

みなさんの健康のために(6月)

健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

全て事前に申し込みが必要です。当日はマスクの着用、自宅での検温をお願いします。発熱、咳、倦怠感がある場合は参加できません。

育児相談

身体計測、栄養相談(計測のみ可)
\*豊栄健康センター会場は歯科相談あり
乳幼児と保育者

Table with 5 columns: 6月, 会場, 時間, 定員, 申し込み. Rows for 15(水) and 28(火).



離乳食講習会

5月18日(水)から市役所コールセンター(☎243-4894)
はじめての離乳食
6月8日(水)午後1時半~2時半
豊栄健康センター
離乳食の始め方
生後5カ月頃の乳児の保育者 先着15人
ステップ離乳食
6月8日(水)午前10時~11時
豊栄健康センター
離乳食の進め方
生後6カ月以降で2回食・3回食に進もうとしている乳児の保育者 先着15人

<<その他>>

- 股関節検診・母体保護相談、1歳誕生歯科健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(3歳6カ月頃に実施)は該当者に個別案内をしています
はじめての離乳食は偶数月は豊栄健康センター、奇数月は北地域保健福祉センターで実施します
健康福祉課健康増進係(☎387-1340)
1歳誕生歯科健診時に、同会場で「ブックスタート」を実施します
豊栄図書館(☎387-1123)

健康相談

保健師、栄養士による個別相談
\*健康診断の結果記録票のある人は持参

Table with 5 columns: 6月, 会場, 時間, 定員, 申し込み. Rows for 22(水) and 24(金).

始めよう運動!健康づくりスタートセミナー

運動指導員による講話や実技
他の運動教室、運動サークルなどに参加していない人

Table with 5 columns: 6月, 会場, 時間, 定員, 申し込み. Rows for 14(火) and 22(水).

あなたの骨は大丈夫? 骨粗しょう症予防相談会

健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

自分の骨密度を知って、丈夫な骨で健康に過ごしませんか。若い人の参加もお待ちしています。

6月22日(水)
①午前9時40分~ ②午前10時00分~ ③午前10時20分~
④午前10時40分~ ⑤午前11時00分~ ⑥午前11時20分~
⑦午後1時20分~ ⑧午後1時40分~ ⑨午後2時~
豊栄健康センター
骨密度測定(超音波式、かかとを素足で測定)、骨粗しょう症予防のための健康相談
18歳以上 各回先着6人
\*骨粗しょう症で治療中の人を除く
5月19日(木)から電話で市役所コールセンター(☎243-4894)

血管げんき塾(全2回)

New

血糖値の話がきける新しい講座です!

7月6日(水)・26日(火)午後1時半~3時半
豊栄地区公民館(1回目)、豊栄総合体育館(2回目)
1回目 動脈硬化・糖尿病予防の話 講師 柄澤良さん(豊栄病院副院長)
2回目 運動の効果についての話、運動実技 ほか
先着30人 \*1回目のみ参加可
電話で健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

5月29日(日)は新潟県知事選挙の投票日です

~期日前投票をご利用ください~

選挙当日に仕事やレジャーなどの理由で投票に行けない人は、期日前投票を利用しましょう。

Table with 3 columns: 期日前投票所, 選挙期日, 期日前投票期間. Rows for 北出張所.

必要なもの 投票所入場券 \*裏面宣誓書を記入し持参
北出張所(地域総務課内)(☎387-1105)

参議院議員通常選挙(7月10日執行予定)の期日前投票所
会計年度任用職員(一般事務補助)を募集

対象 パソコンの基本操作ができる人
勤務場所 期日前投票所(北区役所、北出張所のいずれか)
勤務日 6月23日(木)~7月9日(土)の指定する日(予定)
勤務時間 午前8時10分~午後8時(シフト表による勤務)
賃金 時給922円~1,048円(通勤手当有)
5月31日(火)までに申込書を地域総務課に提出

\*申込書は地域総務課に設置(市ホームページからダウンロード可)
北出張所(地域総務課内)(☎387-1105)

大事な投票、忘れずに!



ゆりかご学級2期

豊栄地区公民館(☎387-2014)

初めての子育ては心配や不安がいっぱい。「こんなときみんなはどうしてるの?」「本当にこれでいいの?」お話を聴いたりおしゃべりしながら、情報を共有しましょう!

令和4年1~3月生まれの子どもの保護者 12人
\*保育あり、対象児10人(応募多数の場合、第一子優先で抽選)
5月25日(水)までに同館または市ホームページ「かんたん申込み」

Table with 4 columns: 期日(木曜), 時間, テーマ, 講師. Rows for 6/30, 7/7, 7/14, 7/21.

北区文化会館からのお知らせ

同館(☎388-6900)

古今亭菊之丞 独演会

2022.7.2 土 開演 14:00

チケット発売中

料金 一般: 3,000円(全席指定)
\*就学前児入場不可。

