

# 健康・福祉ガイド

## 各種検診案内

健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

### 肺がん(結核)検診日程 ※予約不要

検診日	時間	対象	会場
7/21(水)	午前9時~11時	女性	新津健康センター
	午後1時~3時	男女	
7/29(木)	午前9時~11時	男性	新津健康センター
	午後1時~3時	男女	

### 胃がん検診日程 ※要申し込み

検診日	時間※	会場	予約開始日
7/1(木)	①~⑤	金津地区コミュニティセンター	6/3(木)
7/9(金)	①~⑤	新津地区勤労青少年ホーム	6/3(木)

申し込み 新潟県労働衛生医学協会 ☎025-370-1800 平日午前9時~午後4時半

### 乳がんマンモグラフィ集団検診日程 ※要申し込み

検診日	時間※	会場	予約開始日
7/3(土)	②~⑤	小須戸まぢづくりセンター ※会場変更	6/3(木)
7/7(水)	②~⑨	新津健康センター	6/3(木)
7/30(金)	②~⑨	新津健康センター	6/26(土)

申し込み 市役所コールセンター ☎025-243-4894 午前8時~午後9時 年中無休

### ■共通事項

時間※  
 ①午前9時~9時半 ②午前9時半~10時  
 ③午前10時~10時半 ④午前10時半~11時  
 ⑤午前11時~11時半 ⑥午後1時半~2時  
 ⑦午後2時~2時半 ⑧午後2時半~3時  
 ⑨午後3時~3時半  
 持ち物 受診券、健康保険証、上履き、靴袋、個人記録票(胃がん、肺がんのみ)、自己負担金(胃がん、乳がんのみ)、タオル(乳がんのみ)

## 健康づくり

健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

### 骨粗しょう症予防相談会

※要申し込み

日時 7月7日(水)午前9時半~正午  
 会場 新津健康センター  
 内容 骨密度測定、食事の話  
 対象 18歳以上の市民(骨粗しょう症で治療中の人は除く)  
 申し込み 6月10日(木)から市役所コールセンター ☎025-243-4894

### 笑顔健康クッキング ※要申し込み

開催日	会場	申し込み期間
6/29(火)	新津健康センター	6/9(水)~6/25(金)
7/14(水)	荻川コミュニティセンター	6/9(水)~7/9(金)
7/29(木)	小合地区コミュニティセンター	6/9(水)~7/26(月)

時間 午前10時~正午 (受付は午前9時45分から)

### テーマ

手軽に時短で糖を抑えよう(糖尿病予防)

内容 講話、調理の実演

定員 先着20人

持ち物 筆記用具、上履き

### 成人の健康相談 ※要申し込み

日時 7月2日(金) ①午前9時~②9時45分~③10時半~④11時15分~  
 会場 新津健康センター

### フレイル予防教室 ※要申し込み

開催日	内容
6/24(木)	「口腔ケア」で歯と口を健康に、簡単な運動実技
7/8(木)	「食生活改善」で低栄養予防、簡単な運動実技

時間 午前10時~11時半 (受付は午前9時40分から)

会場 新津地域交流センター多目的ホール

対象 新津第一・新津第二中学校区にお住まいの人

定員 先着30人

※1回のみ参加も可能です

### 400ミリリットル献血にご協力をお願いします

健康福祉課地域福祉担当 ☎25-5665

日程	時間	会場
6/11(金)	午前10時~11時半	新潟地域振興局新津庁舎
6/11(金)	午後2時~4時	下越病院

持ち物 献血カードまたは献血手帳 ※初めて献血する人は身分証明書が必要

# お知らせ

日=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員  
 ￥=参加費(記載のないものは無料)  
 申=申し込み 問=問い合わせ

### 秋葉区ママさんバレーボール大会

日 7月4日(日)午前9時半から (受付は午前9時から)  
 場 秋葉区総合体育館  
 区区内に在住・勤務する既婚または35歳以上の女性  
 ￥1チーム3,000円(秋葉区バレーボール協会登録チームは無料)  
 代表者会議 6月16日(水)午後7時から秋葉区総合体育館研修室で開催  
 日 6月15日(火)までに所定の参加申込書に必要事項を明記のうえ、秋葉区総合体育館(〒956-0035 程島2009番地、☎25-2401)  
 問 同協会の坂爪さん ☎24-6603

### 認知症の方や家族の無料電話相談

認知症の方やその家族の無料相談窓口です。福祉の有資格者や介護経験者などが電話で相談を伺います。  
 日 毎週月曜~金曜 午前9時~午後5時 (祝日、年末年始は休み)  
 相談電話 新潟県認知症コールセンター ☎025-281-2783

### 新津図書館シアター

日 6月15日(火)午後1時半から (開場午後1時)  
 場 新津図書館2階 研修室  
 区高校生以上の人・先着40人(要予約)  
 上映作品 「新潟地震」(30分) 「芦沼」(42分)  
 ※自宅で検温、マスクを着用ください  
 日 6月8日(火)~14日(月)までに同館 ☎22-0097

### 第3回 秋葉区自治協議会

日 6月25日(金)午後1時半から  
 場 秋葉区役所6階 601・602会議室  
 傍聴人数 先着10人 ※申し込み不要、マスク着用にご協力ください  
 ※保育:生後6か月~就学前児・先着3人、6月22日(火)までに要申込み  
 問 地域総務課 ☎25-5672

