

※電話番号は市外局番(025)を省略しています。
 ※掲載の二次元コードを読み取ることができない人は各イベント主催者へお問い合わせください。

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

■ひよこファミリーランド

回 10月5日・26日(いずれも火曜)午前10時～正午
 内 保育室の開放 入 乳幼児と保護者先着7組
 持 バスタオル(乳児のみ) 申 当日直接会場

東地区公民館 ☎241-4119
 〒950-0083 中央区蒲原町7-1

■子育てサロン「のんのん」

回 10月4日・11日・18日・25日(いずれも月曜)
 午前10時～午後2時(出入り自由。昼食の持参可)
 内 自由遊び ※毎回午前11時から絵本の読み聞かせを実施
 入 0～3歳児までの子どもと保護者
 申 当日直接会場

烏屋野地区公民館 ☎285-2371
 〒950-0972 中央区新和3-3-1

■幼児期家庭教育学級 育ちあい学級(全3回)

入 1～3歳児とその保護者8組 ※応募多数の場合は全回出席可能な人を優先して抽選(抽選結果は

健康・福祉

- 健康福祉課健康増進係 ☎223-7237
- 東地域保健福祉センター
東万代町9-52 ☎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

- ・ご自宅での体温測定をお願いします。
- ・本人・同伴者・同居家族が健診日より2週間以内に県外に行った人、緊急事態宣言およびまん延防止等重点措置の地域から来た人と食事などを実施した人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

■みんなでつながるにっこにこ子育て応援事業(毎月開催)

※中央区在住の人が対象です。
 ※会場の都合により、育カフェ・10か月育ちの講座は会場が当初の予定と変更になっています。
 回 各講座の申し込み開始日午前8時30分から携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み ※読み取ることができない人は問い合わせ先に連絡してください。
 回 妊カフェ・妊婦オンライン個別相談・育カフェ：子育て交流ぽーとtete (☎080-9680-6822)
 育ばる・10か月育ちの講座：はっぴい mama 応援団(☎278-3177、水曜定休)

■妊カフェ(会場・リモート開催) 妊娠期
 回 10月18日(月)午後1時30分～3時30分
 場 東地域保健福祉センター ※リモートも同日開催
 内 保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、沐浴などの育児講座、ほか
 入 妊婦 ※パートナーの参加可(リモート開催のみ)
 会場：先着8人 リモート：定員なし
 持 母子健康手帳
 申 9月22日(水)から

■妊婦オンライン個別相談(電話またはリモート開催) 妊娠期
 回 毎週水曜午後3時～5時、毎週日曜午前10時～正午
 入 妊婦若干名 ※パートナーの参加可
 申 各開催日の前日午後5時まで ※電話相談は予約なしでも利用可(予約者優先)

妊カフェ・妊婦オンライン個別相談
申込先



■育カフェ(会場・リモート開催) 生後1～5カ月
 内 保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、ほか
 入 生後1～5カ月の子どもと母親
 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
 申 9月22日(水)から
 時間 午前10時～11時30分

育カフェ
申込先



当選者のみ10月12日までに連絡)
 回 10月7日(木)までに右の二次元コードを読み取り申し込み
 時間 午前10時～正午 ※親子一緒に受講可

| 期日 | 内容 |
|----------|--------------------------------------|
| 10/28(木) | 「子どもの成長ってどんなもの？」～遊びが育む子どもの成長と創造力 |
| 11/5(金) | 「自分の心に栄養を！」～自分を知って子どもと一緒に成長しよう |
| 11/17(水) | 「幼児期の身体に必要な運動と遊びってなに？」～遊びながら伸びる身体のコツ |

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

■ご近所だんぎ「秋の遊芸会」芸事を見て楽しもう

回 9月27日(月)午後1時30分～3時
 内 伝統芸の南京玉すだれ、民謡、手品などの鑑賞
 入 先着40人
 持 筆記用具、飲み物
 申 当日直接会場

■子育てサロン「いちごランド」

回 10月4日・18日(いずれも月曜)午前10時～11時30分 ※出入り自由
 内 自由遊び、情報交換、絵本の読み聞かせ
 入 未就園児と保護者先着8組
 持 バスタオル
 申 当日直接会場

| 開催方法 | 期日 | 会場 | 定員(先着) |
|------|----------|--------------|--------|
| 会場 | 10/8(金) | 中央地域保健福祉センター | 6組 |
| | 10/15(金) | 燕喜館(白山公園内) | 8組 |
| リモート | 10/15(金) | | 6組 |

■育ばる(会場・リモート開催) 生後6～9カ月

回 10月13日(水)午前10時～11時30分 ※受け付けは9時45分から
 場 はっぴい mamaはうす(神道寺1) ※リモートも同日開催
 内 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
 入 おおむね生後6～9カ月の子どもと保護者
 会場：6組 リモート：6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9月30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
 申 9月22日(水)から9月29日(水)まで

