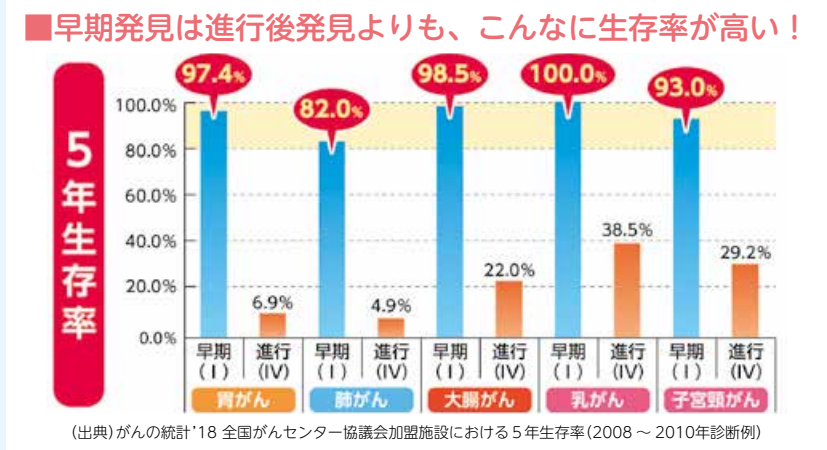
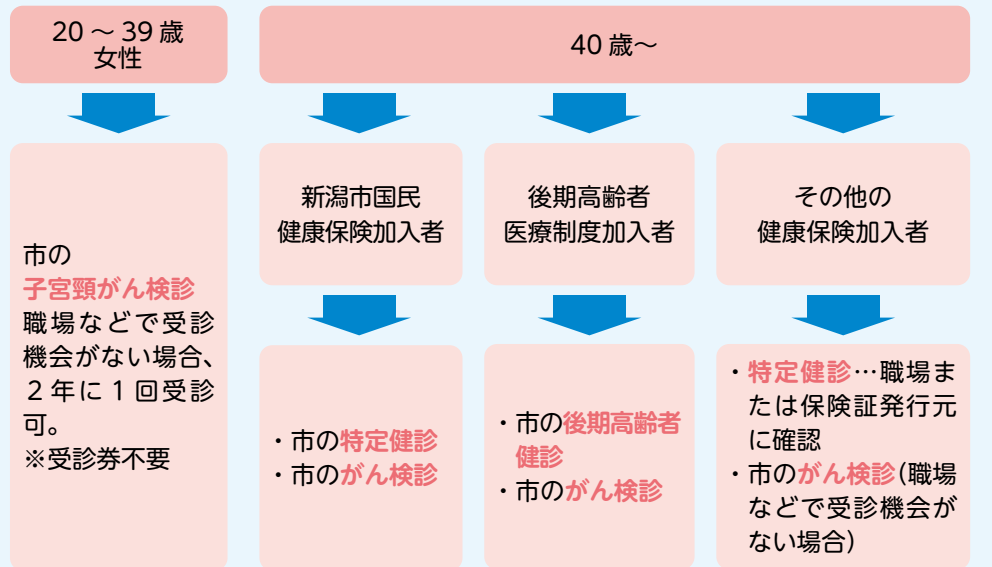


本誌掲載のイベント情報は8月29日時点のものです。体調に不安がある方は参加をご遠慮ください。



今年健康診断を受けましたか？中央区の特定健診受診率は4割ほどとなっています。自覚症状のないうちから、毎年受診して体の変化を確認しましょう。  
 健康福祉課健康増進係 ☎223-7246

■受診できる内容がわかるフローチャート



新潟市国民健康保険の特定健診は通常約8,000円のところ、40～59歳は**500円**、60歳以上は**無料** ※通院中でも受診できます。かかりつけの医師と相談してください。

※年齢や加入している健康保険によって異なります。 ※受診券や案内冊子の入った封筒が届いていない人は、発送状況を確認しますのでお問い合わせください。



公民館・図書館

**中央公民館** ☎224-2088  
 〒951-8055 中央区礎町通3-2086  
 受付時間 平日午前9時～午後5時 (土・日曜、祝日除く)

■みんなのふれあい広場～音楽とクイズと脳トレ！  
 9月20日(火)午後1時30分～3時30分  
 気軽に会話を楽しむ ※午後2時から40分程度ミニコーナー「音楽とクイズで脳トレ！」を開催  
 持 飲み物