### 高齢者やその家族の無料相談窓口

高齢の方やその家族の皆さん、心配ごとや悩みごとを話してみませんか。電話または窓口で相談できます。  
 場 新潟ユニソンプラザ3階(中央区上所2)  
 ■一般相談  
 日 毎週月曜~金曜 午前9時~午後5時 (祝日、年末年始は休み)  
 ■専門相談(要予約)  
 日 6月14日・28日、7月12日・26日(月) 午後1時半~4時  
 相談内容 相続問題、金銭貸借ほか  
 問 新潟県高齢者総合相談センター ☎025-285-4165

## 防災行政無線の電話自動応答サービスを開始しました

問い合わせ 地域総務課 広報・安心安全グループ ☎25-5470

土砂災害発生への恐れによる避難情報の発令により防災行政無線放送を行った際に、無線の放送内容を自動応答音声で確認することができます。放送内容が聞き取れなかった場合などにご利用ください。

### 自動応答サービス電話番号 0250-47-8430

- 防災行政無線は、東島、朝日、塩谷、金津、矢代田、天ヶ沢地内の計6カ所に設置されています
- 土砂災害発生への恐れによる避難情報が発令されている場合にのみ、それを知らせる自動応答の音声流れます。それ以外の場合はその旨を知らせる音声流れません
- 全国瞬時警報システム(Jアラート)の緊急情報(地震など)による放送は対応していません

### にいつ子育て支援センター

開館日 毎週月曜~金曜、土曜(午前のみ) 利用料 100円  
 開館時間 9:00~12:00、13:00~16:00  
 利用対象 3歳以下のお子さんと保護者  
 ※月曜・水曜の午前と木曜・金曜の午後…ベビー(1歳7カ月まで)対象

## 育ちの森

☎21-4152 セミナー受付時間9:00~17:00

利用定員を設けています。予約もできますが、空きがあれば当日入館可。  
 予約受付時間: 9:00~17:00 (土曜午後、日曜祝日を除く)  
 空き状況はホームページでご確認ください



### ママと一緒にフラダンス

日時 ①6/10(木)②6/21(月) 10:20~  
 対象 ①3歳以下の子と保護者 ②1歳7カ月までの子と保護者  
 利用料 100円

### タッチケアセミナー

※6/15(火)受付開始  
 日時 7/15(木)13:30~14:50  
 対象・定員 ハイハイする前の赤ちゃんと母親・先着4組  
 参加費 100円

### 森のサロン「トイレトレーニングどうする?」

※6/7(月)受付開始  
 日時 6/22(火)10:20~10:50  
 対象・定員 3歳以下のお子さんの保護者・10組  
 内容 保健師によるトレーニングのステップなど  
 利用料 100円

### 子育てハッピーセミナー「子どものほめ方・叱り方」

※6/16(水)受付開始  
 日時 7/16(金)10:00~11:50  
 対象・定員 0歳~就学前児の保護者・3人  
 講師 認定子育てハッピーアドバイザー 椎谷照美  
 参加費 200円(保育なし)

### アキハで子育てサポート事業

#### ベビー&ママセミナー(ふれあい遊び、タッチケア、情報交換) ※6/7(月)受付開始

日時 A:①7/7(水)②7/14(水)③7/28(水)、B:①7/12(月)②7/19(月)③8/2(月) いずれも10:30~11:50 3回シリーズ(AとBは同内容)  
 対象 新潟市在住のおおむね生後3~5カ月(2021年2月~4月生まれ)の赤ちゃんと母親 ※第一子のみ  
 定員 AとBそれぞれ先着4組 参加費 無料

### アキハで子育てサポート事業

## デイケアルームHUGママのご案内

赤ちゃんのいる暮らしは幸せだけど、ママはぐっすり眠れない、ゆっくり食べられない、好きな雑誌も読めない、自分のケアができない、心を休められない…。ここはそんなママたちが少しだけゆっくりできる場所です。



詳細はこちら↑

開催日 毎月第1金曜日午前10時~正午、第3金曜日午前10時~午後1時

会場 新津健康センター(程島1979-4)、受付は3階和室

対象者 妊娠5か月~産後1年未満のママと赤ちゃん

申し込み NPO法人はぐハグへメール hugmama.npo@gmail.com  
 件名: ○月○日の休息DAY(またはランチDAY)利用希望  
 本文: ①名前②お子さんの名前と月齢③電話番号④住所

問い合わせ 健康福祉課児童福祉係 ☎25-5683

### 第1金曜日 ママの休息DAY

赤ちゃんと一緒に個室でゆっくり休息できます。赤ちゃんは専門のスタッフがお預かりします。保育士やセラピスト、カウンセラーなどの専門家がいますので、希望すれば相談や施術サービスを受けることもできます。

### 第3金曜日 おしゃべりランチDAY

赤ちゃんのママやプレママたちでランチを食べながら情報交換をしましょう。ランチの間は、スタッフが赤ちゃんを見守ります。ママたちはゆっくり食事してください! (ランチ代1,000円) ※感染予防対策を行い実施しています