



1



地域で助け合い

2



東区の魅力を再発見

1 7月24日、「思いやり応援隊」の結団式が行われました。これは地域の高齢者などに対して、草取りや家具移動などのちょっとしたお手伝いをするために結成され、牡丹山小学校区内の人を中心とした34人が協力隊員として参加しています。
2 7月27日、今年度初めての工場夜景バスツアーを開催しました。新潟県消防防災航空隊のヘリコプターや、東北電力株式会社新潟火力発電所、通船川橋付近からの工場夜景を見学しました。



●9月の胃がん・肺がん(結核)集団検診

Table with columns: 9月, 胃, 肺, 会場, 時間. Lists dates and locations for cancer screenings.

受診券(切り取らずにお持ちください)、健康保険証、自己負担金(該当者のみ)

当日直接会場
健康福祉課健康増進係
☎025-250-2350

●健康相談

Table with columns: 9月, 会場, 受付時間, 予約. Lists health consultation sessions.

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。

17日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、27日(金)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

●骨粗しょう症予防相談会

9月27日(金)
①午前9時45分②午前10時15分
③午前10時45分④午前11時15分
⑤午後1時15分⑥午後1時45分

会場 シルバーピア石山
内容 骨密度測定、相談
対象 骨粗しょう症治療中でない18歳以上各時間帯先着10人

8月22日(木)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●妊娠中の相談など

妊婦歯科健診

Table with columns: 9月, 会場, 受付時間. Lists prenatal dental checkups.

歯科健診、お口の健康相談
母子健康手帳の交付を受けた妊婦
母子健康手帳

当日直接会場
健康福祉課健康増進係
☎025-250-2340

出産直前♡ママクラス

仕事などで都合があわず、市の安産教室に参加できなかった妊婦さん対象の講座です。

9月10日(火)午後1時30分～3時
会場 木戸健康センター

参加者同士の交流、助産師の講話
令和元年10月～11月出産予定の妊婦先着15人

母子健康手帳、筆記用具
8月21日(水)から電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●育児相談

Table with columns: 9月, 会場, 受付時間. Lists childcare consultations.

※5日(木)は栄養士による相談あり、19日(木)は栄養士と歯科衛生士による相談あり

母子健康手帳 当日直接会場
5日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、19日(木)は健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●こどもの健康診査(個人案内)

対象者には案内を発送しています。☆の健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。

健康福祉課健康増進係
☎025-250-2340

股関節検診・母体保護相談

2～4カ月児とその母親
¥2,800円(超音波検査料)

1歳6カ月児健康診査☆
平成30年2月生まれ
3歳児健康診査☆
平成28年3月生まれ

1歳誕生歯科健康診査☆
平成30年9月生まれ

※会場にて絵本の読みきかせや絵本をプレゼントする「ブックスタート」を実施します

●フッ化物塗布

9月19日(木)午前9時30分～10時15分

会場 石山地域保健福祉センター
対象 4歳未満児先着30人

母子健康手帳 ¥1,020円
8月21日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

※実施日の2日前までにお申し込みください

●健康のための食事講習会◆生活習慣病予防のミカタ! 食物繊維

Table with columns: 月日曜, 会場, 申し込み. Lists nutrition seminars.

時間 午前10時～午後1時
内容 栄養士による講話、調理実習

各回先着20人
¥400円
エプロン、三角巾、ふきん、台ふきん、筆記用具
電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

い～てらす

寺山1653(寺山公園内)
開設時間 午前9時～午後6時
休館日 水曜日(祝日の場合は翌平日)
対象 就学前児と保護者、小学1～3年生
同施設(☎025-250-5207)

●おしゃべりテラス～トイレトレーニングの話～

9月3日(火)午前10時～11時
内容 保健師によるトイレトレーニングの話

当日直接会場

●ベビーマッサージ

9月5日(木)午前10時～11時、午後1時30分～2時30分
内容 赤ちゃんのスキンシップ

首すわりからおむね12カ月の乳児と保護者各時間帯先着14組
¥親子一組500円
バスタオル、飲み物

電話で同施設

●すくすく健康フェア

9月7日(土)午後1時30分～3時
内容 小児科医による子どもの体調やアレルギーについての話(質問コーナーあり)

電話で同施設

●わくわくテラス「リズムであそぼう」

9月12日(木)午前10時30分～11時
内容 リトミックを取り入れた音あそび

当日直接会場

●あんよのまへのいないいないばあ

9月13日(金)午前10時15分～11時30分
内容 ふれあいあそび、リズムあそびなど

7～12カ月の乳児と保護者先着40組
電話で同施設

わいわいひろば

下木戸1-4-1(区役所庁舎2階)
開設時間 午前9時～午後6時
休館日 第1・3月曜日(祝日の場合翌平日)
対象 就学前児と保護者、小学1・2年生
同施設(☎025-250-2395)

●いちごひろば

Table with columns: 9月, 内容, 時間. Lists strawberry festival events.

当日直接会場

●ベビーマッサージ

9月4日(水)午後1時30分～2時30分
内容 赤ちゃんのスキンシップ

2～7カ月の赤ちゃんの母親先着10組
¥親子一組500円
電話または直接同施設

●ママトーク～子育てであるある～

9月6日(金)午前10時～11時10分
内容 「幼稚園・保育園選びのポイント」をテーマにママ同士でおしゃべり

当日直接会場

●ベビードダンス

9月10日(火)午後1時30分～3時
内容 ダンスで親子のスキンシップとリフレッシュ

5～9カ月の赤ちゃんの保護者先着12組
¥親子一組500円
電話または直接同施設

●1歳児食育講座～カミカミ期からパクパク期～

9月12日(木)午前10時30分～11時
内容 1歳前後の子どもの食事について学ぶ

当日直接会場

●産後ママのやさしいヨガ

9月24日(火)午後1時30分～2時30分
内容 産後ママが赤ちゃん連れで参加できるヨガエクササイズ

1歳未満児と母親先着12組
¥親子一組500円
電話または直接同施設

●赤ちゃんがきた!～親子の絆づくりプログラム～

10月4日～25日の毎週金曜日(4回連続講座)午後1時30分～3時30分
会場 東区プラザ

初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

令和元年5月～7月生まれの赤ちゃんの母親先着20組
電話で同施設

こども創作活動館

牡丹山1-33-23
開設時間 午前9時～午後6時(日曜・祝日は午後5時)
休館日 月曜日(祝日の場合翌平日)
同館(☎025-279-2113)
対象 就学前児は保護者要同伴

●アートタイム「ステンドグラス風お月見飾り」

9月7日(土)午後2時～3時30分
内容 トレーシングペーパー・花紙・カラーセロハンなどでステンドグラス風の飾りを作る

幼児・小学生以上先着10人
8月25日(日)から電話で同館

◆=にいがた未来ポイント対象事業 ◆=東区げんき応援ラニー対象事業

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