



児童館・児童センター、子育てひろば モモ 3月のイベント

白根北児童館 ☎379-1260

●あかひろば(屋外広場)で遊ぼう!
 ☎ 天気の良い日に3オン3コートでのバスケットボールなど、屋外広場で元気に遊ぼう ☎ 小学生以上

白根南児童館 ☎201-6021

●すくすくひろば誕生会
 ☎ 3月18日(金)午前10時半から
 ☎ 手遊び、マジックなどで3月生まれのお友達をお祝いしよう ☎ 乳幼児とその保護者 先着5組 ㊦ 同館

白根児童センター ☎372-0530

●大きな壁面アート作り
 ☎ 3月7日(月)~31日(木)
 ☎ 手形・足形をとって大きな壁面アートを作る ㊦ タオル(汚れてもいい服装で) ㊦ 直接会場へ

味方児童館 ☎201-8346

●かぐや姫 親子劇と交流会
 ☎ 3月26日(土)午後2時~4時
 ☎ せりふや動きをみんなで考えながら劇をつくる
 ☎ 4才~小学生のお子さんとその保護者 先着20人 ㊦ 同館

子育てひろば モモ

☎ 3月22日(火)午前10時~11時半
 ㊦ 白根学習館
 ☎ 自由あそび&ちよっとしゃべり場
 ☎ 未就園児とその保護者 先着8組
 ㊦ 当日直接会場へ
 ㊦ 白根地区公民館 ☎372-5533



本に親しみ 読書の時間を楽しもう



白根図書館 ☎372-5510

●読書会
 ☎ 3月20日(日)午後2時から
 ㊦ 白根学習館 ☎ テーマ「つくりものの天国」アイザック・B・シンガー/著、岩波書店 ㊦ 当日直接会場へ

●赤ちゃんタイム
 ☎ 毎週水・土曜※第1水曜は除く 午前11時~午後2時半 ㊦ 白根図書館

●おはなしのじかん
 ☎ 毎週土曜 午後2時から ㊦ 同館

月潟図書館 ☎375-3001

●えほんのへや(絵本の読み語り)
 ☎ 毎週土曜 午前10時半~11時 ㊦ 同館

●赤ちゃんタイム
 ☎ 毎週木曜 午前10時~正午 ㊦ 同館

●おはなしのじかん
 ☎ 3月10日・24日(木) 午前11時~同30分 ㊦ 同館
 ☎ 乳幼児向け

こんにちは!高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センター

今月のお知らせ

いつまでも元気で好きなことをやり続けたいあなたへ!
『幸齢ますます元気教室』5~8月コース 参加者募集!

●幸齢ますます元気教室とは
 元気で動ける体を維持し、自立した生活が送れることを目的とした教室です。
 ☎ 「介護予防の基本チェックリスト」により対象となった人、要支援の認定を受けている人のうち、医師による運動制限のない人 ※自分で参加することや家族の送迎が難しい人は無料送迎あり
 ☎ 簡単な体操やレクリエーション、口の健康・栄養についてのミニ講座など
 ㊦ 300円(教材費) ㊦ 各地域包括支援センター
 ※令和3年度までと開催時期が変更になります

認知症カフェ~より道カフェかけ橋~ 感染症予防対策を徹底して開催中!

☎ 3月26日(土) 午後1時半~3時
 ㊦ 白根健康福祉センター
 ㊦ 300円(茶菓代) ㊦ 当日直接会場へ
 ※認知症の人が楽しく活動できる場所です。介護をしている家族は悩みなどを語り合えます。認知症や介護の相談もできます

どなたでも参加できます!

