

# 公民館

# 図書館

など

中央公民館 ☎224-2088  
〒951-8055 中央区礎町通3-2086

## ■ひよこママらんど

回 1月5日(木)・10日(火)・17日(火)・19日(木)・24(火)・31日(火)・2月2日(木)午前10時30分～午後4時30分(1月5日・19日、2月2日は午後1時から)  
 保育室の開放 ※スタッフは付きません。保護者が責任を持って利用してください。

乳幼児と保護者 当日直接会場

イベント「ひよこデイ」 回 1月10日(火) ※出入り自由

時間	内容
11:00～12:00	ミニコーナー「手作り☆紙コップパペット」
12:00～13:00	ひよこランチ会(持参した昼食を一緒に食べる)

東地区公民館 ☎241-4119  
〒950-0083 中央区蒲原町7-1

## ■公民館サイエンスカフェ～科学を身近に 知るを楽しむ(全4回)

時間 午後1時30分～3時(希望者は3時30分まで交流会あり)

会場 ほんぼーと中央図書館 先着45人

料 各回200円 回 1月4日(水)から電話で同館へ

実施日	テーマ	講師
1月28日(土)	科学と文化を紡ぐビッグヒストリー	本間善夫さん(サイエンスカフェにいがた)
2月4日(土)	元素名決定! 113番元素ニホニウム	後藤真一さん(新潟大学准教授)
2月18日(土)	新潟地域の地震・津波災害を考える	ト部厚志さん(新潟大学准教授)
2月25日(土)	眼の健康～健康長寿の秘訣は元気な眼から	石井雅子さん(新潟医療福祉大学教授)

## ■キッズサイエンス「発酵のふしぎ～みんなで味噌をつくらう」

回 2月4日(土)午前9時30分～午後0時30分

対象 小学3～6年生16人 ※応募多数の場合は抽選  
 料 700円 持ち物 おにぎり、エプロン、三角巾、マスク、布巾、手拭きタオル、内履き

回 10日(火)午前9時から20日(金)午後5時までにかんたん申し込み=QRコード=から申し込み、または電話で同館へ



烏屋野地区公民館 ☎285-2371  
〒950-0972 中央区新和3-3-1

## ■元気塾 in とやの(全8回)

期日	13:00～14:20	14:30～15:50
1/31(火)	家庭でできる簡単健康・体力づくり「ストレッチ・筋力トレーニング」	あなたの体力を知ろう「レク式体力チェック」
2/7(火)	こうすれば高まるあなたの体力「リズムエクササイズ」	スマートにスポーツを楽しもう「スポ・レクバイキング」
2/21(火)	スマートにスポーツを楽しもうII「クラブ大会に向けて」	さらなる脳の活性化をもとめて「マンカラ」
3/7(火)	安全で効果的なウォーキング法「ポールウォーキング」	これからの健康「加齢によるカラダの変化と運動」

対象 60～89歳の人先着40人  
 料 全8回1,000円(単発で受講する場合は1講座200円)  
 持ち物 動きやすい服装、運動靴、飲み物、筆記用具  
 回 5日(木)午前9時から電話で同館へ

万代市民会館 ☎246-7711  
〒950-0082 中央区東万代町9-1

当日直接会場

## ■グループ展

回 1月14日(土)・15日(日)午前9時～午後9時(15日は午後4時まで) ※一部作品は1月20日(金)午後1時まで展示

内容 書道、ちぎり絵、生け花、パッチワーク、キルトなど、同館で活動している団体の美術・工芸の作品展

## ■芸能交歓会

回 1月15日(日)午前9時30分～午後2時30分

内容 相撲甚句、日本舞踊、民謡、フラダンス、男声合唱、詩吟など、同館で活動している芸能団体の発表会

## 図書館での読み聞かせ

おはなしのじかん 当日直接会場

期日	時間	会場・問い合わせ
毎週火曜日	11:00～11:20 ※終了後「絵本なんでも相談タイム」あり	
1月	5◇ 木 10:30～11:30	ほんぼーと中央図書館 (☎246-7700) ※毎週火・木曜日10:00～13:00に「赤ちゃんタイム」を実施しています。おはなしのへやで赤ちゃんとゆっくり過ごしてください。
	7 土 11:00～11:30	
	12◆ 木 11:00～11:30	
	14 土 11:00～11:30	
	19♥ 木 11:00～11:30	
	21★ 土 11:00～11:30	
	26◇ 木 10:30～12:00	
2月	2 木 10:30～11:30	鳥屋野図書館 (☎285-2372) ※毎週金曜日10:00～12:00に「赤ちゃんタイム」を実施しています。
	4 土 11:00～11:30	
毎週金曜日	11:00～11:20	
1月	14 土 10:30～11:00	生涯学習センター図書館 (☎224-2120) ※毎月第1金曜日10:00～13:00に「赤ちゃんタイム」を実施しています。
	18 水 10:30～11:00	
	28 土 10:30～11:00	
1月	6♥ 金 11:00～11:20	生涯学習センター図書館 (☎224-2120) ※毎月第1金曜日10:00～13:00に「赤ちゃんタイム」を実施しています。
	27 金 15:30～16:00	
2月	28 土 14:30～15:00	
	3♥ 金 11:00～11:20	

