

…長年の地域活動を称えて…

自治会長・町内会長に 感謝状を贈呈



11月26日、新潟市民プラザで「令和元年度 中央区自治会長・町内会長感謝の集い」を開催しました。

より良い地域社会を作るための先導役として尽力してきた、勤続10年と20年の自治会長・町内会長の皆さんに、渡辺区長が感謝状と記念品を贈り、日頃の活動に対してお礼の言葉を述べました。

学二第四区町内会の会長を20年務めた上野良典さん=写真前列左から2番目=は、「お世話になったご近所の方々への恩返しと思い、引き受けた町内会長でしたが、あっという間に20年が過ぎていました。子どもたちの見守り、振り込め詐欺対策など様々な活動を続けてこられたのも、地域の皆さんの協力のおかげですね」と笑顔で話しました。

自治会長・町内会長永年勤続被表彰者(敬称略・50音順)

[20年] 上野良典(学二第四区町内会)、笠井武(営所通二番町町内会)

[10年] 阿部嘉夫(芳原三丁目町内会)、磯部博(田中町三区自治会)、伊藤正美(古町四番町町内会)、内山廉介(アパガーデンコート万代自治会)、榮森征行(西大畑町第三区・南大畑町自治会)、小暮昭(古町一自治会)、後藤敏男(西湊町通一町内会)、齋藤啓(上所第一自治会)、佐野正紀(上近江3丁目自治会)、鈴木慧一(美の里自治会)、関谷正雄(日吉町自治会)、千明芳徳(古町通十三番町第二町内自治会)、中村哲(米山三丁目駅南ハイツ自治会)、細川聖(上近江二丁目自治会)、本田雄三(横七番町五丁目自治会)、丸山建吾(文京町自治会)、ほか2名

年末年始のごみ収集のご案内

■燃やすごみの特別収集は12月31日(火)です

収集時間 午前地区は午前9時まで、午後地区は正午まで。

※12月30日(月)までは通常収集です。来年1月1日(祝)～3日(金)は収集を行いません。

■ごみの自己搬入

12月31日(火)正午まで受け付けています。年始は4日(土)から受け付けます。年末年始は混雑が予想されます。

☑ 祝休日を除く月曜～土曜日の午前8時30分～午後4時(午後0時15分～1時を除く。土曜日は午後3時まで)

📍 新田清掃センター(西区笠木3644-1、☎263-1416)、亀田清掃センター(江南区亀田1835-1、☎382-4371) ※廃棄物処理手数料が必要

対象のごみ 燃やすごみ、燃やさないごみ、粗大ごみ

■古紙、古布・古着はリサイクルへ

古紙、古布・古着は、拠点回収場所へ出すと資源としてリサイクルされ、処理手数料はかかりません。

年末の大掃除のあとは下記の拠点回収を利用し、ごみの減量やリサイクルの推進にご協力ください。 ☑ 市廃棄物対策課(☎226-1407)

回収場所	古紙	古布・古着	回収日時
・市役所白山浦庁舎駐車場 ・東出張所・南出張所 ※青いのがりが目印	○	×	毎週土曜日9:00～12:00
市役所白山浦庁舎(1号棟裏)	×	○	祝休日を除く月～金曜日の9:00～17:00 ※12/29～1/3は休み
エコプラザ (東区下木戸3-4-2、☎270-3009)	○	○	月曜日を除く毎日9:00～17:00 (月曜日が祝休日の場合は翌日休み) ※12/29～1/3は休み

【回収品目と出し方(一般家庭から出たものに限ります)】

※古紙類は、新聞、雑誌・雑がみ、段ボール、紙パックに分別して出してください。
※古布・古着は、洗濯済みの衣類(綿、羊毛、絹、皮革、麻、化学繊維)、パンツ・靴下を除く肌着類、カーテン(レースを含む)、ハンカチ、スカーフ、毛布、シーツ、和服帯、帽子が出せます。

■廃食用油の回収

家庭から排出される廃食用油は、毎月1回の拠点回収をご利用ください。回収した廃食用油は、鶏用飼料や有機肥料の原料、農業用の暖房燃料としてリサイクルされます。

☑ 毎月第1土曜 午前9時～正午

📍 市役所白山浦庁舎駐車場、東・南出張所 ☑ 市環境政策課(☎226-1357)

