

# 健康・福祉ガイド

## 10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。

- 股関節検診 ●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  
健康福祉課健康増進係 (☎25-5685)

## 安産教室 (要予約)

- 回 10月24日(木) 午後2時~3時半 (受付は午後1時45分から)
- 内 令和7年2月~4月出産予定の人・先着16人

場 新津健康センター1階 母子保健室  
申 9月26日(木) から健康福祉課健康増進係 (☎25-5685)

## 離乳食講習会 (要予約)

- 【ステップ離乳食】※試食あり
- 回 10月23日(水) 午前10時半~11時50分 (受付は午前10時15分から)
- 内 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】※試食あり
- 回 10月23日(水) 午後1時半~2時50分 (受付は午後1時15分から)
- 内 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 9月18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 10月25日(金) 午前9時半~11時 ※歯科相談可能
- 場 新津健康センター1階 母子保健室
- 申 10月1日(火) から健康福祉課地域保健福祉担当 (☎25-5695)

# お知らせ

## カーリンコン教室

ポイントに向かってディスクを投げ、その近さを競うカーリングのようなゲームです。

- 回 10月2日~12月25日の毎週水曜 午前9時~11時
- 場 小須戸ふれあい会館
- 内 先着20人 月1回200円
- 持 上履き、飲み物、タオル
- 申 小須戸武道館 (☎38-2121)

## ターゲットバードゴルフ教室

パラソルを逆さにした形状のホールに、羽根付きのボールをゴルフクラブで打つミニゴルフの一種です。

- 回 10月3日~12月26日の毎週木曜 午前9時~11時
- 場 雁巻緑地公園
- 内 先着20人 月300円
- 持 動きやすい靴、飲み物、タオル
- 申 小須戸武道館 (☎38-2121)

## 座って楽しむリンパケアと楊名時太極拳 体験会

ゆったりとした呼吸と動きで、心と体を整えます。

- 回 10月18日(金) 午前9時半~11時半
- 場 小須戸武道館
- 内 先着20人 月500円
- 持 飲み物、タオル、上履き
- 申 前日正午までに同館 (☎38-2121)

## 早出川ダムの流木 無料配布

回 9月19日(木)~11月15日(金)の平日午前9時半~午後3時半  
配布資材 長さ1.5m直径40mm程度以下の流木

引き渡し場所 早出川ダム 流木置き場(五泉市小面谷)  
配布量(1件) 軽トラック2台まで  
※希望する配布量・配布日時を事前に申し込んでください  
申 9月17日(火)~11月11日(月)の平日午前9時~午後5時に新潟地域振興局新津地域整備部ダム管理課 (☎55-6304)

## 第5回 秋葉区自治協議会

- 回 9月24日(火) 午後1時半から
- 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、9月19日(木)までに要申し込み
- 申 地域総務課 (☎25-5672)

## 柿もぎ体験(詰め放題) 参加者募集

- 回 10月15日(火)~25日(金) 午前10時集合
- ※土日祝日除く、都合の良い日にご参加ください
- 場 新津地区グリーンセンター 柿畑
- 内 80人(応募多数の場合は抽選)
- 月 500円(こちらで用意した袋に詰め放題)
- 申 9月20日(金) 必着で往復はがきに①住所②氏名③電話番号を明記し同センター(〒956-0802 七日町2234-1)
- 申 同センター (☎24-1746)

## 秋葉てくてく健康散歩&体操

区役所周りの散歩や体操を一緒にしませんか。

- 回 散歩 10月3日、11月7日、12月5日 木曜 午後1時15分から(1時間程度)
- 体操 10月22日、11月26日、12月24日 火曜 午前9時45分から(1時間程度)
- 集場所 新津健康センター
- 持 動きやすい服装・靴、帽子(散歩のみ)、タオル、飲み物、マスク
- 申 新潟市運動普及推進協議会 秋葉支部の田村さん (☎23-3723)

## 新津健康センター 10月~12月の教室

- 回 ①柔道整復師による姿勢改善体操 第2・4火曜
- ②体脂肪燃焼運動教室 毎週水曜
- ③座って楽しむリンパケアと太極拳 第1・3金曜
- ④楽しい楊名時太極拳 第2・4金曜
- ①②:午前9時15分~10時15分、10時45分~11時45分
- ③④:午後1時半~3時
- 場 新津健康センター
- 内 各先着15人
- 月 ①②:1回500円 ③④:初回300円、2回目以降1回1,000円
- 申 参加希望日の前月第3土曜正午~前日正午に同センター (☎22-2940)

## 障がい者合同就職面接会

- 回 10月4日(金) 午後1時半~3時半 (受付は午後1時から)
- 場 秋葉区役所6階
- 持 自己紹介カード(ハローワーク新津で配布)、身体障害者手帳・療育手帳・精神保健福祉手帳のいずれかのコピー、筆記用具
- 申 9月20日(金)までにハローワーク新津 (☎22-2233 41#)

# 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

## つくってあそぼう~紙血くるくるコマ~

日時 9月26日(木) 午前9時~11時15分 定員 先着15人

## 親子で一緒にレッツダンス!

インストラクターと一緒に楽しく踊ろう!

日時 9月28日(土) 午前10時半~10時50分

## わくわくタイム~誕生会~

10月生まれのお友達をお祝いします。

日時 10月3日(木) 午前10時半~10時45分

## 新津B&G海洋センター

# 秋の運動教室

教室名	開催日時	対象・定員	参加費
たのしいヨガ教室	10月8日~12月10日の火曜 午前9時半~10時半	18歳以上の人・先着6人 (高校生不可)	5,400円 (全10回) ※1回700円
たのしいはつらつ健康教室	10月11日~12月13日の金曜 (10月25日、11月8日・22日除く) 午前10時45分~11時45分	60歳以上の軽運動可能な人・先着4人 (初参加の人は74歳まで)	3,000円 (全7回) ※1回600円

★初回は無料体験会、1回の参加も可能

会場 新津地区グリーンセンター

持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物

申し込み 9月21日(土) 午前9時半から新津B&G海洋センター (☎23-4800)



## 9月は

# 新潟県高齢者見守り強化月間

身近なところで、できることから協力をお願いします。

## あいさつ

ご近所で声を掛け合いましょう

## 気くばり

高齢者の方をさりげなく思いやりましょう

## 助け合い

お互いさまの心で、地域で助け合いましょう

「いつもと様子が違う」と感じたときはご相談ください

区役所や民生委員のほか、各地域包括支援センターでも相談を受け付けています

## 地域包括支援センター

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

## 秋葉区自治協議会提案事業

# Akihaおとな大学

## 歴史と自然の菩提寺山をハイキング

~ガイドと共に歩く仏路越え~

日時 11月2日(土) 午前9時半~午後3時 ※小雨決行

集合場所 小須戸地区ふれあい会館 参加無料

対象・定員 区内在住で18歳以上のハイキング初心者・先着20人(高校生不可)

持ち物 ハイキングに適した服装と靴、昼食、飲み物、雨具  
申し込み 9月18日(水)~10月7日(月)に新潟市オンライン申請システム(右二次元コード)

問い合わせ 地域総務課企画グループ (☎25-5672)



広告スペース