

4月の健康カレンダー  
健康福祉課 ☎372-6375

**健康相談(予約制)**

回 4月15日(水)  
 ⑧ 午前9時～11時 ⑨ 南区役所  
 ⑩ 健康相談(禁煙相談も可)  
 ⑪ 直近の健康診断の結果(なくても可)  
 ⑫ 健康福祉課 ☎372-6395

**はじめての離乳食(予約制)**

回 4月16日(木) ⑧ 午後1時15分～同  
 30分 ⑨ 白根健康福祉センターなご  
 みなみ ⑩ 離乳食の進め方と試食(80分  
 程度) ⑪ 生後5カ月頃の赤ちゃんの保  
 育者 先着10人 ⑫ 母子健康手帳、筆  
 記用具 ⑬ 3月17日(火)～4  
 月14日(火)に市ホーム  
 ページ(右二次元コード)または健  
 康福祉課 ☎372-6385

**ステップ離乳食(予約制)**

回 4月23日(木) ⑧ 午後1時15分～同  
 30分 ⑨ 白根健康福祉センターなご  
 みなみ ⑩ 離乳食の進め方と試食(80  
 分程度) ⑪ 生後6カ月以降で2回食・3  
 回食に進む赤ちゃんの保育者 先着  
 10人 ⑫ 母子健康手帳、筆記用具  
 ⑬ 3月24日(火)～4月21日(火)に市ホ

ームページ(左下二次元コード ※「は  
 じめての離乳食」と同じ)または健康福  
 祉課 ☎372-6385

**育児相談会(予約制)**

回 4月9日(木) ① 9:30 ② 10:00 ③ 10:  
 30 ④ 11:00 ⑤ 白根健康福祉セン  
 ターなごみなみ ⑥ 身体計測、保健師・  
 助産師・栄養士・歯科衛生士による相談  
 ⑦ 乳幼児の保育者 各時間先着5人  
 ⑧ 母子健康手帳、バスタオル  
 ⑨ 3月31日(火)までは健康福祉課  
 ☎372-6395、4月1日(水)～7日(火)は  
 新潟市オンライン申請システム  
 (e-NIIGATA)で予約 ※妊娠や子育て  
 についての相談はいつでも受け付けて  
 います

**妊婦歯科健診(予約制)**

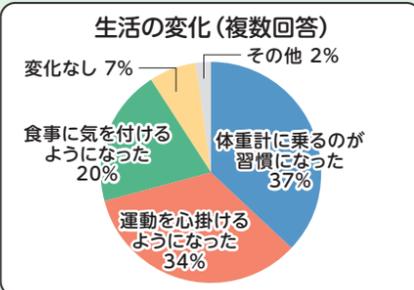
回 4月22日(水) ① 13:00 ② 13:30  
 先着各10人 ③ 14:00 先着5人  
 ④ 白根健康福祉センターなごみなみ  
 ⑤ 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票  
 ⑥ 4月20日(月)までに市  
 ホームページ(右二次元  
 コード)または健康福祉課  
 ☎372-6375

**その他健診**

対象の人には個別に案内を送ります。  
 ● 1歳6カ月児健診 4月8日(水)  
 ● 3歳児健診 4月10日(金)

**「はかるう体重!あるこう南区!大作戦」結果報告**

参加者からは「体重計に乗ることが  
 習慣になった」「記録することで、日常  
 の中で体を動かそうという意識付けに  
 なった」「これからも家族で続けます」な  
 どの感想がありました。  
 今年で10年目となりましたが、区民の  
 皆さんの運動を始めるきっかけになり  
 「健康第一、元気で暮らしたい」といった  
 健康意識の向上につながったようです。  
 これからも「健康で元気な南区」を目  
 指して、一緒に運動に取り組みましょう!  
 ⑫ 健康福祉課 ☎372-6385



今年度も多くの人から参加してもらいました!

**特殊詐欺被害に遭わないための心得**

- 常に留守番電話に設定しておき、電話の相手が誰かを確認しましょう。(知らない相手からの電話には出ない)
  - 「電話番号が変わった」と言われても、元の電話番号に電話をしてみましょう。
  - 日頃から家族との会話を増やすようにしましょう。
  - 一人で判断せず、家族や警察に相談しましょう。
- ※電話の相手が息子・銀行員・市役所職員・警察官を名乗っても、お金の話をしたらまずは電話を切り、家族や警察に相談するなど、落ち着いて行動しましょう  
 ⑫ 地域総務課 ☎372-6431

**3/1 南区長杯フロアカーリング大会を開催しました!**

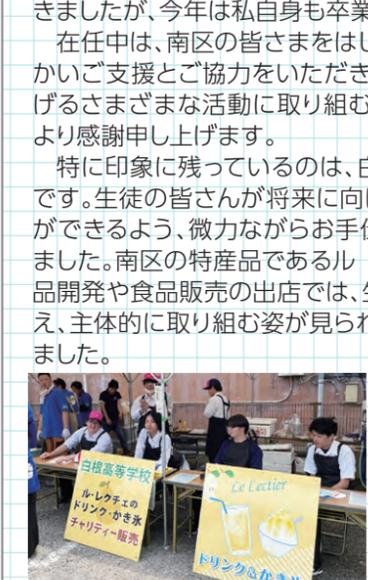


**みなさ～ん! お知らせで～す**

令和8年度も「伝えたい南区の宝」いいとこ撮りコンテストを開催します。  
 あなたが思う「南区の宝」の写真をたくさん撮影しておいてくださいね♪  
 ⑫ 地域総務課 ☎372-6621