…年末年始の証明書発行の窓口および救急医療の診療日時などについては、
…今号の市報にいがた4面に掲載しています。

ごみ出しルールを守りましょう

■ごみの分別・ごみ出し日・ごみ出し時間を守りましょう

「ごみ分別百科事典」や「家庭ごみの分け方・出し方」を参考にごみと資源を正しく分別し、「家庭ごみ収集カレンダー」でごみ出し日とごみ出し時間を確認して出しましょう。

また、「家庭ごみの分け方・出し方」は、外国語版(英語・中国語・ロシア語・韓国語)も用意しています。

これらは、区役所窓口で配布しているほか、市ホームページからダウンロードすることもできます。

■ごみは地域の決められたごみ集積場に出しましょう

ごみはお住いの地域の決められたごみ集積場に出してください。また、事業所から出るごみは地域のごみ集積場には出せません。

ごみ集積場は、設置した地域の人などが管理しています。心ないごみ出しは多くの人に迷惑をかけるので、ごみ出しルールを守りましょう。

☑ 窓口サービス課生活環境係(☎223-7168)

**不法投棄は
犯罪です!**

中央区役所の窓口などの 電話番号一覧	窓口サービス課	証明	☎ 223-7106	健康福祉課	地域福祉担当	☎ 223-7252	保護課	管理係	☎ 223-7340	東出張所	☎ 241-4111	
		届出・申請	☎ 223-7126		障がい福祉係	☎ 223-7207		保護第1係	☎ 223-7315		南出張所	☎ 283-0406
		戸籍	☎ 223-7139		高齢介護担当	☎ 223-7216		保護第2係	☎ 223-7305		入舟連絡所	☎ 222-6746
		給付係	☎ 223-7149		児童福祉係	☎ 223-7230		保護第3係	☎ 223-7325		関屋行政サービスコーナー	☎ 266-4938
		保険料係	☎ 223-7154		こども支援係	☎ 223-7236		保護第4係	☎ 223-7331		東地域保健福祉センター	☎ 243-5312
	地域課	生活環境係	☎ 223-7168	健康増進係(母子)	☎ 223-7237	保護第5係	☎ 223-7351	南地域保健福祉センター	☎ 285-2373			
		企画グループ	☎ 223-7023	健康増進係(成人)	☎ 223-7246	総務課	総務・安心安全グループ	☎ 223-7086	中央地域保健福祉センター	☎ 266-5172		
		地域振興グループ	☎ 223-7025	管理係	☎ 223-7403	管理財務グループ	☎ 223-7082	パスポートセンター	☎ 226-7744			
		広報・文化スポーツグループ	☎ 223-7035	維持係	☎ 223-7420		教育支援センター	☎ 223-7026				
		産業振興室	☎ 223-7054	整備係	☎ 223-7431							
			まちづくり係	☎ 223-7410								

まちなかミニコンサート

まちなかのにぎわい創出のため、中央区役所の玄関口であるNEXT21・1階アトリウムでミニコンサートを開催します。ぜひお気軽にお立ち寄りください。

日 12月20日(金) 午後0時15分～1時
 出演 田村亮太さん(サクソフォン)、小林浩子さん(ピアノ)
 曲目 クリスマスメドレー、愛の夢、ほか
 入 椅子50席あり ※立ち見可 開 当日直接会場
 問 まちなか活性化実行委員会 (☎223-7082、総務課内)



Let's Try
 糖尿病予防

ヘルシーランチを お店に食べに行こう⑤

区の健康課題である糖尿病を予防する「ヘルシーランチ」の提供店を10月6日号から紹介しています。野菜やきのこ、海藻を使い、食後の血糖値の上昇を緩やかにする効果が期待できる献立です。糖尿病予防に理想的な野菜の量や味つけを飲食店で実感してみませんか。

問 健康福祉課健康増進係 (☎223-7246)

ヘルシーランチとは?

