申込先

健康・福祉

各事業の
・問連絡先一覧

健康福祉課健康増進係

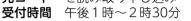
【妊娠~乳幼児期担当】 ☎223-7237

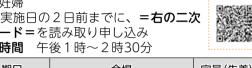
- ② 東地域保健福祉センター 東万代町9-52 ☎243-5312
- ❸ 南地域保健福祉センター 新和3-3-1 ☎285-2373
- ④健康福祉課地域保健福祉担当 ☎223-7039

■妊婦歯科健康診査 妊娠期

▲中央区在住の母子健康手帳を取得して いる妊婦

■各実施日の2日前までに、=右の二次 元コード=を読み取り申し込み





期日	会場	定員(先着)	
11/13(木)	東地域保健福祉センター	45人	
11/21(金)	中央健康センター	25人	

■安産教室「すこやかママ講座」 | 妊娠期

■11月26日(水)午後1時30分~3時 ※受け付けは1時15分から

場南地域保健福祉センター

内妊娠中のこころとからだの話、妊娠中の栄養と 食生活の話、グループワーク

△出産予定月が令和8年1月~4月までの中央区 在住のおおむね妊娠16週以降の妊婦先着15人(家 族の同伴不可)

■10月22日(水)から11月4日(火)までに電話で一 覧①へ

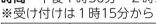
■はじめての離乳食 生後5ヵ月

内離乳食の始め方と進め方、情報交換、試食、個 別相談など

■生後5カ月ごろのこどもの保育者

■各実施日の30日前から2日前までに=

右の二次元コード=を読み取り申し込み 時間 午後1時30分~2時50分





期日	会場	定員(先着)	
11/12(水)	東地域保健福祉センター	15人	
11/20(木)	南地域保健福祉センター	15人	

■ステップ離乳食 生後6~11ヵ月

■11月12日(水)午前10時~11時20分 ※受け付けは9時45分から

場東地域保健福祉センター

内2回食・3回食への進め方、グループワーク、 個別相談、試食など

△おおむね生後6カ月以上のこどもの保 育者先着15人

■11月10日(月)までに=右の二次元コ-ド=を読み取り申し込み



■育児相談 乳幼児

▲中央区民 ※会場によって定員が異なります。 詳しくは、申し込み先へお問い合わせください。 ■10月22日(水)から電話で各申し込み先へ ※先着順

期日	時間	会場	申込先
11/6 (木)	9:30~ 11:00	◎◆中央健康センター	一覧④
11/19(水)	9:15~ 11:00	◎◆南地域保健福祉センター	一覧③
11/27(木)	13:30~ 15:00	◎東地域保健福祉センター	一覧②

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

■健康相談 一般

■各実施日の2日前までに電話で各申し込み先へ

期日	受付時間	会場	申込先
11/14(金)	9:30~ 11:00	南地域保健福祉センター	一覧③
11/17(月)	13:30~ 14:30	東地域保健福祉センター	一覧②
11/26(水)	13:15~ 14:45	北部総合コミュニティセンター	一覧④

■基本の体づくりセミナー - 般

■11月17日(月)午前9時45分~11時40分 ※受け付けは9時30分から

場鳥屋野地区公民館

内生活習慣病予防のための食事の話、筋力トレー ニングやストレッチの実践

▲中央区在住のおおむね75歳までの人

■あす20日(月)から10月31日(金)までに電話で健 康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

■さぁ、はじめよう!ちょいしお生活 - 般 ~かんたんクッキングのすすめ

■11月28日(金)午前10時~正午

※受け付けは9時45分から

場東地域保健福祉センター

内簡単な調理実習(2品)、試食、栄養ミニ講話

※主食の提供はありません

¥500円 ▶ 先着12人

申あす20日(月)から11月11日(火)までに電話で健 康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

公民館

中央公民館 ☎224-2088 〒951-8055 中央区礎町通3-2086 受付時間 平日午前9時~午後5時 (土・日曜、祝日除く)

■子育てサロン「ひよこファミリーらんど」

■11月4日・11日・18日(いずれも火曜)

