課題解決きらめきサポートプロジェクト「新津川おかえり*灯りプロジェクト」

灯籠づくりワークショップに、どなたでも参加できるようになりました。

日 10月13日(日)午後2時～3時半
場 新津第二小学校 体育館

人 先着99組(小学生以下は要保護者同伴)

日 10月10日(木)までに新津東部コミュニティ協議会 ☎・FAX 23-0780、メール niitsu.toubu.com1@fork.ocn.ne.jp

※詳細はお問い合わせ下さい

体育の日 施設無料開放デーと無料体力測定のご案内

日 10月14日(月・祝)午前9時～午後5時
場 秋葉区総合体育館

内 マシンコーナー、ランニングコース、アリーナA・B・C面の無料開放、無料体力測定の実施

※詳細はお問い合わせください

問 同館 ☎25-2400

企画展示「人と植物のかかわり2 コーヒーとチョコレート」

日 ①第1幕 珈琲物語 10月14日(月・祝)まで開催中

②第2幕 チョコレート物語 10月16日(水)～11月17日(日)

①②ともに午前9時半～午後4時半

場 新潟県立植物園 観賞温室

内 ガイドツアーや各種セミナーを実施・毎週日曜は中学生以下の先着100人にチョコレートをプレゼント・10月6日(日)はチョコレートとコーヒーを振る舞います(無料)

※詳細はお問い合わせください

円 大人200円、65歳以上150円、高校生・学生100円、中学生以下無料(入館料)

問 同園 ☎24-6465

新津図書館シアター

日 10月16日(水)午後1時半(開場は午後1時)

場 新津図書館2階 研修室

人 高校生以上・先着50人

上映作品 「人生、いろいろ」(112分)

問 同館 ☎22-0097

小学1～2年生運動教室

いろいろなスポーツの動きの基礎を楽しく学ぶプログラムです。

日 10月21日、11月25日、12月16日(月) 午後5時15分～6時15分(全3回)

場 新津B&G海洋センター

人 小学1・2年生・先着15人

円 1回500円

日 10月8日(火)午前9時から同センター ☎23-4800

「秋葉区」石油のまちとしてのあゆみ

日 10月27日(日)午後2時～3時半

場 新津図書館2階 研修室

人 先着50人

内 明治から昭和にかけての秋葉区の石油の歴史

日 10月23日(水)までに同館 ☎22-0097

秋季秋葉区婦人バレーボール大会

日 11月3日(日・祝)午前9時半から(受付は午前9時から)

場 秋葉区総合体育館

人 区内に在住・勤務する既婚または35歳以上の女性

円 1チーム3,000円(秋葉区バレーボール協会登録チームは無料)

代表者会議
10月16日(水)午後7時半から新津地区市民会館 第3会議室で開催

日 10月15日(火)までに所定の参加申込書に必要事項を明記のうえ、秋葉区総合体育館(〒956-8601 程島2009番地、FAX 25-2401)

問 同協会の坂爪さん ☎24-6603

秋葉区 ボウリング大会

日 11月3日(日・祝)午前10時から(受付は午前9時半から)

場 五泉ファミリーボウル(五泉市木越)

競技 個人戦(3ゲームトータル、ヨーロッパ方式)

円 一般1,500円、小学生～高校生1,000円(別途貸靴代300円)

日 11月1日(金)までに五泉ファミリーボウル ☎43-1688

課題解決きらめきサポートプロジェクト 生ごみ再生! 土づくりワークショップ

家庭から出る野菜くずを使って簡単にできる土づくりを行います。

日 11月8日(金)午前10時～正午

場 八帖二間(新津本町2-1-27)

人 先着15人

円 1,500円(野菜栽培キット、ジェラート付)

日 11月1日(金)までに①氏名②電話番号を明記し、NPO法人 にいがた農えん隊 (メール tomorrow.asukai@gmail.com)

問 NPO法人 にいがた農えん隊の小林さん ☎090-7403-7356

「子育て充実プロジェクト～コミュニケーションが育む子どものココロ～」

日 11月21日(木)午前10時～正午

場 新津地区公民館 研修室305

内 親子のコミュニケーション改善講演会

講師 櫻井美奈子さん (ハートフルコミュニケーション)

人 就学前の子どもを持つ保護者、または関心のある人・先着20人

※無料保育先着10人

日 10月9日(水)～30日(水)午前9時～午後5時に同館 ☎22-9666

第13回 秋葉区美術展覧会 作品募集

11月23日(土・祝)～12月1日(日)に新津美術館にて開催する第13回秋葉区美術展覧会の作品を募集します。

募集部門	日本画、洋画、版画、彫刻、工芸、書道、写真 ※未発表作品に限る
応募資格	区内に在住、勤務、通学する高校生以上の人(1人2点まで)
出品料	一般1点1,500円、2点2,000円 高校生1点500円、2点1,000円
出品方法	11月16日(土)午前9時～正午に出品書と出品料を添えて、作品と一緒に新津美術館に搬入 ※事前申込不要

問 新津地区公民館 ☎22-9666

※募集要項・出品書は、新津地区公民館、秋葉区役所、新津美術館などに設置

クマに気をつけましょう!



秋はクマの活動期です。生ゴミや収穫しきれなかった果樹などはクマを引き寄せてしまうので、適切に片付けましょう。クマの目撃情報は新潟県ホームページ(<http://www.pref.niigata.lg.jp/>)で確認することができます。

問い合わせ 区民生活課 ☎25-5678

電話番号(☎)は市外局番0250を省略しています。