メニューの条件

- 野菜を1食に120グラム以上使用すること
- 海藻類ときのご類を両方必ず使用すること
- 主食も含めて600キロカロリー程度にすること
- 塩分を3グラム以下にすること

野菜やきのこ、海藻を使い、食後の血糖値の上昇を緩やかにする効果が期待できます。



中央区健康づくりリポーター
 中央子(なか ちかこ)

カフェテラスピア(市役所本館2階)

1日40食限定 /
ヘルシー和風ローストビーフプレートセット ...900円(税込)
 エネルギー 613kcal 野菜量 160g 塩分 2.7g



メインのお肉料理は、ローストビーフにすることでカロリーを低く抑えました。また、食べ応えのある野菜たっぷりの「フリッタータ」には、きのこのトマトソースを添えました。めかぶは、これから初春にかけて、ますますおいしくなります。さっぱりとしたポン酢でお召上がりください。
 料理長 立川功さん

提供期間 ①令和2年1月14日(火)～17日(金)まで ②令和2年2月17日(月)～21日(金)まで
 提供時間 午前11時30分～午後2時30分

冬の交通事故を防ぎましょう!

横断歩行者の保護

横断歩道は歩行者が最優先です。ドライバーは、早めにライトを点灯して、横断者がいる場合は一時停止を徹底しましょう。歩行者は、夜光反射材を身につけましょう。

飲酒運転の根絶

年末年始は、お酒を飲む機会が多い時期です。わずかな量でも、お酒を飲んだあとの車の運転は大変危険です。自分自身はもちろん、周りの人が飲酒運転

しないよう、お互いに呼びかけあいましょう。「**飲酒運転はしない、させない、ゆるさない**」を合言葉に飲酒運転をなくしましょう。

冬道の安全走行

スタッドレスタイヤなどを装着し、広い車間距離で慎重に運転しましょう。また、歩道を歩行できない歩行者が車道に出る可能性があるため、通過する際は安全な間隔をとりましょう。

問 総務課(☎223-7064)

年末年始には外出時はもちろん、家にいるときでも鍵を掛ける自主的な防犯対策が大切です。地域で声を掛け合い、不審な人を見かけたら110番しましょう。 問 総務課(☎223-7064)

鍵掛けて 声掛けて

確認しよう! 防犯対策

1. 鍵掛けの徹底を
2. 防犯性能の高い錠やドアへの交換を
3. 鍵は複数個、窓にも補助錠を
4. 愛車にはドアロックを
5. 地域の連帯の強化を



公民館・図書館

※公民館の申込受付は午前9時から

中央公民館 ☎224-2088
 〒951-8055 中央区礎町通3-2086

みんなのふれあい広場～脳を活性化!!百人一首・かるた・トランプを楽しもう

日 12月17日(火) 午後1時30分～4時

内 気軽に会話を楽しむ

※午後2時から1時間程度、ミニコーナー「脳を活性化!!百人一首・かるた・トランプを楽しもう」を開催。

開 当日直接会場

東地区公民館 ☎241-4119
 〒950-0083 中央区蒲原町7-1

アニメ映写会

日 12月26日(木) 午前10時～11時30分

内 子ども向け昔ばなし・童話などの短編アニメを上映 ※保育室の開放あり。専門のスタッフはつきません。保護者が責任をもって利用してください。

入 先着40人 ※就学前児は保護者同伴

開 当日直接会場

公民館サイエンスカフェ～科学を身近に 知るを楽しむ(全4回)

場 ほんぽーと中央図書館

入 各回先着45人 料 各回200円

日 12月18日(水)から電話で東地区公民館へ

時間 午後1時30分～3時(希望者には3時30分まで交流会あり)

令和2年	テーマ・講師
1/25(土)	スーパーコンピュータとビッグデータと人工知能ニューラルネットワーク 講師 内田希さん(長岡技術科学大学工学部准教授)
2/1(土)	人類700万年の道のり 講師 奈良貴史さん(新潟医療福祉大学リハビリテーション学部教授)
2/15(土)	肺炎球菌の8割は薬が効かない!～新しい治療研究はどうなっているの? 講師 土門久哲さん(新潟大学大学院准教授)
2/22(土)	ふしぎの国:南極～地球科学で探る南極大陸 講師 佐藤高晴さん(元広島大学大学院准教授)

親子で!!あそぼ

日 令和2年1月4日(土) 午前10時～11時40分

内 親子遊び「大きなバルーン遊び」、絵本の読み聞かせ、鬼ごっこ、ほか

入 1歳8カ月以上の就学前児と保護者先着20組

※きょうだいの同伴可

場 飲み物、子どものおやつ、おしぼり、内履き

日 12月27日(金) 午後1時までにメール件名に「親子であそぼ申し込み」および本文に保護者と子どもの氏名(ふりがな)、住所、電話番号、子どもの生年月日を入力し同館(higashi.co@city.niigata.lg.jp)へ

