

1 妊娠期 安産教室

5月25日の後期「ウェルカム赤ちゃん講座」をピックアップ!

妊婦とパートナーなどが一緒に受講できる!

産後ケアや家事代行などのサービスの充実さにびっくり。夫婦の育児の分担を話し合うきっかけに!



助産師と赤ちゃんの抱っこや沐浴を体験

2 生後1~5カ月 育カフェ

親同士の情報交換ができて楽しかった



育児用品や抱っこ授乳のアドバイス



参加者同士の情報交換

少人数だから話しやすい

パパの育休は取る?

抱っこ紐は何をを使っている?

子どもとのふれ合い方を学べる



中央区の

安心・楽しい子育て



4 生後1歳ごろまで 赤ちゃん誕生お祝い会&交流会

赤ちゃんを産み育てることは誰もが不安で悩むもの。区では、専門家からの子育て講座を行ったり、地域の人や子育てする人同士の交流の場を設けたりしています。気軽に利用して、地域全体で安心で楽しい子育てをしましょう。

問い合わせ 健康福祉課健康増進係 ☎223-7237

● 今後開催する子育て講座や交流の場の案内は、3面に掲載しています ●
 赤ちゃん誕生お祝い会&交流会は、開催地域に対象の子どもがいる家庭へ健康福祉課から順次お知らせします。 問い合わせ 同課地域福祉担当 ☎223-7252

3 生後9~10カ月 10か月育ちの講座

自治会・町内会が主催する、子どもを育てる世帯との交流会



近所の人と話せるのがこの会の魅力

保育園に入る前にママ友・パパ友ができて嬉しい

地域の身近な相談相手・民生委員と交流する地域も

顔見知りが増えて地域行事へ誘いやすくなった!

6月5日の様子をピックアップ



指先が使えるようになる時期の遊び道具を紹介!

遊び方を教えてもらえてよかった

発達を促すふれあい遊びを実践!



保育士による絵本の読み聞かせ

成長により世界が広がる赤ちゃんとともに、ママの世界も広がるといいですね!



区内の魅力も歩いて満喫

まち歩きの人新滷シティガイドが街の魅力を分かりやすく解説する「**えんでこまち歩き**」を、5月25日から6月15日に開催しました。ランチや体験付きの3つの新コースを含む全9コースを実施し、区内の見どころを巡りました。

歴史と味覚を楽しむ新コース



新滷駅・万代周辺を巡るコースは、新滷駅を出発。弁天公園付近にあった旧新滷駅についてガイドが木造駅舎の様子を話すと参加者同士で当時の思い出を懐かしんでいました。その後、万代クロッシングで萬代橋の構造と歴史、三社神社で水害が多かった流作場の話などを聞くことができました。

食を通じて新たな発見

また、「うんめえもん」がテーマのこのコースは、飲食店の紹介があり最後はたれかつ丼を堪能。参加者は「普段行かない場所や通り過ぎてしまう場所に行き、新しい発見がありました。美味しい蕎麦屋を知ることができました遊びに来たいと思いました」と話していました。



笹団子の笹巻き体験コース

みなとぴあの内部見学と笹団子作りを体験するコースは、みなとぴあの展示見学からスタート。ガイドの案内で、水害を克服しながら、水の恵みを受けて発展した新滷の歴史を知ることができました。



地域によってしぼり方の違いも

続いて田中屋本店みなと工房に移動して、笹団子の笹巻きを体験。スタッフの方に教えてもらいながら、「横しぼり」に挑戦。最初は苦戦する参加者も、だんだん上手に巻けるようになりました。



参加者は「新滷の歴史をもっと知りたいと思いました」、「笹巻きはマスターしましたが、家で団子から作るのは大変ですね」と笑顔で話していました。

Noism2による舞踊アウトリーチ

小学生が舞踊を見て、体験しました!

舞踊アウトリーチとは、公共劇場専属舞踊団Noismの中の研修生カンパニー・Noism2が、学校などに訪問し、舞踊に対する興味関心を広げることをねらいとした活動です。5月29日、南万代小学校で舞踊アウトリーチが行われ、5・6年生約140人が、普段触れる機会が少ない舞踊に触れました。



▲緊張感を保った状態「張りのある身体」に挑戦



▲リフトも体験しました

初めは緊張していた生徒も...

音楽が流れて目の前で踊りが始まると、その場の雰囲気はがらっと変わり、身を乗り出して踊りを見る生徒もいました。舞踊家の動きを体験する時間は、多くの生徒が立候補。今回の体験を通して、関心かきさんは「踊りを見て、魔法の世界に入ったようでした。普段はリューとぴあの合唱団に参加していますが、踊りも見に行きたいです」と楽しそうに話してくれました。また森岡悠真さんは「踊り以外にも、興味があるものはいろいろ挑戦してみたいです」と話してくれました。



▲春木さんたちが生徒の前で踊りを披露

アウトリーチ活動を 通して伝えたいこと

Noism2の春木有紗さんは、「小学生はたくさんを感じて受け止めることができる時期だと思います。その一つとして踊り、劇場を知ってもらえるように一瞬一瞬を大事に活動しています。素直に感じる気持ちを大切にしてほしいです」と活動に対する思いを話してくれました。

梅雨時期の電気火災に注意!

