電気火災に注意をしましょう

問西蒲消防署予防課予防調査係（☎0256-72-3309）

梅雨の時期から夏場にかけては、**トラッキング現象**をはじめとする電気火災が発生する傾向があります。トラッキング現象とは、コンセント、プラグ、電源タップなどの周りに溜まったほこりに水分が含まれることで発火する現象です。**電気製品のコンセント周りを定期的に点検・清掃**するようにしましょう。

近年では、モバイルバッテリー、スマートフォン、電子たばこなどに使用されている**リチウムイオン電池**が、落下の衝撃や充電中に**出火する火災が増えて**います。適正に取り扱い、異常が現れた時には使用を中止しましょう。

安全な暮らしのために、日頃からの点検と注意を行いましょう。

電気火災を防ぐための６つのポイント

①**コンセントにほこりをためない**よう定期的に乾いたタオルなどで清掃をしましょう。
②たこ足配線は控えましょう。
③プラグはコンセントにしっかりと差し込みましょう。
④**配線コードは引っ張ったり、挟んだり、踏んだり、束ねたりしない**ように注意をしましょう。
⑤素人による配線工事は危険なため、行わないでください。
⑥**リチウムイオン電池**は、破損や過熱により発火するおそれがあります。取り扱いに注意しましょう。また、発火のおそれがあるため、**一般ごみと一緒に捨てない**でください。

母子保健だより

問健康福祉課健康増進係
☎0256-72-8372

♡妊婦歯科健診（要予約）

日7月2日(水)（受付：①午後１時～、②午後１時半～、③午後2時～）
場巻地域保健福祉センター
人西蒲区に住民登録している妊婦
先着25人
持ち物　母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票
申6月30日(月)までに新潟市オンライン申請システム「e-NIIGATA」（下記二次元コード）で申し込み
※インターネット予約が難しい場合は、電話で健康福祉課健康増進係（☎0256-72-8372）へ

♡育児相談会（要予約）

日7月3日(木)
（受付：午前9時半～11時）
場巻地域保健福祉センター
内個別相談、身体計測、栄養相談、歯科相談
人区内在住の乳幼児の保護者
持ち物　母子健康手帳、バスタオル
申電話で巻地域保健福祉センター（☎0256-72-7100）へ

♡ステップ離乳食（要予約）

日7月11日(金)午後1時半～2時50分
（受付：午後1時15分～）
場巻地域保健福祉センター
内離乳食2回食・3回食の進め方、グループワーク、試食、体重測定（希望の人）
人生後6か月以降で2回食、3回食に進もうとしている乳児の保護者
先着15人
持ち物　母子健康手帳、バスタオル（赤ちゃん連れの場合）、らくらく離乳食ガイドブック（持っている場合）
申7月9日(水)までに新潟市オンライン申請システム「e-NIIGATA」（下記二次元コード）で申し込み
※インターネット予約が難しい場合は、電話で健康福祉課健康増進係（☎0256-72-8372）へ

♡はじめての離乳食（要予約）

日7月18日(金)午後1時半～2時50分
（受付：午後1時15分～）
場巻地域保健福祉センター
内離乳食の進め方、情報交換、試食、体重測定（希望の人）
人生後5か月ごろの乳児の保護者
先着15人
持ち物　母子健康手帳、バスタオル（赤ちゃん連れの場合）
申6月18日(水)～7月16日(水)までに新潟市オンライン申請システム「e-NIIGATA」（下記二次元コード）で申し込み※インターネット予約が難しい場合は、電話で健康福祉課健康増進係（☎0256-72-8372）へ

【7月の健診のお知らせ】
・股関節検診
・3歳児健診
※対象者には、個別に案内を送付しています

健康増進普及講習会「知っておきたい血圧ケア!」

期　日	時　間	会　場	定　員	申込期間
7月9日(水)	午前9時45分～午後0時半（受付：午前9時半～）	巻地域保健福祉センター	先着25人	6月16日(月)～7月2日(水)