関屋地区公民館 ☎266-4939
 〒951-8164 中央区関屋昭和町3-148-1

冬休み子どもお楽しみ広場

日 12月26日(木)・28日(土) 午前10時～11時30分 ※開場は午前9時30分

内 26日はアニメ映画の上映会、28日は人形劇の公演

入 小学生(就学前児は保護者同伴)

開 当日直接会場

今さら聞けない防災教室(全3回)

入 15人 ※応募多数の場合は抽選(抽選結果は令和2年1月8日(水)までに電話で連絡)

日 12月17日(火)から令和2年1月6日(月)までに電話で同館へ

時間 午後1時30分～3時

令和2年	テーマ
1/15(水)	自助・共助・公助
1/22(水)	避難所について
1/29(水)	災害弱者も防災に強くなる

石山地区公民館 ☎250-2930
 〒950-0852 東区石山1-1-12

子育てサロン「木戸っこくらぶ」

日 12月27日(金) 午前10時～11時30分

場 木戸公民館(東区山木戸2)

内 自由遊び、手遊び、読み聞かせ

入 未就園児と保護者 開 当日直接会場

冬休みの公民館 フリースペース・学習室

主催事業などにより利用できない場合があります。詳しくは各館へお問い合わせください。

なお、年末年始(12月29日～1月3日)は各館とも休館です。



施設名	開放場所	期日	時間	対象	開放しない日(年末年始除く)
クロスパルにいがた(中央公民館)	フリースペース	毎週土曜	13:00～17:00	小・中・高校生 大学生	
東地区公民館	フリースペース	12/25(水)～1/7(火)	9:00～17:00	小学生	12/22(日)
	学習室		9:00～19:00	中・高校生	
			9:00～17:00	中・高校生	
鳥屋野地区公民館(☎285-2371)	フリースペース	毎週土曜	13:00～17:00	小・中・高校生	
	学習室	12/20(金)～1/8(水)	9:00～18:00 ※日曜は17:00まで	中・高校生	
関屋地区公民館	フリースペース	12/21(土)～1/7(火)	9:00～19:00 ※日曜は17:30まで	小・中・高校生	12/24(火)
	学習室			中・高校生	
石山地区公民館	フリースペース	12/20(金)～1/7(火)	9:00～19:00 ※小学生は18:00まで。 日曜は17:00まで。	小・中・高校生	12/22(日)
	学習室				

※鳥屋野地区公民館以外の公民館の問い合わせ先は上記をご確認ください。

健康・福祉

- 東地域保健福祉センター
明石 2-3-25 ☎ 243-5312
- 南地域保健福祉センター
新和 3-3-1 ☎ 285-2373
- 中央地域保健福祉センター
関屋下川原町 1-3-11 ☎ 266-5172

みんなであつなごるにっこに子育て応援事業

■妊カフェ・育カフェ (毎月開催)

☎保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、沐浴体験(妊カフェ)、ほか
 料100円
 日12月18日(水)午前8時30分から携帯電話などで表中の二次元コードを読み取り応募フォームで申し込み※読み取ることができない人はお問い合わせください。

妊カフェ(令和2年1月)	育カフェ(令和2年1月)
日1/11(土) 13:30~15:30 場天寿園 妊婦先着20人。パートナーの参加可。 持母子健康手帳、ガーゼハンカチ、バスタオル、沐浴布、ビニール袋、手拭きタオル	日1/10・17(いずれも金曜) 10:00~11:30 場10日は天寿園、17日は燕喜館(白山公園内) 生後1カ月~5カ月の乳児と母親先着20組 持母子健康手帳、バスタオル、おむつなど赤ちゃんに必要なもの

☎子育て交流ぽーとtete(☎080-6250-3653)

■育ばる(毎月開催)

日令和2年1月8日(水)午前10時~11時30分
 ※受け付けは9時45分から
 場子育て応援ひろば(西堀南通6、C.C.G.4階)
 妊保護者同士の仲間づくり、情報交換、保健師や助産師のミニ講座、ほか
 妊おおむね生後6~9カ月の子どもと保護者20組

