

※電話番号は市外局番(025)を省略しています。
※掲載の二次元コードを読み取ることができない人は各イベント主催者へお問い合わせください。

健康・福祉

こどもの健康診査

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◎

※子育てを応援するため「ブックスタート」を健診終了後に実施

1歳6カ月児健康診査◎

3歳児健康診査◎

3歳6カ月ごろのこどもが対象

安産教室「ウェルカム赤ちゃん講座」妊婦期

☎9月11日(金)午後1時30分～3時30分
※受け付けは1時15分から
☎東地域保健福祉センター
☎赤ちゃん人形を使った沐浴・抱っこ体験、産後のこととからだの話、グループワーク
☎出産予定月が令和8年10～12月までの中央区在住のおおむね妊娠30週以降の妊婦先着20人(家族・パートナーいずれか1人の同伴可)
☎8月5日(水)から18日(火)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7237)へ

はじめよう運動セミナー 一般

☎9月3日(木)午前10時～11時40分
※受け付けは9時30分から
☎陸上競技場
☎効果的な筋力トレーニング、ウォーキング、ストレッチの体験、運動に関するミニ講話
☎中央区在住で運動制限のない18歳～おおむね75歳の人先着15人
☎あす3日(月)から8月24日(月)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

骨粗しょう症予防相談会 一般

☎9月4日(金) ①9:40②10:10③10:40
④11:10⑤13:10⑥13:40⑦14:10
☎東地域保健福祉センター
☎骨粗しょう症予防のための健康相談、骨密度測定(超音波式、かかとを測定)
☎骨粗しょう症の治療中でない18歳以上の人各回先着7人(測定は年1回まで)
☎8月7日(金)から30日(日)までに＝右の二次元コード＝を読み取り申し込み

申込先



公民館・図書館

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)

みんなのふれあい広場

☎8月18日(火)午後2時～3時30分
※受け付けは1時30分から
☎午後2時からミニコーナー「中学生と一緒にリズム体操で脳をリフレッシュ」を開催
☎飲み物、タオル

【サークル体験会】こども囲碁体験教室

☎8月22日・29日(いずれも土曜)
午前10時～11時30分
☎囲碁体験、指導者による入門指導
☎幼児～中学生各回先着10人

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」

☎8月10日・24日(いずれも月曜)
午前10時～11時30分
☎自由遊び、情報交換 ※出入り自由
☎未就園児と保護者10組程度

とやのMOVIE

☎8月26日(水)午後1時30分～3時15分
※開場は1時から
☎上映作品「バルカン超特急」(1938年イギリス映画 吹替)
☎先着50人 ☎飲み物

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

人権講座「成年後見制度について」

☎9月4日(金)午前10時～正午
☎人権を深く考える機会として、成年後見制度について学ぶ
☎先着30人
☎8月5日(水)午前9時から＝右の二次元コード＝を読み取り申し込み



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は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
舟江図書館 (☎223-3235)	毎週木曜日 10:00～17:00
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 10:00～17:00

運動ボランティア養成講座

運動を通じた健康づくりや介護予防の普及・定着を行うボランティア(運動普及推進委員)の養成講座を開催します。自分も周りの人も健康になるようなボランティア活動に参加してみませんか。
※原則6回参加です。5回以上参加された方に修了証書を交付します。

期 日	時 間	内 容	講 師
9/18 (金)	13:30～	開講式、講話「健康づくりと運動」	篠田邦彦さん (新潟大学名誉教授)
9/25 (金)		運動普及推進委員の活動、体しゅつきり体操実技ほか	青野ひとみさん (健康運動指導士)
10/2 (金)	16:00	健康づくりと食生活、認知症について	健康福祉課管理栄養士 認知症キャラバンメイト
10/16 (金)	受 付 13:00～	体を動かしてみよう① 準備運動と整理運動ほか	青野ひとみさん (健康運動指導士)
10/23 (金)	13:20	体を動かしてみよう② ウォーキング、体操のポイントほか	
10/30 (金)		体を動かしてみよう③ 修了式	

対 象 継続して運動ボランティア活動を行う体力がある、おおむね70歳以下の市民の方
※医師から運動制限を受けている方は除く
会 場 陸上競技場
定 員 先着20名
申し込み 9月11日(金)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ



《広告欄》

中央区だより 令和8年(2026年)8月2日 **3**

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。

漏水調査にご理解とご協力を

漏水の早期発見のため、下記の期間中に漏水調査を行います。腕章をつけた調査員が宅地内で立ち入り作業を行いますので、ご理解とご協力をお願いします。
☎8月17日(月)～11月27日(金)
☎高美町、鐘木、清五郎、鍋潟新田、丸潟新田
☎水道局中央工事事務所維持グループ(☎266-9311)

夏の街頭指導者実技講習会

☎8月25日(火)午前10時30分～正午
※受け付けは10時から
☎ゆいぽーと
☎小学生の交通事故発生状況、横断旗の使い方の説明、模擬コースでの実技
☎保護者、セーフティスタッフ・教諭など街頭指導に従事する人
☎8月18日(火)までに電話で総務課(☎223-7069)へ

第58回新潟市美術展

【作品募集】

☎9月5日(土)午前10時～午後3時
※書道部門のみ午後1時から
☎市美術館
☎洋画、日本画、書道、彫刻、工芸、版画、写真
※出品概要など詳細は＝右の二次元コード＝を確認してください。
¥3,000円(1部門2点まで)
※18歳以下無料
【**展覧会**】
☎①9月16日(水)～20日(日)②9月23日(水・祝)～27日(日) 午前9時30分～午後5時
※9月16日は開場式(午前10時から)終了後開場、9月20日・27日は午後3時終了。
☎同館
☎文化政策課(☎226-2631)



ふれあい掲示板

市民グループや地域のイベントなどの情報を掲載します。※敬称略

新潟歩く会 秋の入会説明会

☎8月23日(日)午後1時30分～2時30分
☎クロスパルにいがた
¥無料(入会希望者は入会費4,800円、印鑑が必要)
☎同会・本田(☎090-7190-7331)

劇団舞姫 大衆演劇8月公演

☎8月31日(月)まで
☎古町演芸場(古町通6)
☎各回先着75人
¥当日券2,200円(前売券・WEB購入1,900円)、20歳以下1,200円 ※未就学児無料
☎＝右の二次元コード＝を読み取り申し込み
☎古町文化交流実行委員会・小出(☎080-9889-0559)



曜 日	公演時間	
平 日	昼の部	13:00～15:30
	夜の部	18:00～20:30
土・日・祝	昼の部	12:00～14:30
	夜の部	17:00～19:30

市民公開講座 第39回有壬セミナー

☎9月26日(土)午後3時30分～5時30分
☎だいいほくえつホール(東堀前通7)
☎講師：笠井伸輔「引き算の縁と足し算の縁～《がん》ステージ4からの生還～」
☎先着250人
☎9月18日(金)までに＝右の二次元コード＝を読み取り申し込み
☎新潟大学医学部学士会(☎227-2037)