内①管理栄養士によるミニ講話「高血圧について・血圧にやさしい食事」
②食生活改善推進委員との調理実習・試食
持ち物　参加費（500円）、エプロン、三角巾、筆記用具、飲み物
メニュー　大豆ミートと春雨炒め・さっぱり中華和え

申電話で健康福祉課健康増進係（☎0256-72-8380）へ

学ぼう「血管いきいき教室」のご案内

血管が元気かどうか判断するための知識を、運動・栄養・歯科の専門家が講義・実技を交えて皆さんに楽しく伝えます。
※全２回のプログラムです。両日とも参加してください

期　日	内　容	講　師
第１回 7月14日(月) 午後１時半～３時45分	●健診結果から知るあなたの血管の健康度	保健師
	●からだをリセットする運動	高島善史さん（健康運動指導士）
第２回 7月28日(月) 午後１時半～３時45分	●お口から目指す健康寿命延伸	原健人さん（歯科医師）
	●血管をいきいきとさせる食事のポイント	管理栄養士

場巻地域保健福祉センター　人先着20人
持ち物　内履き、動きやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具、前回に受けた健診の結果
申7月10日(木)までに電話で健康福祉課健康増進係（☎0256-72-8380）へ

定例日健康相談会のご案内

7月	相談時間	相談会場	予約締切日
17日(木)	①午後１時半～２時半	巻地域保健福祉センター	7月15日(火)
22日(火)	②午後２時半～３時半	潟東地域コミュニティセンター	7月17日(木)

内保健師・栄養士が個別で健康相談に応じます。体組成測定（体脂肪率や筋肉量など）、血管年齢測定、血圧測定、生活習慣病予防のためのアドバイス
持ち物　健康診断や人間ドックなどの検査結果、内履き（必要な人）
申各予約締切日までに電話で巻地域保健福祉センター（☎0256-72-7100）

参加費無料「子ども学習会」への参加で、将来の選択肢を広げよう

小学５・６年生および中学生を対象に、大学生が個別に勉強を教えたり、自立のための居場所として「子ども学習会」を行っています。

会　場	日　時	期　間	募集人数
西区坂井輪地区※後日参加者にお知らせします	毎週土曜 午後２時～５時	令和７年６月下旬ごろ～令和８年３月末※決定時期により順次参加	若干名
	毎週日曜 午前９時～正午		

※原則、上記日程で行いますが、日曜の午後２時～５時も行っていますので、相談してください
人市・県民税の所得割が課税されていない世帯の小学５・６年生および中学生
※応募多数の場合、抽選により決定します
申６月27日(金)までに、申込書（健康福祉課保護係、区内各出張所の窓口に設置）に必要書類を添えて直接または郵送で健康福祉課保護係へ（必着）
問健康福祉課保護係（☎0256-72-8395）

にしかん未来BASE　ワークショップ参加者募集

「にしかん未来 BASE」は、西蒲区で「ワクワクすることをやりたい」と考える人々が集まり、仲間づくりやお互いに応援ができる場所です。「やりたいことを形にするコツ」が学べるワークショップを開催します。トークイベントとして開催するため気軽に参加してください。詳細は、下記二次元コードを確認してください。

日6月28日(土)　午後２時～５時
場巻地区公民館
人西蒲区でこれから何かやりたいと思っている人（やっている人）または西蒲区在住でコミュニケーションや場づくりに興味のある人　30人（応募多数の場合抽選）
申6月25日(水)　午後５時までに右記二次元コードから申し込み
問地域総務課企画・地域振興グループ（☎0256-72-8143）

《広告欄》

あんしんあんぜん、登下校　問西蒲区自治協議会（事務局　地域総務課（☎0256―72―8143））

日＝日時　場＝会場　内＝内容　人＝対象・定員　¥＝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）