



**マイナンバーカード
東区出張申請
受け付け会**

月	日	曜	時間	会場
6	23	木	午前10時～午後2時	山の下行政サービスコーナー
	29	水		大形連絡所
7	13	水		

▶当日その場で**顔写真撮影**
 ▶申請にかかる費用は**無料**
 ▶カードは後日**自宅へ郵送** ※区役所来庁が必要な場合あり

対 象 カードを新規作成する東区在住の人で、申請者本人(15歳未満は本人と親権者)が来場できる人
持ち物 マイナンバーカード交付申請書、本人確認書類2点以上(できるだけ顔写真入りのもの)、通知カード、住民基本台帳カード(持っている人のみ)

問い合わせ
 区民生活課(☎025-250-2235)

**健康・福祉
ガイド**



●肺がん集団検診

7月	会場	受付時間	対象地区
7	区役所南口 エントランス ホール	午前9時～ 11時	区全域
	太平三丁目 自治会館(太平3)	午後1時30分 ～3時	下山中学校 通学区
25	東総合スポーツ センター	午前9時～ 11時	木戸中学校 通学区、 東新潟中 学校通学区
	石山南まちづくり センター	午後1時30分 ～3時	石山中学校 通学区、 東石山中 学校通学区
29	山の下まちづくり センター	午前9時～ 11時	藤見中学校 通学区、 山の下中 学校通学区
	木戸コミュニティ センター	午後1時30分 ～3時	木戸中学校 通学区、 東新潟中 学校通学区

持受診券(切り取らずにお持ちください)、健康保険証、肺がん検診個人記録票
 申当日直接会場
 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)
 ●健康相談

7月	会場	受付時間
19	木戸健康センター	午前9時15分～ 11時15分
22	シルバーピア石山	午前10時～11時30分、 午後1時30分～3時

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。
 申19日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、22日(金)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)
 ●妊娠中の相談など
 妊婦歯科健診

7月	会場	受付時間	定員(先着)
20	石山地域保健福祉センター	午後1時～ 2時15分	24人
21	木戸健康センター		39人

内 歯科健診、お口の健康相談
 人 母子健康手帳の交付を受けた妊婦
 持 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票

申 6月22日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)
マタニティセミナー(安産教室)
 当日は検温をしてお越しください。

回	月	日	曜	時間	申込開始日
①	7	12	火	午後1時30分～ 2時45分	6月22日(水)
②	8	9			7月20日(水)

場 木戸健康センター
 人 東区在住の妊婦各回先着13人(配偶者やパートナーは参加できません)
 ①令和4年8月～9月出産予定者
 ②令和4年9月～10月出産予定者
 持 母子健康手帳、筆記用具
 申 電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●育児相談

7月	会場	受付時間	申込開始日
7	石山地域保健福祉センター	午後1時30分～ 3時10分	6月22日 (水)
	木戸健康センター	午前9時30分～ 11時15分	

※各会場とも栄養士と歯科衛生士による相談あり、21日(木)は保護者の血管年齢測定あり
 持 母子健康手帳、バスタオル
 申 7日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、21日(木)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●子どもの健康診査 **個人案内**
 ☆の健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。

場 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)
1歳6カ月児健康診査☆
3歳児健康診査☆
1歳誕生歯科健康診査☆
 対象者には案内を送付します。
股関節検診・母体保護相談
 対象者には案内を送付します。超音波検査料2,800円が必要です。

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)
 人 就学前児と保護者、小学1～3年生

寺山公園・い～てらすの駐車場が混雑しているときは、隣接している東総合スポーツセンターの駐車場をご利用ください。

●産後ママの骨盤ケア

回 7月1日(金)午前10時30分～11時30分
 内 カイロプラクティックによる骨盤ケアの体験
 人 産後の母親先着15人(出産後の年数は問いません) ※子どもの同室可
 料 一組500円
 持 動きやすい服装、バスタオル(厚手のもの)、フェイスタオル(長いもの)、飲み物
 申 電話で同施設

●新潟暮らし1年生ママのおしゃべりテラス

回 7月5日(火)午前10時～11時30分
 内 転勤などで新潟暮らしを始めたばかりのママのおしゃべり会
 申 当日直接会場

●あんよのまへのいないいないばあ

回 7月8日(金)午前10時15分～11時30分
 内 ふれあい遊び、リズム遊びなど
 人 7～12カ月の乳児と保護者先着20組
 申 電話で同施設

●おしゃべりテラス

回 7月12日(火)午前10時～11時30分
 内 主にプレママ、0歳～小学3年生の子どもと保護者の自由なおしゃべり会
 申 当日直接会場

●ベビーマッサージ

回 7月14日(木)午前10時15分～11時
 内 赤ちゃんとのスキンシップ(オイルの使用なし) ※父親の参加可
 人 2カ月からおおむね12カ月までの乳児と保護者先着10組
 料 親子一組500円
 持 バスタオル、飲み物
 申 電話で同施設

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) ※7月は4日(月)、19日(火)
 人 就学前児と保護者、小学1・2年生

●リモートタイム「たなばた会」

回 7月4日(月)午前10時30分～同45分
 内 七夕にちなんだ歌やふれあい遊びをパソコンやスマートフォンなどで視聴(ビデオ会議ツール「Google Meet」を使用します)

●ベビードダンス

回 7月12日(火)午後1時30分～3時
 内 ダンスで親子のスキンシップとリフレッシュ

**新潟市ウクライナ避難民
支援募金**

ウクライナから新潟市に避難した人々へ生活に必要な費用を支援するため、募金を実施しています。

問い合わせ
 国際課(☎025-226-1672)

第1次募集期間(予定)
 7月29日(金)まで

区内の設置場所
 健康福祉課26番窓口



人 5～9カ月の乳児と保護者先着8組(父親の参加可)

料 大人1人につき500円
 申 電話または直接同施設
 ●ベビーマッサージ
 回 7月21日(木)午後1時30分～2時30分
 内 マッサージを通して赤ちゃんとのスキンシップを楽しむ
 人 2～7カ月の乳児と母親先着5組(初参加に限る)
 料 親子一組500円
 申 電話または直接同施設

●プレママ・パパ情報交換会

～聞こえ、話そう、出産・育児～
 回 7月23日(土)午前10時30分～11時30分
 場 東区プラザ
 内 プレママ・パパと先輩ママで出産や子育てについてのおしゃべり会
 人 妊娠中の人とパートナー先着8組
 持 飲み物
 申 電話または直接同施設

●発育測定

～育児の悩みあれこれ～(パパ向け講座)
 回 7月24日(日)午前10時～11時15分
 場 東区プラザ
 内 助産師の話、発育測定、個別相談
 人 1歳未満の乳児と保護者先着6組
 申 電話または直接同施設

●産後ママのやさしいヨガ

回 7月26日(火)午後1時30分～2時30分
 内 産後のママが赤ちゃんと一緒に参加できるヨガエクササイズ
 人 1歳未満の乳児と母親先着8組
 料 親子一組500円
 申 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)
 人 就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生

●アトリエこどそう

回 7月8日(金)午後4時～同30分
 内 折り紙を飾ろう
 申 当日直接会場
 ●おやこdeアート
 回 7月12日(火)午前10時30分～11時
 内 てがたde水族館
 人 0歳～就学前児と保護者
 申 当日直接会場

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

< 広告欄 >

広告掲載の申し込みは地域課(☎025-250-2130)へ、1枠(3.9cm×7.9cm)15,000円。掲載した広告についての問い合わせは各広告主へ。

※掲載情報は6月10日時点のものです