


**ドキドキ・ワクワク  
ふれあいサッカー教室**

日 時 7月22日(土)午後4時～5時30分(午後3時30分受け付け開始)  
 会 場 新潟県スポーツ公園・多目的運動広場南エリア(中央区清五郎)  
 対 象 東区に在住または在学の小学1～6年生 先着80人  
 参 加 費 無料  
 持 ち 物 動きやすい服装、運動ができる靴(スパイク不可、トレーニングシューズ可)、飲み物、タオル、サッカーボール(なくても可)  
 申し込み 6月19日(月)午前10時～7月15日(土)午後6時までに、インターネットの「お申し込みフォーム」に必要事項を入力 ※定員に達した時点で受け付けを終了します  
 問い合わせ アルビレックス新潟(☎025-257-0155、月～金曜日午後1時～8時・土曜日午前9時～正午)



▶申し込みはこちら



●7月の肺がん集団検診

7月	会場	受付時間
4 火	シルバーピア石山	午前9時30分～11時
	木戸コミュニティセンター	午後1時30分～3時
24 月	東総合スポーツセンター	午前9時～11時
	石山南まちづくりセンター	午後1時30分～3時
27 木	東区役所南口エントランスホール	午前9時～11時
	太平三丁目自治会館(太平3)	午後1時30分～3時

持 受診券(切り取らずにお持ちください)、健康保険証、肺がん検診個人記録票  
 申 当日直接会場  
 問 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

●健康相談

7月	会場	受付時間
18 火	木戸健康センター	午前9時15分～11時15分
28 金	シルバーピア石山	午前10時～11時30分、午後1時30分～3時

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。  
 申 18日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、28日(金)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

●妊婦歯科健診

7月	会場	受付時間	定員(先着)
19 水	石山地域保健福祉センター	午後1時～2時15分	25人
20 木	木戸健康センター		45人

内 歯科健診、お口の健康相談  
 込 母子健康手帳の交付を受けた妊婦  
 持 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票  
 申 6月21日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●マタニティセミナー(安産教室)

回	月	日	曜	時間	申込開始日
①	7	11	火	午後1時30分～3時ごろ	6月21日(水)
②	8	8			7月19日(水)

場 木戸健康センター  
 込 東区在住の妊婦各回先着10人(配偶者やパートナーも参加できます)

①令和5年8月～9月出産予定者  
 ②令和5年9月～10月出産予定者  
 持 母子健康手帳、筆記用具、「マタニティ食事レッスン」(母子健康手帳交付時に配布したもの(なくても可))  
 申 電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●育児相談

7月	会場	受付時間	申込開始日
6 木	石山地域保健福祉センター	午後1時30分～3時10分	6月21日(水)
	木戸健康センター	午前9時30分～11時15分	

※6日(木)は栄養士、歯科衛生士による相談あり、20日(木)は栄養士、歯科衛生士による相談と保護者の血管年齢測定あり  
 持 母子健康手帳、バスタオル  
 申 6日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、20日(木)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●子どもの健康診査(個人案内)

☆の健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。  
 問 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

1歳6カ月児健康診査☆


3歳児健康診査☆

1歳誕生歯科健康診査☆

対象者には案内を送付します。  
 股関節検診・母体保護相談  
 対象者には案内を送付します。超音波検査料2,800円が必要です。

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)  
 込 就学前児と保護者、小学1～3年生



●だれでもおしゃべりテラス～県外からの転勤ママもどうぞ～

回 ①7月4日(火)午前10時～11時30分  
 ②7月11日(火)午前10時～11時30分  
 内 おもにプレママ、0歳～小学3年生の子どもと保護者の自由なおしゃべり会  
 申 当日直接会場  
 ●ベビーマッサージ  
 回 7月6日(木)午前10時15分～11時

内 赤ちゃんと保護者のスキンシップ(オイルの使用なし) ※父親の参加可  
 込 2カ月からおおむね12カ月までの乳児と保護者先着10組  
 申 親子一組500円

持 バスタオル、飲み物 申 電話で同施設  
 ●わくわくテラス「みんなであそぼう」  
 回 7月13日(木)午前10時30分～同50分  
 内 ふれあい遊びや運動遊びなど  
 申 当日直接会場


●産後ママの骨盤ケア  
 回 7月14日(金)午前10時30分～11時30分  
 内 カイロプラクティックによる骨盤ケアの体験  
 込 産後の母親先着15人(出産後の年数は問いません) ※子どもの同室可  
 申 一組500円

持 動きやすい服装、バスタオル(厚手のもの)、フェスタオル(長いもの)、飲み物  
 申 電話で同施設

●あんよのまえのいないいないばあ  
 回 7月21日(金)午前10時15分～11時30分  
 内 ふれあい遊び、リズム遊びなど  
 込 7～12カ月の乳児と保護者先着20組  
 申 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)  
 ☎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) ※7月は3日(月)、18日(火)  
 込 就学前児と保護者、小学1・2年生



●いちごひろば  
 回 7月5日(水)午前10時30分～同45分  
 内 たなばた会 申 当日直接会場

●ベビーマッサージ  
 回 7月6日(木)午後1時30分～2時30分  
 内 マッサージを通して赤ちゃんとのスキンシップを楽しむ  
 込 2～7カ月の乳児と母親先着7組  
 申 親子一組500円  
 申 電話または直接同施設

