



本日、7月20日(日)は、参議院議員通常選挙の投票日です。投票に行きましょう！

骨粗しょう症予防相談会(要予約)

☎健康福祉課健康増進係 (☎0256-72-8380)

- ☎8月8日(金)
①午前 9 時40分、②午前10時10分、③午前10時40分、
④午前11時10分、⑤午後 1 時10分、⑥午後 1 時40分、
⑦午後 2 時10分
☎巻地域保健福祉センター
☎骨粗しょう症予防のための生活相談、骨密度測定(かかとを素足で測定)
☎市内在住の18歳以上の人 各回先着7人
※骨粗しょう症で治療中の人を除く
- ☎インターネット予約(右記二次元コード)
※インターネット予約が難しい場合は電話で市のコールセンター(☎025-243-4894)へ



▲予約の二次元コード

Nobody's Perfect (NPプロジェクト)

完璧な親なんていない！～参加者募集～

はじめから一人前の親はいません。まわりの助けをもらいながら親になっていきます。この講座では、グループでお互いの悩みや関心のあることを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。



- ☎9月5日(金)～10月10日(金) 毎週金曜日 全6回シリーズ
午前10時～正午
☎西川地区公民館
☎区内在住で、おおむね1歳～5歳の幼児の母親 先着10人程度
※なるべく全6回参加できる人
☎しつけの悩み、こどものこととからだ、自分の時間の作り方、家族との関わり方 など
保育あり 8人程度 ※事前に申し込んでください
☎健康福祉課こども支援担当 (☎0256-72-8369)

お知らせ版

- ☎=日時 ☎=会場 ☎=内容 ☎=対象・定員
☎=参加費(記載のないものは無料) ☎=問い合わせ
☎=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)

公民館

☎西川地区公民館(☎0256-88-2334)

●夏休みアニメ上映会 ～子どももおとなも一緒に楽しもう～

- ☎8月1日(金)
①午前10時～11時(開場午前9時半～)
②午後1時～2時半(開場午後0時半～)
☎①「泣いた赤おに」
「世界の名作童話」
ながぐつをはいたねこ 他
②世界名作劇場
～母をたずねて三千里～



☎西川多目的ホール(西川図書館 内)

●小学生向け「夏休み学習室」開設

- ☎7月29日(火)～31日(木)
8月 5 日(火)～ 8 日(金)
8月19日(火)～22日(金)
午前9時～正午



☎小学生10人程度

持ち物 勉強道具、飲み物

☎当日、直接公民館受付窓口へ

●傾聴講座(全2回)

～はじめての一步は聴くことから～

- ①☎10月7日(火)
午後1時半～3時半

☎「相手を受け入れる傾聴法」
講師 遠藤道子さん

(NPO法人こころネットワーク)

- ②☎10月14日(火)
午後1時半～3時半

☎「傾聴ボランティアのすすめ」
講師 富岡五子さん

(傾聴ボランティアグループ陽だまり)

☎先着15人

☎7月22日(火)～9月30日(火)までに

同館または西蒲区社会福祉協議会

(☎0256-73-3356)へ

図書館

☎巻図書館 (☎0256-73-5066)

●ふしぎでこわ～いおはなしの会

ボランティアグループ「おはなしるんぶんぷん」が不思議な話・怖い話をテーマに絵本の読み聞かせをします。

- ☎8月3日(日)①午後2時～同25分
②午後2時半～3時

☎巻図書館

☎①3歳以上、②小学生以上

子育て(子育て支援センター・児童館)

☎ほかほかコアラ(岩室保育園内)

☎0256-82-2900



●赤ちゃん広場「ベビーヨガ」

- ☎7月29日(火)午前10時～
講師 白倉智尋さん(ベビーヨガインストラクター)

☎直接または電話で同センターへ

☎さくらんぼ(中之口こども園内)

☎025-375-5690



●水遊び

- ☎7月28日(月)、29日(火)、8月4日(月)、
7日(木)午前10時～11時

※悪天候の場合は中止

持ち物 水遊び用パンツ、バスタオル、
飲み物(水またはお茶)

