

国民健康保険・後期高齢者医療制度 8月からの保険証などを発送

区役所区民生活課(中央区は窓口サービス課)

①新しい後期保険証 発送日7月10日(金)

※簡易書留や窓口交付を希望する人は7月3日(金)までに要問い合わせ

②後期限度額適用認定証 発送日7月14日(火)

対現役並み所得者で同認定を受けている後期高齢者のうち、8月以降も対象となる人

③新しい国保保険証 発送日7月15日(水)

※簡易書留や窓口交付を希望する人は7月6日(月)までに要問い合わせ

④後期減額認定証 発送日7月17日(金)

対市民税非課税世帯で同認定を受けている後期高齢者のうち、8月以降も対象となる人

⑤高齢受給者証 発送日7月22日(水)

対70~74歳の国民健康保険加入者

※①は7月21日(火)、③は22日(水)までに届かない場合要問い合わせ。

②④を新たに希望する人は、保険証、マイナンバーが確認できる書類、本人確認書類、はんこを持参し同課へ

■国保限度額適用認定証の更新を希望する人は手続きを

同認定証を持っていて8月以降も必要な人は申請してください。7月1日(水)~31日(金)に申請した場合、8月4日までに発送します。

申保険証、世帯主と対象者のマイナンバーが確認できる書類、本人確認書類(別世帯の人が申請するときは代理人と世帯主のはんこも)を持参し同課へ ※住民税非課税世帯で昨年8月からの入院日数が91日以上の人には要問い合わせ

- ・食べ切れる分だけ調理する
- ・外食やテイクアウトでは食べ切れる分だけ注文する
- ・食べ切れなかった物は冷凍するなどして保存する
- ・食べ残しがないように冷蔵庫などの中の配置を工夫する

食品加工支援センター (南区東笠巻新田) 8月の講座

時13時~16時

申6月24日(水)9時から電話で同センター(☎025-378-2158)

①生産者向けパッケージデザイン

日5日(水)

②枝豆モンブラン 日8日(土)

③夏野菜のっぺ丼 日11日(火)

④フルーツソース 日19日(水)

⑤かぐらなんばん調理品 日22日(土)

⑥スモーク加工 日27日(木)

定各先着10人(①先着12人) ¥各2,000円(①1,000円②2,500円)

催し物

東アジア文化都市 交流事業パネル展



日7月31日(金)まで9時~17時

場国際友好会館(中央区礎町通3)

¥無料 問文化創造推進課(☎025-226-2624)

動物愛護センター(中央区清五郎) 7月の催し

¥無料

問同センター(☎025-288-0017)

猫と犬の譲渡会

日猫...2日(木)・5日(日)・13日(月)・19日・26日(日)・30日(木)13時~14時半▷犬...4日(土)・9日・16日(木)13時~15時

※過去1年間に譲渡前講習を受講した人は、猫は13時半、犬は14時から

申開催日前日17時までに所定の申込書を同センターへ ※申込書は市HPに掲載。同センター、区役所区民生活課(中央区は窓口サービス課)でも配布

犬の飼い方相談会

日7日(火)13時~14時半 定先着6人 ※1人15分。犬の同伴可 申6月24日(水)9時から電話で同センター



エコプラザ(東区下木戸3) 7月の催し

問同施設(☎025-270-3009)

リサイクル品展示提供

日4日(土)~16日(木)9時~17時 ※月曜を除く。新潟市在住の小学生以上1人1点

抽選日時19日(日)14時から

♣おもちゃ病院

日18日(土)13時半~15時 ¥無料

♣7月の講座

申6月24日(水)9時から電話で同施設

①包丁研ぎ

日4日(土)10時、10時半、11時、11時半

②☺空き瓶でアクアドーム作り

日5日(日)・24日(祝)10時、13時半

③☺ペットボトルでライト作り

日12日・26日(日)10時、13時半

④☺ペットボトルで風鈴作り

日23日(祝)10時、13時半

※各回1時間半(①各回30分)

対小学生と保護者(①18歳以上)

定各回先着10組(①各回先着6人)

¥各300円(①100円)

