



### NPプログラム

～Nobody's Perfect 完璧な親なんていない！～

#### みんなで話して・考えて・自分らしい子育てを見つけよう！

この講座は、お互いの悩みや関心のあることをグループで話し合いながら自分にあった子育ての仕方、問題の解決方法を学んでいきます。一人で悩まず、頑張りすぎず、子育てを楽しめるヒントを一緒に見つけましょう。

- 日 6月11日～7月16日(毎週金曜、全6回)午前10時～正午
- 場 巻地域保健福祉センター
- 内 「しつけの悩み」、「子どもの安全な生活」、「子どものこころとからだ」、「自分の時間の作り方」など
- 人 西蒲区在住で、おおむね1歳～5歳の幼児の保護者で全6回参加できる人 先着10人
- 保育 あり(要申し込み)
- 持ち物 マイカップ、内履き(スリッパ)
- 料 600円(6回分を初回に徴収)
- 申 5月6日(木)午前9時から電話で健康福祉課児童福祉係(☎0256-72-8369)へ

### 行政書士無料相談会

相続・遺言・エンディングノートについて、行政書士が無料で相談に応じます。気軽に申し込んでください。

日	時間	場所	申し込み
5月12日(水)	①午後1時～2時	西川学習館	西川図書館 (☎0256-88-0001)
	②午後2時～3時		
	③午後3時～4時		
6月9日(水)	①午後2時～3時	岩室図書館	岩室図書館 (☎0256-82-4433)
	②午後3時～4時		

各回先着1組

## お知らせ版

- 日=日時 場=会場 内=内容 人=対象・定員
- 料=参加費(記載のないものは無料) 問=問い合わせ
- 申=申し込み(記載のないものは申し込み不要。当日直接会場へ)

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載した催しなどが中止となる場合があります。開催については事前に主催者へ問い合わせてください。感染症予防のため、催しなどに参加する際はマスクを持参し着用してください。

### 子育て

こころ広場 巻子育て支援センター  
☎0256-72-6240 (どんぐりの会)

- 赤ちゃん広場「ふれあい遊び」  
日5月11日(火)午後2時～3時  
持ち物 パスタオル、飲み物、母子健康手帳、着替え  
その他 発育測定もあります
- おはなしばび「絵本読み聞かせ」  
日5月13日(木)午前10時45分～
- 親子エクササイズ  
日5月18日(火)午前10時半～11時  
持ち物 飲み物、着替え  
申5月11日(火)から直接または電話で同センターへ
- 赤ちゃん広場「骨盤体操教室」  
日5月19日(水)午後2時～3時  
持ち物 パスタオル、飲み物、母子健康手帳、着替え  
申5月12日(水)から直接または電話で同センターへ
- お誕生会  
日5月20日(木)午前10時半～11時  
申5月生まれのお子さんは17日(月)までに、直接または電話で同センターへ
- ほかほかコアラ 岩室子育て支援センター  
☎0256-82-2900
- 育児講座「ゆたぴー先生と遊びましょう」

- 日5月7日(金)午前10時～11時  
講師 斉藤裕さん(新潟県立大学教授)
- その他 講座の後、折り紙を使ってお楽しみがあります  
申直接または電話で同センターへ(人数制限あり)
- 作って遊ぼう「ジュースのパックでお散歩バッグ」  
日5月10日(月)・11日(火)随時
- 赤ちゃん広場「ベビーマッサージ」  
日5月12日(水)午前10時～11時  
講師 鷲尾智恵子さん(助産師)  
申直接または電話で同センターへ(人数制限あり)

さくらんぼ なかのぐち子育て支援センター  
☎025-375-5690

- 作って遊ぼう「ピーピー小鳥」  
日5月10(月)～14日(金)随時
- リラックスヨガ  
日5月18日(火)午後2時40分～3時20分  
講師 渡辺佳子さん(ヨガインストラクター)  
申直接または電話で同センターへ(人数制限あり)

あそびの山 岩室地域児童館  
☎0256-82-2169

5月の休館は、11日(火)の午後です。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間、通常と異なる利用方

### 下水道整備地域にお住まいの皆さんへ

#### 下水道への接続をお願いします

私たちが使った水は繰り返し使われており、その水を使うのは私たち人間だけではありません。きれいな環境を持続するため、下水道への早期接続をお願いします。

☎西部地域下水道事務所普及推進室  
(☎025-370-6372)



