



新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、以下の相談会は中止します。

●ぴよんぴよん育ちの相談会

| 7月   | 会場           | 時間           |
|------|--------------|--------------|
| 14 火 | 木戸健康センター     | 午前10時～11時15分 |
| 27 月 | 石山地域保健福祉センター |              |

●7月の乳がん(マンモグラフィ)集団検診

| 7月   | 会場             | 時間              | 予約開始日(定員)      |
|------|----------------|-----------------|----------------|
| 3 金  | 石山地域保健福祉センター   | 午前9時30分～午後3時30分 | 6月5日(金)(100人)  |
| 19 日 | 石山地域保健福祉センター   |                 | 6月20日(土)(100人) |
| 30 木 | 区役所南口エントランスホール |                 | 6月28日(日)(100人) |

※当日の朝は検温をしてください  
 持参物 受診券(切り取らずにお持ちください)、健康保険証、自己負担金(該当者のみ)、バスタオル  
 申し込み 予約開始日から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)  
 問い合わせ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

胃がん・肺がん検診の受け方が変わります

新型コロナウイルスの感染予防対策により、胃がん・肺がん検診は定員制に変更し、予約が必要となります。

※検診の日程や予約に関する情報は、区だよりや市ホームページなどでお知らせします  
 ※「検診いつ得?」に掲載されている日程や会場は変更となります

問い合わせ 健康福祉課健康増進係 (☎025-250-2350)

●はじめての離乳食

| 7月   | 会場           | 定員  | 時間            |
|------|--------------|-----|---------------|
| 9 木  | 木戸健康センター     | 12人 | 午後1時30分～2時20分 |
| 28 火 | 石山地域保健福祉センター | 10人 |               |

内容 離乳食の進め方  
 対象 生後4～5カ月の乳児の保護者  
 持参物 母子健康手帳、バスタオル  
 申し込み 6月10日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●ステップ離乳食

内容 7月9日(木)午前10時～10時50分  
 会場 木戸健康センター  
 内容 離乳食の進め方  
 対象 生後6カ月以降で、2～3回食に進もうとしている乳児の保護者先着12人  
 持参物 母子健康手帳、バスタオル  
 申し込み 6月10日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

い～てらす

寺山1653(寺山公園内)  
 ☎025-250-5207  
 開設時間 午前9時～午後6時  
 休館日 水曜日(祝日の場合は翌平日)  
 ※6月は3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)休館  
 対象 就学前児と保護者、小学1～3年生

●アラサーママのおしゃべりテラス

内容 6月16日(火)午前10時～11時30分  
 内容 おおむね30代ママのおしゃべり会  
 申し込み 当日直接会場

●わくわくテラス「からだであそぼう」

内容 6月18日(木)午前10時30分～11時  
 内容 親子で体を動かして遊ぶ  
 申し込み 当日直接会場

●アラフォーママのおしゃべりテラス

内容 6月23日(火)午前10時～11時30分  
 内容 おおむね40代ママのおしゃべり会  
 申し込み 当日直接会場

●わくわくテラス「誕生会」

内容 6月25日(木)午前10時30分～11時  
 内容 6月生まれの子どもの誕生会  
 申し込み 当日直接会場

わいわいひろば

下木戸1-4-1(区役所庁舎2階)  
 ☎025-250-2395  
 開設時間 午前9時～午後6時  
 休館日 第1・3月曜日(祝日の場合は翌平日)  
 ※6月は1日(月)、15日(月)休館  
 対象 就学前児と保護者、小学1・2年生

●つくって遊ぼう!

内容 6月17日(水)午前10時～11時15分  
 内容 親子工作(七夕かざり)  
 対象 先着20人 申し込み 当日直接会場

●産後ママのやさしいヨガ

内容 6月23日(火)午後1時30分～2時30分  
 内容 産後のママが赤ちゃん連れで参加できるヨガエクササイズ  
 対象 1歳未満児と母親先着6組  
 参加費 親子一組500円  
 申し込み 電話または直接同施設

●赤ちゃんがきた! ～親子の絆づくりプログラム～

内容 7月1日～22日の毎週水曜日(4回連続講座)午後1時30分～3時30分  
 会場 東区プラザ  
 内容 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)  
 対象 令和2年2月～4月生まれ乳児と母親先着10組  
 申し込み 電話または直接同施設

