

# 健康・福祉ガイド

## 妊娠・出産・子育て

健康福祉課健康増進係 ☎25-5685

### 10月の子どもの健診、歯科健診など

健診案内は、対象者に個別に郵送しています。日時、会場、持ち物などは案内でご確認ください。案内が届かない場合や日程を確認したい場合は、お問い合わせください。

#### 【(股)関節検診】

対象 令和3年6月生まれ

#### 【1歳誕生歯科健診】

対象 令和2年10月生まれ

#### 【1歳6か月児健康診査】

対象 令和2年3月生まれ

#### 【3歳児健康診査】

対象 平成30年4月生まれ

### 育児相談※要申し込み ☎25-5695

日にち 10月22日(金)

育児相談は予約制です。受付時間などの詳細はお問い合わせください。

### にいつ子育て支援センター

## 育ちの森

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

☎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。



### フォトブック作りセミナー ※受付期間10/4(月)～22日(金)

日時 11/4(木) 10:00～11:50

対象・定員 どなたでも・先着3人

参加費 700円(材料費込) ※保育なし

### ママと一緒にフラダンス

日時 ①10/4(月)②10/14(木) 10:20～

対象 ①1歳7カ月までの子と保護者 ②3歳以下の子と保護者

利用料 100円

### 離乳食から幼児食への進め方 ※受付中

日時 9/28(火)10:20～お話&質問(要予約10組)、

10:50～個別相談(要予約4組)

対象 3歳以下の子と保護者

講師 秋葉区栄養士

利用料 100円

### アキハで子育てサポート事業

## 子育てサロン

## 「小さな森の広場」

問い合わせ 新津育ちの森 ☎21-4152

「小さな森の広場」とは、未就園のお子さんと保護者が気軽に遊びに来られる子育てサロンです。広いスペースでのびのびと遊んだり、近所のお友達づくりをしませんか。事前予約不要、参加無料です。

利用時間 午前9時半～11時半 対象 未就園児と保護者

会場 萩川コミュニティセンター会場 9/29(水)、10/13(水)・27日(水) 定員:12組

小合地区コミュニティセンター会場 10/6(水) 定員: 7組

小須戸まちづくりセンター会場 10/22(金) 定員: 9組

開催日時や会場などの詳細はホームページをご覧ください →



### 秋葉区総合体育館

## ノルディック・ウォーク体験会

2本のポールを使って、楽しくウォーキング!正しいポールのつき方、腕の動かし方、足の使い方、姿勢を学びましょう。

日時 10月14日(木) 午前10時～11時半

会場 秋葉区総合体育館 アリーナ

定員 先着15人

参加費 300円(税込み)

持ち物 動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物

申し込み 9月22日(水)午前10時半から同館 ☎25-2400

※入館時マスク着用、検温、チェックリスト記入あり



# 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

## 秋葉消防署 応急手当講習会

日10月13日(水)午前10時～11時半

場新津健康センター 会議室

内心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)の使用法

人先着15人

申10月9日(土)までに新潟市コールセンター ☎025-243-4894

## 第15回 秋葉区美術展覧会 作品募集

11月20日(土)～28日(日)に新潟美術館にて開催する第15回秋葉区美術展覧会の作品を募集します。

募集部門	日本画、洋画、版画、彫刻、工芸、書道、写真 ※未発表作品に限る
応募資格	区内に在住、勤務、通学する高校生以上の人(1人2点まで)
出品料	一般1点1,500円、2点2,000円 高校生1点500円、2点1,000円
出品方法	11月13日(土)午前9時～正午に出品書と出品料を添えて、作品と一緒に新潟美術館に搬入 ※事前申込不要

申新津地区公民館 ☎22-9666

※募集要項・出品書は、新津地区公民館、秋葉区役所、新潟美術館、新潟図書館、秋葉区文化会館、新津地域交流センター、小須戸まちづくりセンターなどに設置。施設にない場合は同館にご連絡ください。

## 新津地域学園 改修工事のお知らせ

12月まで、外壁の改修工事と屋上防水改修工事を実施しています。ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

工事内容  
・研修棟と資料棟Aの外壁を改修  
・研修棟屋上の防水工事  
申新津地域学園 ☎22-0916

## 司法書士の無料相談

新潟県司法書士会では、10月1日の「法の日」にちなんで、各事務所において無料で相談をお受けします。

日10月1日(金)～7日(木)

各司法書士事務所の営業時間内

※事前に各事務所へご連絡ください

内登記、訴訟、相続、多重債務などの法律相談

申新潟県司法書士会 ☎025-244-5121

## カーリンコン教室

ポイントに向かってディスクを投げ、その近さを競う、カーリングのようなゲームです。運動不足の方は参加してみてください。はいかがでしょうか。

日10月6日～11月24日の毎週水曜

午前9時～11時(11月3日除く)

場小須戸体育館

人先着20人

¥1回200円

持ち物 上履き、飲み物、タオル

申小須戸武道館 ☎38-2121

## 読み聞かせボランティア入門講座

日10月18日(月)、11月2日(火)、15日(月)、22日(月)午後2時～4時(11月2日は午前10時～正午)

場ほんぼーと中央図書館

内読み聞かせの方法、絵本の種類と選び方、絵本の読み聞かせの実習など

内次の条件を全て満たす人・先着15人  
①読み聞かせ講座を初めて受講する人  
②全4回受講できる人  
③市内図書館などでボランティアとして活動を希望する人

申9月25日(土)午前11時から同館

☎025-246-7700

## にいがたヘルス&スポーツマイレージ アプリのお知らせ

新潟県では、楽しみながら運動や健康づくりに取り組めるよう「にいがたヘルス&スポーツマイレージ」のアプリ「グッピーヘルスケア」を始めました。ウォーキングなどをするとポイントがたまり、たまったポイントは地域協力店で特典と交換することができます(特典はお店ごとに異なります)。

使えば使うほど、お得で健康づくりにつながるアプリをぜひご利用ください。申新潟県スポーツ課企画係 ☎025-280-5626、メールngt030190@pref.niigata.lg.jp

※詳しくはこちらから →



## 不動産の無料相談会

日10月6日(水)午後1時～4時

場クロスパルにいがた 講座室

(中央区礎町通3)

内不動産の価格決定や賃貸などでお困りの人

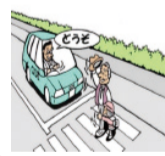
申9月30日までに(公社)新潟県不動産鑑定士協会 ☎025-225-2873

## 9月21日～30日 秋の全国交通安全運動が始まります!

夕暮れの早まりと行楽期が重なり、交通事故が多発するこの時期に、広く交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を呼びかけ、交通事故防止の徹底を図るため、秋の全国交通安全運動が実施されます。

### スローガン 「夕暮れは 速度を抑えて 早めのライト」

・横断歩道は歩行者が優先です。ドライバーは横断歩道の手前では減速するなどして、歩行者に備えましょう。横断者がいるときは必ず一時停止しましょう。



・年を重ねるとつれ身体能力は低下します。高齢運転者は、特にゆとりを持った運転を心掛けましょう。



・夕暮れ時、ドライバーは早めにライトを点灯し、自らの存在を周りに知らせましょう。歩行者は明るく目立つ服装を心掛け、夜光反射材なども活用しましょう。



秋葉区においては、事故の発件数、負傷者数は、昨年比で減少していますが、死者数は増加しています。

皆さん一人一人が「事故に遭わない、事故を起こさない」という意識を持ち、ゆとりをもった行動を心掛け、交通事故を無くしましょう!