

本誌掲載のイベントの開催状況については、事前に各問い合わせ先を確認してください。 ※掲載情報は10月11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。

健康・福祉

- 健康福祉課健康増進係 ☎ 223-7237
- 東地域保健福祉センター 東万代町 9-52 ☎ 243-5312
- 南地域保健福祉センター 新和 3-3-1 ☎ 285-2373
- 中央地域保健福祉センター 関屋下川原町 1-3-11 ☎ 266-5172

- ・ご自宅での体温測定をお願いします。
- ・開催日より2週間以内に県外に行った人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

■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。
※会場の都合により、妊カフェ・育カフェは会場が当初の予定と変更になっています。
☎各講座の申し込み開始日午前8時30分から携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み ※読み取ることができない人は問い合わせ先に連絡してください。
☎妊カフェ・妊婦オンライン個別相談・育カフェ: 子育て交流ぽーとtete (☎080-9680-6822)
育ばる・10か月育ちの講座: はっぴい mama 応援団 (☎278-3177、水曜定休)

■妊カフェ(会場・リモート開催) 妊娠期
☎11月13日(土)午後1時30分～3時30分
☎東地域保健福祉センター ※リモートも同日開催
☎保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、沐浴などの育児講座、ほか
☎妊婦 ※パートナーの参加可(リモート開催のみ)
会場: 先着12人 リモート: 定員なし
☎母子健康手帳
☎10月20日(水)から

■妊婦オンライン個別相談(電話またはリモート開催) 妊娠期
☎毎週水曜午後3時～5時、毎週日曜午前10時～正午
☎妊婦若干名 ※パートナーの参加可
☎各開催日の前日午後5時まで ※電話相談は予約なしでも利用可(予約者優先)

妊カフェ・妊婦オンライン個別相談 申込先



■育カフェ(会場・リモート開催) 生後1～5カ月
☎保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、ほか
☎生後1～5カ月の子どもと母親
☎母子健康手帳、バスタオルのほか、赤ちゃんに必要なもの
☎10月20日(水)から
時間 午前10時～11時30分

育カフェ 申込先



開催方法	期日	会場	定員(先着)
会場	11/12(金)	中央地域保健福祉センター	6組
	11/19(金)	燕喜館(白山公園内)	8組
リモート	11/19(金)		6組

■育ばる(会場開催) 生後6～9カ月
☎11月10日(水)午前10時～11時30分 ※受け付けは9時45分から
☎子育て応援ひろば(西堀前通6、Co-C.G.4階)
☎保護者同士の仲間づくり、情報交換、保健師や

自治協議会開催について

■次回の開催案内
☎10月29日(金)午後3時から
☎市民プラザ(NEXT21・6階)
傍聴者の定員 先着10人
※議題は、市役所本館や中央区役所・東出張所・南出張所に掲示するほか、区ホームページに掲載します。新型コロナウイルスの感染状況などにより、書面会議や休会となる場合があります。
☎地域課(☎223-7023)

助産師のミニ講座、ほか
☎おおむね生後6～9カ月の子どもと保護者9組
※応募多数の場合は初めて参加する人を優先して抽選(抽選結果は10月28日以降に通知)
☎母子健康手帳、バスタオルのほか、赤ちゃんに必要なもの
☎10月20日(水)から10月27日(水)まで

育ばる 申込先



■10か月育ちの講座(会場・リモート開催) 生後10カ月

☎発達心理相談員や保健師による10カ月の子どもの発達、関わり方、遊び方についての講座
☎令和3年1月生まれの子ども(30日は令和2年12月生まれも対象)と保護者
☎母子健康手帳、ハンカチ、動きやすい服装のほか、赤ちゃんに必要なもの
時間 午前10時～11時30分

10か月育ちの講座 申込先



開催方法	期日	会場	定員(先着)	申し込み期間
会場	11/24(水)	南地域保健福祉センター	8組	10/20(水)から各開催日の前日まで
	11/30(火)	中央地域保健福祉センター	6組	
リモート	11/24(水)		20組	10/20(水)から11/17(水)まで

■妊婦歯科健康診査 妊娠期

☎11月5日(金) ※受け付けは午後1時～2時15分
☎南地域保健福祉センター
☎歯科健診、歯科保健指導
☎中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦先着39人
☎母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票、ハンカチまたはタオル
☎10月20日(水)から11月3日(水・祝)までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ

