



### 母子保健だより

健康福祉課健康増進係  
☎0256-72-8372



♡妊婦歯科健診(要予約)  
回7月3日(水)(受付:①午後1時～、②午後1時半～、③午後2時～)

場巻地域保健福祉センター  
西蒲区に住民登録している妊婦  
先着25人

持ち物 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票

回7月1日(月)までに新潟市オンライン申請システム「e-NIIGATA」(下記二次元コード)で申し込み

※インターネット予約ができない場合は、電話で健康福祉課健康増進係(☎0256-72-8372)へ



♡ステップ離乳食(要予約)  
回7月19日(金)午前10時半～11時50分(受付:午前10時15分～)

場巻地域保健福祉センター  
離乳食2回食・3回食の進め方、グループワーク、試食、体重測定(希望の人)

回生後6か月以降で、2回食・3回食に進もうとしている乳児の保育者  
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)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている場合)

回6月19日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

♡はじめての離乳食(要予約)  
回7月19日(金)午後1時半～2時50分(受付:午後1時15分～)

場巻地域保健福祉センター  
離乳食の進め方、情報交換、試食、体重測定(希望の人)

回生後5か月ごろの乳児の保育者  
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)

回6月19日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)へ

♡育児相談会(要予約)  
回7月23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、身体計測、栄養相談、歯科相談

回区内在住の乳幼児の保育者  
持ち物 母子健康手帳、バスタオル

回あす17日(月)から電話で巻地域保健福祉センター(☎0256-72-7100)へ

【7月の健診のお知らせ】  
・股関節検診  
・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

### 学ぼう「血管いきいき教室」のご案内

血管が元気かどうか判断するための知識を、運動・栄養・歯科の専門家が講義・実技を交えて皆さんに楽しく伝えます。自分を知り、病気知らずの健康なからだを目指しましょう。

※全2回のプログラムです。両日とも参加してください

期 日	内 容	講 師
7月22日(月) 午後1時半～ 3時45分	健診結果から知るあなたの血管の健康度	保健師
	からだをリセットする運動	高島善史さん (健康運動指導士)
7月29日(月) 午後1時半～ 3時45分	おくちから目指す健康寿命延伸	平澤貴典さん (歯科医師)
	血管をいきいきとさせる食事のポイント	管理栄養士

場巻地域保健福祉センター

回先着20人

持ち物 内履き、動きやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具、必要な人のみ直近に受けた健診の結果(予約時に詳細を説明します)

回7月18日(木)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎0256-72-8380)へ

### 定例日健康相談会のご案内

7月	相談会場	相談時間	予約締切日
12日(金)	西川健康センター	①午後1時半～2時半 ②午後2時半～3時半	7月10日(水)
18日(木)	巻地域保健福祉センター		7月16日(火)
25日(木)	岩室健康センター		7月23日(火)

回保健師・栄養士が個別で健康相談に応じます。体組成測定(体脂肪率や筋肉量など)、血管年齢測定、血圧測定、生活習慣病予防のためのアドバイス

持ち物 健康診断や人間ドックなどの検査結果、内履き(必要な人)

回各予約締切日までに電話で巻地域保健福祉センター(☎0256-72-7100)へ

### 健康増進普及講習会

骨粗しょう症予防!～骨量アップ!の食事のコツ～

期 日	時 間	会 場	定 員
7月11日(木)	午前9時45分～午後0時半 (受付:午前9時半～)	岩室地区公民館	先着15人
7月18日(木)		潟東地域コミュニティセンター	先着16人

回①保健師によるミニ講話「骨粗しょう症とは」  
②栄養士によるミニ講話「～骨量アップ!の食事のコツ～」  
③食生活改善推進委員との調理実習・試食



メニュー:チキンのマスタードクリームソース、野菜のピネガーあえ

回各日400円

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、布巾、飲み物、内履き(潟東会場に必要な人)

回電話で健康福祉課健康増進係(☎0256-72-8380)へ

### 道路にはみ出している庭木の管理について

自宅の庭木の枝などが道路にはみ出していると、自動車や自転車、歩行者の通行に支障をきたすだけでなく、接触などによる事故の恐れがあり、大変危険です。

民法の規定により、道路にはみ出している庭木の影響で車両や歩行者に危害が及んだときには、庭木の所有者に責任が発生し、賠償責任を負う場合があります。

安心・安全に道路を利用できるよう、道路にはみ出した庭木の枝を伐採するなど、適正な管理をお願いします。

回建設課管理まちづくりグループ  
(☎0256-72-8507)



### 中之口先人館からのお知らせ

場同館

#### ピアノと絵本の読み聞かせの会

読み聞かせのボランティアどんぐりの会がピアノ演奏と絵本の読み聞かせを行います。

回6月29日(土)午後2時～3時(開場:午後1時半～)

回同会 五十嵐(☎080-8023-4492)

#### 「鉄道模型ジオラマ展」

回7月6日(土)～15日(祝)午前9時～午後4時半

・車 両 走 行:7月6日(土)・7日(日)

・ジオラマ展示のみ:7月9日(火)～15日(祝)

※7月8日(月)は休館

※車両の持ち込みはできません

回同館(☎025-375-1112)



### 中之口まつりに行こう! 7月6日(土)・7日(日)

七夕飾りで迎える中之口まつりが7月6日(土)・7日(日)に中之口体育館周辺で開催されます。6日はおやお神輿、お楽しみステージのほか、午後8時から「花火大会」で夜空を彩ります。7日は、商工会の出店ほか、バルーンパフォーマンスやホッケー体験、バラエティショーなどの催しも盛りだくさんです。バラエティショーには志村けんさんそっくりものまねで人気のお笑い芸人レッツゴーよしまささんが出演します。



※行事の開催時間などは問い合わせてください

回中之口まつり協賛会事務局(中之口出張所内 ☎025-201-9399)

《広告欄》

