

自身の元気が気になる人
フレイルチェックをしませんか？



何をするの？
質問用紙や測定機器を使って、**栄養・運動・社会性・こころのフレイルの兆候を測定**します。フレイルサポーターと一緒に、ご自身の元気をチェックしてみませんか。
フレイルチェックは、健康づくりの場としてはもちろん、参加者同士の交流の場にもなっています。

開催日

①6月2日(月)、②6月17日(火)

時 間

午後1時30分～3時30分

対 象

西区在住の65歳以上 各回先着30人

会 場

①西総合スポーツセンター、②黒崎市民会館

持ち物

動きやすい服装、運動靴、飲み物

申込み

5月7日(水)～27日(火)に電話で株式会社ヴァーテックス(新津健康センター内)
☎0250-22-2940(午前9時～午後5時30分土日祝除く)

問い合わせ

西区健康福祉課健康増進係(☎025-264-7423)

HEALTH & WELFARE

健康と福祉

5月の健診など
問 西区健康福祉課 健康増進係
(☎025-264-7423)

股関節健診
☑ 令和7年1月生まれの一部
1歳6か月児健康診査
☑ 令和5年9月・10月生まれの一部
3歳児健康診査
☑ 令和3年10月・11月生まれの一部
※対象者には案内と問診票を郵送します。日時、会場、持ち物は、案内を確認してください。

はじめての離乳食
問 西区健康福祉課 健康増進係
(☎025-264-7433)

6月	会 場	定員(先着)	申し込み開始日
4日(水)	黒崎健康センター	10人	5月5日(祝)
26日(木)	坂井輪健康センター	12人	5月27日(火)

時間 午後1時30分～2時50分
人 生後5カ月ごろのお子さまの保育者
持 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル(お子さま連れの人)
申 各実施日の2日前までに市ホームページ(右の二次元コード)内の申込みフォームから申し込み



**安産教室
ウエルカム赤ちゃん講座**

☑ 6月19日(木)午後1時30分～3時30分
場 坂井輪健康センター
人 令和7年8月～10月に出産予定の妊婦 先着10組(パートナー・家族と共に2人まで参加可)
持 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル
申 21日(水)から西区健康福祉課健康増進係(☎025-264-7423)

ステップ離乳食
問 西区健康福祉課 健康増進係
(☎025-264-7433)

6月	会 場	定員(先着)	申し込み開始日
26日(木)	坂井輪健康センター	12人	5月27日(火)

時間 午前10時～11時20分
人 生後6カ月以降で、2・3回食に進もうとしているお子さまの保育者
持 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル(お子さま連れの人)、らくらく離乳食ガイドブック(持っている人)
申 実施日の2日前までに市ホームページ(右の二次元コード)内の申込みフォームから申し込み



はぐくみベビー教室 乳児期家庭教育学級

令和7年度から区内4つの公民館と西区健康福祉課が連携し、乳児期家庭教育学級「はぐくみベビー教室」を開催しています。赤ちゃんとの生活がより楽しく温かいものになるように、月齢の近い赤ちゃんの保護者同士で話し合い、交流しながら楽しく学びませんか。
問 坂井輪地区公民館(☎025-269-2043)

開催日(全5回)	テーマ
6月20日	金 ようこそ!はぐくみベビー教室へ
6月27日	金 赤ちゃんのいる暮らし
6月29日	日 知っておきたい入園手続き
7月11日	金 もっと知りたいパパ・ママの気持ち
7月18日	金 良介パパの子育て&お金の話



時間 午前10時～正午
場 坂井輪地区公民館
人 令和6年12月～令和7年4月生まれの赤ちゃんの保護者 10組(応募多数の場合、第1子を優先のうえ抽選)
申 6月1日(日)までにオンライン申請「e-NIIGATA」(右の二次元コード)から申し込み



今後の開催予定			
対象	開催月	対象	開催月
令和7年3月～令和7年7月生まれの赤ちゃんの保護者	令和7年10・11月	令和7年5月～令和7年9月生まれの赤ちゃんの保護者	令和7年11・12月
	黒崎地区公民館		小針青山公民館

「地域福祉マンガ大賞」作品集を発行しました



マンガを通して福祉に出会う取り組みとして、全国公募した「地域福祉マンガ大賞」。受賞作品11点を収録した作品集を発行しました。
作品集を希望の人は、西区社会福祉協議会の窓口で受け取るか、郵送にてお申し込みください。
問 西区社会福祉協議会(☎025-211-1630)

郵送希望の場合
①郵便局またはコンビニ(一部取扱のない店舗あり)でスマートレター(210円)を購入
②スマートレターの「お届け先」欄に送付先を記入し、角2封筒などに入れて、西区社会福祉協議会へ郵送
③スマートレター1つにつき1冊お送りします。
送付先住所 〒950-2054 西区寺尾東3-14-41 西区社会福祉協議会 マンガ係

先着700冊
プレゼント

事業実施について日程などに変更が生じた場合は、西区役所ホームページや西区役所公式エックス、にしっこはぐくみLINKなどでお知らせします。

さかいわ
じどうかん



開館時間 午前9時～午後5時
(清掃時間 正午～午後1時30分)
5月の休館日 毎週月曜の終日(祝日の場合翌平日)、毎週木曜の午前9時～午後2時、11日(日)の午前9時～正午、16日(金)の正午～午後3時
問 ☎025-269-3154
坂井輪児童館の詳細は、区ホームページ(右の二次元コード)をご覧ください。



今月のイベント
チャレンジ工作
☑ ①5月1日(木)～15日(木)
②5月16日(金)～31日(土)
☑ ①スピナー、②お花がさいたよ
おたのしみTIME
☑ 5月7日(水)午前9時～正午
☑ 自由あそびplus
☑ 乳幼児とその保護者
身体測定
☑ 5月16日(金)午前9時～正午
(身体測定は10時30分～11時30分まで)
☑ 身体測定、自由あそび
☑ 乳幼児とその保護者
☑ バスタオル、おむつ

骨粗しょう症予防相談会

☑ 6月3日(火)
午前9時40分、午前10時10分、午前10時40分、午前11時10分、午後1時10分、午後1時40分、午後2時10分
場 西地域保健福祉センター
内 骨密度測定(超音波式)、骨粗しょう症予防のための健康相談
人 骨粗しょう症治療中でない18歳以上 各回先着7人
申 5月6日(祝)～5月29日(木)に市ホームページ(右の二次元コード)内の申し込みフォーム、または新潟市役所コールセンターへ電話で申し込み(☎025-243-4894)



「つながりではぐくむ」
西区の子育て応援LINE
にしっこはぐくみ LINK

妊娠期から子どもが3歳になるまでの生活に必要なアドバイスや出産・子育て情報、西区からのお知らせが「LINE」で届きます。ぜひ、ご登録ください。

登録方法
右の二次元コードを読み込むかLINE上でID「@523zjxuz」を検索



ぜひ、フォローしてください。フォローはこちらから

