

# 健康・福祉

## ガイド

### 健康づくり

健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

### 成人の健康相談 ※要申し込み

日時 1月7日(金) ①午前9時～ ②9時45分～ ③10時半～ ④11時15分～

会場 新津健康センター

内容 保健師、栄養士、理学療法士による個別面談

### がん検診案内(追加分)

健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

### 乳がんマンモグラフィ集団検診日程

※要申し込み

| 検診日      | 時間※ | 会場       | 予約開始日    |
|----------|-----|----------|----------|
| 12/21(火) | ①～④ | 新津健康センター | 12/11(土) |

### 時間※

①午前9時半～10時 ②午前10時～10時半 ③午前10時半～11時 ④午前11時～11時半

持ち物 受診券、健康保険証、自己負担金、バスタオル

申し込み 市役所コールセンター ☎025-243-4894

午前8時～午後9時 年中無休

### にいつ子育て支援センター

## 育ちの森

開館日 毎週月曜～金曜、土曜(午前のみ) 利用料 100円  
 開館時間 9:00～12:00、13:00～16:00  
 利用対象 3歳以下のお子さんと保護者  
 ※月曜・水曜の午前と木曜・金曜の午後…ベビー(1歳7カ月まで)対象

☎21-4152 セミナー受付時間9:00～17:00

利用定員を設けています。予約もできますが、空きがあれば当日入館可。空き状況はホームページでご確認ください



### ママと一緒にフラダンス

日時 ①12/15(水)②12/16(木) 10:20～

対象 ①1歳7カ月までの子と保護者 ②3歳以下の子と保護者

### クリスマスを楽しもう!

館内ではクリスマスの雰囲気を楽しめます

クリスマスハンドベルや写真コーナーあり

日時 【フリー】12/21(火)・23日(木)・24(金) 11:00～

【ベビー】12/22(水) 10:50～

定員 先着10組

### アキハで子育てサポート事業

### ベビー&ママセミナー(ふれあい遊び、タッチケア、情報交換) ※12/13(月)受付開始

日時 A:①1/12(水)②1/19(水)③1/26(水)、B:①1/17(月)②1/24(月)③1/31(月) いずれも10:30～11:50 3回シリーズ(AとBは同内容)

対象 新潟市在住のおおむね生後3～5カ月(2021年8月～10月生まれ)の赤ちゃんと母親 ※第一子のみ

定員 AとBそれぞれ先着8組 参加費 無料

## お知らせ

日=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員  
 ￥=参加費(記載のないものは無料)  
 申=申し込み 問=問い合わせ

### 第8回 秋葉区自治協議会

日 12月24日(金) 午後1時半から  
 場 秋葉区役所6階 601・602会議室  
 傍聴人数 先着10人 ※申し込み不要、マスク着用にご協力ください  
 ※保育:生後6か月～就学前児・先着3人、12月21日(火)までに要申込み  
 問 地域総務課 ☎25-5672

## 善意に感謝 AEDをいただきました



(一社)生命保険協会新潟県協会様から、AED(自動体外式除細動器)が新聞コミュニティセンターに贈られました。同協会に加盟する生命保険会社の職員・営業職員の皆さまからの募金により寄贈されたものです。加盟各社の温かい気持ちに感謝します。利用者の命を守るため、大切に使用させていただきます。



前列左から夏目区長、生命保険協会新潟県協会加見会長、新聞コミュニティ協議会渡辺会長  
 後列左から同協会高山事務局長、同協議会小林事務局長

## 小学生のためのお薬手帳

新潟薬科大学薬学部の中川准教授と学生たちが、小学生のための「お薬手帳」を作成し、区内の小学4年生に配付しました。子どもたちがもっと薬のことを知り、自分の体について考えるきっかけにしてほしいという願いから作成されました。

11月5日には、新津第二小学校で配布式が行われ、中川准教授からお薬手帳についてのお話を聞きました。また、薬と飲み物を混ぜて、その反応を見る実験が行われ、薬の安全な飲み方についても学び、薬についての知識を深めました。



## おしえて!地域包括支援センター

### 地域包括支援センター(通称・包括さん)とは…

高齢者の総合相談窓口で、介護予防や高齢者の体調・生活などについて相談できます。親しみを込めて『包括さん』とも呼ばれています。秋葉区内には3か所あり、中学校区によって担当圏域が決まっています。

### <秋葉区の包括さん>

#### 地域包括支援センターにいつ日宝町

担当圏域…新津第五中学校区  
 住所…秋葉区日宝町5番25号  
 電話…22-1931



### 【地域包括支援センターにいつ日宝町の取り組み】

近年、認知症に関する相談が増えていることから、認知症への理解や予防の知識を深めていただくため、地域へ出向いて「出張講座」を行っています。認知症になっても、住み慣れた地域で暮らし続けられることを目指し、地域の皆さんと一緒に、地域づくりを行っています。

### 【おしえて!包括さん!】



相談者Aさん

高齢の母が一人暮らしをしています。最近、「水道の出っぱなし」や「鍋こがし」、「同じ商品をいくつも買う」「通帳を無くす」といったことが、度々みられるようになりました。このまま一人暮らしが続けられるのか心配していますが、本人は「一人で大丈夫!」と言い、子どもの援助を受けたくありません。どうしたらいいでしょうか。



包括さん

これまで一人暮らしを頑張ってこられたお母様なんですね。周りは心配でしょうが、お一人で生活されてきた自負や、お子さんに心配を掛けたくない気持ちがあるのかもしれませんが。まずは、私たち包括職員がご自宅へ訪問し、お母様と面談して、生活状況を確認します。そのうえで、お母様の状況に合わせて、介護保険の申請や、介護福祉サービスなどの利用について相談していきましょう。物忘れの症状についても、専門医へ受診して相談されることをお勧めします。

## 大人の卓球教室生徒募集



日時 令和4年1月5日～3月30日の水曜(2月23日、3月9日を除く)  
 会場 秋葉区総合体育館 アリーナ

| クラス | 対象                         | 時間          |
|-----|----------------------------|-------------|
| 初心者 | 卓球を始めたい人～フォア・バックハンドが少しできる人 | 午前9時半～11時   |
| 一般  | フォア・バックハンド・ツツキを30本以上続けられる人 | 午前11時半～午後1時 |

定員 各クラス先着16人 参加費 各クラス11,330円(3カ月全11回)  
 持ち物 動きやすい服装、ラケット、上履き、タオル、飲み物 ほか  
 申し込み 12月13日(月)午前10時から同館 ☎25-2400

## 社会起業家育成事業

### 「プログラミング教室 指導者育成講座」

「親子プログラミング教室」の指導者を育成するための講座を開催します。

日時 12月19日(日)午後1時～5時  
 会場 新津地区市民会館 第一会議室

対象・定員 市内在住で、プログラミング教室の開催を検討している、または開催に興味のある人、教室開催で起業を予定している人、市内の教職員関係者および学生・先着20人

講師 新潟大学大学院准教授 今村孝さん

内容 学習指導要領に基づいた指導の在り方やプログラミングソフトの操作

申し込み 12月16日(木)までに新潟市「かんたん申し込み」(右下の二次元コード)、メール(sangyo.a@city.niigata.lg.jp)、FAX 24-5888のいずれかで  
 ①郵便番号②住所③氏名(フリガナ)④電話番号⑤メールアドレスを明記して産業振興課へ

問い合わせ 同課 ☎25-5689

