



### 健康相談(予約制)

回7月18日、8月29日(火)  
 園午前9時～11時 園南区役所  
 内容健康相談(禁煙相談も可)  
 持直近の健康診断の結果(なくても可)  
 園健康福祉課 ☎372-6385

### はじめての離乳食(予約制)

回8月3日(木) 園午後1時45分～2時  
 園白根健康福祉センターなごみなみ  
 内容離乳食の進め方(80分程度)  
 内容生後5カ月頃の赤ちゃんの保育者  
 先着10人 持母子健康手帳、バスタオル  
 園7月19日(水)～8月1日(火)市役所  
 市役所コールセンター ☎243-4894

### ステップ離乳食(予約制)

回8月8日(火) 園午後1時45分～2時  
 園白根健康福祉センターなごみなみ  
 内容離乳食の進め方(80分程度)  
 内容生後6カ月以降で2回食・3回食に進む  
 赤ちゃんの保育者 先着10人  
 持母子健康手帳、バスタオル 園7月19  
 日(水)～8月6日(日)市役所コールセン  
 ター ☎243-4894

### 育児相談会(予約制)

回8月3日(木) ①9:30②9:50

③10:10④10:30⑤10:50  
 園白根健康福祉センターなごみなみ  
 内容身体計測、保健師・助産師・栄養士・歯  
 科衛生士による相談  
 内容乳幼児の保育者 各時間先着5人  
 持母子健康手帳、バスタオル  
 園7月19日(水)～8月2日(水)健康福祉  
 課 ☎372-6395 ※妊娠や子育てについ  
 ての相談はいつでも受け付けています

### 妊婦歯科健診(予約制)

回8月23日(水) ①13:00先着15人②  
 13:45先着10人 園白根健康福祉セン  
 ターなごみなみ 持母子健康手帳、受  
 診票 園7月19日(水)～8月21日(月)  
 市役所コールセンター ☎243-4894

### その他健診

対象の人には個別に案内を送ります。  
 ●3歳児健診 8月4日(金)

### 献血にご協力を

回8月2日(水) ①午前9時半～11時半②  
 午後1時半～3時半 園①南区役所②  
 白根緑ヶ丘病院 内容400ml献血  
 持献血カードまたは献血手帳※初めて  
 の人は本人確認書類(運転免許証など)

### フレイルチェックに参加しませんか

フレイルとは加齢により心身の活力  
 (筋力、認知機能、社会とのつながりな  
 ど)が低下した状態で、健康な状態と要  
 介護状態の中間のことです。  
 早めにフレイルの兆候に気付くこと  
 で、生活習慣を見直すなどの予防や要  
 介護状態になることを遅延できます。

65歳以上の人を対象に開催しま  
 す。会場などの詳細は、回覧板で案内  
 しますので確認してください。



## 肺がん・乳がん検診

園健康福祉課 ☎372-6385



### 肺がん検診

持受診券、個人記録票、健康保険証 内容40歳以上 内容検診車による胸部X線撮  
 影(かくたん検査は感染予防の観点から実施しません) 持無料

### ○8月の日程 予約不要

受付開始直後は混雑が予想されます。都合がつく人はそれ以外の時間に会場  
 してください。

検診日	会場	対象地区	受付時間
8月26日(土)	白根健康福祉センターなごみなみ	全地区	9:00～11:30

### 乳がん検診 マンモグラフィ検査

○集団検診 回8月30日(水) 午前9時半～11時半、午後1時半～3時半  
 園白根健康福祉センターなごみなみ 内容職場などで受診機会のない40歳以上  
 偶数年齢の女性 先着120人 持受診券、健康保険証、自己負担金、バスタオル  
 自己負担金

年齢	40歳	41～69歳	70歳以上
自己負担金	無料	1,000円	無料
その他	新潟市国民健康保険加入者は半額 市民税非課税世帯の人は無料(「無料券」が必要。検診日の2週間前までに申請)		

