

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、一部イベントなどが中止・延期、施設が休館となる場合があります。事前に各問い合わせ先へ確認してください。  
 イベントへ参加する際は、手洗いやマスクの着用などにご協力願います。  
 ※掲載情報は、10月8日時点のものです

# 江南区からのお知らせ

回=日時 時=時間 場=場所 内=内容 対=対象・定員  
 参加費(記載のないものは無料) 持=持ち物 問=問い合わせ  
 申=申し込み(記載のないものは事前申し込み不要、当日直接会場へ)

## 毎月第1・第3木曜日開催 弁護士無料相談(11月)

事前に予約が必要です。  
 回11月4日(木)・18日(木)  
 午後1時15分～4時15分  
 場江南区役所 3階 入札室  
 内法律相談 ※要予約。1人30分以内  
 申区民生活課 区民窓口係  
 ☎025-382-4203

## 骨密度測定しませんか? 骨粗しょう症予防相談会

回11月25日(木)  
 ①午前9時45分～、②午前10時15分～、  
 ③午前10時45分～、④午前11時15分～  
 場横越健康センター  
 内骨密度測定(かかとを素足で測定)、相談等  
 対18歳以上(骨粗しょう症で治療中の人は除く) 各回先着10人  
 申10月21日(木)から、市役所コールセンターへ ☎025-243-4894  
 問健康福祉課 健康増進係  
 ☎025-382-4316

## ～動脈硬化を防ごう～ 血管イキイキ!大作戦

回11月8日(月)午後1時30分～3時30分  
 場亀田健康センター  
 内管理栄養士と運動指導士による講話、運動の体験(ストレッチなど)  
 対先着12人  
 持筆記用具、動きやすい服装・履物、飲み物(水かお茶)、タオル  
 申10月18日(月)から10月25日(月)までに、健康福祉課 健康増進係へ  
 ☎025-382-4316  
 ※申込者には事前に当日の案内を送付

## フレイル予防教室

回11月11日(木)午後1時30分～3時(受付:1時15分～)  
 場亀田地区コミュニティセンター  
 内管理栄養士による講義「毎日の食事で低栄養予防」、歯科衛生士による講義「歯磨きのポイントとお口の体操」  
 対先着20人  
 持筆記用具  
 申10月18日(月)から11月5日(金)までに、健康福祉課 健康増進係へ  
 ☎025-382-4316

## 自宅でできる運動をご紹介します! 運動でヘルスアップ

自宅でできる運動やストレッチなどのポイントを、実践を交えて伝えます。  
 回11月5日(金)  
 午後1時30分～3時30分(受付:午後1時15分～)

内自宅でできるストレッチ、筋トレなど健康づくりのための運動と講話  
 対先着10人  
 持内履き、飲み物(水かお茶)、タオル  
 申10月18日(月)から25日(月)までに、健康福祉課 健康増進係へ  
 ☎025-382-4316  
 ※申込者には事前に詳しい案内を送付

## 健康相談(11月)

保健師・栄養士による相談。要予約。  
 回11月22日(月) ①午後1時20分～  
 ②2時10分～ ③3時～  
 場亀田健康センター 2階 集団健診室  
 内血圧・血糖値・コレステロールなどが気になる人やダイエットにチャレンジしたい人など  
 申健康福祉課 地域保健福祉担当  
 ☎025-382-4138

## 献血にご協力ください(11月)

日程	会場・時間
11/13(土)	場イオンモール新潟南 時午前10時～12時、 午後1時30分～4時
11/29(月)	場江南区役所 時午前9時30分～11時30分、 午後1時～4時

持献血カード(初めての人は運転免許証などの身分証明書)  
 問健康福祉課 健康増進係  
 ☎025-382-4316

## 端切れで舟形コースター作り

回11月25日(木)午後1時～2時30分  
 場亀田清掃センター附属休憩所 田舟の里  
 対18歳以上 先着6人  
 参加費300円  
 持20センチ×20センチの布2枚  
 申10月20日(水)午前9時から市資源再生センターエコープラザへ  
 ☎025-270-3009

## 包丁研ぎ講座

回11月10日(水) ①午前10時30分～11時 ②11時～11時30分  
 場亀田清掃センター附属休憩所 田舟の里  
 対18歳以上 各回先着4人  
 参加費100円  
 持研ぎたい包丁1本  
 申10月20日(水)午前9時から市資源再生センターエコープラザへ  
 ☎025-270-3009

## 親子の絆づくりプログラム(BP) 「赤ちゃんがきた!」

初めて赤ちゃんを育てるお母さんが集まり、子育ての疑問や困ったこと、喜びを分かち合いながら学ぶ講座です。  
 回11月26日～12月17日(毎週金曜日、全4回)午前9時30分～11時30分

日程	テーマ
11/26	新しい出会い
12/3	赤ちゃんのいる生活
12/10	赤ちゃんとの接し方
12/17	親になること

場亀田東児童館  
 講師:鷺尾智恵子(ファシリテーター)  
 対区内在住生後2か月～5か月の第一子(令和3年6月26日～9月26日生まれ)とその母親 先着親子8組  
 ※親子一緒にプログラムに参加  
 参加費無料(使用するテキストは貸し出し。購入希望者は1,100円)  
 申10月18日(月)の午前9時から亀田東児童館へ ☎025-378-5371

