



### 健康相談会(予約制)

回 7月19日、8月16日(火)  
 場 午前9時～11時 場 南区役所  
 内 健康相談(禁煙相談も可)  
 持 直近の健康診断の結果(なくても可)  
 問 健康福祉課 ☎372-6385

### はじめての離乳食(予約制)

回 8月4日(木) 場 午後1時45分～2時  
 場 白根健康福祉センター 内 離乳食の進め方(1時間程度) 内 生後5カ月頃の赤ちゃんの保育者 先着10人  
 持 母子健康手帳、バスタオル  
 問 7月20日(水)～8月2日(火)に市役所コールセンター ☎243-4894

### ステップ離乳食(予約制)

回 8月9日(火) 場 午後1時45分～2時  
 場 白根健康福祉センター  
 内 離乳食の進め方(1時間程度)

内 生後6カ月以降で2回食・3回食に進む赤ちゃんの保育者 先着10人  
 持 母子健康手帳、バスタオル  
 問 7月20日(水)～8月7日(日)に市役所コールセンター ☎243-4894

### 育児相談会(予約制)

回 8月4日(木)①9:30②9:50③10:10④10:30⑤10:50 場 白根健康福祉センター 内 身体計測、保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士による相談  
 内 乳幼児の保育者 各時間先着5人  
 持 母子健康手帳、バスタオル  
 問 7月20日(水)～8月3日(水)に健康福祉課 ☎372-6375  
 ※妊娠や子育てについての相談はいつでも受け付けています

### 妊婦歯科健診(予約制)

回 8月24日(水)①13:00②13:25③13:50 各時間先着8人  
 場 白根健康福祉センター  
 持 母子健康手帳、受診票  
 問 7月20日(水)～8月22日(月)に市役所コールセンター ☎243-4894

### その他健診

対象の人には個別に案内を送ります。  
 ●1歳6カ月児健診 8月3日(水)  
 ●3歳児健診 8月5日(金)  
 新型コロナウイルス感染防止のため、原則、住所区以外での受診はできません。



## 肺がん・乳がん検診 骨粗しょう症予防相談会

問 健康福祉課 ☎372-6385



**肺がん(結核)検診** 内 40歳以上 内 検診車による胸部X線撮影(かくたん検査は感染予防の観点から実施しません) 内 無料

### 8月の日程 予約不要

受付開始直後は混雑が予想されます。都合がつかない人はそれ以外の時間に会場してください。

検診日	会場	対象地区	受付時間
8月6(土)	白根健康福祉センター	全地区	9:00～11:30

### 乳がん検診 マンモグラフィ検査

#### ○集団検診

回 8月25日(木) 午前9時半～11時半、午後1時半～3時半  
 場 白根健康福祉センター 内 職場などで受診機会のない40歳以上偶数年齢の女性 先着120人 持 受診券、健康保険証、自己負担金、バスタオル  
 自己負担金

年齢	40歳	41歳～69歳	70歳以上
自己負担金	無料	1,000円	無料
その他	新潟市国民健康保険加入者は半額 市民税非課税世帯の人は無料(「無料券」が必要。検診日の2週間前までに申請)		

問 7月23日(土)から市役所コールセンター ☎243-4894

○施設検診 委託医療機関に予約。委託医療機関は受診券に同封の「検診いつ得?」に掲載。※70歳以上の人は施設検診を受診できません。集団検診を利用してください

**骨粗しょう症予防相談会** 回 8月25日(木) 午前9時45分～午後1時45分(30分ごと) 場 白根健康福祉センター 内 骨密度測定と健康相談  
 内 18歳以上 各時間先着7人 ※骨粗しょう症で治療中の人は不可  
 問 7月21日(木)から市役所コールセンター ☎243-4894

### 南区と共にならぶ白高生!

県立白根高等学校・地域コーディネーター 織田さんが活動を紹介!

7月の全校ボランティア活動は盛りだくさん。新潟南警察署から委嘱を受けたヤングボランティア活動では「交通安全スローガン」を考えて応募。そして、南区老人クラブ連合会女性会員の集いでは「特殊詐欺被害予防」呼び掛けます。かぼちゃ電車保存会主催の「かぼちゃ電車の保存と活用を考えるワークショップ」への参加も予定しています。

8月には小学生を対象とした白根地区公民館「工作チャレンジ屋台」の講師に挑戦します。事前に工作指導を受けた後、練習を重ねた上で活動します。頑張って指導しますので、どうぞお楽しみに!

