集団がん検診のお知らせ（今年度最終）

問 健康福祉課健康増進係（☎387-1340）

肺がん検診（予約不要）

人 対象年齢はすべて40歳以上（令和９年３月31日現在の年齢）です。

月	日	曜	会場	時間
11	20	金	北区役所１階　交流スペース（女性専用）	9:00～11:00
				13:00～14:00
	27	金	北区役所１階　交流スペース	9:00～11:00
				13:00～14:00

※11月27日（金）は北区肺がん検診最終日です。

乳がん検診（予約必要）　※令和７年度未受診者も対象

人 40歳以上の偶数年齢（令和９年３月31日現在の年齢）の女性が対象です。

月	日	曜	会場	時間	予約受付期間
12	1	火	北地域保健福祉センター	9:30～11:30	11月３日（祝）～11月26日（木）
	9	水	豊栄健康センター（さわやかセンター）		11月11日（水）～12月４日（金）

※12月９日（水）は北区乳がん検診最終日です。

◆乳がん検診の予約方法◆

1．インターネット予約
　右の二次元コードから24時間、いつでも予約できます。

2．電話予約（インターネット予約が難しい場合）
　市役所コールセンター　☎025-243-4894　午前８時～午後９時（年中無休）

集団がん検診を受けるときの注意事項

持ち物・加入健康保険の資格がわかるもの（マイナ保険証、資格確認書のいずれか）、がん検診受診券、自己負担金、個人記録票（肺がんのみ）、バスタオル（乳がんのみ）
・ファスナーなどの金属や、ボタンのない無地のTシャツで来てください。検診着のご利用は有料（200円）です。

乳児期家庭教育学級

北っこBaby

場問 豊栄地区公民館（☎387-2014）

赤ちゃんのいる暮らしは幸せと同じくらい不安や心配がいっぱい。
みんなでおしゃべりして、一緒に学んで子育てのヒントを見つけてみませんか。



日 12月２日（水）～12月23日（水）（全５回）
10:00～12:00
人 ０歳児の保護者15人
※保育あり12人
申 11月15日（日）までに
右記二次元コード▶

日にち	テーマ	講　師
12月２日（水）	お友だちになりましょう	子育て応援ファシリテーター 今井麻奈美さん
12月９日（水）	赤ちゃんのココロとカラダ	開業助産師 佐久間沙都美さん
12月13日（日）	子育てで大切にしたいこと	新潟青陵大学 小島さやかさん
12月16日（水）	おやこdeふれあい	北区保育コンシェルジュ 子育て支援センター保育士
12月23日（水）	つながる　ひろがる 子育ての和	

豊栄地区公民館まつりウィーク

場 記載のないものは同館　問 同館（☎387-2014）

作品展示・チャリティーバザー

■11月７日（土）・８日（日）10:00～16:00
（最終日15:00まで）

①作品展示
内 生け花、陶芸、写真、書道、絵画、手まり手芸、己書、活動報告、絵手紙、手芸品

ホームページはこちら▲

②チャリティーバザー
内 手作りの作品（陶芸、手芸、アクセサリー、コースター、袋、マスコット、カバンなど）※無くなり次第終了

体験広場　場 北区役所１階交流スペース

■11月７日（土）10:00～15:00
①フラワーアレンジメント
人 先着20人　¥ 600円



■11月７日（土）・８日（日）10:00～15:00
②エコ発電体験・なべしき作り（工作）
●なべしき作り（各回先着６人）
11/7（土）10:30～、13:30～
11/8（日）10:30～



③野菜の手ばかり体験・食品サンプル展示・ちょい塩チラシ
④マジック講習・マジック体験（最終日12：30まで）

■11月８日（日）10:00～15:00
⑤カレンダー・ポスターで作る手さげバッグ
⑥チラシ・新聞紙などで作る整理箱
⑦クロスで作るエチケット袋入れ





公民館事業紹介コーナー

■11月７日（土）・８日（日）10:00～15:00
①かんたん工作体験「ビーズアクセサリー（ブレスレット）」作り
場 北区役所１階交流スペース　人 各日先着30人　¥ 200円

■11月７日（土）・８日（日）10:00～16:00（最終日15:00まで）
②「サタディキッズ（夏休み編）ー陶芸教室ー」作品展示

■11月８日（日）10:00～15:00
③お抹茶コーナー（こども土曜公民館茶道教室）
人 先着80人　¥ 400円



音楽芸能発表

日 11月14日（土）
午前の部　10:30～（開場10:00）　**午後の部**　13:00～
内 バンド演奏、カラオケ、吹奏楽、フラダンス、マジック、民謡、キッズダンス

午前9時～午後4時30分（令和8年10月5日から1年間の試行実施）

北区男女共同参画地域推進員企画事業

割烹・仕出し 松潟屋店主が教える 男の料理教室

日常生活の中で「料理」をすることに苦手意識を持っていませんか。
そんな男性に向けた料理教室を開催します。身近な食材を使って時短で卵焼きと豚汁を作るコツを伝授します。



日 11月28日（土）10:30～13:00（受付10:00～）
場 葛塚中学校（調理室）

メニュー　卵焼き、豚汁　松潟屋の手作りおにぎり付き



第１部　店主によるコツの伝授と調理
割烹・仕出し（株）松潟屋店主　佐藤忠明さん

第２部　ジェンダーのひみつのはなし
NPO扉代表　指田祐美さん



人 20人（男性）※応募多数の場合抽選
※家族同伴可（こどもの同伴は、小学３年生以上から）
調理は男性のみとしますが、こどものお手伝いの参加可
¥ 500円（材料費）※当日徴収します。
同伴者１人増えるにつき500円（食事付き）追加となります。
申 11月15日（日）までに二次元コードから▶
問 地域総務課企画広報グループ（☎387-1155）

申し込みはこちら

新潟医療福祉大学連携事業

＼＼ 作って食べよう！フレイル予防ごはん ／／

元気の秘訣は食にあり！

問 豊栄地区公民館（☎387-2014）

日 12月３日（木）10:00～12:00
※北区役所に９:30集合、12:30解散　※北区役所から往復バスで移動
場 新潟医療福祉大学
内 フレイル予防について（簡単な調理と試食、話など）
講師　同大学健康栄養学科４年生、永井徹先生、森博康先生、長谷川崇先生



人 20人（概ね50歳以上）
※申し込み多数の場合北区在住の人を優先に抽選
¥ 500円（材料費）
申 11月15日（日）までに電話で同館または右記二次元コード▶

電話番号（☎）は市外局番025を省略して記載しています。本文中の申問などのマークは３面おしらせ版と同様です。