♥は乳幼児向け、◆はわらべうた、★は紙芝居、◇は個別の読み聞かせ

ほんぼーと 中央図書館 ☎246-7700  
〒950-0084 中央区明石2-1-10

## ■カミシバイハウス

回 1月28日(土)午後2時～3時  
 内容 紙芝居を楽しむ

# 健康・福祉ガイド

## マタニティライフと赤ちゃんとの暮らしのスタート応援プログラム

育児への不安を和らげ、よりよいマタニティライフと赤ちゃんとの暮らしのスタートを応援するプログラムです。パートナーも参加できます。



1月のテーマ 「新生児、退院後に起こりうること」(市民病院の看護師による講話)

期日	時間	場所
1/17(火)	13:15～14:00	鳥屋野子育て支援センターあいあい(鳥屋野4、☎283-7131)
1/27(金)		八千代子育て支援センターちゅうりっぷ(川岸町1、☎230-8211)

対象 子育て中の人、妊婦、出産を考えている人。子連れでの参加可  
 会場 当日直接会場

## 妊婦保健指導

内容 母子健康手帳交付、妊婦相談、各種制度の説明、歯科健診、保健指導

持ち物 妊娠届出書および届出書に記載されたもの  
 健康福祉課健康増進係(☎223-7237)

期日	会場	受付時間
2/3(金)	南地域保健福祉センター	13:00～14:00
2/9(木)	東地域保健福祉センター	

## みんなでつながる子育てほっとサポート事業 ママの「ほっと」タイム(毎月開催)

「育児ってどうしていいかわからない」「育児に対する考えが家族と違い困ってしまう」など、子育てに悩みを抱える母親たちが自分の体験や気持ちを安心して話せる場です。

回 2月15日(水)午前10時30分～正午  
 会場 子育てコミュニティスペース(NEXT21・5階 かななか古町内)

対象 就学前児の母親 ※保育あり(予約制)  
 回 電話で健康福祉課こども支援係(☎223-7236)へ

## 平成29年2月の子どもの健康診査

・案内と問診票は、対象者に郵送します。  
 ・時間や持ち物などは案内でご確認ください。  
 ・対象となっているのに案内が届かない場合は、お問い合わせください。

健康福祉課健康増進係(☎223-7237)

## ■股関節検診・母体保護相談

会場 南・中央地域保健福祉センター  
 対象 平成28年10月生まれの子ども(中央地域保健福祉センターは11月生まれも対象)

## ■1歳誕生歯科健康診査

会場 東・南・中央地域保健福祉センター  
 対象 平成28年2月生まれの子ども ※子育てを応援しようと、ボランティアが読み聞かせを行う「ブックスタート」を健診終了後に実施。絵本のプレゼントもあります。

## ■1歳6カ月児健康診査

会場 東・南・中央地域保健福祉センター  
 対象 平成27年6・7月生まれの子ども

## ■3歳児健康診査

会場 東・南・中央地域保健福祉センター  
 対象 平成25年7月生まれの一部と平成25年8月生まれの子ども

# お知らせ



## 子どもの預かり「ファミサポ」入会説明会

市ファミリーサポートセンター「ファミサポ」は主に子どもの預かりや送迎を行う子育て支援。市からの委託を受けて、市社会福祉協議会が運営しています。



毎月第3土曜日に入会説明会を実施しています。子どもを預かってもらう「依頼会員」、子どもを預かる「提供会員」ともその場で登録手続きが可能です。  
 回 1月21日(土)午前10時から1時間程度

会場 市総合福祉会館(八千代1) ※駐車場はありません  
 内容 制度の説明、登録手続き(希望者のみ)  
 対象 先着20人 ※就学前児の保育あり(先着6人。無料・予約制)  
 持ち物 保護者の写真(縦3cm×横2.5cm)2枚、現住所が確認できるもの(運転免許証など)  
 回 電話で同センター(☎248-7178)へ

## ふれあい掲示板

市民グループや地域のイベントなどの情報を掲載します。※敬称略  
 特記のあるもの以外は、当日直接会場へ。

## 認知症サポーター養成講座

回 1月14日(土)午後1時～2時30分  
 会場 市民活動支援センター「ニコット」(西堀前通6、西堀6番館ビル3階)  
 対象 先着20人 回 電話でカトレア会へ

太田(☎266-4065)へ

## 新にいがた市紀行2016年版にいがた物語ビデオ上映会

回 1月14日(土)午後1時10分～4時10分  
 会場 クロスパルにいがた  
 対象 先着100人 当日直接会場  
 主催 新にいがた市紀行製作実行委員会・梶野(☎090-8610-2447)

## 新春フェスタ2017

回 1月15日(日)午前10時～午後3時  
 会場 デンカビッグスワンスタジアム  
 内容 フリーマーケット、キャラクターショー、スタジアムツアー、ほか  
 回 当日直接会場 同施設(☎287-8811)

## 子猫の譲渡会

回 1月15日(日)午前11時～午後1時

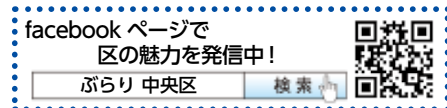


会場 NEXT21・1階アトリウム  
 内容 子猫の譲渡会  
 回 当日直接会場  
 主催 新潟動物ネットワーク・岡田  
 (☎090-2844-4881、10:00～17:00、非通知不可)

## 山の下関門 通航止め

山の下関門排水機場(東区沼垂)の工事のため、船舶などを終日通航止めとします。ご協力をお願いします。

回 2月1日(水)～3月12日(日)  
 主催 新潟地域振興局機場管理課(☎273-8446)



## 防災ワンポイント



## ガラス類の飛散防止対策をしましょう。



中央区自治協議会 人にやさしい暮らしのまち部会