育ばる
申込先



■10か月育ちの講座(会場開催) 生後10カ月

内 発達心理相談員や保健師による10カ月の子どもの発達、関わり方、遊び方についての講座
 入 令和2年12月生まれの子ども(26日は令和3年1月生まれも対象)と保護者
 持 母子健康手帳、ハンカチ、動きやすい服装のほか、赤ちゃんに必要なもの
 回 9月22日(水)から各開催日の前日まで
 時間 午前10時～11時30分

10か月育ちの講座
申込先



| 期日 | 会場 | 定員(先着) |
|----------|-------------|--------|
| 10/26(火) | 東地域保健福祉センター | 12組 |
| 10/27(水) | 南地域保健福祉センター | 8組 |

■妊婦歯科健康診査 妊娠期

内 歯科健診、歯科保健指導
 入 中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦
 持 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票、ハンカチまたはタオル
 申 9月22日(水)から各開催日の2日前までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ
 受付時間 午後1時～2時15分

| 期日 | 会場 | 定員(先着) |
|----------|--------------|--------|
| 10/1(金) | 南地域保健福祉センター | 39人 |
| 10/14(木) | 中央地域保健福祉センター | 24人 |

■安産教室 妊娠期

回 10月27日(水)午後1時30分～3時30分 ※受け付けは1時15分から
 場 南地域保健福祉センター
 内 歯科衛生士・栄養士・助産師による講話
 入 出産予定日が令和4年2月～令和4年3月までの中央区在住の妊婦先着15人
 持 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル
 申 9月22日(水)から10月6日(水)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7237)へ

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

■初級登山教室(全6回)

回 10月19日(火)・27日(水)、11月2日(火)・7日(日)・9日(火)・16日(火) 午後7時～9時
 ※11月7日(日)の時間は開講時にお知らせ
 内 楽しく安全に登山する知識・技術を学ぶ
 入 これから登山を始めたい人・もっと山のことを知りたい人 15人 ※応募多数の場合は抽選
 料 2,000円
 申 10月4日(月)までに電話で同館へ

ほんぽーと中央図書館 ☎246-7700
 〒950-0084 中央区明石2-1-10

■読み聞かせボランティア入門講座(全4回)

入 受講終了後、市内の図書館などで活動を希望する人先着15人 ※その他受講条件あり
 申 9月25日(土)午前11時から電話で同館へ

| 期日 | 時間 | 内容 |
|----------|-------------|---------------------------|
| 10/18(月) | 14:00～16:30 | 読み聞かせとは、絵本の種類と選び方、ほか |
| 11/2(火) | 10:00～12:00 | 乳幼児への読み聞かせ、絵本の読み聞かせ実習①、ほか |
| 11/15(月) | 14:00～16:00 | 絵本の読み聞かせ実習② |
| 11/22(月) | 14:00～16:00 | ボランティアグループとの交流 |

■はじめての離乳食 生後5カ月

内 離乳食の始め方と進め方の講話
 入 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)
 申 9月22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～2時30分 ※受け付けは1時15分から

| 期日 | 会場 | 定員(先着) |
|----------|--------------|--------|
| 10/21(木) | 南地域保健福祉センター | 15人 |
| 10/28(木) | 中央地域保健福祉センター | 10人 |

■ステップ離乳食 生後6～12カ月

内 2回食・3回食への進め方
 入 おおむね生後6カ月以上の子どもの保育者
 持 母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃんをお連れの方)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている人)
 申 9月22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 午前10時～11時 ※受け付けは9時40分から

| 期日 | 会場 | 定員(先着) |
|----------|--------------|--------|
| 10/21(木) | 南地域保健福祉センター | 15人 |
| 10/28(木) | 中央地域保健福祉センター | 10人 |

■育児相談 乳幼児

内 保健師などによる個別相談
 入 中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、各地域保健福祉センターへお問い合わせください。
 持 母子健康手帳、バスタオル
 申 9月22日(水)から電話で最寄りの各地域保健福祉センターへ ※先着順

| 期日 | 時間 | 会場 |
|----------|-------------|---------------|
| 10/7(木) | 9:30～11:00 | ◎中央地域保健福祉センター |
| 10/20(水) | 9:30～11:00 | ◎◆南地域保健福祉センター |
| | 13:30～15:00 | ◎南地域保健福祉センター |
| 10/28(木) | 13:30～15:00 | ◎◆東地域保健福祉センター |

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

■健康相談【一般】

内 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
 申 各実施日の2日前までに電話で各地域保健福祉センターへ

| 期日 | 受付時間 | 会場 |
|----------|-------------|--------------|
| 10/8(金) | 9:15～11:00 | 南地域保健福祉センター |
| | 13:30～14:30 | 東地域保健福祉センター |
| 10/13(水) | 13:30～14:30 | 中央地域保健福祉センター |

【訂正】本誌9月5日号2面に掲載した「1年に1回は健康チェック！特定健康診査・がん検診を受けましょう」の問い合わせ先電話番号が誤っておりました。お詫びして訂正します。
 新潟県保健衛生センター成人病検診センター
 修正後 ☎267-6328