湿気が多くなる梅雨の時期は、電気火災が発生しやすくなります。

下記のポイントを守って安全に電気を使いましょう。

■中央消防署予防課 ☎288-3119

火災を防ぐポイント

①コンセント周りの清掃 ②接続は確実に!

コンセントプラグに差し込んだプラグのさし刃に付着したほこりなどが湿気を運び、通電して出火することがあります。



火災を防ぐポイント

①コードを束ねない ②たこ足配線をしな

電気器具のコードを束ねた状態や荷物が乗った状態で使用すると、断線したり、放熱が正常に行われず火災につながる恐れがあります。



定期的に住宅用火災警報器の点検を

■日頃の点検

- ・定期的に点検ボタンなどで点検やお手入れをしましょう。
- ・本体交換の時期は、ピッ…ピッ…という音や、ランプの点滅で電池切れをお知らせします。



■故障や電池切れが疑われるとき

- ・電池式のもので、「ピッ 電池切れです」と音声が出る場合は電池か本体を交換してください。
- ・購入から10年経過している場合は、本体交換をお勧めします。

火災が起きたときすぐに気付けるよう、機器の設置と点検にご協力をお願いします。

また、高齢者世帯などで取り付け・交換が難しい場合には取り付けサポートも行っていますので、同課へご相談ください。

《広告欄》



本誌掲載のイベントは6月10日時点のものです。

※電話番号は市外局番(025)を省略しています。
※掲載の二次元コードを読み取ることができない人は各イベント主催者へお問い合わせください。

公民館

中央公民館 ☎224-2088
〒951-8055 中央区礎町通3-2086
受付時間 平日午前9時～午後5時
(土・日曜、祝日除く)

■ひよこファミリーらんど

回 7月2日・9日・16日・23日・30日(いずれも火曜)
午前10時～正午
内 親子の遊び場 乳幼児と保護者
持 ばスタオル(乳児のみ)

■【サークル体験】新わくわくクラシック

回 7月26日(金)午前10時～11時30分
内 講師の解説を聞きながら、クラシックの名曲紹介
先着20人
回 6月19日(水)から電話で同館へ

東地区公民館 ☎241-4119
〒950-0083 中央区蒲原町7-1

■沼垂マスコットキャラクターデザインワークショップ

回 7月7日(日)午前10時～正午
場 なじらね沼垂しんこ屋(沼垂東2)
内 キャクターの素体にデザインなどを描く体験
先着15人(小学校3年生以下は保護者同伴)

■子育てサロン「のんのん」

回 7月8日・22日(いずれも月曜)
午前10時～11時30分(出入り自由。飲み物持参可)
内 自由遊び ※毎回午前11時から絵本の読み聞かせを実施
先着15人(未就園児と保護者)

関屋地区公民館 ☎266-4939
〒951-8164 中央区関屋昭和町3-148-1

■おもちゃ病院にいがた

回 7月5日(金)午前10時～正午
内 壊れたおもちゃの修理
※無料(実費負担の場合あり)

■子育てネットまつぱっくり

回 7月5日・12日・19日・26日(いずれも金曜)
午前10時～正午
内 親子の遊び場
先着15人(未就園児と保護者)

石山地区公民館 ☎250-2930
〒950-0852 東区石山1-1-12

■あなたと学ぶはじめての一步 シニアのためのスマホ講座(全3回)

内 スマホを持つおむね60歳以上先着16人
回 6月20日(木)から電話で同館へ
時間 午前10時～正午

期日	内容
7/10(水)	基礎を学ぼう (操作の基本とセキュリティ対策)
7/17(水)	暮らしに上手にいかそう(二次元コード、ネット検索、Googleレンズなど)
7/24(水)	もっと便利に楽しく使おう (アプリ、LINEなど)

■きょうだいに障がいのある方に～自分の人生を大事にしよう！

回 7月13日(土)午前10時～正午
内 新潟大学有川宏幸教授などによる障がいのあるきょうだいのサポートや支援制度の講話
先着40人
回 あす17日(月)から電話で同館へ

健康・福祉

各事業の圏・圏連絡先一覧

- ①健康福祉課健康増進係
【妊娠～乳幼児期担当】 ☎223-7237
- ②東地域保健福祉センター
東万代町9-52 ☎243-5312
- ③南地域保健福祉センター
新和3-3-1 ☎285-2373
- ④健康福祉課地域保健福祉担当 ☎223-7039
- ⑤子育て交流ぽーとtete ☎080-9680-6822
- ⑥はっぴいmama応援団 ☎278-3177、水曜定休
- ⑦市役所コールセンター ☎243-4894

■妊婦歯科健康診査 妊婦期

内 中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦
回 各実施日の2日前までに右の二次元コードを読み取り申し込み
受付時間 午後1時～2時30分