高齢者が住み慣れた地域で、安心して生活できるよう、さまざまな相談に応じています。認知症など、困っていることについても気軽に相談してください。相談は無料で、秘密は守られます。

地域包括支援センターしろね南 (対象: 白根第一・白南中学校区) ☎373-6770
 地域包括支援センターしろね北 (対象: 白根北・白井中学校区) ☎362-1750
 地域包括支援センターあじかた (対象: 月潟・味方中学校区) ☎372-5121

健康・医療 在宅医療・介護の区民公開講座

「あなたを守る人生会議。心不全で入院しない、させない。いまからできる生活改善」

①会場参加と②オンラインによる受講ができます。
 ☎ 3月27日(日)午後1時半~3時
 ㊦ ①白根学習館②WEB会議システム「Zoom」による配信 ☎ ①先着200人
 ☎ 講師 新潟大学大学院医歯学総合研究科 循環器内科学分野 教授 猪又 孝元 氏
 ㊦ ①3月10日(木)~23日(水)に市役所コールセンター ☎243-4894
 ②かんたん申込み(右二次元コード)から
 ㊦ 健康福祉課 ☎372-6375

無料で気軽に学びませんか? 「子ども学習会」参加者募集

大学生が個別に勉強を教えます。一緒に予習復習に取り組み、中学生の進学相談にも応じます。
 ☎ 令和4年4月中旬~令和5年3月末 土曜:午後2時~5時 日曜:午前9時~正午
 ☎ 市・県民税の所得割非課税世帯の小学5・6年生、中学生 若干名(応募多数の場合は抽選)
 ㊦ 西区坂井輪地区※施設名は決定後に個別にお知らせします
 ㊦ 3月18日(金)までに健康福祉課、味方・月潟出張所で配布する申込書に必要書類を添えて健康福祉課 ㊦ 同課 ☎372-6310

暮らし 引っ越しなどでごみが多量に出るときは 計画的に出しましょう

ごみ集積場に出す場合
 「家庭ごみ収集カレンダー」「ごみの分け方・出し方」を確認し、計画的に出しましょう。

自己搬入する場合 受け入れ場所 白根環境事業所(白根グリーンタワー)
 ☎ 月~土曜 午前8時半~午後0時15分、午後1時~5時(祝・休日を除く)
 ㊦ 10kgにつき60円 ※有料指定袋に入れる必要はありません

粗大ごみを出す場合 粗大ごみ受付センター ☎290-5353
 ☎ 月~土曜 午前9時~午後5時(祝・休日を除く)
 インターネット受付(右二次元コード)
 ※受付から収集までは数日かかります。早めに申し込んでください
 ㊦ 区民生活課 ☎372-6145

令和4年度「新潟県交通災害共済」加入者募集

新潟県交通災害共済は、交通事故によるけがで、7日以上通院・入院した人に見舞金を支払う助け合いの制度です。自動車事故だけでなく、自転車による転倒事故も対象になるなど、充実した内容です。
申込期限 3月31日(木)
共済期間 令和4年4月1日~令和5年3月31日
 ※4月1日以降に申し込みをした場合、共済期間はその翌日から
会費 年間1人500円(4月1日以降の加入も同じ)
申し込み 各金融機関(ゆうちょ銀行を除く)、地域総務課、出張所
 ※申込書は自治会・町内会を通じて配布。上記申込先でも配布します
 ㊦ 地域総務課 ☎372-6431

公共交通情報コーナー 令和4年度の運行計画について

4月1日(金)から区バスのルートやダイヤが一部変更になります。
◆変更となる路線と主な変更点

- 大鷲ルート...「能登」や「横町」バス停で乗降でき乗り換えが便利に
- 新飯田・茨曾根ルート、庄瀬ルート...始発終点地を「白根学習館」バス停に変更。「白根カルチャーセンター」バス停を廃止
- 東部ルート...「曾根新田」「後藤」バス停を廃止
- まちなか循環ルートぐるりん号、庄瀬ルート...ダイヤ改正

詳しくは区のホームページ(右二次元コード)を確認してください。
 「南区公共交通ガイド」は3月下旬から区バス車内、区役所、地域生活センターで配布します(全戸配布は行いません)。
 ㊦ 地域総務課 ☎372-6605

《広告欄》

最新の情報は市ホームページや各記事の申・問に確認してください。