骨密度測定

日7月9日(木)10時~15時(12時~13時を除き30分ごとに実施)

場クロスパルにいがた(中央区礎町通3) 対新潟市在住の18歳以上

定各回先着5人 ¥無料

申6月25日(木)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

問健康増進課(☎025-212-8166)

☺ゆいぽーとの催し

(中央区二葉町2)

①紙粘土でクリップとマグネット作り

日7月12日(日)9時半 ¥600円

②セミの羽化観察会

日7月22日(水)19時半

¥100円

③けん玉体験

日8月4日(火)13時半 ¥200円

※各2時間

対小学4~6年生(②小・中学生と保護者)

定各10人(②20人)

申①②は7月3日(金)、③は17日(金)までに電話で同施設(☎025-201-7530)

スポーツ指導員養成研修会 「目指せグッドコーチ」

日8月1日(土)10時~

12時

場東区プラザ(東区下木戸1)

定先着100人 ¥無料

申6月24日(水)から

メール(sports@city.niigata.lg.jp)で基本事項、メールアドレス、所属団体(競技名)、種別(指導者、保護者、その他から選択)をスポーツ振興課(☎025-226-2598)へ

事業者向け

持ち帰り向けの食品販売 食品営業者は許可の確認を

新たに持ち帰り向けの食品販売を開始する場合、販売方法によっては食品営業許可の種類が異なる場合があります。詳しくは問い合わせください。

問食の安全推進課(☎025-212-8226)

市HPトップページへの バナー広告掲載事業者を募集

サイズ縦70×横180ピクセル
掲載枠先着20枠

※広告審査あり。掲載は1カ月単位。スマートフォン専用ページにも掲載。掲載料など詳しくは広報課(☎025-226-2111)へ問い合わせ

相談



ひきこもり相談支援センター (中央区東万代町)

相談・予約電話☎025-278-8585

ひきこもり相談

日火~土曜9時~18時 ※来所相談は電話で要予約。家族や関係者も相談可

居場所

社会参加のきっかけとなるよう、ひきこもり経験者たちが集い、語り合う 日水曜14時~16時

※初めて参加する人は電話で要予約

こころの健康センター 臨床心理士による相談

日第2水曜14時半~16時20分、第4水曜18時半~20時20分

対15歳以上

定各日先着2組(1組50分)

申電話で同センター(中央区川岸町1 ☎025-232-5560)

■こころの病気の初期サイン 気になるときは相談を

・憂鬱で元気が出ない

・理由もなくイライラする、不安になる、落ち着かない
・胸がどきどきする、息苦しい

・何度も確かめないと気が済まない
・誰もいないのに人の声が聞こえる
・誰かが自分の悪口を言っているように思う

・何も食べたくない、食事がおいしくない

・寝付きが悪い、熟睡できない、夜中に何度も目が覚める

※厚生労働省HP「みんなのメンタルヘルス総合サイト」より



里親に関心がある人向け 7月の相談・説明会

場児童相談所(中央区川岸町1)

申開催日前日17時までに電話で同施設(☎025-230-7777)

制度説明会

日7日(火)10時~11時半

個別相談会

日14日(火)9時~17時

新築・増築・リフォームなど 専門家による住宅建築相談会

日7月14日(火)9時半~12時

場建築行政課(市役所ふるまち庁舎)

定先着5組(各回30分)

申6月24日(水)から電話で同課(☎025-226-2845)

行政苦情審査会委員による 市政に関する苦情の相談

日7月15日(水)13時~15時半(1人1時間)

場同審査会室(市役所本館)

定先着2人

申6月24日(水)から電話で同審査会事務局(広聴相談課内 ☎025-226-2098)

趣味・講座



♣講座 「家庭でできる食品ロス削減」

日7月10日(金)10時~11時半

場市役所本館対策室1 定20人

¥無料

申6月30日(火)までに電話で消費生活センター(☎025-228-8102)

■家庭でできる食品ロスの削減

・冷蔵庫などの在庫を確認してから買い物に行く

・すぐ食べる物は

陳列順に買う

・必要な分だけ買う