ヤングボランティア

工作チャレンジ屋台

### 第35回 月潟地区駅伝大会 参加チーム募集

回 9月18日(日) 午前7時スタート  
 内 月潟地区一周6区間(6人)  
 場 大人1チーム3,000円、小学生1チーム2,000円  
 問 8月18日(木)までに申込書・参加費を月潟地区公民館(☎375-1050)へ

### 弁護士の無料法律相談

回 8月10日・24日(水) 午後1時15分～4時15分 場 南区役所  
 内 土地、金銭貸借、保証、債務、離婚、認知など法律についての相談  
 内 先着6人※1人30分 問 7月19日(火)以降に区民生活課 ☎372-6105

### 健康づくり講演会 ～フレイル予防で元気長生き～

回 7月29日(金) 午後1時半～3時半  
 場 白根学習館 内 会場参加・オンライン参加 各200人  
 問 7月27日(水)までに、会場参加を希望の人は健康福祉課 ☎372-6375、オンラ

イン参加を希望の人は「かんたん申込み」(右二次元コード)から

### 葭口橋補修工事に伴う交通規制のお知らせ

下記工事期間中は片側交互通行となります。  
 期間(予定): 7月25日(月)～12月23日(金)のうち30日間程度 午前9時～午後5時 ※8月1日(月)～6日(土)は終日片側交互通行となる予定です  
 問 西部地域土木事務所 ☎0256-78-8581



### 献血にご協力を

回 8月3日(水) 午後2時～4時  
 場 南区役所 内 400mlの献血  
 持 献血カードまたは献血手帳※初めての人は身分証明書(運転免許証など)  
 問 健康福祉課 ☎372-6375



## 秋期スポーツ教室 参加者募集

※申し込みには事前に各施設窓口で「スポーツ教室会員登録」が必要です。回数や受講料などの詳細は問い合わせください

問 窓口、電話、ホームページ(右二次元コード。教室名(複数の場合全て)、会員番号、受講者氏名(ふりがな)、電話番号を記入)で白根総合公園屋内プール ☎378-4435

教室名	期間	曜日	時間	定員
はじめてクロール・背泳ぎコース	9/12～11/28	月	10:30～11:30	各コース15人
しっかりクロール・背泳ぎコース				
はじめて平泳ぎ・バタフライコース				
しっかり平泳ぎ・バタフライコース				
らくらくアクアフィットネス	9/12～11/14	月	14:30～15:15	20人
アクアエクササイズ(夜)				
ナイト水泳(金) はじめてバタフライコース				
	9/16～11/25	金	19:45～20:45	15人

## 社会を明るくする運動 7月は強調月間

社会を明るくする運動は、皆さん一人一人が犯罪や非行の防止と立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、明るい地域社会を築くための全国的な運動です。

7月は強調月間です。この機会に再犯防止の大切さや更生保護の活動について理解を深め、社会を明るくしましょう。  
 問 健康福祉課 ☎372-6303



6月29日に区役所で「社会を明るくする運動南地区推進委員会」が行われ、新潟西蒲・南地区保護司会南支部の楠支部長が五十嵐区長へ内閣総理大臣からのメッセージを伝達しました。

## お知らせ

### 子育てひろば モモ

回 8月9日(火) 午前10時～11時半  
 場 白根学習館  
 内 自由あそび&ちよっとしゃべり場

内 未就学園児とその保護者 先着8組  
 問 当日直接会場へ  
 問 白根地区公民館 ☎372-5533

### 初心者のためのスマホ講座

回 ①9月7日②14日③21日(水) 午前10時～11時半 場 味方地区公民館  
 内 ①入門編「安心安全」②基本編「カメラ」③応用編「アプリ」 各回先着10人  
 問 7月20日(水)～8月2日(火)に同館 ☎373-4788

《広告欄》

熱中症を予防しよう 問 健康福祉課 (☎372-6375)