

母子保健だより

健康福祉課健康増進係
☎0256-72-8372



♡3歳児健診

回 1月21日(火)(受付:午後0時45分~1時半)

場 西川健康センター

因 平成28年7月生まれの幼児

持ち物 母子健康手帳、問診票、尿、フッ化物塗布希望者は1,020円

♡安産教室

回 1月24日(金)(受付:午後1時15分~同30分)

場 西川健康センター

因 妊娠中~産後にかけての食事のポイント、お母さんと赤ちゃんの歯について、不安や疑問相談タイム

因 出産予定日が令和2年5~10月の妊婦
持ち物 母子健康手帳、筆記用具
☎電話で健康福祉課健康増進係(☎0256-72-8372)へ

♡育児相談会

回 1月28日(火)(受付:午前9時半~11時)

場 巻地域保健福祉センター

因 個別相談、体重測定、栄養相談、歯科相談

因 乳幼児の保護者

持ち物 母子健康手帳

※3歳児健診の対象者には、個別に案内を送付しています

お知らせ版

回=日時 場=会場 因=内容 人=対象・定員
¥=参加費(記載のないものは無料) 問=問い合わせ
申=申し込み(記載のないものは申し込み不要。当日直接会場へ)

公民館

巻地区公民館

☎0256-72-3329

■幼児期家庭教育学級「すき♡つぷう」

子育て真っ最中の保護者の皆さん。子育てに役立つ講座に参加してみませんか。

回 ①1月31日、②2月7日、③2月14日(いずれも金曜、全3回)午前10時~正午

因 ①冬の感染症予防、②絵本の読み聞かせ講座、③親子であったかYOGA体操

因 おおむね1歳~就学前の子どもの保護者 先着15人

保育あり 1歳児~未就園児 各回先着9人(1月31日、2月7日のみ)

問 あす6日(月)午前9時~1月17日(金)までに電話で同館へ

■湯東地区公民館

☎0256-86-2311

■第4回湯東地区リレーマラソン大会

西川総合体育館の特設コースを規定時間の1時間で何周できるかを競います。家族チームや友人チーム、小中学生チームなどでご参加ください。

回 2月9日(日)午前9時~正午頃

場 西川総合体育館

因 小学3年生以上の健康な人(1チーム4人以上、7人以下) 先着15チーム

¥1チーム2,000円(保険料)

その他 6位までのチームに表彰を行います。特別賞もあります。

回 1月27日(月)までに、申込書を同館へ

※申込書は同館と湯東地域コミュニティ協議会で配布しています

子育て

こころ広場

☎0256-72-6240 (どんぐりの舎)

●赤ちゃん広場「親子で楽しいヨガ」

回 1月8日(水)午後2時~3時

講師 柳本あやさん

持ち物 バスタオル、飲み物、母子健康手帳

その他 発育測定も開催。手形・足形が取れるかわいい発育ノートもあります。

●おはなしばびい

回 1月9日(木)午前10時45分~

●神楽舞鑑賞会

回 1月10日(金)午前10時15分~11時15分

出演 巻東6区 東友会

●リトミック遊び

ピアノの音に合わせて楽しく体を動かして遊びましょう。

回 1月16日(木)午前10時45分~11時15分

●親子で楽しくエクササイズ

親子で楽しく体を動かして遊びましょう。

回 1月17日(金)午前10時半~11時半

講師 脇田ともみさん(フィットネスインストラクター)

持ち物 飲み物

ほかほかコアラ 岩室子育て支援センター

☎0256-82-2900

●赤ちゃん広場

回 あす6日(月)随時

●発育測定

回 あす6日(月)・7日(火)随時

●絵本読み聞かせ

岩室図書館の職員が読み聞かせを行います。

回 1月8日(水)午前11時~

●まゆ玉飾り

回 1月10日(金)随時

●作って遊ぼう「鬼のお面作り」

回 1月15日(水)・16日(木)随時

さくらんぼ なかのぐち子育て支援センター

☎025-375-5690

●新年お楽しみ会

回 1月9日(木)午前10時半~11時

●育児講座「産後クライシスとベビーマッサージ」

回 1月16日(木)午後1時20分~3時半

講師 鷲尾智恵子さん(助産師)

因 15組(応募多数の場合は1歳までの乳児を優先)

回 1月10日(金)までに電話で同センターへ

あそびの山 岩室地域児童館

☎0256-82-2169

1月の休館日は14日(火)午後です。あす6日(月)は、小学生以上は午後からの利用となります。各種行事の詳細は、ホームページで確認してください。

●児童館★鏡開き

1年の無病息災を願って、白玉団子を食べます。みんなで食べて心も体も元気いっぱい1年にしましょう。

回 1月11日(土)午後2時~

第5回角田山一周ハーフマラソン大会



今年で5回目を迎える角田山一周ハーフマラソン大会が開催されます。海と山が織りなすロケーションを走り抜けてみませんか。区内の温泉入浴割引券などの魅力ある参加賞も用意しています。