●歯科衛生講座

- ☎8月6日(水)午前10時20分～
講師 幡本範子さん(歯科衛生士)

☎直接または電話で同センターへ

☎かるがも広場(鑑郷保育園併設)

☎0256-88-2286



母子保健だより

☎健康福祉課健康増進係
☎0256-72-8372



♡育児相談会(要予約)

- ☎8月7日(木)
(受付:午前9時半～11時)

☎巻地域保健福祉センター

☎個別相談、身体計測、栄養相談、

☎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

☎電話で巻地域保健福祉センター

(☎0256-72-7100)へ

♡はじめての離乳食(要予約)

- ☎8月22日(金)午後1時半～2時
50分(受付:午後1時15分～)

☎巻地域保健福祉センター

☎離乳食の進め方、情報交換、試食、体
重測定(希望の人)

☎生後5か月ごろの乳児の保育者
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)

☎8月20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
できない場合は、電話で

健康福祉課健康増進係

(☎0256-72-8372)へ



定例日健康相談会のご案内

8月	相談時間	相談会場	予約締切日
19日(火)	①午後1時半～2時半	巻地域保健福祉センター	8月15日(金)
21日(木)	②午後2時半～3時半	西川健康センター	8月19日(火)

☎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)

☎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)

●水遊び

- ☎7月22日(火)
午前10時～、午前10時半～ ※悪天候
の場合は中止

☎1歳以上

持ち物 着替え、タオル

☎直接または電話で同センターへ

☎ぴよぴよ(ゆたがしこども園内)

☎0256-77-9399



●リラックスヨガ

- ☎8月7日(木)午前10時半～
講師 宮本綾乃さん(ヨガインストラ
クター)

☎先着5組

☎直接または電話で同センターへ

☎トマトくらぶ(ゆたがしこども園内)

☎0256-78-8817



●育児相談会

- ☎7月29日(火)午前10時～11時半
講師 健康福祉課 保健師

☎直接または電話で同センターへ

●育児講座「こどもを連れての防災」

- ☎8月5日(火)午前10時半～
講師 青柳麻紀さん(防災士)

☎直接または電話で同センターへ

☎おそびの山(岩室地域児童館)

☎0256-82-2169



●ハッピータイムカフェ

- ☎7月25日(金)
午前10時半～

イベントの詳細は同館
インスタグラムを確認して
ください。



相談

出張ハローワーク ひとり親全力サポートキャンペーン

ハローワークでは、ひとり親の就職
活動を支援するために、8月の児童扶養
手当現況届の提出時期に合わせて、西
蒲区役所内にハローワークの臨時相談
窓口を設置します。

催し

楽しんで防災・減災を学ぶ！ 謎解き！脱出ゲーム

6つのブースをまわってヒントを
ゲット！謎解きで楽しく防災・減災に
ついて学びましょう。

- ☎7月27日(日)午前10時～午後3時

☎西川体育センター

持ち物 内履き、タオル、飲み物、懐中
電灯(持っている場合)

☎300円

先着100人にグッズ入防災リュックを
プレゼント

☎同館(☎0256-88-7383)

「からだ測定！体操教室(要予約)」

理学療法士の体操教室と各種測定
をセットで行います。今回のテーマは

「熱中症予防の身体づくり」です。

- ☎7月25日(金)午後1時半～3時

☎巻地域保健福祉センター

☎理学療法士による講話・体操(個別
相談も可)、各種測定(体組成、血管年
齢、血圧測定)

☎先着20人

持ち物 内履き、飲み物

☎電話で健康福祉課健康増進係
(☎0256-72-8380)へ

令和7年度 第3回西蒲区自治協議会

6月26日(木)、岩室地区公民館で、
第3回西蒲区自治協議会が開催されま
した。主な内容は次のとおりです。

- ①他の会議への委員の推薦について
②区自治協議会会長会議の報告について

※詳しくは、区ホーム
ページをご覧ください



西蒲区役所公式SNS のフォローをお願いします!!



区内のイベント情報

Facebook



Instagram



緊急性の高い情報

X(旧Twitter)

