

## わが家の防災、ここから。ハザードマップ相談会&防災講座

ハザードマップがよく分からず…そんな方は気軽に参加しませんか。

個別相談で自宅の災害リスクを確認し、避難先や避難のタイミングを整理しましょう。

講座では見方のコツや避難行動の考え方を学び、迷わず避難できる準備を始めましょう。

**対象** 東区在住の方ならどなたでも

### ①個別相談会

#### 「ハザードマップでみる自宅の災害リスク相談室」

職員と一緒にハザードマップでご自宅のリスクの確認ができます。

日程	時間	会場
2月25日(水)		
3月4日(水)	午前10時から正午	東区役所1階 会議室A
3月11日(水)	1組あたり15分	
3月12日(木)		

**定員** 各日先着8組(予約に空きがある場合は当日参加も可能です)

**申し込み** 新潟市オンライン申請システム(e-NIIGATA)  
もしくは電話で総務課(☎025-250-2720)



### ②防災講座

#### 「ハザードマップからみえる、いのちを守る第一歩」

ハザードマップの見方や避難行動について説明をします。

日程	時間	会場
3月1日(日)	午後2時から午後3時	東区役所1階 会議室A
3月5日(木)	午後7時から午後8時	

※30分前から入場可能

**定員** 先着50人(申し込み不要)

**問い合わせ** 総務課(☎025-250-2720)



### ●はじめての離乳食

3月	会場	時間	予約開始日(定員)
12 木	木戸健康センター	午後1時30分～ 2時50分	2月10日(火) (15人)
24 火	石山地域保健福祉センター		2月22日(日) (10人)

**内**離乳食の進め方、情報交換、試食

**人生後5カ月ごろの乳児の保護者**

**持**母子健康手帳、バスタオル、筆記用具  
**●ステップ離乳食**

3月	会場	時間	予約開始日(定員)
12 木	木戸健康センター	午前10時～ 11時20分	2月10日(火) (15人)

**内**離乳食の進め方、グループワーク、試食  
**人生後6カ月以降で、2～3回食に進もうとしている乳児の保護者**  
**持**母子健康手帳、バスタオル、筆記用具、はじめての離乳食に参加した人はその時使用した資料一式

### はじめての離乳食・ステップ離乳食の申し込み

予約開始日から新潟市オンライン申請システム(e-NIIGATA)で受け付けます。新潟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。



### ●ぴょんぴょん育ちの会

子育ての中で「落ち着きがない」「お友達とのトラブルが多い」「名前を呼んでも目が合いにくい」など、気にかかることが困っていることはありませんか。

親子で遊びながら、成長や発達について

て、保健師と一緒に考えてみましょう。

3月	会場	時間	定員(先着)
10 火	木戸健康センター	①午前9時30分～ 10時15分 ②午前10時35分～ 11時20分	各8組
17 火	石山地域保健福祉センター	①午前9時30分～ 10時15分 ②午前10時30分～ 11時15分	各5組

**内**原則1歳6カ月児健診を終えた未就園児と保護者

**申**10日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)、17日(火)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)

### 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)  
※2月11日(水・祝)は開館、12日(木)休館  
**内**就学前児と保護者、  
小学1～3年生



### ●節分＆豆まき ふれあいタイム

②月3日(火)午前11時15分～(15分程度)

**内**紙芝居、歌など **申**当日直接会場

### ●わくわくテラス「みんなであそぼう」

②月5日(木)午前10時30分～(30分程度)

**内**みんなで遊ぼう **申**当日直接会場

### ●すくすくキッズ

②月6日(金)午前10時30分～11時30分

**内**子どもの発育相談、身長・体重測定 **申**当日直接会場

### ●食べないのはワガママじゃない!

**要予約**

②月7日(土)午前10時～11時

**内**言語聴覚士 星 香穂氏による、「食べる力の育ち」に関する講座 **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。

### ●だれでもおしゃべりテラス

②月10日(火)・②月17日(火)

午前10時～11時30分

**内**スタッフの見守りは11時まで

**申**当日直接会場

### ●あんよのまえのいいいないばあ【要予約】

②月13日(金)午前10時30分～11時30分

**内**ふれあい遊び、リズム遊びなど

**内**7～12カ月の乳児と保護者先着10組程度

**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。

### ●おもちゃ病院

②月15日(日)午前10時～11時

**内**壊れたおもちゃを修理します

**内**無料 ※部品代がかかる場合があります

**申**当日直接会場

### 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) ※2月は2日(月)・16日(月)

**内**就学前児と保護者、

小学1・2年生

### ●豆まきごっこ

②月4日(水)午前10時30分～11時

**内**みんなで節分の豆まきを楽しみましょう！ **申**当日直接会場

### ●2月生まれのお誕生会

②月24日(火)午前10時30分～同45分

**内**2月生まれのおともだちをみんなでお祝いしましょう！ **申**当日直接会場(お誕生児の方は10時15分までにお越しください)

### ●おもちゃ病院

②月28日(土)午後1時30分～3時30分

**内**壊れたおもちゃを修理します

**内**無料 ※部品代がかかる場合があります

**申**当日直接会場

### ●パパと遊ぼう

②月1日(日)午前10時30分～同45分

**内**パパと一緒にからだ遊びを楽しみましょう！ **申**当日直接会場

### ●2人でつくる！家族のカタチ

②月7日(土)午前10時～11時30分

**場**東区プラザ2階 講座室2

**内**「先輩パパ・助産師に聞く産後のリアル」

**内**妊婦とパートナー6組(応募多数の場合抽選)

**申**2月14日(土)までに二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

### ●プレママ・プレパパセミナー

②月14日(土)午後1時30分～3時20分

**場**東区プラザ2階 多目的ルーム1

**内**出産後のあかちゃんがいる生活について考えてみませんか

**内**出産予定日が令和8年5月～7月の妊婦とパートナー(東区在住に限る)先着12組

**持**母子健康手帳、筆記用具、バスタオル1枚、飲み物

**申**二次元コードから必要事項を入力し送信してください。

### こども創作活動館

牡丹山1-33-23

☎025-279-2113

**開設時間** 午前9時～午後6時(日曜・祝日は午後5時)

**休館日** 月曜日(祝日の場合は翌平日)、祝日の翌平日

**内**就学前児と保護者、

小学1年生～中学3年生

### ●おやこでアート

②月17日(火)午前10時30分～11時

**内**てがたでおひなさま

**内**就学前児親子

**申**当日直接会場

### ●おもちゃ病院 in こどそう