※応募多数の場合は初めて参加する人を優先して抽選(抽選結果は12月27日以降に通知)
 持母子健康手帳、バスタオルのほか、赤ちゃんに必要なもの
 日12月18日(水)から12月25日(水)までに、携帯電話などで右の二次元コードを読み取り、応募フォームで申し込み。
 ※読み取ることができない人はお問い合わせください。



☎はっぴい mama 応援団(☎278-3177、水曜定休)

はじめての離乳食

☎離乳食の始め方と進め方、試食
 妊おおむね生後5カ月の子どもの保育者
 持母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃんをお連れの方)
 日12月18日(水)から各実施日の2日前までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ
 時間 午後1時30分~3時 ※受け付けは1時15分から

令和2年	会場	定員(先着)
1/15(水)	東地域保健福祉センター	25人
1/30(木)	南地域保健福祉センター	30人

健康相談

☎保健師・栄養士による個別相談
 持健診や人間ドックの受診結果(持っている)
 日締め切り日までに電話で各地域保健福祉センターへ

令和2年	受付時間	会場	申し込み締め切り
1/7(火)	9:00~11:00	南地域保健福祉センター	12/27(金)
1/8(水)	13:30~14:30	中央地域保健福祉センター	1/6(月)
1/10(金)		東地域保健福祉センター	1/8(水)

育児相談

☎保健師などによる個別相談
 持母子健康手帳、バスタオル ☎当日直接会場
 場各地域保健福祉センター ※入舟健康センター希望者は、中央地域保健福祉センターへお問い合わせください。

令和2年	時間	会場
1/15(水)	9:30~11:00	◎南地域保健福祉センター
	13:30~15:00	
1/16(木)	9:30~11:00	◎中央地域保健福祉センター
	13:30~15:00	◎◆東地域保健福祉センター
1/21(火)	9:30~11:00	入舟健康センター(北部総合コミュニティセンター1階保育室)

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

フッ化物塗布

日令和2年1月9日(木)午前9時30分から10時15分まで受け付け ※開場は午前9時から
 場中央地域保健福祉センター
 妊4歳未満の子ども先着30人
 持母子健康手帳 料1,020円
 日12月18日(水)から令和2年1月7日(火)までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ

♣作ってみよう! 栄養バランスのよい食事(予約制)

日令和2年1月29日(水)午前10時~午後1時 ※受け付けは9時40分から
 場南地域保健福祉センター 妊15人
 妊栄養士による講話、調理実習、ほか
 持エプロン、三角巾、筆記用具、りゅーとカード(持っている) 料400円
 日令和2年1月22日(水)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ ※応募多数の場合は抽選(落選者のみ開催日までに電話連絡)

お知らせ

市役所、区役所、関係機関からの情報を掲載します。

ふれあい掲示板

市民グループや地域のイベントなどの情報を掲載します。※敬称略

令和元年度 第7回自治協議会の概要

11月29日に第7回自治協議会を開催しました。会議の概要や資料は、準備が整い次第、市役所本館1階市政情報室で閲覧できるほか、区ホームページに掲載します。

■主な議題

- ①公設老人デイサービスセンターの見直しに対する自治協議会からの回答
- ②令和2年度中央区の特色ある区づくり予算への意見に対する区からの回答
- ③万代保育園・東地域保健福祉センターの移転・開設について報告

■次回の開催案内

日12月20日(金)午後3時30分から
 場中央区役所(NEXT21)5階 対策室
傍聴者の定員 先着15人 ※議題は、市役所本館や東出張所・南出張所に掲示するほか、区ホームページに掲載します。 ☎地域課(☎223-7023)

統計功労者表彰

各種統計調査の調査員として長く従事し、統計業務に貢献したとして、中央区在住の統計調査員7名が大臣表彰などを受賞されました。受賞者は次の通りです。

総務大臣表彰 小川優子さん(幸西2)ほか1名
経済産業大臣表彰 本間由紀子さん(女池3)ほか1名
新潟県統計協会総裁表彰 後藤傳一さん(学校町通3)、清水雅美さん(信濃町)ほか1名
 ☎総務課統計係(☎226-2413)

新潟いのちの電話 相談員募集

新潟いのちの電話は、さまざまな問題を抱えている人が電話を通して対話することで生きる意欲を見いだすことを願う、ボランティア活動です。現在、電話相談員を募集しています。詳しくは新潟いのちの電話事務局(☎280-5677)までお問い合わせください。