期日	会場	定員(先着)
7/5(金)	南地域保健福祉センター	25人
7/11(木)	中央健康センター (北部総合コミュニティセンター内)	25人

■安産教室「ウエルカム赤ちゃん講座」妊婦期

回 7月27日(土)午後1時30分～3時30分
※受け付けは1時15分から
内 おおむね妊娠30週以降で出産予定日が令和6年8月～10月までの中央区在住の妊婦先着20人(家族・パートナーいずれか1人の同伴可)
※令和5年度の妊カフェと同じ内容のため、利用していない人を優先
場 南地域保健福祉センター
内 赤ちゃん人形を使った沐浴・抱っこ体験、産後のこころからの話、グループワーク
回 6月19日(水)から7月2日(火)までに電話で一覧①へ

■みんなでつながるにっこにこ子育て応援事業(毎月開催)

※中央区在住の人が対象です。
内 保健師や助産師への相談、講座、参加者同士の情報交換、ほか
回 各講座の申し込み開始日から携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み

■育カフェ 生後1～5カ月

回 7月24日(水)午前10時15分～11時45分
場 ピンキオハウス(上所3)
内 生後1～5カ月の子どもと保護者先着15組
回 6月18日(火)から 回 一覧⑤

■10か月育ちの講座 生後9～10カ月

内 令和5年9～10月生まれの子どもと保護者
回 6月18日(火)から開催前日まで
回 一覧⑥
時間 午前10時～11時30分

期日	会場	定員(先着)
7/24(水)	南地域保健福祉センター	12組
7/31(水)	東地域保健福祉センター	14組

■はじめての離乳食 生後5カ月

内 生後5カ月ごろの子どもと保護者
内 離乳食の始め方と進め方、情報交換、試食、個別相談など
回 6月19日(水)から各実施日の2日前までに電話で一覧⑦へ
時間 午後1時30分～2時50分
※受け付けは1時15分から

期日	会場	定員(先着)
7/17(水)	東地域保健福祉センター	15人
7/18(木)	南地域保健福祉センター	15人

■ステップ離乳食 生後6～11カ月

回 7月17日(水)午前10時～11時20分
※受け付けは9時40分から
場 東地域保健福祉センター
内 おおむね生後6カ月以上の子どもの保育者先着15人
回 2回食・3回食への進め方、グループワーク、個別相談、試食など
回 6月19日(水)から7月15日(月・祝)までに電話で一覧⑧へ

■育児相談 乳幼児

内 中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、申し込み先へお問い合わせください。
回 6月19日(水)から電話で申し込み先へ ※先着順

期日	時間	会場	申込先
7/4(木)	9:30～11:00	◆中央健康センター (北部総合コミュニティセンター内)	一覧④
7/17(水)	9:15～11:00	◆南地域保健福祉センター	一覧③
7/25(木)	13:30～15:00	◎東地域保健福祉センター	一覧②

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり。
▽は希望者に保護者向け骨密度測定あり。

■健康相談 一般

回 各実施日の2日前までに電話で申し込み先へ

期日	受付時間	会場	申込先
7/12(金)	9:30～11:00	南地域保健福祉センター	一覧③
	13:30～14:30	東地域保健福祉センター	一覧②
7/24(水)	13:15～14:45	中央区役所	一覧④

■フレイルチェック 一般

回 7月12日(金)午後1時30分～3時30分
※受け付けは1時から1時20分まで
場 新潟デルタ
内 握力・筋肉量などの計測、日常生活を見直すための助言
先着20人
内 65歳以上の入先着20人 回 飲み物
回 あす17日(月)から7月5日(金)までに電話で日本メルク&K heart school(☎383-8610)へ
申込受付時間 平日午前9時～午後5時

■糖尿病予防セミナー受講者募集 一般

回 7月19日(金)午前9時45分～11時40分
※受け付けは9時30分から
場 南地域保健福祉センター
内 糖尿病予防のための食事やお口の健康に関する講話など
内 中央区在住でおおむね75歳までの人
回 健診結果、筆記用具
回 あす17日(月)から7月28日(金)までに電話で健康増進係(☎223-7246)へ

■マタニティプログラム 妊婦期

場 八千代子育て支援センターちゅうりっぷ(川岸町1)
内 妊婦(家族・パートナー同伴可)
回 実施日の3日前までに同センター(☎230-8211)へ
時間 午前10時～11時

期日	内容	定員(先着)
6/29(土)	看護師さんのミニ講座 【新生児・退院後に起こりうること】	4人
7/27(土)	赤ちゃんのお世話体験	5人

敬老祝会経費の一部を助成

75歳以上の人を地域でお祝いする際に、経費の一部を助成します。

対象団体 区内の自治会・町内会、コミュニティ協議会

助成対象 9月1日(日)から10月31日(木)までの間に実施される敬老祝会

※感染症流行期は祝会の開催はお控えください

助成額 1団体あたり、自治会・町内会30,000円の範囲内、コミュニティ協議会200,000円の範囲内

回 7月1日(月)から31日(水)までに、交付申請書を健康福祉課高齢介護担当へ提出。

交付書ならびに申請の手引きは、同課の窓口で配布、または市ホームページからダウンロードできます。

その他の要件がありますので、詳細は同課へお問い合わせください。

回 同課(☎223-7216)



＜広告欄＞

