

子育て **こどもと一緒に出かけよう**



白根児童センター ☎372-0530

●作って遊ぼう! (正月かざり)
回①12月26日(金)午後2時から②27日(土)午前10時半から
内容 新年に向けてお正月かざりを作ろう
会場 同館 各回先着15人

味方児童館 ☎201-8346

●ちびっこクリスマス会
回12月13日(土)午前10時半～11時15分
内容 みんなで楽器を持って、クリスマスの歌で演奏会を楽しもう。サンタさんからプレゼントがもらえるかも?
対象 乳幼児親子 20組 回12月11日(木)までに同館

白根北児童館 ☎379-1260

●いちごタイム クリスマス会
回12月25日(木)午前10時半～11時
内容 クリスマスを楽しめる活動が盛りだくさん。サンタさんが来るよ! 対象 乳幼児と保護者 25組 回同館

白根南児童館 ☎201-6021

●クリスマス工作
回12月7日(日)から ※先着30個。なくなり次第終了
内容 児童館の畑で取れたサツマイモのつるを使ってクリスマス

リースを作ろう 会場 当日直接会場へ

子育てひろばモモ

回12月23日(火)午前10時～11時半
会場 白根学習館 内容 自由遊び&足形ペタン(絵本の読み聞かせ、今月限定の台紙もあるよ) ※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 対象 乳幼児と保護者 会場 白根地区公民館 ☎372-5533

乳児期家庭教育学級 だっこっこ学級

回①令和8年1月15日(木)～2月12日(木)午前10時～正午
会場 白根学習館 対象 令和7年4月～9月生まれの赤ちゃんの保護者 12人 回12月24日(水)までにe-NIIGATA(右二次元コード)または白根地区公民館 ☎372-5533

日程	テーマ
1/15(木)	お友達になりましょう
1/22(木)	赤ちゃんのいる暮らし
1/30(金)	いま、親として
2/8(日)	パパもママも子育て1年生
2/9(月)	こどもの育ちに大切なこと
2/12(木)	南区♥笑顔で子育て

※保育あり。対象月齢の赤ちゃん(定員12人)

子育て **安産教室 充実したマタニティライフを**



妊婦さんと家族が安心して出産を迎え、生まれてきた赤ちゃんと楽しい新生活がスタートできるよう安産教室を開催します。
会場 白根健康福祉センターなごみなみ 対象 南区在住で令和8年3月～8月に出産を予定している人 先着10人 回12月10日(水)から健康福祉課 ☎372-6375

講座名	日時	内容
すこやかママ講座	1/13(火) 13:30～15:00 回13:15	・妊娠中の過ごし方について ・妊娠中の栄養と食事について ・市の母子保健サービスについて

図書館 **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12月21日(日)午後2時から
会場 白根学習館 内容 「宮沢賢治詩集」谷川徹三／編、岩波書店ほか
会場 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
会場 白根図書館
●赤ちゃんタイム
回 毎週水・土曜 午前11時～午後2時半 会場 同館

月潟図書館 ☎375-3001

●おはなしのじかん
回12月14日・28日(日)午前10時半～11時 会場 同館 対象 乳幼児
●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 会場 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 会場 同館
●赤ちゃんタイム
回 毎週日曜 午前10時～正午 会場 同館

🎄 **クリスマスおはなし会** 🎄

回12月13日(土)①10:30②11:00③14:00④14:30 会場 白根図書館 内容 ①②絵本の読み聞かせ(3歳から)③絵本の読み聞かせ(0歳から)④ストーリーテリング(5歳から) 会場 当日直接会場へ

🎄 **クリスマス会** 🎄

回12月20日(土)午前10時半～11時15分 会場 月潟図書館 内容 クリスマスや冬をテーマにした絵本の読み語りや紙芝居を楽しもう 会場 当日直接会場へ

公共交通情報コーナー 降雪時には「e区バス」をご利用ください

降雪時には交通渋滞などにより、バスの遅延が発生しやすくなります。パソコンやスマートフォンから誰でも見ることができる、新潟市区バス位置情報システム「e区バス」を活用してください。 会場 地域総務課 ☎372-6609



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

気を付けましょう! 消費者被害



年末年始は被害件数が急増!

