

健康・福祉ガイド

8月の子どもの健康診査

対象者には、個別に案内を送付しています。日程・持ち物などは、案内でご確認ください。

- 1歳誕生歯科健診
 - 1歳6か月児健康診査
 - 3歳児健康診査
- ※3歳6カ月頃の子が対象
 場 健康福祉課健康増進係(☎25-5685)

安産教室(要予約)

回 8月24日(木)午後2時~4時
 (受付は午後1時45分から)
 込 11月~令和6年1月出産予定の人・先着12組
 場 新津健康センター1階 母子保健室
 申 7月20日(木)から健康福祉課健康増進係(☎25-5685)

400ミリリットル献血にご協力を

日程	時間	会場
7/27(木)	午前9時半~11時半	UDトラックス新潟(株)
	午後1時半~4時	(株)新津管内建設会館
8/3(木)	午前9時半~11時半	秋葉区役所

持 献血カードまたは献血手帳
 ※初めて献血する人は身分証明書が必要
 場 健康福祉課地域福祉担当(☎25-5665)

8月の離乳食講習会(要予約)

【ステップ離乳食】
 回 8月23日(水)午前10時半~11時50分
 (受付は午前10時10分から)
 込 生後6カ月以降で、2回食、3回食に進もうとしている赤ちゃんの保育者・先着12人

【はじめての離乳食】
 回 8月23日(水)午後1時半~2時50分
 (受付は午後1時15分から)
 込 生後5カ月ごろの赤ちゃんの保育者・先着12人

【共通事項】
 場 新津健康センター3階
 持 母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃんをお連れの方)
 申 7月19日(水)から市役所コールセンター(☎025-243-4894)

育児相談(要予約)

回 8月25日(金)午前9時半~11時
 申 8月1日(火)から健康福祉課地域保健福祉担当(☎25-5695)

フレイル予防教室で+10歳長寿!(要予約)

開催日	内容
8/30(水)	「食生活改善」で低栄養予防、簡単な運動実技
9/27(水)	「口腔ケア」で歯と舌を健康に、簡単な運動実技

時間 午後2時~3時半
 場 小合地区コミュニティセンター
 込 先着30人(1回のみ参加可)
 持 運動靴、筆記用具、飲み物
 申 健康福祉課地域保健福祉担当(☎25-5695)、小合地区コミュニティセンター(☎25-2299)

あきは区役所だよりでお店を紹介、宣伝しませんか

広告主を募集します!

「あきは区役所だより」では、区内にあるお店や事業所の広告を有料で掲載しています。自慢の商品、企画などのPRにぜひご利用ください。
対象 区内に本社や営業所を有する事業者(業種や広告内容により掲載できない場合があります)
募集する号 令和5年10月~令和6年3月の毎月第1・3日曜日号
募集枠数 各号6枠(全72枠、申込多数の場合抽選)
広告サイズ・刷色 縦3.9号×横7.9号・カラー(モノクロ可)
掲載料 1回あたり8,000円
発行部数 1号あたり20,700部(予定)※区内の各世帯・公共施設などに配布
申し込み 8月14日(月)までに申込書(秋葉区役所32番窓口設置・秋葉区ホームページ)を地域総務課へ持参または郵送、ファクス、メールのいずれかで申し込み(〒956-8601 程島2009番地、☎22-0228、chiikisomu.a@city.niigata.lg.jp)
問い合わせ 同課広報担当(☎25-5673) **詳細はホームページをご覧ください**



お知らせ

出張ハローワーク ひとり親 全カサポートキャンペーン

ひとり親の方の就職活動を支援するため、区役所にハローワークの臨時相談窓口を設置します。※要申し込み
 回 8月2日・16日(水)午後2時~3時半
 場 秋葉区役所1階健康福祉課
 込 児童扶養手当受給者・生活保護受給者
 申 健康福祉課保護係(☎25-5684)

新津武道館のプログラム

秋葉区総合体育館の休館に伴い、一部プログラムを新津武道館で実施しています。ヨガ、健康体操、ピラティスなど、初めての人も無理なく参加できるクラスもあります。詳しくはホームページを確認してください。
 場 秋葉区総合体育館(新津武道館内) ☎25-2400

