

※電話番号は市外局番(025)を省略しています。
※掲載の二次元コードを読み取ることができない人は各イベント主催者へお問い合わせください。

健康・福祉

各事業の申・場連絡先一覧

- ①健康福祉課健康増進係
【妊娠～乳幼児期担当】 ☎223-7237
- ②東地域保健福祉センター
東万代町9-52 ☎243-5312
- ③南地域保健福祉センター
新和3-3-1 ☎285-2373
- ④健康福祉課地域保健福祉担当 ☎223-7039
- ⑤子育て交流ぽーとtete ☎080-9680-6822
- ⑥はっぴいmama応援団 ☎278-3177、水曜定休
- ⑦市役所コールセンター ☎243-4894

■妊婦歯科健康診査 妊婦期

☑中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦
☑各実施日の2日前までに、右の二次元コードから申し込み



期日	会場	定員(先着)
3/7(金)	南地域保健福祉センター	25人
3/12(水)	東地域保健福祉センター	25人
3/14(金)	中央健康センター	25人

■安産教室「ウェルカム赤ちゃん講座」 妊婦期

☑3月22日(土)午後1時30分～3時30分
※受け付けは1時15分から
☑南地域保健福祉センター
☑赤ちゃん人形を使った沐浴・抱っこ体験、産後のこころとからだの話、グループワーク
☑出産予定月が令和7年4月～6月までの中央区在住のおおむね妊娠30週以降の妊婦先着20人(家族・パートナーいずれか1人の同伴可)
☑2月19日(水)から3月4日(火)までに電話で一覧①へ

■みんなでつながるにっこにこ子育て応援事業(毎月開催)

※中央区在住の人が対象です。
☑保健師や助産師への相談、講座、参加者同士の情報交換、ほか
☑各講座の申し込み開始日から携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み

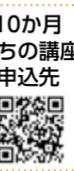
■育カフェ 生後1～5カ月

☑3月14日(金)午前10時15分～11時45分
☑こども創造センター
☑生後1～5カ月の子どもと保護者先着14組
☑2月18日(火)から右の二次元コードを読み取り申し込み
☑一覧⑤



■10か月育ちの講座 生後9～10カ月

☑令和6年5～6月生まれの子どもと保護者
☑2月18日(火)から各開催日前日まで
☑一覧⑥
時間 午前10時～11時30分



期日	会場	定員(先着)
3/5(水)	東地域保健福祉センター	14組
3/26(水)	南地域保健福祉センター	12組

■はじめての離乳食 生後5カ月

☑離乳食の始め方と進め方、情報交換、試食、個別相談など
☑生後5カ月ごろの子どもと保護者
☑2月19日(水)から各実施日の2日前までに電話で一覧⑦へ
時間 午後1時30分～2時50分
※受け付けは1時15分から

期日	会場	定員(先着)
3/19(水)	東地域保健福祉センター	15人
3/21(金)	南地域保健福祉センター	15人

■ステップ離乳食 生後6～11カ月

☑3月19日(水)午前10時～11時20分
※受け付けは9時40分から
☑東地域保健福祉センター
☑2回食・3回食への進め方、グループワーク、個別相談、試食など
☑おおむね生後6カ月以上の子どもの保育者先着15人
☑2月19日(水)から3月17日(月)までに電話で一覧⑦へ

■育児相談 乳幼児

☑中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、申し込み先へお問い合わせください。
☑2月19日(水)から電話で各申し込み先へ
※先着順

期日	時間	会場	申込先
3/6(木)	9:30～11:00	◎白新コミュニティハウス	一覧④
3/19(水)	9:15～11:00	◎◆南地域保健福祉センター	一覧③
3/27(木)	13:30～15:00	◎◆東地域保健福祉センター	一覧②

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

■健康相談 一般

☑各実施日の2日前までに電話で各申し込み先へ

期日	受付時間	会場	申込先
3/12(水)	9:30～11:00	南地域保健福祉センター	一覧③
3/14(金)	13:30～14:30	東地域保健福祉センター	一覧②
	13:15～14:45	中央区役所	一覧④

■フレイルチェック 一般

☑3月17日(月)午前10時～正午
※受け付けは9時30分～9時50分
☑ゆいぽーと
☑握力・筋肉量などの計測、日常生活を見直すための助言
☑65歳以上の人先着20人
☑あす17日(月)から3月10日(月)までに電話で日本メルツ K&K heart school(☎383-8610)へ
申込受付時間 平日午前9時～午後5時