●プレママ・パパセミナー

| 7月   | 会場    | 時間                               |
|------|-------|----------------------------------|
| 11 土 | 東区プラザ | ①午後1時30分～2時10分<br>②午後2時40分～3時20分 |

内容 出産後の赤ちゃんがいる生活について考える  
 対象 出産予定が令和2年8月～11月の妊婦とそのパートナー(東区在住に限る)各回先着4組

持参物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、飲み物  
 申し込み 電話または直接同施設

こども創作活動館

牡丹山1-33-23  
 ☎025-279-2113  
 開設時間 午前9時～午後6時(日曜・祝日は午後5時)  
 休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)  
 ※6月は1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)休館  
 対象 就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生

●おやこdeリズム

内容 6月9日(火)午前10時30分～11時  
 内容 リズム遊びとリトミック  
 申し込み 当日直接会場

●子育てほっとカフェ

内容 6月11日(木)午前10時～11時  
 内容 マザーズコーチングティーチャーと気軽におしゃべり  
 持参物 飲み物  
 申し込み 当日直接会場

●おやこdeアート

内容 6月16日(火)午前10時30分～11時  
 内容 親子で工作(七夕かざり)  
 対象 0歳～就学前児と保護者先着30組  
 申し込み 当日直接会場

●シングルペアレンツカフェ

内容 6月20日(土)午後2時～3時  
 内容 シングルで子育てをしている保護者のおしゃべり会  
 持参物 飲み物  
 申し込み 当日直接会場

●体育あそび教室

内容 6月24日(水)午後4時～5時  
 内容 マットや跳び箱を使って体を動かす  
 対象 おおむね年長児～小学2年生先着20人  
 申し込み 電話または直接同館

●おやこミュージックセラピー

内容 7月7日(火)午前10時30分～11時  
 内容 音楽療法士による音遊び  
 対象 親子先着15組  
 申し込み 電話または直接同館

☎=日時 ㊦=会場 ㊦=内容 ㊦=対象・定員 ㊦=参加費(記載のないものは無料) 持=持ちもの ㊦=申し込み ㊦=問い合わせ ♣=にいがた未来ポイント対象事業

新型コロナウイルスの感染予防のため、「新しい生活様式」を実践しましょう

- 人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空けましょう
- 外出時は、症状がなくてもマスクを着用しましょう
- 帰宅したらまず手や顔を洗いましょう
- 帰省や旅行は控えめにしましょう
- 誰とどこで会ったか記録しておきましょう
- 買い物はすいた時間に素早く済ませましょう
- ジョギングは少人数で行いましょう
- 食事は横並びで、おしゃべりは控えめにしましょう
- テレワークや時差出勤に取り組みましょう
- 会議はオンラインを活用しましょう

(出典：厚生労働省「新しい生活様式」の実践例)

経営相談をご活用ください

経営相談会(個別相談)

外出自粛などの影響による資金繰りや助成金の活用など、市内中小企業者や個人事業主が抱える経営についてのお悩みに公益財団法人新潟市産業振興財団(新潟IPC財団)の専門家が対応します。(各回先着順、1回1時間)

| 6月   | 時間                         | 申し込み締め切り |
|------|----------------------------|----------|
| 12 金 | ①午前9時～10時 ②午前10時30分～11時30分 | 6月10日(水) |
| 16 火 | ③午後1時30分～2時30分 ④午後3時～4時    | 6月12日(金) |

会場 区役所会議室 参加費 無料  
 申し込み 締め切り日までに下記事項を記載し、メールで地域課(chiiki.e@city.niigata.lg.jp)  
 ・希望日時  
 ・事業所名・店名・企業名、氏名  
 ・住所、電話番号  
 ・簡単な相談内容

問い合わせ 地域課産業文化振興室(☎025-250-2130)

テレビ電話相談

新潟IPC財団では、市内中小企業者などを対象に、窓口やメールでの相談のほかテレビ電話(Microsoft Teamsなど)による資金繰りなどの経営相談を受け付けています。(無料、要予約)  
 問い合わせ 同財団ビジネス支援センター(☎025-226-0550)



▲詳細は、新潟IPC財団ホームページ

事前に各問い合わせ先へ確認してください。※掲載情報は5月29日時点のものです