午前10時~正午

内自由遊び、情報交換 **持**バスタオル(乳児のみ) 囚乳幼児と保護者

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

■【サークル体験会】 クラシックギター教室

■11月7日(金)午前10時~正午

丛先着10人

持クラシックギター(持っている人)

■10月22日(水)から11月5日(水)までに電話で同

東地区公民館 ☎241-4119 〒950-0083 中央区蒲原町7-1

■東地区公民館文化祭

【音楽芸能発表会】

■11月2日(日)午後1時~3時20分

※開場は0時30分から

内少年合唱団、女性コーラス、ハーモニカ、マジッ

ク等の発表。詳細は**=右の二次元コ**-ド=を確認。

【ふれあい体験教室】

■11月8日(土)午前10時~正午

内笹団子づくりの体験。詳細は**=右の ニ次元コード=**を確認。

△小学3年生以上先着20人(小学3年生、4年生は 保護者同伴)

¥600円

申あす20日(月)から10月31日(金)までに電話で同 館へ

■子育てサロン「のんのん」

■11月10日(月)午前10時~11時30分 (出入り自由。飲み物の持参可)

内自由遊び

※午前11時から絵本の読み聞かせを実施

人未就園児と保護者 持バスタオル(乳児のみ)

■こどもわくわくキッズ「はじめてのキッズダンス」

■11月22日(土)午前10時~正午 ※受け付けは9時30分から

内ゲーム性のある軽運動、自由に動きを組み合わ せたダンス。

入小学1年生から中学3年生先着50人 ■10月22日(水)から11月14日(金)ま でに**=右の二次元コード=**を読み取り申 し込み



関屋地区公民館 ☎266-4939 〒951-8164 中央区関屋昭和町3-148-1

■子育てネットまつぼっくり

■11月7日・14日・21日・28日(いずれも金曜) 午前10時~正午

中央区だより 令和7年(2025年)10月19日

乙乳幼児と保護者

内親子の遊び場

■おもちゃ病院にいがた

回11月7日(金)午前10時~正午

内こわれたおもちゃの修理

¥無料(実費負担の場合あり)

■朗読で楽しむ新潟の昔話

回11月9日(日)午後1時30分~3時30分

内新潟県内各地に伝わる昔話を朗読で楽しむ

乙先着50人

石山地区公民館 ☎250-2930 〒950-0852 東区石山1-1-12

■継続は力なり!お手軽フレイル予防体操 第2弾

■10月27日(月)午後1時30分~3時

内ウオーキングや筋トレなど、手軽に始めて継続 できる運動の紹介

乙先着40人

趙飲み物、筆記用具 ※動きやすい服装

■あなたと学ぶはじめの一歩 シニアのためのスマホ講座

■11月5日(水)午前10時~正午

内スマートフォンの基本的な操作(地図、カメラ、 二次元コード、LINEの使い方など)を学ぶ

△スマートフォンを所有しているおおむね60歳以 上の人先着16人

■10月22日(水)から電話で同館へ

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。

■第57回新潟市美術展

■10月22日(水)~26日(日)

午前9時30分~午後5時 ※最終日は3時まで

場市美術館

内日本画、書道、写真部門の展示

閱文化政策課(☎226-2631)

■地域クラブ活動体験会

■11月15日(土)午前10時~午後3時 【説明会】①午前11時から ②午後1時30分から ※各回30分

場市体育館

内地域クラブ活動の説明会、活動紹介、体験、ス

タンプラリーなど。 詳細は**=右の二次元コード=**を確認。

八小学生、中学生、保護者

博室内用運動靴、靴を入れる袋



令和7年国勢調査 調査票の提出はお済みですか

国勢調査へのご 回答ありがとうご ざいます。





皆さんから回答 いただいた内容は、社会福祉や地域活性化 など、わたしたちのよりよい未来のために、 欠かせない資料となります。

まだ調査票を提出していない場合は、至 急調査票を記入し、郵送提出用封筒に入れ て郵送で提出してください。

問国勢調査新潟市実施本部

(総務部総務課、☎226-2413)

本紙掲載の催しに参加する際は、できるだ け公共交通機関をご利用ください。