### ミュージックセラピー(音楽療法)のご案内

ミュージックセラピー(音楽療法)を知っていますか。音楽の知識や技能などさまざまな専門的知識を使って一人ひとりの状態に合わせた音や音楽で、心や身体に良い変化を及ぼすことが期待されるというものです。見学だけでも大歓迎です。ぜひ参加してください。

- 日 毎月第3火曜 午後4時半～5時半
- 場 巻地区公民館
- 内 歌唱、楽器演奏、軽度身体活動
- 講師 後藤ナガ子さん(日本音楽療法学会認定音楽療法士)ほか
- 人 発達を伸ばしたい就学前児、小学生と保護者(祖父母でも構いません)
- 申 電話で健康福祉課児童福祉係(☎0256-72-8369)へ

#### ▼子どものミュージックセラピー(音楽療法)の効果

子どもに対しては、以下のような効果が期待されています。

- ♥ 身体機能の維持向上
- ♥ 情緒の安定
- ♥ 個性や長所を引き出す
- ♥ 自信をもって自分らしく生きる
- ♥ 生活の質の向上

- このほか...
- ・多動や集中力が短い子どものソーシャルスキルトレーニング
- ・自己表現やコミュニケーションが苦手な子どもの困難の改善
- ・ストレスを感じやすい子どもの心理的安定
- ・日常的にやる気が起きない子どもの思考や行動の変容
- ・認知機能の向上など

法とします。詳細は、ホームページで確認してください。ご理解とご協力をお願いします。

- 児童館の標語をつくろう！  
いつも利用してくれる皆さんに「児童館」についての標語を募集します。たくさん面白い標語を待っています。  
募集期間 募集中～5月8日(土)

### お知らせ

#### 有害鳥獣駆除を実施

- 有害鳥獣駆除を実施しますので、事故防止および安全確保にご協力ください。
- 実施期間 5月9日・16日・23日(いずれも日曜)
- 実施時間 午前6時～8時
- 捕獲区域 西川地区農耕地一円
- 捕獲方法 銃器による駆除
- ☎産業観光課農業振興グループ(☎0256-72-8407)

### 催し

#### からだ測定！体操教室(要予約)

- 新型コロナウイルス感染予防のため、予約制で実施します。
- 日5月26日(水)①体操タイム:午前10時～11時、②測定タイム:午前10時半～11時半
- 場 巻地域保健福祉センター
- 内 ①理学療法士による健康ミニ講話・体操・各種測定(希望者)、②血圧・血管年齢測定・体組成測定
- 人 ①②各先着20人(体組成測定は内10人)
- 持ち物 内履き、飲み物
- その他 自宅で体温を測定し、記録して持参してください
- 申5月24日(月)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎0256-72-8380)へ

#### 角田ガイドの会あんでこ～灯台・岩屋コース まち歩き

- 角田浜をガイドします。角田岬灯台をスタートし、判官舟隠しや七面大天女岩屋などを案内します。角田山妙光寺では、御院主様の講話を聴きます。
- 日5月29日(土)午前9時～11時半(受付:午前8時45分～)
- 集合場所 角田浜海水浴場 角田岬灯台下駐車場
- 人先着30人
- 料500円
- 持ち物 飲み物、懐中電灯
- 申電話またはメールで同会 乙山(☎090-2140-6401、メール kojunotoyama@outlook.jp)へ

#### 潟東地区まち歩き

- 五之上地区にあるキリシタン婆さん、鯉見やぐら、やきとり工場などを歩きます。
- 日5月30日(日)午前9時半スタート(受付:午前9時～)
- 集合場所 五之上ふれあいセンター
- 人先着30人
- 料2,000円
- 申電話で潟東地域コミュニティ協議会(☎0256-86-3123)または潟東まち歩きガイドの会 坂井(☎090-2973-4678)へ

#### 夏の鯛車制作教室 参加者募集

- 巻に江戸時代から伝わる郷土玩具「鯛車」を作る教室を開催します。
- 日6月6日～8月1日(毎週日曜、全8回)午前9時～正午
- ※6月13日(日)は休み
- 場 巻中央コミュニティセンター
- 人 全8回参加できる人 先着20人
- 料8,000円 ※初参加の場合3,000円
- 申6月1日(火)までにメールで鯛車復活プロジェクト(taiguruma@gmail.com)へ
- 場 巻地区まちづくり協議会(☎0256-72-8736)

〈広告欄〉