

受診券は届いていますか？

～40歳以上の対象者に今年度の受診券を順次発送しています～

受診券(色は加入保険によって異なります)、案内冊子「検診いっ得」、個人記録票などをA4サイズの白い封筒に入れてお届けします。

【対象者】

- ・40歳以上の新潟市国民健康保険加入者
 - ・新潟県後期高齢者医療制度加入者
 - ・生活保護受給者など
 - ・40歳以上で、職場や加入している健康保険でがん検診を受ける機会がない人
- ※職場等で健診を受ける機会のある人や、費用の補助がある人は、市のがん検診を受けることはできません。勤務先や加入している健康保険の保険者へお問い合わせください。

「職場でがん検診がないので受けたいが、受診券が届いていない」「受診券を紛失した」「検診の受け方がわからない」などの人は健康福祉課へお問い合わせください。

詳しい検診内容や検診の受け方などは、受診券と同封の案内冊子「検診いっ得」をご覧ください。

健康維持のために、年に1回特定
健診・がん検診を受けましょう！

問い合わせ 健康福祉課健康増進係
(☎025-250-2350)



受診券が使えるのは
令和8年3月31日まで！



封筒



受診券(国保用)



検診いっ得

～特定健康診査(特定健診)は
生活習慣病の原因となる
メタボリックシンドロームの
予防・解消に重点をおいた健診です～

新潟市の特定検診は、**通常約9,000円**かかるところ、**60歳以上は無料！**

40歳～59歳の人は500円！で受けることができます！

40歳になったら特定健診を受けましょう。

通院中でも受診できます。かかりつけの医師と相談してください。

※社会保険加入者の特定健診は加入している保険者が実施します。加入先の保険者へお問い合わせください。

お得！



健康・福祉 ガイド



●はじめての離乳食

5月	会場	時間	申込期間(定員)
8 木	木戸健康センター	午後1時30分～2時50分	4月8日(火)～5月6日(火・振休)(15人)
27 火	石山地域保健福祉センター		4月27日(日)～5月25日(日)(10人)

内 離乳食の進め方、情報交換、試食
人 生後5カ月ごろの乳児の保護者
持 母子健康手帳、バスタオル、筆記用具
申 新潟市オンライン申請(e-NIIGATA)で受け付けます。市ホームページから予約サイトへアクセスしてください。

●ステップ離乳食

回 5月27日(火)午前10時～11時20分

廻 石山地域保健福祉センター
内 離乳食の進め方、グループワーク、試食
人 生後6カ月以降で、2～3回食に進もうとしている乳児の保護者先着10人
持 母子健康手帳、バスタオル、筆記用具、はじめての離乳食に参加した人はその時使用した資料一式
申 4月27日(日)～5月25日(日)まで新潟市オンライン申請(e-NIIGATA)で受け付けます。市ホームページから予約サイトへアクセスしてください。



●ぴよぴよ育ちの会

子育ての中で「落ち着きがない」「お友達とのトラブルが多い」「名前を呼んでも目が合いにくい」など、気に掛かることや困っていることはありませんか。

親子で遊びながら、成長や発達について、保健師と一緒に考えてみましょう。

5月	会場	時間	定員(先着)
13	木戸健康センター	①午前9時30分～10時15分 ②午前10時35分～11時20分	各8組
20	石山地域保健福祉センター	①午前9時30分～10時15分 ②午前10時30分～11時15分	各5組

内 原則1歳6カ月児健診を終えた未就園児と保護者
廻 13日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、20日(火)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

わいわいひろば

下木戸1-4-1(区役所庁舎2階)
☎025-250-2395
開設時間 午前9時～午後6時
休館日 第1・3月曜日(祝日の場合は翌平日)
※4月は7日(月)、21日(月)
内 就学前児と保護者、小学1・2年生

●いちごひろば

回 4月9日(水)午前10時30分～同45分
内 おさんぽごっこ
申 当日直接会場

●つくって遊ぼう！

回 4月16日(水)午前10時～11時15分
内 親子工作(パクっとこいのぼり)
内 先着20人
申 当日直接会場

●誕生会

回 4月23日(水)午前10時30分～同45分
内 4月生まれのお友達をみんなでお祝する
申 当日直接会場

●おもちゃ病院

回 4月26日(土)午後1時30分～3時30分
廻 東区プラザ
内 おもちゃ修理(原則無料ですが、部品代などの費用がかかる場合があります。また、修理できない場合もありますので、ご了承ください)
申 当日直接会場

●リモート育児講座

(育児のイライラどうしたらいい?)
回 5月12日(月)午後1時30分～2時30分
廻 東区プラザ
内 育児中のイライラの原因や対処法について助産師からの講話。Zoomを使用します。
内 テーマに関心のある人
申 二次元コードから必要事項を入力し送信してください



親子で一緒に過ごせる 区内の子育て支援施設を紹介します

開館(開設)時間 休館日
対象 回 駐車場

い〜てらす

ボルダリングや滑り台が備わった人気の大型遊具があります。小さなお子さん向けの幼児広場には、おままごとやパズル、ブロックなど遊び道具が充実しています。

寺山(寺山公園内) ☎025-250-5207

開 午前9時～午後6時

休 水曜日(祝日の場合は翌平日)

内 0歳～小学3年生 回 108台 ※授乳室有

一時保育が利用できます

時 間 午前9時～正午、午後1時～6時のうち、1日最長4時間

料 金 1人1時間につき300円

対 象 満1歳～就学前児

申し込み 利用日の2週間前から前日までに電話で同施設(先着順)

※一時保育利用の理由は問いません



わいわいひろば

区役所2階にある親子で遊べる施設です。人気の乗り物コーナーや赤ちゃんコーナーなどがあり、ゆったり過ごすことができます。

下木戸1・東区プラザ2階

☎025-250-2395

開 午前9時～午後6時

休 第1・3月曜日(祝日の場合は翌平日)

内 0歳～小学2年生 回 共有300台

一時保育が利用できます ※利用条件あり

時 間 午前9時～午後6時のうち、1日最長4時間

料 金 1人1時間につき300円

対 象 満1歳～就学前児
※区役所庁舎内の施設を利用する保護者の子どもに限る

申し込み 利用日の10日前から3日前までに電話で同施設(先着順)



こども創作活動館

大きなホールでは、ドッジボールやサッカーなどボールを使った遊びが人気です。また、幼児向けのホールでは、乗り物の車で走ったり、広いスペースで体を使って思いっきり遊べます。

牡丹山1 ☎025-279-2113

開 午前9時～午後6時

(日曜日・祝日は午後5時まで)

休 月曜日(祝日の場合は翌平日)

内 0歳～中学生 回 13台 ※授乳室有

勉強できるスペースがあります

日 時 開館時間中いつでも

対 象 小学1年生～中学3年生

持 ち 物 勉強道具一式

申し込み 当日直接会場

