



こどもと一緒に出かけよう



白根児童センター ☎372-0530

●ちびっこ水遊び

回 7月16日(水)～18日(金)午前10時半から 図ビニールプールでピチャピチャ遊ぼう 図乳幼児 図着替え、タオル、飲み物 図当日直接会場へ

味方児童館 ☎201-8346

●渡部樹里先生のアートバルーン作り

回 7月26日(土)午後2時～3時 図簡単なアートバルーンを作ってみよう 図小学生 先着10人 回 7月19日(土)までに同館

白根北児童館 ☎379-1260

●あおぞら市場

回 7月27日(日)午前10時半から ※野菜がなくなり次第終了 図児童館で採れた野菜を先着でプレゼントします。「えんにちごっこ」も同時開催 回当日直接会場へ

白根南児童館 ☎201-6021

●リフレッシュパママタイム「いけばなあそび」

回 7月19日(土)午前10時半～11時15分 図カラフルな花のあしらいを楽しもう。児童館のハーブも使います

図乳幼児の保護者 先着10人 図500円程度 回 7月16日(水)までに同館

子育てオーエンジャー☆みなみ

●しゃべろっと

回 7月18日(金)午前10時半～11時半 図味方児童館 図ハンドトリートメントと絵本の読み聞かせ 図乳幼児と保護者(祖父・祖母でも可) 先着8組 回同館 ☎201-8346

●わくわくひろば

回 7月22日(火)午前10時半～11時 図子育て支援センターふわっと(白根そよ風保育園併設) 図親子音楽あそび 図乳幼児と保護者(祖父・祖母でも可) 先着6組 回同センター ☎375-8501

子育てひろばモモ

回 7月22日(火)午前10時～11時半 図白根学習館 図親子のふれあい♥ベビーヨガ ※終了後、午後2時まで会場を開放します。弁当・飲み物の持参可 図0～1歳前後(首据わり～よちよちあんだよ) 回 7月15日(火)までにe-NIIGATA(右二次元コード)から 回白根地区公民館 ☎372-5533



こんにちは!高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センターです

今月のお知らせ

いつまでも元気で好きなことをやり続けたいあなたへ! 味方会場は12月まで! 「幸齢ますます元気教室」9月～11月コース 参加者募集中!

元気な体を維持し、自分らしい生活を送るため、週に1度外出をして体を動かしたり「ためになる話」を聞いたりしませんか? 図65歳以上で市の「介護予防の基本チェックリスト」で対象となった人、または要支援認定を受けたが医師からの運動制限がない人 図体操やお口の健康、栄養、認知症予防についての講座など(全12回、週1回90分程度) ※会場や日程は各地域包括支援センターに問い合わせてください 図教材費(数百円程度) ※初回のみ、送迎不要の人は無料 回各地域包括支援センター



認知症カフェ ～より道カフェかけ橋～

回 7月26日(土)午後1時半～3時半 ※時間内出入り自由 図白根健康福祉センターなごみなみ 図300円(茶菓代) 回当日直接会場へ

認知症の人でもそうでない人も一緒に楽しみ、介護をしている家族の悩みなども語り合える場所です!



高齢者が住み慣れた地域で、安心して生活できるよう、さまざまな相談に応じています。認知症など、困っていることについても気軽に相談してください。相談は無料で、秘密は守られます。

地域包括支援センターしろね南 (対象: 白根第一・白南中学校区) ☎373-6770
地域包括支援センターしろね北 (対象: 白根北・臼井中学校区) ☎362-1750
地域包括支援センターあじかた (対象: 月潟・味方中学校区) ☎372-5121

南区自治協議会提案事業

みんなで宿題!4days ～ハッピー夏休み♪～

図地域総務課 ☎372-6609

ボランティアの学習サポートで、夏休みのスタートから宿題を始めよう。 回 7月22日(火)～25日(金)午前9時半～10時半 図白根児童センター 図区内の小学生 各日20人 ※応募多数の場合は抽選 回 7月15日(火)までに同センター ☎372-0530

見守りボランティアも募集!

宿題をするこどもたちの見守りボランティアをしませんか? 応募条件 区内在住・在学(高校生以上)、在勤者 ※1日だけでも可能 回 7月15日(火)までに電話(372-6609)またはメール(右二次元コード)で地域総務課

終了後は、児童センターで遊べるよ!