園7月28日(金)から市役所コールセンター ☎243-4894

○施設検診 委託医療機関に予約。委託医療機関は受診券に同封の「検診いっ得」  
 に掲載。※70歳以上の人は施設検診を受診できません。集団検診を利用してください



南区トレジャーハンティングは、住民  
 の皆さんが南区役所だよりの記者と  
 なって地域の自慢のお宝を紹介する  
 コーナーです。

### 花でみんなを華やかに

大通のお宝は、長年にわたり国道8号沿いの花壇と大通西公  
 園のプランターに、花を植えている長友洋征さんです。  
 長友さんは18年ほど前からボランティアで、老人クラブ「大通  
 西萌ぎの会」の皆さんと一緒に国道8号や大通西公園に花を植  
 えてきました。国道にある花壇は幅70cm、長さは約700mもあり  
 ます。今年度は420本の花を植え、秋まで月1回花壇の清掃を早朝から行ってい  
 ます。大通西公園は、子ども会の皆さんと一緒に80本の花をプランターに植えました。  
 これらの活動で、国土交通省より平成20年と令和4年に感謝状を受け、平成23・27  
 年にも表彰されました。



大通地域通信員  
 杉原圭一さん

地域のみなさんから「花壇がきれいだね」など声を掛  
 けてもらうこともあり、それが励みになっています。今後は、若い人にもどんどん参加してもらい、この活動を受  
 け継いでいってほしいそうです。

私も、毎年楽しみにしていますが、皆さんもぜひ国道  
 8号を通る際には、車道脇の花壇に注目してください。



2列目左端が長友さん

## お知らせ

白根地区公民館 ☎372-5533

### 子育てひろば モモ

回8月8日(火)午前10時～11時半  
 園白根学習館 内容自由あそび&ちよっと  
 しゃべり場 内容未就園児とその保護者  
 先着8組 園当日直接会場へ

白根カルチャーセンター ☎373-6311

### スポーツ教室参加者募集

教室名	期間	時間
ズンパ 体験会	7/24、8/21、 9/11(月)	19:30～20:20 定員40人
キッズヒップ ホップ①	8/30～10/11 毎週水曜	17:00～18:00 定員30人

園窓口または電話で同館 先着順  
 ※キッズヒップホップは事前に同館窓口  
 で「スポーツ教室会員登録」  
 が必要 ※回数や受講料など  
 の詳細はホームページ  
 (右二次元コード)から



### その他

### 弁護士の無料法律相談

回8月9日・23日(水)午後1時15分～4  
 時15分 園南区役所 内容土地、金銭貸  
 借、保証、債務、離婚、認知など法律につ  
 いての相談 内容先着6人 ※1人30分  
 園7月18日(火)以降に区民生活課  
 ☎372-6105

### 月潟農村環境改善センター 臨時休館

施設電気工事に伴い、臨時休館をします。  
 期間 7月24日(月)～28日(金)  
 園産業振興課 ☎372-6525



## 安産教室

妊婦さんと家族が安心して出産を迎え、  
 生まれてきた赤ちゃんにゆとりをもって接する  
 ことができるよう安産教室を開催します。

園白根健康福祉センターなごみなみ 内容令和5年11月～令和6年1月に出産を予  
 定している人(南区民に限る。先着10人) ※後期のみパートナーの参加可

### 日程表

	実施日	時間	内容	予約開始日
前期	8/24(木)	13:30～15:00 園13:15	・妊娠期の過ごし方 ・妊娠期の栄養と食事について ・市の母子保健サービスについて	7/19(水)
後期	9/20(水)	18:00～20:00 園17:45	・子育てについて ・沐浴について	8/23(水)

園健康福祉課 ☎372-6375



## 夏の交通事故防止運動 ～スピード控えめで安全運転～

思いやり クールにゆずる 夏の道



横断歩道では「歩行者が最優先」です。横断歩道を渡ろうとしている歩行者がい  
 たら、必ず一時停止をしましょう。また、夏場の運転はこまめな休憩を心掛けましょ  
 う。

期間 7月22日(土)～7月31日(月) 園地域総務課 ☎372-6431



## 第4回 南区自治協議会

園地域総務課 ☎372-6605

回7月26日(水) 午後2時半から 園南区役所 傍聴 先着10人  
 内容令和6年度特色ある区づくり予算について ほか ※実施済みの会議の内容  
 は、区ホームページや地域生活センターなど区内の公共施設で閲覧可能

《広告欄》

FMにいつ(76.1MHz)で情報発信しています 地域総務課(☎372-6621)