

本誌掲載のイベント情報は5月30日時点のものです。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。

## 美咲町公園に樹木の寄付がありました

新潟八千代ライオンズクラブより市ヘヤマボウシなど樹木11本の寄付がありました。4月23日の雨の中、中原市長と同クラブの会員約30人が美咲町公園で植樹しました。市長は、市街地に緑が増え、見て楽しめる公園の樹木がさまざまな世代をつなげていくことへの期待と、同クラブからの協力への感謝を伝えました。  
 建設課維持係(☎223-7420)



## 新潟市ウクライナ避難民支援募金を開始しました

ウクライナから新潟市に避難した人々へ生活に必要な費用を支援する目的で、募金を実施しています。  
 国際課(☎226-1672)

第1次募集期間(予定)  
 7月29日(金)まで  
 区内の設置場所  
 中央区健康福祉課、国際交流協会(クロスパルにいがた内)、国際課



## 図書館・公民館

※公民館の申込受付は午前9時から

### 図書館

#### おはなしのじかん

絵本の読み聞かせ、わらべうた、紙芝居、職員による「絵本なんでも相談タイム」など  
 ・詳しい日時はホームページ=右の二次元コード=から確認してください。  
 ・下記の日程で、赤ちゃんと気兼ねなく過ごせる「赤ちゃんタイム」を開催します。



会場・問い合わせ	赤ちゃんタイム日時
ほんぽーと中央図書館 (☎246-7700)	毎週火・木曜日 10:00～13:00
鳥屋野図書館 (☎285-2372)	毎週金曜日 10:00～12:00
生涯学習センター図書館 (☎224-2120)	毎週金曜日 10:00～13:00

### 中央公民館 ☎224-2088

〒951-8055 中央区礎町通3-2086

#### みんなのふれあい広場～気軽に健康体操

6月21日(火)午後1時30分～3時30分  
 気軽に会話を楽しむ ※午後2時から40分程度「気軽に健康体操」を開催 飲み物、タオル

### 鳥屋野地区公民館 ☎285-2371

〒950-0972 中央区新和3-3-1

#### 子育てサロン「ふらっと」

6月13日・27日(いずれも月曜)午前10時～11時30分 ※出入り自由 自由遊び、情報交換  
 未就園児と保護者10組程度

#### 夜の生き物観察会～カメの産卵見られるかな?

6月25日(土)午後7時30分～9時  
 鳥屋野公園で夜の生き物の観察  
 小学生以上10組(小中学生は保護者同伴) ※抽選  
 6月15日(水)までに右の二次元コードを読み取り申し込み



### 東地区公民館 ☎241-4119

〒950-0083 中央区蒲原町7-1

#### 子育てサロン「のんのん」

6月6日・13日・20日・27日(いずれも月曜)午前10時～午後2時(出入り自由。飲み物の持参可)  
 自由遊び ※毎回午前11時から絵本の読み聞かせを実施 未就園児までの子どもと保護者

### 石山地区公民館 ☎250-2930

〒950-0852 東区石山1-1-12

#### お互いさまネット石山～みんなで分かり合おう ご近所の課題(全4回)

6月22日～7月13日の毎週水曜午前10時～正午  
 地域での助け合いを考える ※詳しい内容はホームページ=右の二次元コード=から確認してください。  
 16人 ※抽選  
 6月10日(金)までに電話で同館へ ※当選者のみ6月13日(月)以降に連絡



## 健康・福祉

- 開催日に体温測定をお願いします。
- 本人・同伴者・同居家族が開催日より1週間以内に県外へ行った人は、事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。

#### 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。  
 ◎フツ化物塗布あり(希望者のみ) ¥1,020円  
 健康福祉課健康増進係(☎223-7237)

#### 股関節検診・母体保護相談

超音波検査料 ¥2,800円

#### 1歳誕生歯科健康診査◎

※子育てを応援しようと、「ブックスタート」を健診終了後に実施。絵本をプレゼントします。

#### 1歳6カ月児健康診査◎

#### 3歳児健康診査◎

※3歳6カ月ごろの子どもが対象

## 糖尿病予防セミナー開催(全2回)

初期に自覚症状がない糖尿病。健診を受けた区在住者の約半数が血糖値の高い状態にあるという結果があります。セミナーに参加して糖尿病予防をはじめませんか。

7月7日・28日(いずれも木曜)午前9時40分～11時30分  
 クロスパルにいがた  
 中央区在住で運動制限のない18歳～74歳の先着15人  
 あす6日(月)から6月20日(月)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)



## おいしく食べてフレイル予防

心身の活力を保ち、フレイルを予防するには、バランスのとれた食事を心がけること、筋肉の素となるタンパク質を多く含む肉・魚・大豆料理、骨を強くする牛乳・乳製品をしっかりとることが必要です。主食、主菜、副菜を意識した食生活を心がけましょう。

健康福祉課健康増進係(☎223-7246)



### フレイルチェック

時間：午後1時30分から3時30分まで  
 ※受け付けは1時から

期 日	会 場
6/30(木)	北部総合コミュニティセンター 内履き、飲み物
7/14(木)	東地域保健福祉センター 持飲み物

65歳以上の人先着15人  
 6月10日(金)から各開催日の1週間前までに電話で新津健康センター(☎0250-22-2940)へ  
 申込受付時間 平日午前9時～午後5時30分

## 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。

#### 敬老祝会経費の一部を助成

75歳以上の人を地域でお祝いする際に、経費の一部を助成します。  
 対象団体 区内の自治会・町内会、コミュニティ協議会  
 助成対象 9月1日(木)から12月31日(土)までに実施する敬老祝会  
 助成額(1団体あたり) 自治会・町内会は3万円の範囲内、コミュニティ協議会は20万円の範囲内  
 ※他にも助成要件あり。詳しくは問い合わせください。  
 7月1日(金)から7月29日(金)までに健康福祉課へ ※申請書や手引きは同課で配布。市ホームページからも入手可。  
 同課高齢介護担当(☎223-7216)



◀広告欄▶

