



●9月の胃がん集団検診

9月	会場	予約開始日(定員)
6 月	中地区コミュニティセンター	8月16日(月)(40人)
14 火	区役所南口 エントランスホール	8月23日(月)(40人)
21 火	山の下まちづくりセンター	8月30日(月)(40人)

受付時間

- ①午前9時～同30分②午前9時30分～10時
- ③午前10時～同30分④午前10時30分～11時
- ⑤午前11時～同30分
- ☑定員になり次第、受け付けを終了します。

☑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)、胃がん検診個人記録票

☑予約開始日から電話で新潟市医師会メジカルセンター(☎025-240-4134) ※8月13日(金)～15日(日)は除く

●9月の乳がん(マンモグラフィ)集団検診

9月	会場	予約開始日(定員)
11 土	区役所南口 エントランスホール	8月8日(祝)(65人)
27 月	東総合スポーツセンター	8月22日(日)(65人)

受付時間

- ①午後1時30分～2時②午後2時～同30分
- ③午後2時30分～3時④午後3時～同30分
- ☑定員になり次第、受け付けを終了します。

☑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)、バスタオル

☑予約開始日から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●健康ミニ講座

☑9月1日(水)午後1時45分～3時

☑会場 木戸健康センター
☑運動普及推進委員による自宅でできる体操の紹介、栄養士による講話など

☑医師から運動を制限されていない人先着15人(新規申込者を優先)

☑8月2日(月)～20日(金)に電話で健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●はじめての離乳食

9月	会場	定員(先着)	時間
9 木	木戸健康センター	15人	午後1時30分～2時20分
28 火	石山地域保健福祉センター	12人	

☑離乳食の進め方
☑生後5カ月ごろの乳児の保護者
☑母子健康手帳、バスタオル、筆記用具

☑8月4日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●ステップ離乳食

☑9月28日(火)午前10時～同50分

☑会場 石山地域保健福祉センター
☑離乳食の進め方

☑生後6カ月以降で、2～3回食に進もうとしている乳児の保護者先着12人

☑母子健康手帳、バスタオル、筆記用具

☑8月4日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●ぴよんぴよん育ちの会

子育ての中で「落ち着きがない」「お友達とのトラブルが多い」「名前を呼んでも目が合いにくい」など気にかかることや困っていることはありませんか。

親子で遊びながら成長、発達について保健師と一緒に考えてみましょう。

9月	会場	定員	時間
14 火	木戸健康センター	各8組	①午前9時30分～10時15分 ②午前10時35分～11時20分
21 火	石山地域保健福祉センター	各5組	①午前9時30分～10時15分 ②午前10時30分～11時15分

☑原則1歳6カ月児健診を終えた未就園児と保護者

☑14日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、21日(火)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

い～てらす

☑寺山1653(寺山公園内)
☎025-250-5207
☑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)
☑就学前児と保護者、小学1～3年生

●わくわくテラス「誕生会」

☑8月26日(木)午前10時30分～同50分
☑8月生まれの子どもの誕生会
☑当日直接会場

わいわいひろば

☑下木戸1-4-1(区役所庁舎2階)
☎025-250-2395
☑開設時間 午前9時～午後6時
☑休館日 第1・3月曜日(祝日の場合は翌平日)※8月は2日(月)、16日(月)
☑就学前児と保護者、小学1・2年生

●誕生日おめでとうDays

☑8月9日(振休)～11日(水)午前9時～正午

☑8月生まれの子どもの誕生カードをプレゼント

☑当日直接会場

●つくって遊ぼう！

☑8月18日(水)午前10時～11時15分

☑親子工作(ゆらゆらクラゲ)