## 公民館情報

### 曾野木地区公民館 天野 2-7-2 ☎025-280-6810

### 共生セミナー 身近な発達障がい ～子どもの“困った行動”のワケ

発達障がいは、理解されにくくわかりづらい障がいです。個人や地域でできることは何かを考えてみませんか。  
 回11月19日(金)・11月25日(木) 午前10時～正午 全2回

日程	テーマ
11/19	“困った行動”のワケと心
11/25	明日からできるステキな行動

場両川公民館  
 対先着20人(保育はありません)  
 申10月20日(水)午前9時から電話で曾野木地区公民館へ  
 ☎025-280-6810

## ふれあい掲示板

市民グループなどの催しを掲載しています

## 江南区内商工会合同 自社を理解する～経営分析セミナー～

自社の経営を分析し、強みを伸ばし弱みをカバーする、具体的な事業計画を考えるセミナーです。  
 回11月11日・18日(毎週木曜)午後6時30分～8時30分 全2回  
 場横越商工会館  
 対区内商工業者、創業を考えの人  
 申10月29日(金)までに横越商工会へ電話またはファクス  
 ☎025-385-2773  
 FAX:025-385-4300

## 亀田美術倶楽部&アート倶楽部合同展

亀田地区などを拠点に絵画の創作活動をしている成果を展示します。  
 回10月20日(水)～24日(日)午前10時～午後5時(最終日は午後3時まで)  
 場新潟美術館「市民ギャラリー」  
 問亀田美術倶楽部 池田  
 ☎090-5575-5232

## 第17回亀田美術会展

洋画、日本画、工芸、版画など会員作品のほか一般公募作品も展示します。  
 回11月2日(火)～6日(土)午前10時～午後6時(3日は祝日のため、閉館。最終日は午後3時まで)  
 場亀田地区コミュニティセンター 岡岡会(坂井)  
 ☎090-3142-9668

## 新田恭子・拝田香代 二人展 ～日常の中のステキな愉しみ～

新田さんの絵画と拝田さんの草盆栽を展示します。  
 回10月19日(火)～24日(日)午前10時～午後5時(最終日は午後3時まで)  
 場小さな美術館季(松山)  
 問同館(高橋) ☎025-276-2423

## フードドライブキャンペーン 食品寄贈を受け付けています

食品を必要な人に支援するために下記会場で賞味期限が1か月程度ある常温の未開封品(米、缶詰、袋麺、レトルト食品や生理用品、マスクなど)の寄贈を受け付けています。  
 回10月1日(金)～31日(日)の各施設業務時間内  
 場NPO法人えんではよごし、江南区社会福祉協議会、亀田キリスト教会、亀田清掃センター附属休憩所 田舟の里  
 問NPO法人フードバンクにいがた  
 ☎025-282-7374

## 新潟市女性つながりサポート事業 女性のなんでも相談窓口開設

女性限定、コロナ禍で生活の苦しい人、子育て・養育費など専門の女性相談員に電話または面談にて相談できます。  
 ■電話相談日(予約不要、直接電話)  
 回毎月第2・第4日曜日午前10時～午後2時  
 ■面談相談日(要申込)  
 回毎月第4土曜日午後1時～4時  
 場NPO法人フードバンクにいがた(中央区幸町)  
 内食品、マスク、生理用品等の支援あり  
 申毎週水曜日の午前10時～午後1時にNPO法人フードバンクにいがた相談予約先電話へ  
 ☎025-282-7334

## 新潟県カウンセリング協会 傾聴の会 無料カウンセリング

夫婦、家族、仕事、人間関係など、様々な悩みに心理カウンセラーが対応します。  
 回11月14日(日)午前9時～正午  
 場クロスパルにいがた(中央区礎町通3)  
 対先着10人 ※相談時間1人50分  
 申11月13日(土)までに新潟県カウンセリング協会傾聴の会 阿部  
 ☎090-3210-0051

## 新潟県民具学会公開研究会・みなとぴあ特別講演会

回11月7日(日)午後1時30分～午後4時30分  
 場新潟市歴史博物館(中央区柳島町)  
 内民俗文化財の考え方と活用例に関する基調講演や低湿地の民具に関する事例発表。  
 講師:石垣悟(元文化庁文化財調査官)  
 対先着60人  
 申10月29日(金)までに件名「11/7講演会申し込み」とし、本文に氏名、電話番号、住所、メールアドレスを記載の上、メールにて申し込み  
 メール:museum@nchm.jp  
 場新潟市歴史博物館  
 ☎025-225-6111

<広告欄> ※広告欄の掲載内容についての問い合わせは各広告主へ

亀田行政サービスコーナーをご利用ください。住民票や印鑑登録証明書などの発行を行っています。平日午前9時～午後7時 問亀田行政サービスコーナー ☎025・381・1200