お金の出入りが増える年末年始は消費者被害が多くなります。
●「今日中、年内中に契約を」という言葉で注意力を低下させる。
●「お正月の特別キャンペーン」と言いながら後から高額な工事契約が発生する。
●インターネットで注文したおせち料理・福袋が届かない。など
その他にも「年金の還付金があります。銀行へ行ってください」「カードが不正利用されています」「家族が今すぐお金を必要としています」など、これらはすべて詐欺の手口で**公的機関が銀行へ誘導することや電話でお金のお話をすることは一切ありません。**

被害を未然に防ぐために

●知らない電話や訪問にはすぐに対応しない
●「家族に相談します」と言いその場を終える
●相手が急かしても落ち着いて考え、すぐに答えない ことが大切です。
しつこく勧誘されている、突然の訪問・電話でお金に関する話をされたときは、一人で悩まず市消費生活センター(☎211-2370)や新潟南警察署(☎373-0110)、最寄りの地域包括支援センターに相談してください。

認知症カフェ ～より道カフェかけ橋～

回12月27日(土)午後1時半～3時半
※時間内出入り自由
会場 白根健康福祉センターなごみなみ
¥300円(茶菓代) 会場 当日直接会場へ

どなたでも参加できます! 認知症の人もそうでない人も楽しめる場所です。認知症や介護の相談もできますよ!



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

スポーツ



冬期スポーツ教室 参加者募集

申し込みには事前に窓口で「スポーツ教室会員登録」が必要です。回数や受講料などの詳細は問い合わせてください。

味方体育館 ☎378-4528

回12月14日(日)までに窓口・電話・ホームページ(右二次元コード)で同施設 ※応募多数の場合は抽選



教室名	期間	曜日	時間	教室名	期間	曜日	時間
いきいき健康	1/19～3/16	月	13:30～14:30	やさしい健康	1/7～3/11	水	13:30～14:30
バレトン	1/5～3/23		19:30～20:30	卓球 初心者・中級者	1/8～3/12	木	10:00～12:00
タイ式ヨガ	1/6～3/10	火	19:30～20:30	フラダンス	1/8～3/12		19:30～20:30

「冬の交通事故防止運動」 ❄️ 冬の道 慌てず急がず 安全運転 ❄️

◎実施期間:12月11日(木)～20日(土)

夕暮れの早まりや積雪による道路状況の悪化など、交通事故発生の危険が高まる季節です。ドライバーも歩行者も交通ルールとマナーを守りましょう。 会場 地域総務課 ☎372-6431



南区在宅医療・介護の区民公開講座

「幸せの方を向いて生きる～私のACP^{*}:生きる力と選択のチカラ～」

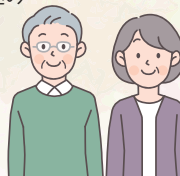
※アドバンス・ケア・プランニングの略

自分や家族の最期を考えるのは悲しいことのようにですが、反対に「今を幸せに生きよう」という気持ちの源にもなります。自身の闘病・介護・被災した経験から人一倍「生きること」を考えてきた、オカリナ奏者・さくらいりょうこさんを講師に迎え、在宅医療・介護をテーマに区民公開講座を開催します。
ACPは「どう生きて、どう終わりたいか」の意思表示です。講師の体験と優しいオカリナの演奏を聴きながら、自分のACPを考えてみませんか?

回令和8年2月1日(日)午後1時半～3時半 会場 白根学習館
回1月30日(金)までに市オンライン予約システム(右二次元コード)から ※オンライン予約ができない場合は、電話で申し込み

期間	申込先
12/10(水)～1/7(水)	市役所コールセンター ☎243-4894
1/8(木)～1/30(金)	健康福祉課 ☎372-6385

回先着300人 会場 健康福祉課 ☎372-6375



南区役所に展示しています。ぜひご覧ください!

問 地域総務課

☎ 372-6621