

春休みにおススメの勉強場所を紹介します!

公民館学習室を利用しよう!

小学生、中学生、高校生を対象に「学習室・子どもの居場所」を開設します。

館名	事業名	会場	時間
中地区公民館 (☎025-250-2910)	学習室	4階 会議室	午前9時～午後7時 (小学生は午後6時まで)
	子どもの居場所 「ホットプレイス」	1階 フリー スペース	※日曜・祝日は午後5時まで ※毎月第2日曜日は休館日のため利用不可
石山地区公民館 (☎025-250-2930)	学習室	3階 会議室	午前9時～午後7時 (小学生は午後6時まで)
	子どもの居場所	2階 談話室	※日曜・祝日は午後5時まで ※毎月第4日曜日は休館日のため利用不可



中地区公民館学習室

Wi-Fiが
使えます!

公民館の学習室は、
事務室で受け付けをしてから
利用してください。

こども創作活動館で勉強しませんか?

こどそうには勉強できる場所があります!自由勉強は開館時間中いつでもできます。

日時 3月22日(金)～4月7日(日)
午前9時～午後6時
(日曜・祝日は午後5時まで)
※月曜日(祝日の場合は翌平日)、祝日の翌平日は休館日のため利用不可

内容 春休みの宿題やこれまでの復習など、いつでも学習に利用できます。

対象 小・中学生

場所 こども創作活動館
和室か工作室

問い合わせ
同館(☎025-279-2113)



健康相談

4月	会場	受付時間
2	石山地域保健福祉センター	午前9時10分～11時10分
16	木戸健康センター	

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。

☎ 2日(火)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、16日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

健康ミニ講座

☎ 4月2日(火)午後1時～2時30分
 場 石山地域保健福祉センター
 内 ラジオ体操、血圧・体組成測定など
 込 先着15人
 申 同センター(☎025-250-2901)

妊婦歯科健診

4月	会場	受付時間	定員(先着)
18	木戸健康センター	午後1時～2時30分	45人

内 歯科健診、お口の健康相談
 込 母子健康手帳の交付を受けた妊婦
 持 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票
 申 新潟市オンライン申請(e-NIIGATA)で受け付けます。市ホームページから予約サイトへアクセスしてください。



☎ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

安産教室

回	月	日	時間	申込開始日
①	4	9	午後1時30分～3時30分	3月19日(火)
②	5	14	午後1時30分～3時	4月24日(水)

場 木戸健康センター
 込 東区在住の妊婦各回先着10人(①は配偶者やパートナーも参加できます)
 ① 令和6年5～7月出産予定者
 ② 令和6年8～10月出産予定者
 持 母子健康手帳、筆記用具、必要に応じて飲み物

☎ 電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

育児相談

4月	会場	受付時間	申込開始日
4	石山地域保健福祉センター	午後1時30分～3時10分	3月21日(木)
18	木戸健康センター	午前9時30分～11時15分	

※4日(木)は栄養士と歯科衛生士による相談あり、18日(木)は栄養士による相談あり

持 母子健康手帳、バスタオル
 申 4日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、18日(木)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

● **子どもの健康診査** **個人案内**
 ☆ 健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。

☎ 健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

1歳6カ月児健康診査☆

3歳児健康診査☆

1歳誕生歯科健康診査☆

対象者には案内を送付します。

股関節検診・母体保護相談

対象者には案内を送付します。超音波検査料2,800円が必要です。

い～てらす

寺山1653(寺山公園内)
 ☎025-250-5207
開設時間 午前9時～午後6時
休館日 水曜日(祝日の場合は翌平日)
 込 就学前児と保護者、小学1～3年生