●ベビーダンス  
 回 7月11日(火)午後1時15分～3時  
 内 ダンスで親子のスキンシップとリフレッシュ  
 込 5～9カ月の乳児と保護者先着8組(父親の参加可)  
 申 大人一人につき500円  
 申 電話または直接同施設



公民館

※申込受付は午前9時から  
 中地区公民館 ☎025-250-2910

新潟市中地区公民館運営審議会

回 6月28日(水)午後1時30分～3時  
 込 傍聴者先着5人 申 当日直接会場

子育てサロン「ともだちひろば」スペシャルわくわく七夕おたのしみ会

回 7月5日(水)午前10時30分～11時30分  
 場 大形まちづくりセンター2階ホール  
 内 七夕演奏、絵本読み聞かせ、七夕飾りプレゼント  
 込 未就園児と保護者先着7組  
 申 電話で同館

子育てサロン「ひだまり」7月の予定

月	日	曜	内容
7	6	木	たなばた会
	13		絵本の読み聞かせ
	20		7月生まれのお誕生会
	27		絵本の読み聞かせ

時間 午前10時～正午  
 込 未就園児と保護者 申 当日直接会場

夏まっさかりフェスタ

回 7月16日(日)午後1時～4時  
 場 山の下まちづくりセンター  
 内 射的や輪投げ、おもちゃ作りなど  
 込 先着200人  
 申 子ども1人100円 ※参加賞あり

申 当日直接会場  
 石山地区公民館 ☎025-250-2930

石山のご近所だんぎ6月

回 6月26日(月)午後1時30分～3時  
 内 ゴミの分け方講習  
 込 先着40人 持 筆記用具  
 申 当日直接会場

催し物・募集

下山スポーツセンター 体力測定&相談

回 7月4日(火)、15日(土)、22日(土)、25日(火)午後2時～4時  
 内 体力測定、トレーニングプログラム相談  
 込 15歳以上(中学生除く)先着2人  
 申 一般250円、65歳以上100円(使用料)  
 持 動きやすい服装、室内用運動靴、タオル  
 申 開催日の2日前までに電話で同施設(☎025-272-7677)

●プレママ・パパ情報交換会～聞こう、話そう、出産・育児～

回 7月22日(土)午前10時30分～11時30分  
 場 東区プラザ

内 プレママ・パパと先輩ママで出産や子育てについてのおしゃべり会  
 込 妊娠中の人とパートナー先着6組  
 持 飲み物 申 電話または直接同施設

●育児講座～きょうだいの育て方～(パパ向け講座)

回 7月23日(日)午前10時～11時  
 場 東区プラザ

内 きょうだいの育て方について助産師からの講話。発育測定(1歳未満の子ども)や個別相談の時間あり  
 込 乳幼児と保護者先着8組 ※母親だけの参加も可  
 持 飲み物、1歳未満のお子さんは母子健康手帳、バスタオル  
 申 電話または直接同施設


●産後ママのやさしいヨガ

回 7月25日(火)午後1時30分～2時30分  
 内 産後のママが赤ちゃんと一緒に参加できるヨガエクササイズ  
 込 1歳未満の乳児と母親先着10組  
 申 親子一組500円  
 申 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)、祝日の翌平日  
 込 就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生



●おやこdeあそぼう

回 6月27日(火)午前10時30分～同50分  
 内 おやこふれあい遊び、音楽遊びなど  
 申 当日直接会場

●おやこdeミュージックセラピー

回 7月4日(火)午前10時30分～11時  
 内 音楽療法士による音遊び  
 込 親子先着15組  
 申 電話または直接同施設

●体育あそび教室

回 7月12日(水)午後4時～同45分  
 内 鉄棒や跳び箱を使って体を動かす  
 込 5歳～小学3年生先着10人  
 持 汗を拭くタオル、飲み物  
 申 電話または直接同施設

敬老祝会経費の一部を助成

75歳以上の人を地域でお祝いするときの経費の一部を助成します。  
 対象団体 自治会、町内会、コミュニティ協議会  
 助成対象 9月1日(金)～12月31日(日)に実施される敬老祝会(令和5年度限定)  
 助成額 1団体あたり、自治会・町内会は3万円の範囲内、コミュニティ協議会は20万円の範囲内

この他にも要件があります。予算の範囲内で実施するため、希望する場合は早めに相談してください。  
 申込受付 7月3日(月)～31日(月)  
 申請書は区役所健康福祉課窓口で配布、または市ホームページからダウンロードできます。  
 問 健康福祉課地域福祉・高齢介護グループ(☎025-250-2320)

お知らせ

敬老祝会経費の一部を助成  
 75歳以上の人を地域でお祝いするときの経費の一部を助成します。  
 対象団体 自治会、町内会、コミュニティ協議会  
 助成対象 9月1日(金)～12月31日(日)に実施される敬老祝会(令和5年度限定)  
 助成額 1団体あたり、自治会・町内会は3万円の範囲内、コミュニティ協議会は20万円の範囲内

この他にも要件があります。予算の範囲内で実施するため、希望する場合は早めに相談してください。  
 申込受付 7月3日(月)～31日(月)  
 申請書は区役所健康福祉課窓口で配布、または市ホームページからダウンロードできます。  
 問 健康福祉課地域福祉・高齢介護グループ(☎025-250-2320)

暑さを避ける、こまめな水分補給、暑さに備えた健康管理で熱中症を予防しましょう。