

新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、掲載したイベントは急きょ中止となる場合があります。感染症予防のため、多くの人が集まるような3密(密集・密接・密閉)の場所の回避、こまめに手洗い・手指消毒を行う、飛沫防止のためにマスクを持参し着用するなど「新しい生活様式」の実践をお願いします。

### 中之口体育館 運動教室のお知らせ

中之口体育館では、次年度もさまざまな教室を企画しています。気軽に運動を楽しみ、元気な毎日を送りましょう。会場はいつでも中之口体育館です。  
☎中之口体育館(☎025-375-5007)

#### ●バスケットボール教室無料体験会

中之口体育館では毎週木曜日と金曜日に、年中から小学6年生までを対象にバスケットボール教室を開催しています。バスケットボール教室の内容について、気になっている人のために無料体験会を開催します。教室ではアルビレックスBBスクールのコーチが指導を行います。

何かスポーツを始めたい、バスケットボールに興味がある、放課後に体を動かしたいという人、友達を誘ってまずは体験だけでもしてみませんか。

☎4月2日・9日(いずれも金曜)①午後5時~6時、②午後6時10分~7時10分

☎①年中~小学1年生、小学2年生~3年生 各先着20人程度  
②小学4年生~6年生 先着20人程度

持ち物 運動できる服装、内履き、飲み物、タオル、バスケットボール(持っている人)

☎電話で同館へ



#### ●100まで健康教室

「ボディメイクスタジオ いのラボ」を講師に招き、一生自分の足で歩いていくために必要な体幹や下半身の筋力を維持・強化するための体操と筋力トレーニングの教室を開催します。

体を動かしたいけど何をしたらいいのかわからない、新しい趣味を見つけないなど、何かを始めるきっかけに「100まで健康教室」に参加してみませんか。

☎令和3年4月2日~令和4年3月18日(第1・3金曜)午前10時~同50分  
※講師の都合により休講する場合があります

☎50歳以上の人 先着20人

☎1回 500円

持ち物 運動できる服装、内履き、飲み物、タオル

☎きょう21日(日)午前9時から電話で同館へ



#### ●やさしいリラックスヨガ

今春も中之口体育館でヨガ教室を開催します。初心者の方も参加しやすい、やさしいリラックスヨガ教室です。ヨガに興味のある人、ヨガを始めたい人、ぜひ中之口体育館で始めてみませんか。

☎4月7日~6月23日(毎週水曜、全11回)午後2時~3時

☎高校生を除く18歳以上の人 20人

☎5,500円(11回分)

持ち物 飲み物、タオル、ヨガマット(持っている人)

☎きょう21日(日)午前9時から電話で同館へ



### 健康相談会のご案内

4月	相談会場	相談時間
12日(月)	岩室健康センター	①午後1時半~2時半 ②午後2時半~3時半
14日(水)	巻地域保健福祉センター	
19日(月)	西川健康センター	
21日(水)	潟東健康センター	

☎保健師・栄養士が個別で健康相談に応じます。体組成測定、血圧測定、血管年齢測定、生活習慣病予防のためのアドバイス

☎各相談日の2日前までに、電話で巻地域保健福祉センター(☎0256-72-7100)へ



### 地域で弁当交流応援事業

#### 弁当代金の一部を補助します

コロナ禍でも交流機会を促進するため、また経営に疲弊している飲食店への応援に、コミュニティ協議会や自治会など各種団体や企業が、地域の飲食店やホテルなどから購入する弁当代の費用の一部を補助します。

利用の流れや申込方法など、詳しくは市ホームページ(右2次元コード)を確認してください。

☎地域総務課地域・安心安全グループ(☎0256-72-8161)



#### 利用期間

令和3年6月30日(水)利用分まで ※予算の上限に達し次第終了します

#### 利用対象者

新潟市内の自治会・町内会やサークルなどのすべての団体・企業

※個人での利用、冠婚葬祭、宗教活動や政治活動を目的とするもの、暴力団またはその構成員、反社会的な活動をする団体の利用を除く

#### 利用内容

##### ・利用条件

本事業の登録店で単価税抜き3,000円以上の弁当を10個以上購入する場合(酒類は除く。会食を避け、弁当は原則持ち帰ってください。)

##### ・補助率

1個当たりの金額の2分の1(円未満切り捨て、上限2,000円)

#### ●登録店も募集しています

飲食店やホテルなどの事業者が本事業に参加するには、事前の登録が必要です。詳しい登録条件などは、市ホームページを確認するか、産業観光課観光交流・商工室まで連絡してください。

☎産業観光課観光交流・商工室(☎0256-72-8417)

登録店はこのステッカーが目印です



### 令和2年度 第11回西蒲区自治協議会

2月25日、巻地区公民館で、第11回西蒲区自治協議会が開催されました。主な内容は次のとおりです。

①区別構想(案)について(都市計画マスタープラン)

②次期西蒲区自治協議会委員について

※詳しくは、西蒲区ホームページをご覧ください

#### ■次回開催

☎3月26日(金)午後から 場 巻地区公民館

☎地域総務課地域・安心安全グループ(☎0256-72-8156)

### 母子保健だより

☎健康福祉課健康増進係  
☎0256-72-8372



新型コロナウイルス感染症の状況により、事業実施が困難となった場合には、ホームページなどでお知らせします。感染症予防のために、マスクを持参・着用してください。

#### ♡はじめての離乳食(要予約)

☎4月26日(月)午後1時半~2時半(受付:午後1時15分~)

場 巻地域保健福祉センター

☎離乳食のはじめ方と進め方、体重測定(希望の人)

☎生後5~6カ月の乳児の保護者 先着15人

持ち物 母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃん連れの場合)

☎3月24日(水)~4月24日(土)までに市役所コールセンター

(☎025-243-4894)へ

#### ♡育児相談会(要予約)

☎4月27日(火)(受付:午前9時半~11時)

場 巻地域保健福祉センター

☎個別相談、体重測定、栄養相談、歯科相談

☎区内在住の乳幼児の保護者

持ち物 母子健康手帳、バスタオル

☎開催日の前日までに電話で巻地域保健福祉センター(☎0256-72-7100)へ

#### 【4月の健診のお知らせ】

1歳誕生歯科健診

1歳6か月児健診

3歳児健診

※対象者には、個別に案内を送付しています

《広告欄》西蒲区役所ホームページに掲載するバナー広告を募集中! 地域総務課(☎0256-72-8179)