■安産教室 妊娠期

☎11月24日(水)午後1時30分～3時30分 ※受け付けは1時15分から
☎南地域保健福祉センター
☎歯科衛生士・栄養士・助産師による講話
☎出産予定月が令和4年2月～3月までの中央区在住の妊婦先着15人
☎母子健康手帳、筆記用具、バスタオル
☎10月20日(水)から11月4日(木)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7237)へ

■はじめての離乳食 生後5カ月

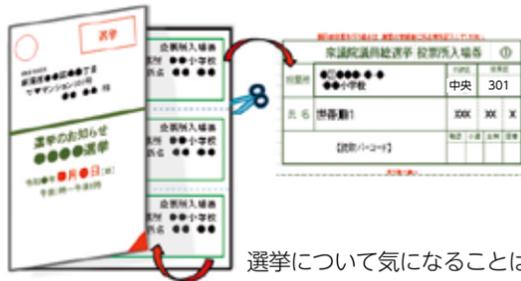
☎離乳食の始め方と進め方の講話
☎おおむね生後5カ月の子どもの保育者
☎母子健康手帳、バスタオル(赤ちゃんをお連れの人)
☎10月20日(水)から各実施日の2日前までに電話で市役所コールセンター(☎243-4894)へ
時間 午後1時30分～2時30分 ※受け付けは1時15分から

期日	会場	定員(先着)
11/17(水)	東地域保健福祉センター	15人
11/18(木)	南地域保健福祉センター	15人

選挙 入場券発送

選挙がやってくる! さあ投票所! と向かう前に確認を。
☎総務課(☎223-7086)

■投票所入場券
圧着はがきで届きます。内側にある入場券をはさみなどで切り取り、お持ちください。



選挙について気になることは新潟市のホームページから確認できます。 [新潟市 選挙 検索](#)

中央区だより

■育児相談 乳幼児

☎保健師などによる個別相談
☎中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、各地域保健福祉センターへお問い合わせください。
☎母子健康手帳、バスタオル
☎10月20日(水)から電話で最寄りの各地域保健福祉センターへ ※先着順

期日	時間	会場
11/4(木)	9:30～11:00	◎◆中央地域保健福祉センター
11/17(水)	9:30～11:00	◎◆南地域保健福祉センター
	13:30～15:00	◎南地域保健福祉センター
11/25(木)	13:30～15:00	◎東地域保健福祉センター

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

■健康相談【一般】

☎保健師・栄養士による個別相談
☎健診や人間ドックの受診結果
☎各実施日の2日前までに電話で各地域保健福祉センターへ

期日	受付時間	会場
11/10(水)	13:30～14:30	中央地域保健福祉センター
11/12(金)	9:15～11:00	南地域保健福祉センター
	13:30～14:30	東地域保健福祉センター

■かんたん! パッククッキングと健康講座

☎11月11日(木)午前10時～11時15分
※受け付けは9時45分から
☎食育・花育センター
☎災害時に役立つ調理法講話、料理工程の見学、栄養士による健康講話、みそ汁の塩分測定(希望者のみ) ※試食なし
☎先着15人
☎筆記用具、みそ汁少量(塩分測定を希望する人)
☎あす18日(月)から電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

お知らせ

市役所、区役所、関係機関からの情報を掲載します。

■地域福祉推進フォーラム

☎11月27日(土)午後1時30分～4時30分
☎市民プラザ(NEXT21・6階)
☎「多文化共生×SDGs みんなのまち新潟で暮らすためにできること」をテーマに講演、さまざまな分野で活動する人たちによるシンポジウム
講師: NPO法人Lily&Marry'S 山田彩乃さん
☎250人 ※応募者多数の場合は抽選
☎11月5日(金)までに右の二次元コードを読み取り申し込み
☎中央区社会福祉協議会(☎210-8720)



■期日前投票で感染リスクの軽減に

期日前投票期間中の平日午前の早い時間帯は、比較的スムーズに投票できます。
また、分散して投票することは、感染リスク軽減につながります。新型コロナウイルス感染症への懸念を理由に期日前投票を利用する場合は、投票所入場券裏面の「期日前投票宣誓書」の「6天災や悪天候」にチェックをしてください。



◀広告欄▶

