

未来の健康を守る第一歩!

行こう!

特定健診・がん検診

問い合わせ 西区 健康福祉課 健康増進係(☎025-264-7433)

対象者に令和6年度の受診券を送付しました。生活習慣病やがんを予防・早期発見するために、各種検診の受診が欠かせません。健康保持増進のために、毎年受診しましょう。

受診券送付対象者

40歳以上で、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、職場や被扶養者向けの受診機会がない。
※直近3年間、新潟市受診券の利用がない人には送付していません。

封筒が届いたら

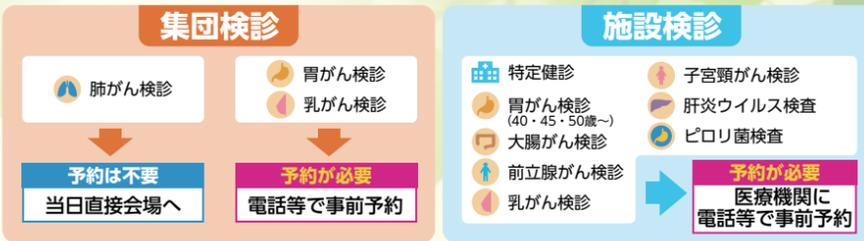
封筒に入っている「受診券」と「検診いっ得」を確認してください。「検診いっ得」には日程や受診の際の注意事項が記載されています。



保険証が変わった場合、受診券の変更が必要です。問い合わせ先へご連絡ください。
※国民健康保険から後期高齢者医療制度に変わった場合はそのまま使えます

検診を受けるには

病院など医療機関で検診を受ける場合は、各委託医療機関に予約の上、受診してください。集団検診で行うがん検診は、検診日が決められています。検診日や予約先は、案内冊子「検診いっ得」をご確認ください。



健診を受けた後は

国民健康保険加入者で、健診の結果、生活習慣病のリスクが高い場合は、健診を受けた医療機関もしくは区役所から特定保健指導をご案内します。保健師・栄養士などが健康づくりをサポートしますので、ぜひ、ご利用ください。
※対象とならなかった人も、希望者は区役所の健康相談を利用できます

各種検診の対象者や日程、受診方法は同封の冊子「検診いっ得」をご覧ください。がん集団検診の日程は9～12ページ、医療機関の一覧は14～20ページに掲載しています。市ホームページ(右の二次元コード)でも確認できます。



HEALTH & WELFARE 健康と福祉

4月の健診など

西区 健康福祉課 健康増進係 (☎025-264-7423)

■股関節検診

対象 令和5年12月・令和6年1月生まれの一部

■1歳6カ月児健康診査

対象 令和4年9月生まれの一部

■3歳児健康診査

対象 令和2年10月生まれの一部

※対象者には案内と問診票を郵送します。
日時、会場、持ち物は、案内を確認してください

安産教室

日時 5月16日(木)午後1時30分～3時
会場 坂井輪健康センター
対象 令和6年8月～10月に出産予定の妊婦 先着10組(パートナー・家族と共に2人まで参加可)
持ち物 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル
申し込み 17(水)から西区健康福祉課健康増進係(☎025-264-7423)

赤ちゃん&こどもの食生活

申し込み 新潟市役所コールセンター (☎025-243-4894)

震災対応により、坂井輪健康センター会場での実施を見合わせております。予めご了承ください。

■はじめての離乳食 要申し込み

5月	会場	定員(先着)
14日(火)	西地域保健福祉センター	10人
23日(木)	黒埼健康センター	15人

時間 午後1時30分～2時50分
対象 生後5カ月ごろのお子さまの保育者
持ち物 母子健康手帳、バスタオル(お子さま連れの人)
申し込み 10日(水)から

■ステップ離乳食 要申し込み

日時 5月23日(木)午前10時～11時20分
会場 黒埼健康センター
対象 生後6カ月以降で、2・3回食に進もうとしているお子さまの保育者 先着15人
持ち物 母子健康手帳、バスタオル(お子さま連れの人)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている人)
申し込み 10日(水)から

効果的な子育て方法を学ぼう

コモンセンスペアレンティング® Web会議サービスアプリ「Zoom」でオンライン開催

問い合わせ 西区 健康福祉課 こども支援担当(☎025-264-7343)

ポイズタウン・コモンセンスペアレンティング® (CSP)は、適切にほめることで子どもの問題行動を減らし、望ましい行動を増やすための方法を、大人がしっかりと身に付けるプログラムです。子どもが社会に出た時にうまく生きていく力(社会スキル)を育むことができます。子どもとの関わり方を学んで、親子の信頼関係を深めましょう。

開催日	内容
5月10日	期待値とは? 育むってどういうこと?
5月24日	見せて話す・結果
6月7日	効果的にほめる
6月21日	予防教育とは?
7月5日	問題が起こってしまったときには
7月19日	自分自身を落ち着かせるには?
9月6日	全部まとめて・家族の伝統とは?
9月20日	フォローアップ

子育てでこんな悩みありませんか?

しつこくどうしたらいいんだろう

子育てが辛い

時間 午前10時～正午
対象 おおむね2歳～小学校低学年の子どもを子育て中の人15人(応募多数の場合、抽選)
参加費 2,200円(テキスト代)
持ち物 筆記用具、パソコン、スマートフォンもしくはタブレット
申し込み 21日(日)までに区ホームページ(右の二次元コード)内の申し込みフォームから申し込み



プレママ・プレパパ教室

問い合わせ 西区 健康福祉課 こども支援担当(☎025-264-7343)

出産に向けた準備について助産師から話を聞き、子育ての練習をパパママと一緒に体験しませんか。子育て支援センターが会場なので、産後の利用に向けて「どんなところが」見ておくのも良いかもしれません。ぜひ、体験してみてください。

開催日	受講対象となる出産予定日	申し込み期限
令和6年5月10日(金)	令和6年7月5日～9月30日	4月19日(金)
令和6年6月25日(火)	令和6年8月20日～11月5日	6月4日(火)
令和6年8月6日(火)	令和6年10月1日～12月23日	7月16日(火)
令和6年9月11日(水)	令和6年11月6日～令和7年1月28日	8月21日(水)
令和6年10月29日(火)	令和6年12月24日～令和7年3月20日	10月8日(火)
令和6年12月4日(水)	令和7年1月29日～4月22日	11月13日(水)
令和7年1月24日(金)	令和7年3月21日～6月12日	1月3日(金)
令和7年2月26日(水)	令和7年4月23日～7月15日	2月5日(水)

時間 午後2時30分～3時30分
場所 子育て支援センターほほえみ(鳥原923)
対象 第一子を出産予定の妊婦とそのパートナー、ご家族の方 6組(1組2人まで参加可。応募多数の場合、抽選)
持ち物 母子健康手帳、バスタオル1枚
申し込み 各申し込み期限までに区ホームページ(右の二次元コード)内の申し込みフォームから申し込み



ぜひ、フォローしてください。フォローはこちらから

