

## 3月・4月は住所変更・証明書取得の窓口が混雑します

特に3月16日からの3週間は、住所変更などの手続きで窓口が最も混雑します。時間に余裕をもってお越しください。  
 窓窓口サービス課(☎223-7126)

窓口混雑状況をリアルタイムで確認できます。 [こちらから](#)



### ■新潟市外へ引っ越しする人

市外への転出手続きは、電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの方はマイナポータルから届出ができます。

詳しくはこちら



### ■区役所・出張所以外でも各種証明書が発行できます

コンビニ

発行できる証明書	利用時間
住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書、課税(所得)証明書、戸籍証明書、戸籍の附票の写し	午前6時30分～午後11時

窓口より、一通あたり150円引き

※電子証明書付きのマイナンバーカードが必要です。その他詳細はホームページ=左の二次元コード=を確認してください。



## 健康・福祉

各事業の申・窓連絡先一覧

- 健康福祉課健康増進係  
【妊娠～乳幼児期担当】 ☎223-7237
- 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
- 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

申込先



期日	会場	定員
3/6(金)	中央健康センター	25人
3/12(木)	東地域保健福祉センター	45人

### ■安産教室「すこやかママ講座」 妊娠期

3月25日(水)午後1時30分～3時  
 ※受け付けは1時15分から  
 南地域保健福祉センター  
 妊娠中のことからの話、妊娠中の栄養と食生活の話、グループワーク  
 出産予定日が令和8年5月～8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)  
 2月18日(水)から3月3日(火)までに電話で一覧①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、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  
 ※受け付けは1時15分から

申込先



期日	会場	定員(先着)
3/11(水)	東地域保健福祉センター	15人
3/19(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カ月

3月11日(水)午前10時～11時20分  
 ※受け付けは9時45分から  
 東地域保健福祉センター  
 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  
 3月9日(月)までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み

申込先



### ■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。  
 2月18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
3/5(木)	9:30～11:00	◎◆白新コミュニティハウス	一覧④
3/18(水)	9:15～11:00	◎◆南地域保健福祉センター	一覧③
3/26(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
3/6(金)	9:30～11:00	南地域保健福祉センター	一覧③
3/11(水)	13:15～14:45	中央区役所	一覧④
3/16(月)	13:30～14:30	東地域保健福祉センター	一覧②

### ■フレイルチェック 一般

3月3日(火)午前10時～正午  
 ※受け付けは9時30分から9時50分まで  
 ゆいぽーと(二葉町2)  
 握力・筋肉量などの計測、日常生活を振り返り自分のフレイル状態を確認  
 65歳以上の人先着20人  
 あす16日(月)から2月24日(火)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

## 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」

3月3日・10日・17日・24日・31日(いずれも火曜) 午前10時～正午  
 自由遊び、情報交換  
 乳幼児と保護者  
 バスタオル(乳児のみ)

東地区公民館 ☎241-4119  
 〒950-0083 中央区蒲原町7-1

### ■東地区公民館 サークル見学・体験会

音楽・美術・工芸・語学・スポーツ・ダンスなどの同館活動サークルの見学と体験会を行います。日時・申し込み方法など詳細は=右の二次元コード=から確認してください。  
 3月1日(日)～4月27日(月)



### ■子育てサロン「のんのん」

3月9日・23日(いずれも月曜) 午前10時～11時30分(出入り自由。飲み物の持参可)  
 自由遊び  
 ※午前11時から絵本の読み聞かせを実施  
 未就園児と保護者  
 バスタオル(乳児のみ)

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

### ■幼児期家庭教育学級(全3回)

3月4日・11日・18日(いずれも水曜) 午前10時～正午  
 幼児のおやつを作る調理実習など  
 乳幼児の保護者12人 ※抽選(保育あり、定員7人)  
 ¥500円(第1回のみ)  
 2月23日(月・祝)までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み



### ■子育てネットまつぱくくり

3月6日・13日・27日(いずれも金曜) 午前10時～正午  
 親子の遊び場 乳幼児と保護者

### ■おもちゃ病院にいがた

3月6日(金) 午前10時～正午  
 こわれたおもちゃの修理  
 無料(実費負担の場合あり)

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

### ■石山地区公民館へ行ってみよう！～サークル体験会「イシヤマ春のカン(館)まつり」

合唱・ヨガ・ダンスなど同館活動サークルの見学や体験会。申し込みが必要なサークルあり。詳細は=右の二次元コード=を確認してください。  
 3月2日(月)～30日(月)



## 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。

### ■中央区地域健康福祉推進協議会

3月2日(月)午後1時30分～3時30分  
 中央区役所5階対策室  
 「地域健康福祉計画・地域福祉活動計画」の進捗管理  
 傍聴者先着5人  
 健康福祉課地域福祉担当(☎223-7252)

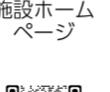
### ■プロから学べる！「アニメが動くヒミツ」

3月7日(土)午後1時30分～3時  
 市マンガの家  
 プロのアニメーターを講師に迎え、アニメが動く仕組みを学び作画を体験するワークショップ  
 小学4年生～6年生15人 ※抽選  
 2月18日(水)までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み  
 文化政策課(☎226-2566)



### ■鳥屋野運動公園球技場が利用再開します

能登半島地震の被害を受け、復旧工事のため令和6年1月より休館していましたが、再開日などが決まりましたので、お知らせします。  
 【再開日】4月1日(水)  
 【予約開始日】3月2日(月)  
 ※詳細は右の施設ホームページをご確認ください  
 女池南3  
 同施設(☎283-5855)  
 ※使用料の改定について  
 令和7年4月1日より市内スポーツ施設の使用料が改定されました。詳細は右の市ホームページをご確認ください。



## 中央区ホームページバナー広告募集

ホームページに掲載するバナー広告を募集しています。企業や商品のPR、イメージアップなどにご利用ください。  
 掲載ページ 中央区役所トップページ下部  
 掲載期間 4月1日(水)から令和9年3月31日(水)までの1カ月単位  
 ¥1枠月5,000円(税込・一括前納)  
 随時募集。掲載希望月の前月10日まで。  
 掲載には一定の基準を設けています。詳しくは区ホームページまたは下記へお問い合わせください。  
 地域課産業文化振興室(☎223-7035)



中央区トップページ(広告掲載ページ)はこちら

募集案内ページ