**協力隊員を退任 3年間ありがとうございました**

これまで毎年3月には、南区唯一の高校である白根高校の卒業式で生徒の皆さんを送り出してきましたが、今年は私自身も卒業する側となりました。  
 在任中は、南区の皆さまをはじめ、多くの方々から温かいご支援とご協力をいただきながら、地域を盛り上げるさまざまな活動に取り組むことができました。心より感謝申し上げます。  
 特に印象に残っているのは、白根高校での取り組みです。生徒の皆さんが将来に向けてより豊かな生き方ができるよう、微力ながらお手伝いをさせていただきました。南区の特産品であるルレクチエを活用した商品開発や食品販売の出店では、生徒の皆さんが自ら考え、主体的に取り組む姿が見られ、とてもうれしく思いました。  
 また、新潟薬科大学と連携し、商品化した「ルレクチエドリンク」を販売できたことは大きな成果です。地域の魅力が一つ一つ形となり、外へ発信できたことを誇りに思います。  
 3年間本当にありがとうございました。南区のますますの発展を心よりお祈り申し上げます。(杉崎史郎)



**月湯保育園の 南区の実りをいただく日**

子どもたちに旬を知ってもらおうと、給食の先生が一年を通してランチルームに季節ごとの食材カードを展示しています。今月はその総まとめ。これまでに登場した食材を振り返りました。  
 子どもたちはカードを見ながら「アスパラ!」「カブ!」と元気いっぱいに答えます。「これは春?」と旬の季節を考えながら、ホワイトボードにカードを貼っていました。遊びながら学ぶことで、食べ物への興味や関心が自然と広がります。これからたくさん食べて、元気に大きくなってほしいです。

**お知らせ**

**弁護士の無料法律相談**  
 回 4月8日・22日(水)午後1時15分～4時15分 ⑨ 南区役所 ⑩ 土地、金銭貸借、保証、債務、離婚、認知など法律についての相談 ⑪ 先着6人 ※1人30分  
 ⑫ 3月17日(火)以降に区民生活課 ☎372-6105

**道路上などの動物の死骸の処理について**  
 小動物の死骸が道路上(国道・県道・市道)に放置されていた場合は、市が無料で回収しますので、区役所へ連絡をください。なお、民地にある死骸については、その土地・建物の所有者や管理者が処理してください。  
 ⑫ 区民生活課 ☎372-6145

**しろね大凧と歴史の館 春まつり**  
 回 3月20日(金・祝)～29日(日) ※3月25日(水)休館日 ⑫ 大人520円、小・中学生260円、就学前児無料 ※土・日曜、祝日は中学生以下無料 ⑬ しろね大凧と歴史の館 ☎372-0314

| 日時                    | 内容                |
|-----------------------|-------------------|
| 3/20(金・祝)             | 洋凧プレゼント(子ども先着50人) |
| 3/20(金・祝) 11:00～12:00 | 大凧色塗り体験(先着15人)    |
| 3/22(日) 14:00～        | 白根大凧太鼓演奏(勇南)      |
| 3/29(日) 14:00～        | 演舞(あじかた心)         |

| 日時                  | 内容                                |
|---------------------|-----------------------------------|
| 土・日曜、祝日 13:00～13:30 | みんなで六角凧を揚げよう!                     |
| 毎日開催 9:00～16:00     | 凧を作って揚げよう! 和凧500円(小学3年生以上)、洋凧400円 |

**市民の情報掲示板**

**不動産の無料相談**  
 回 4月3日(金)午後1時～4時 ⑨ クロスパルにいがた(中央区礎町通3ノ町) ⑩ 不動産の無料相談会 先着30人  
 ⑪ (公社)新潟県不動産鑑定士協会 ☎225-2873

**視覚障害サポーター養成講座**  
 回 4月25日(土)午前9時～午後4時 ⑨ 新潟ふれ愛プラザ(江南区亀田向陽1丁目) ⑩ 視覚障害体験を通じて誘導の仕方や障がいについて考え、配慮や対応を学ぶ ⑪ 先着20人 ⑫ 1,000円  
 ⑬ 4月3日(金)までに新潟県視覚障害者情報センター (yamaguchi@ngt-shikaku.jp)へメール ⑭ 同センター ☎381-8111

**第10回 南区自治協議会**

回 3月25日(水)午後2時から ⑨ 南区役所 ⑩ 傍聴 先着10人 ⑪ 当日直接会場へ ⑫ 地域総務課 ☎372-6609  
 ※実施済みの会議の内容は、区ホームページや区役所2階市政情報コーナーなどで閲覧可能 ※休会する場合があります

3月31日(火)臨時休館します。

健康福祉課 ☎37216303

《広告欄》