頑張った後は「お楽しみ」があるかも!



7月20日(日)は参議院議員通常選挙の投票日です～私たちの未来を決める大切な一票を忘れずに投票しましょう～

●期日前投票を利用してください

選挙当日に仕事やレジャーなどの理由で投票に行けない人は、期日前投票を利用しましょう。

期日前投票所	南区役所	味方・月潟出張所
期 間	7月19日(土)まで	7月12日(土)～19日(土)
時 間	8:30～20:00	
必要なもの	投票所入場券(裏面宣誓書を記入し持参)	

●投票所を変更します

今回の選挙から変更となる投票所があります。投票は、指定された投票所以外ではできませんので、入場券を確認して間違わないようにしてください。

607 投票区	前回までの投票所 白根地域生活センター	→	今回の投票所 南区役所
------------	------------------------	---	----------------

図選挙管理委員会事務局(地域総務課内) ☎372-6421



夏はプールで楽しもう



●水辺の安全教室&サップボード体験会

水の事故から身を守る方法を楽しく学び、サップボードを体験することで水と親しむ体験をしませんか。

回 7月28日(月)午前10時～11時半 図味方B&G海洋センタープール 図小学生と保護者 先着15組 図入場料(大人250円、小・中学生および65歳以上130円) 回味方体育館 ☎378-4528

●南区プールスタンプラリー

夏休み期間中に区内プール(①白根総合公園屋内プール ②味方B&G海洋センタープール)をそれぞれ1回ずつ利用してスタンプを集めよう。集めた人にはお菓子をプレゼント!

回 7月19日(土)～8月31日(日) 図小学生以下 図入場料 ①250円 ②130円 ※未就学児無料 回当日直接会場へ 回白根カルチャーセンター ☎373-6311



本に親しみ読書の時間を楽しもう



白根図書館 ☎372-5510

●読書会

回 7月20日(日)午後2時から 図白根学習館 図テーマ「憲法」 ※関連する本を持参 回当日直接会場へ

●おはなしのじかん

回 毎週土曜 ①午後2時②午後2時半 図同館

●赤ちゃんタイム

回 毎週水・土曜 午前11時～午後2時半 図同館

月潟図書館 ☎375-3001

●おはなしのじかん

回 7月13日・27日(日)午前10時半～11時 図同館 図乳幼児向け

●えほんのへや(絵本の読み語り)

回 毎週土曜 午前10時半～11時 図同館

●月潟おはなしの会(民話語り)

回 毎月第1日曜 午前10時半～11時 図同館

●赤ちゃんタイム

回 毎週日曜 午前10時～正午 図同館

第22回 臼井地区まつり『狸の婿入り行列』主役カップル募集

狸に扮して、行列とステージイベントに参加しませんか。

回 10月11日(土) 午前10時～午後4時 図デイサービスセンターうすい前 特設会場 図市内在住の結婚後1年以内、または1年以内に結婚予定のカップル(主役カップルには副賞があります) ※応募多数の場合は実行委員会で開催 回 8月29日(金)までに臼井地区まつり実行委員会(臼井地域生活センター内) ☎373-5018



お知らせ

白根地区公民館 ☎372-5533

シロネシネマ喜楽座

回 7月15日(火)午後1時半から 図白根学習館 図「人間の翼 最後のキャッチボール」の上映 回当日直接会場へ 先着400人

月潟地区公民館 ☎375-1050

つきがた映画むら

回 7月29日(火)午前9時半から 図同館 図「心の旅路」の上映 回当日直接会場へ 先着50人

大鷲夜まつり

回 7月26日(土)午後3時半～7時半 図大鷲農村公園 ※雨天の場合、大鷲小学校体育館で開催 図キッチンカーの出店、ゲーム、ステージイベント、ビンゴ大会 回大鷲夜まつり実行委員会 ☎362-5711

公共交通情報コーナー

区バス北部ルート第1便(三ヶ字(北)～南区役所)運休のお知らせ

白根小学校の夏季休業期間に合わせ、7月22日(火)～8月26日(火)の期間運休します。 図地域総務課 ☎372-6609

たくさんさんの写真をお待ちしています!

図地域総務課

☎372-6621