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

■子育てサロン「ふらっと」  
 9月12日・26日(いずれも月曜)午前10時～11時30分 ※出入り自由 自由遊び、情報交換  
 未就園児と保護者10組程度

■幼児期家庭教育学級「パパと子の「うんどうあそび」のすすめ」  
 10月1日(土)午前10時～正午  
 父と子で一緒に体を動かす  
 年少から年長児と父親15組 ※抽選  
 9月19日(月・祝)までに右の二次元コードを読み取り申し込み

■幼児期家庭教育学級「育ちあい学級」～根っこを育む(全4回)

年少から年長児を育てる保護者15人(保育有り1歳から未就園児10人) ※抽選  
 9月15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

期日	内容
10/6(木)	自分に「きく」香り ¥800円
10/13(木)	子どもの足を育てる・足から育てる
10/20(木)	家族の根っこは会話から
10/27(木)	すばらしき幼児期～子どもの根っこを育む

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

■いしやま寄席9月～こっちへお入り 粋な笑いをゆっくりと  
 9月20日(火)午後2時～4時  
 新潟落語会会長・水都家艶笑さんの門下生による落語の口演 先着40人  
 9月5日(月)から電話で同館へ

図書館

■おはなしのじかん  
 絵本の読み聞かせ、わらべうた、紙芝居、職員による「絵本なんでも相談タイム」など  
 ・詳しい日時はホームページ＝右の二次元コード＝から確認してください。  
 ・下記の日程で、赤ちゃんと気兼ねなく過ごせる「赤ちゃんタイム」を開催します。

会場・問い合わせ	赤ちゃんタイム日時
ほんぽーと中央図書館 (☎246-7700)	毎週火・木曜日 10:00～13:00
鳥屋野図書館 (☎285-2372)	毎週金曜日 10:00～12:00
生涯学習センター図書館 (☎224-2120)	毎週金曜日 10:00～13:00

お知らせ

■にいがた2km×8区連携促進事業  
 ルフルランチ広場×ナイト広場

9月14日(水)午前11時～午後9時  
 古町ルフル広場  
 キッチンカーの出店(売り切れ次第販売終了)  
 まちなか活性化実行員会(総務課内、☎223-7082)



健康・福祉

・開催日当日は、ご自宅で体温測定をお願いします。  
 ・本人・同伴者・同居家族が開催日より1週間以内に県外に行った人、普段会わない人と会食などをした人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

■子どもの健康診査

・案内と問診票は、対象者に郵送します。  
 ・時間や持ち物などは案内でご確認ください。  
 ◎フッ化物塗布あり(希望者のみ) ¥1,020円  
 健康福祉課健康増進係(☎223-7237)

■股関節検診・母体保護相談

超音波検査料 ¥2,800円

■1歳誕生歯科健康診査◎

※子育てを応援しようと、「ブックスタート」として健診終了後に絵本をプレゼントします。

■1歳6カ月児健康診査◎

3歳6カ月ごろの子どもが対象

■骨粗しょう症予防相談会

9月30日(金)①9:40②10:00③10:20④10:40⑤11:00⑥11:20⑦13:20⑧13:40⑨14:00  
 東地域保健福祉センター  
 骨粗しょう症予防のための健康相談、骨密度測定(超音波式、かかとを測定)  
 骨粗しょう症の治療中でない18歳以上の各回先着5人  
 9月8日(木)から電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ

■糖尿病予防セミナー(全2回)

初期に自覚症状がない糖尿病。健診を受けた区在住者の約半数が血糖値の高い状態にあるという結果があります。  
 セミナーに参加して糖尿病予防をはじめませんか。  
 10月12日・19日(いずれも水曜) 午後1時40分～3時30分  
 鳥屋野総合体育館  
 中央区在住で運動制限のない18歳～74歳の先着15人  
 9月5日(月)から20日(火)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

＜広告欄＞