第4回 秋葉区自治協議会

回 7月25日(火)午後2時から
 場 秋葉区役所6階 601・602会議室
傍聴人数 先着10人※申し込み不要
 ※保育:生後6カ月~就学前児・先着3人、7月20日(木)までに要申し込み
 場 地域総務課(☎25-5672)

新津健康センターからのお知らせ

ポールDeウオーキング
 ポールを使用し、秋葉区文化会館までウオーキングをしましょう。
 回 8月9日(水)午前9時~11時
 込 先着15人
 料 500円(ポールをお持ちの方300円)
体力測定会
 回 8月17日(木)午後2時45分~4時15分
 込 先着20人
共通
 場 新津健康センター
 申 開催日曜日正午までに同センター(☎22-2940)

こんにちは! 地域包括支援センターです

問い合わせ 健康福祉課高齢介護担当(☎25-5679)

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です。高齢者の皆さんが、住み慣れた街で安心して暮らしていただけるように、介護、福祉、健康、医療など、さまざまな面から高齢者やその家族を支えています。区内の地域包括支援センターを紹介します。

こんな相談を受け付けています

- 介護や健康のこと
 - ・健康づくりについて学びたい
 - ・足腰が弱って転びやすい
 - ・介護保険のことが知りたい
 - ・物忘れが増えて一人暮らしが心配
- 権利を守るお手伝い
 - ・高齢者虐待についての相談
 - ・消費者被害や悪質な訪問販売の対応
 - ・お金の管理などを支援する制度

こんな取り組みをしています

- 介護予防マネジメント
 - ・要支援1、要支援2の認定を受けた方や基本チェックリストで事業対象者になった方の介護予防プランを作成します
- 地域のネットワークづくり
 - ・自治会やコミュニティ協議会など、地域の団体・機関と連携して高齢者が暮らしやすい地域づくりを進めています
 - ・お茶の間やサロンなどの集まりで出張相談、出前講座を行っています

●秋葉区の地域包括支援センター

新津第一・第二中学校区	新津第五中学校区	小合・金津・小須戸中学校区
新津 古田3-2-7 ☎25-3081	にいづ 日宝町 日宝町5-25 ☎22-1931	こすど 小須戸3785-1 ☎61-1311

新津育ちの森

開館日 毎週火曜~日曜 開館時間 9:00~17:00
 対象 小学2年生までのお子さんと保護者、妊娠中の人
 ☎21-4152

出張! 妊娠・子育てほっとステーション

日時 7月21日(金)午後1時半~2時
 内容 子育てをよりラクに楽しくするためのヒントをお話します

夏まつり

日時 8月5日(土)午前10時~正午
 会場 新津健康センター
 内容 ゲーム、工作、キッチンカーなど

親子の絆づくりプログラム ※要申し込み

日時 8月31日、9月7日・14日・21日(木)午後1時半~3時半
 会場 新津健康センター 参加費 1,100円(テキスト代)
 対象・定員 2023年4月~6月生まれの赤ちゃん(第1子)とその母親・先着10組

新津地区公民館 学習室開放

問い合わせ 同館(☎22-9666)

日時 7月25日(火)~9月3日(日)
 (8月18日午後3時以降、19日・20日はお休み)
 午前10時~午後6時

会場 新津地区公民館 201研修室
 食事・ゲームはできません(飲み物は可)



フリー-Wi-Fiあり!
 無料! 申し込み不要!

熱中症を防ごう

熱中症は暑い日の日中、屋外における作業やスポーツに限らず、高温多湿な屋内や夜間においても発症することがあります。次のことに注意して、熱中症を予防しましょう。

熱中症を防ぐポイント

- ① こまめな水分・塩分補給を心掛ける
- ② 外出時は涼しい服装で日よけ対策をして飲み物を持参する
- ③ 室内が高温多湿にならないよう風通しをよくする
- ④ 日頃から栄養バランスの良い食事をとり、体力づくりをする



問い合わせ 秋葉消防署地域防災課地域防災係救急担当(☎22-0175)

広告スペース

電話番号(☎)は市外局番0250を省略しています◇◆区バスに乗ろう! 7月22日(土)~8月31日(木)まで小学生は運賃50円! ◆◇