い～てらす誕生祭

☎ 4月8日(月)午前11時～同30分
 内 い～てらす6周年を楽しくお祝いする
 申 当日直接会場

だれでもおしゃべりテラス

☎ 4月9日(火)午前10時～11時30分
 内 主にプレママ、0歳～小学3年生の子どもと保護者の自由なおしゃべり会
 申 当日直接会場

ベビーマッサージ

☎ 4月11日(木)午前10時15分～11時
 内 赤ちゃんとのコミュニケーションをのびのびと楽しむ
 込 2カ月からおおむね12カ月までの乳児と保護者先着10組
 申 親子一組500円

持 バスタオル、飲み物

☎ 電話で同施設

● **あんよのまへのいないいないばあ**
 回 4月19日(金)午前10時15分～11時30分

内 ふれあい遊び、リズム遊びなど
 込 7～12カ月の乳児と保護者先着20組
 申 電話で同施設

わいわいひろば

下木戸1-4-1(区役所庁舎2階)
 ☎025-250-2395
開設時間 午前9時～午後6時
休館日 第1・3月曜日(祝日の場合は翌平日) ※4月は1日(月)、15日(月)
 込 就学前児と保護者、小学1・2年生



ベビーマッサージ

☎ 4月11日(木)午後1時30分～2時30分
 内 マッサージを通して赤ちゃんとのスキンシップを楽しむ

込 2～7カ月の乳児と母親先着8組(初参加に限る)
 申 親子一組500円
 申 電話または直接同施設

赤ちゃん体操

☎ 4月16日(火)午後1時30分～2時30分
 内 赤ちゃんとのコミュニケーションをのびのびと楽しむ

込 2～7カ月の乳児と母親先着10組
 申 親子一組500円
 申 電話または直接同施設

産後ママのやさしいヨガ

☎ 4月23日(火)午後1時30分～2時30分
 内 産後のママが赤ちゃんと一緒に参加できるヨガエクササイズ

込 1歳未満の乳児と母親先着10組
 申 親子一組500円
 申 電話または直接同施設

● **育児相談～乳幼児期に育みたい力～(パパ向け講座)**
 回 4月28日(日)午前10時～11時

場 東区プラザ
 内 子どもの発達、子どもとの関わり方について助産師からの講話。発育測定(1歳未満の子ども)、個別相談

込 乳幼児と保護者先着8組(母親だけの参加可)

持 飲み物、1歳未満の子どもは母子健康手帳、バスタオル
 申 電話または直接同施設

● **赤ちゃんがきた!～親子の絆づくりプログラム～**
 回 5月10日～31日の毎週金曜日(4回連続講座)午後1時30分～3時30分

場 東区プラザ
 内 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

込 令和5年12月～令和6年2月生まれの乳児と母親先着12組(東区在住に限る) ※最少開催人数は5組
 申 電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

場 東区プラザ
 内 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

込 令和5年12月～令和6年2月生まれの乳児と母親先着12組(東区在住に限る) ※最少開催人数は5組
 申 電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

場 東区プラザ
 内 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

込 令和5年12月～令和6年2月生まれの乳児と母親先着12組(東区在住に限る) ※最少開催人数は5組
 申 電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

場 東区プラザ
 内 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

込 令和5年12月～令和6年2月生まれの乳児と母親先着12組(東区在住に限る) ※最少開催人数は5組
 申 電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

場 東区プラザ
 内 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

込 令和5年12月～令和6年2月生まれの乳児と母親先着12組(東区在住に限る) ※最少開催人数は5組
 申 電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

場 東区プラザ
 内 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

込 令和5年12月～令和6年2月生まれの乳児と母親先着12組(東区在住に限る) ※最少開催人数は5組
 申 電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

場 東区プラザ
 内 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

込 令和5年12月～令和6年2月生まれの乳児と母親先着12組(東区在住に限る) ※最少開催人数は5組
 申 電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

場 東区プラザ
 内 初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

込 令和5年12月～令和6年2月生まれの乳児と母親先着12組(東区在住に限る) ※最少開催人数は5組
 申 電話または二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

対象は、「区内に本社や営業所がある事業者」です。詳しくはこちら