募集期間 令和2年2月28日(金)まで

第7回新潟ニュービジネス大賞 応募者募集

革新的な商品・サービスを市場に提供している県内の企業・団体等から応募を募り、優秀者に表彰を行います。申し込み方法などの詳細はホームページをご覧ください。
<http://nbc.pavc.ne.jp/nbcsite/>

募集期間 令和2年1月17日(金)まで
 ☎新潟ニュービジネス協議会(☎224-0550)

第43回双葉賞 候補者を募集

双葉賞は、子どもたちの健全育成に寄与するために、自発的な善行を行っている児童生徒を表彰する制度です。候補者の推薦を募集しています。詳しくは新潟ライオンズクラブ事務局(☎070-5365-5306)までお問い合わせください。

推薦の対象 市内の小中学生
締切 令和2年1月15日(水)まで

中央区教育ミーティング

日12月20日(金)午後1時30分~3時
 場中央区役所(NEXT21)5階 対策室
 妊区担当教育委員と区自治協議会委員による教育に関する意見交換
傍聴者の定員 先着15人
 ☎中央区教育支援センター(☎223-7026)

住まいの無料相談

日12月17日(火)午後1時30分~4時
 場建築国保会館(川岸町3)
 妊住宅の新築・増築・改築、建築関連工事全般に関する相談、業者のあっせん
 日当日直接会場
 ☎新潟地域住宅相談協議会(☎266-6650)

助け合いの学校 in中央区

日令和2年1月16日(木)午前10時~午後4時
 場新潟市役所
 妊地域での助け合い活動の必要性や活動する際の心構え・マナーを学ぶ講座
 妊先着80人 持筆記用具、飲み物、昼食
 日あす16日(月)から令和2年1月7日(火)までに電話で健康福祉課地域福祉担当(☎223-7252)へ

県立鳥屋野潟公園の催し

日いずれも事前に電話で同公園(☎284-4720)へ

■バードウォッチング

日12月21日(土)午前8時30分~10時
集合場所 同公園鐘木地区「四季彩館」
 妊野鳥観察会 妊先着10人
 持双眼鏡(貸し出し可)、図鑑、雨具

■餅花づくり

日12月21日(土)午後2時~3時
 場同公園鐘木地区「四季彩館」
 妊お正月飾りの「餅花」を作る
 妊先着10人

廃キャンドルでかわいいサンタクロス作り

日12月21日(土)・22日(日)午前10時~10時50分
 場ゆいぽーと
 妊結婚式場で余ったキャンドルを再利用して小さなサンタクロス人形を作る
 妊親子先着10組 料1組300円
 日電話でゆいぽーと(☎201-7530)へ

場面緘黙って、なんだろう?

日令和2年1月18日(土)午後2時~4時 ※開場は午後1時30分
 場ほんぽーと中央図書館
 妊話したいのに話せない症状「場面緘黙」を発症した経験を持つアーティストmananaによる弾き語り、ミニトーク
 妊先着50人
 日事前に電話で地域活動支援センターらびすらずり(☎241-1258)へ

エコスタヨガ教室

日12月21日(土)午前10時~11時
 場ハードオフエコスタジアム新潟(長潟570)
 妊先着25人
 持ヨガマット(貸し出し可)、動きやすい服装、飲み物、タオル 料700円
 日12月21日(土)までに電話で同施設(☎287-8900)へ

看護職&介護職の就労支援講習会

日新潟青陵大学(水道町1)
 妊看護職または介護職で、高齢者ケアや高齢者施設での就労に関心がある人
 日令和2年2月7日(金)までに電話で同大学社会連携センター(☎368-7053)へ
時間 午前9時~午後4時

障害年金無料相談会

日12月27日(金)午後1時30分~4時
 場万代市民会館
 妊ひきこもり、認知症やがんの症状がある人、ペースメーカーなどを装着している人の障害年金に関する相談
 妊先着10人
 持ねんきん定期便、病状が分かる資料
 日事前に電話で新潟障害年金サポートセンター(☎0120-01-6453)へ

令和2年	テーマ	定員(先着)
2/22(土)	高齢者ケアにおける看護職・介護職の役割	30人
2/29(土)	高齢者の生活支援のための技術演習	16人

本紙掲載の催しに参加する際はできるだけ公共交通機関をご利用ください。