参加には申し込みが必要です。申し込み方法など詳しくは問い合わせてください。

公式サイトURL <http://nishikan-sports.com/kakudahm/>



詳細はこちら

回 4月12日(日)午前9時~正午(開場:午前6時、雨天決行)

※大会当日の受付はありません。参加者には3月下旬をめどにゼッケン、計測チップを郵送しますので当日必ず持参してください

スタート・ゴール地点 城山運動公園

因 男女年齢別の7部門ハーフマラソン(21.0975キロメートル)

その他 男女総合優勝と各部門6位まで、および角田山賞(総合482位)を表彰します。

因 独力で21.0975キロメートルを完走できる18歳以上の男女 先着700人

¥1人5,000円

申し込み期限 募集中~2月19日(水)まで

問 角田山一周ハーフマラソン大会実行委員会事務局(☎0256-73-1233)

●絵本の日

寒い冬にぴったりの絵本を読み聞かせします。

回 1月15日(水)午前10時半~

●親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた!」

初めて赤ちゃんを育てるお母さんと0歳児の赤ちゃんと一緒に参加する講座です。子育ての楽しみや不安などお母さん同士で交流しながら親子の絆を深め、自分なりの子育てを見つけてみませんか。

回 2月21日~3月13日(毎週金曜、全4回)午前10時~正午

因 令和元年10月~12月生まれの乳児(第1子)とその母親 先着10組

¥1,000円(テキスト代)

問 直接または電話で同館へ

催し

♣ 体幹コンディショニング教室

マットの上で楽しくストレッチをしながら、体の正しい使い方を学びましょう。

回 1月17日(金)午後7時半~8時15分

場 中之口体育館

因 18歳以上の人 先着20人

※高校生を除く

¥500円

持ち物 運動のできる服装、飲み物、タオル、ストレッチマットまたはヨガマット(持っている場合)

問 電話で中之口体育館(☎025-375-5007)へ

■西蒲区将棋会「冬の陣将棋大会」

回 1月26日(日)午前9時半~

(受付:午前9時~)

場 巻やすらぎ会館

因 西蒲区に在住または在勤の人

※小学生以上

¥会員1,000円、一般1,500円、小・中学生800円 ※昼食代を含む

対戦方法 棋力別に分けて総当たり戦

その他 参加者全員に賞品あり

回 1月18日(土)までに電話で同会 伝川(☎0256-72-5927)へ

■湯東樋口記念美術館 企画展「新潟の風景」

高橋五仙子が描いた、懐かしい新潟の名所を紹介します。

回 開催中~4月12日(日)午前9時~午後4時

場 同館および湯東歴史民俗資料館

¥一般 500円、小・中学生 300円

※土・日・祝日は小・中学生無料

問 湯東ゆう学館(☎0256-86-2311)

■巻地区スポーツ振興会事業 4人制ソフトバレーボール大会

回 2月2日(日)(受付:午前8時半~)

場 巻体育館

因 西蒲区に在住・在勤・在学の人で構成されるチーム

チーム編成 監督1人(選手兼任可)、競技者4人(男女混合、男性は同時に2人まで出場可)、交代選手4人以内

¥1チーム2,000円(当日徴収)

回 1月20日(月)までに、申込用紙に必要事項を記入のうえ、巻地区スポーツ振興会事務局(地域総務課企画・文化スポーツグループ)へ

※申込用紙は地域総務課で配布

問 同事務局(☎0256-72-8194)

休日救急当番医 ● 1月5日~1月19日

外科系 【診療時間】日曜日・祝日の午前9時~午後5時

1月 5日 えんどう整形外科クリニック・燕市(燕地区) ☎0256-66-0009

12日 しまがきクリニック ……巻地区 ☎0256-73-1312

13日 はすいけ整形外科 ……燕市(燕地区) ☎0256-47-6688

19日 松村医院 ……巻地区 ☎0256-72-1151

内科 ●西蒲原地区休日夜間急患センター(巻地区 ☎0256-72-5499)

受付時間は原則、診療終了時間の30分前までとなります。

【診療時間】内科・小児科:日曜日・祝日の午前9時~午後5時と

毎日(夜間)午後7時~10時

歯科:日曜日・祝日の午前9時~午後5時

※新潟市急患診療センター(中央区紫竹山:☎025-246-1199)では、午後10時以降も内科・小児科の診療を行っています