☑先着20人
☑当日直接会場

●ふれあい遊び「バルーンで遊ぼう！」

☑8月21日(土)午前10時30分～同45分

☑大きいバルーンを使って体を動かす
☑当日直接会場

●いちごひろば「エプロンシアター」

☑8月25日(水)午前10時30分～同45分

☑エプロンを使ったお話
☑当日直接会場

●おもちゃ病院

☑8月28日(土)午後1時30分～3時30分

☑会場 東区プラザ
☑おもちゃ修理(原則無料ですが、部品代などの費用がかかる場合があります。また修理できない場合もありますのでご了承ください)※今月は預かり修理のみ

☑当日直接会場

●赤ちゃん体操

☑8月31日(火)午後1時30分～2時30分

☑赤ちゃんとコミュニケーションをとりながら体を動かす

☑おおもむね3～6カ月の乳児と母親先着8組

☑親子一組500円
☑電話または直接同施設

●プレママ・パパセミナー

☑9月 11 土 東区プラザ

☑時間 ①午後1時20分～2時20分
②午後2時40分～3時40分

☑出産後の赤ちゃんがいる生活について考える

☑出産予定が令和3年11月～令和4年1月の妊婦とパートナー(東区在住に限る)各回先着6組

☑母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、飲み物

☑電話または直接同施設

●マザーズ再就職準備セミナー

☑9月7日(火)午後1時30分～3時30分

☑会場 東区プラザ
☑社会保険・税金、保育園の制度、マザーズハローワーク新潟の利用など

☑一度退職し、再就職を希望する女性先着15人※保育あり(生後6カ月～就学前児、先着10人)

☑受給資格者証(雇用保険受給者のみ)
☑電話または直接同施設

こども創作活動館

牡丹山1-33-23
☎025-279-2113
☑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(祝日の場合は翌平日)
☑就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生

●ゲームdeあそぼう

☑8月18日(水)午後2時～3時

☑レクリエーションを楽しむ
☑当日直接会場

●クイズウォークラリー

☑8月19日(木)午前11時～正午

☑施設の各部屋を回り、クイズに答える
☑当日直接会場

●eスポーツ&レトロゲーム体験会「遊べるレトロゲーム展」

☑8月21日(土)午前10時～午後3時

☑レトロ・最新ゲーム体験会(自由に遊ぶことができます)

☑中学生以下(親子の参加も可)
☑当日直接会場

●おやこミュージックセラピー

☑9月7日(火)午前10時30分～11時

☑音楽療法士による音遊び
☑親子先着15組
☑電話または直接同館

●自由べんきょうの日

☑休館日を除く毎日午前9時～午後6時(日曜、祝日は午後5時まで)

☑自由に宿題や勉強をする(分からないところは教えます)

☑小学1年生～中学3年生
☑勉強したい教材 ☑当日直接会場

●スタディタイム

☑土曜日午後3時30分～5時30分、日曜日午後3時30分～4時30分

☑スタッフと一緒に夏休みの宿題をする
☑小学1年生～中学3年生
☑勉強したい教材、筆記用具(定規など必要なものを含む)
☑当日直接会場

東区バスでおでかけしよう！夏休みこどもワンコインバス

8月31日(火)まで、小学生は東区バスを50円(現金のみ)で利用できます。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、期間が変更になる場合があります

問い合わせ 地域課(☎025-250-2110)

夏本番！熱中症に注意しましょう！

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかないうちに脱水になったりするなど、熱中症のリスクが高まります。暑さを避け、水分を取るなどの「熱中症予防」と、マスク着用、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。

「新しい生活様式」を踏まえた予防のポイント

- 1 涼しい服装、日傘や帽子を活用して暑さを避ける
- 2 屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できるときは、適宜マスクを外す
- 3 喉が渇く前のこまめな水分補給
- 4 日ごろからの体調管理

環境省 厚生労働省「令和3年度の熱中症予防行動」から作成

☑=日時 ☑=会場 ☑=内容 ☑=対象・定員 ☑=参加費(記載のないものは無料) ☑=持ち物 ☑=申し込み ☑=問い合わせ

< 広告欄 >

「新しい生活様式」を実践しましょう。 ※掲載情報は7月21日時点のものです