公民館

中央公民館 ☎224-2088
〒951-8055 中央区礎町通3-2086
受付時間 平日午前9時～午後5時
(土・日曜、祝日除く)

■子育てサロン「ひよこファミリーらんど」

☑3月4日・11日・18日・25日(いずれも火曜)午前10時～正午
☑親子の遊び場 ☑乳幼児と保護者
☑バスタオル(乳児のみ)

東地区公民館 ☎241-4119
〒950-0083 中央区蒲原町7-1

■東地区公民館 サークル見学・体験会

音楽・美術・工芸・語学・スポーツ・ダンスなどの同館活動サークルの見学と体験会を行います。日時・申し込み方法など詳細は右の二次元コードから確認してください。
☑3月1日(土)～28日(金)



■子育てサロン「のんのん」

☑3月10日・24日(いずれも月曜)午前10時～11時30分(出入り自由。飲み物の持参可)
☑自由遊び、10日は子育て応援まつり(手型足型、パネルシアターなど)
※午前11時から絵本の読み聞かせを実施
☑未就園児と保護者
☑バスタオル(乳児のみ)

■シニアのためのスマホデビュー講座(全2回)

☑3月12日・19日(いずれも水曜)午前10時～正午
☑スマートフォンの基本的な使い方や便利な使い方を学ぶ
☑スマートフォンを所有しているおおむね65歳以上の先着15人
☑あす17日(月)から電話で同館へ

関屋地区公民館 ☎266-4939
〒951-8164 中央区関屋昭和町3-148-1

■子育てネットまつぱっくり

☑3月7日・14日・21日・28日(いずれも金曜)午前10時～正午
☑親子の遊び場 ☑乳幼児と保護者

■おもちゃ病院にいがた

☑3月7日(金)午前10時～正午
☑こわれたおもちゃの修理
☑無料(実費負担の場合あり)

石山地区公民館 ☎250-2930
〒950-0852 東区石山1-1-12

■石山地区公民館へ行ってみよう！～サークル体験会「イシヤマ春のカン(館)まつり」

合唱・ヨガ・ダンス・囲碁の見学や体験会。申し込みが必要なサークルあり。詳細は右の二次元コードから確認してください。
☑3月1日(土)～29日(土)



お知らせ

市役所、区役所、関係機関からの情報を掲載します。

■中央区地域健康福祉推進協議会

☑3月6日(木)午前10時～正午
☑中央区役所5階 対策室
☑「中央区地域健康福祉計画・地域福祉活動計画」の進行管理
☑傍聴者先着5人
☑健康福祉課地域福祉担当(☎223-7252)

ふれあい掲示板

市民グループや地域のイベントなどの情報を掲載します。※敬称略

■新潟大学医学部医学科学外講義「データから読み解く病気や体質」

☑3月1日(土)午後1時～3時
☑新潟大学駅南キャンパス「ときめいと」(笹口1・プラカ内)
☑AIを用いた皮膚病診断、健康寿命延伸の方法、人工知能でみるこれからの医療についてなどの研究をわかりやすく紹介
☑先着100人 ※マスク着用
☑電話で同大学総務課庶務係(☎227-2003)へ
※申し込み不要なZoom参加も可。詳細は同大学ホームページをご確認ください。

■世界緑内障週間 ライトアップ in グリーン運動

3月9日(日)から15日(土)は、世界緑内障週間です。啓発活動のため、区内2カ所でライトアップを実施します。
☑①3月9日(日)～10日(月)午後5時～10時
②3月9日(日)～15日(土)日没～午後9時
☑①新潟日報メディアシップ
②デンカビッグスワンスタジアム
☑新潟大学医学部眼科学分野 事務局(☎227-2294)



中央区ホームページバナー広告募集

ホームページに掲載するバナー広告を募集しています。企業や商品のPR、イメージアップなどにご利用ください。
掲載ページ 中央区役所トップページ下部
掲載期間 4月1日(火)から令和8年3月31日(火)までの1カ月単位
¥1 枠月5,000円(税込・一括前納)
☑随時募集。掲載希望月の前月10日まで。
掲載には一定の基準を設けています。詳しくは区ホームページまたは下記へお問い合わせください。
☑地域課産業文化振興室(☎223-7035)



中央区トップページ(広告掲載ページはこちら)

募集案内ページ

…………… <広告欄> ……………

