

6月4日(土) 越後石山駅付近で道路の渋滞が予想されます

新潟駅の在来線全線高架化切替工事のため、6月4日(土)に、JR越後石山駅の亀田駅側の踏切(山通踏切)を通行できない時間が長くなります。

6月4日(土)は、越後石山駅付近の道路の渋滞が予想されます。他のルートへの迂回など、ご理解とご協力をお願いします。

新潟駅全線高架化切替工事について

6月4日(土)は、終日、信越本線・白新線・羽越本線・越後線で列車の運休や時刻の変更があります。詳しくはJR東日本ホームページまたは専用ダイヤルへ。

JR東日本専用ダイヤル ☎050-2016-1609

受付期間 5月30日(月)～6月3日(金)午前9時～午後6時、
6月4日(土)午前9時～5日(日)午前1時、
6月5日(日)午前5時～8時

新潟駅付近連続立体交差事業について

問い合わせ 新潟駅周辺整備事務所(☎025-245-1260)



今月の「ごみゼロの日」は5月29日(日)です

ごみのない美しいまちを目指して、東区では毎月最終日曜日を「ごみゼロの日」としています。この日を機会に、ごみ出しマナーやポイ捨てなどについて、もう一度考えてみましょう。

「ごみゼロ！」一口メモ

段ボールを使って、生ごみを堆肥化してみませんか



区役所では、生ごみを堆肥化する段ボールコンポスト「サイチョのマジックダンボール」を販売しています。堆肥を作って、おいしい野菜やきれいな花を育ててみませんか？

販売品目	段ボールコンポストセット (段ボール箱・内袋・基材・説明書)	500円
	段ボールコンポスト用の基材	400円
販売対象者	市内に居住している人	

問い合わせ 区民生活課生活環境係(☎025-250-2285)



6月の肺がん集団検診

6月	会場	受付時間	対象地区
2 木	区役所南口 エントランス ホール	午前9時～11時 午後1時～3時	区全域
10 金	山の下まちづくり センター 桃山集会所 (桃山町1)	午前9時～11時 午後1時30分～3時	山の下中学校 通学区区域
15 水	石山地域 保健福祉 センター	午前9時～11時 午後1時～3時	石山中学校 通学区区域、 東石山中学校 通学区区域
21 火	JA新潟市 大形支店(海老ヶ瀬) 本所自治会館 (本所2)	午前9時～11時 午後1時30分～2時30分	大形中学校 通学区区域、 東石山中学校 通学区区域
22 水	区役所南口 エントランス ホール	午後1時～3時	区全域

※受診券(切り取らずにお持ちください)、健康保険証、肺がん検診個人記録票

☎当日直接会場

☎健康福祉課健康増進係(☎025-250-2350)

●骨粗しょう症予防相談会

☎6月21日(火)

- ①午前9時40分 ②午前10時
- ③午前10時20分 ④午前10時40分
- ⑤午前11時 ⑥午前11時20分
- ⑦午後1時20分 ⑧午後1時40分
- ⑨午後2時

☎木戸健康センター

☎骨密度測定、相談

☎骨粗しょう症治療中でない18歳以上各時間帯先着5人

☎5月19日(木)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●健康相談

6月	会場	受付時間
7 火	石山地域保健福祉センター	午前9時10分～11時40分
21 火	木戸健康センター	午前9時15分～11時15分

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。

☎7日(火)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、21日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●健康ミニ講座

☎6月7日(火)午後1時～2時30分

☎石山地域保健福祉センター

☎ラジオ体操、栄養士の話、血圧・体組成測定など

☎先着15人

☎電話で同センター(☎025-250-2901)

●妊婦歯科健診

☎6月16日(木)午後1時～2時15分

☎木戸健康センター

☎歯科健診、お口の健康相談

☎母子健康手帳の交付を受けた妊婦先着39人

☎母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票

☎5月18日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

●マタニティセミナー(安産教室)

当日は検温をしてお越しください。

回	月	日	曜	時間	申込開始日
①	6	14	火	午後1時30分～2時45分	5月18日(水)
②	7	12	火		6月22日(水)

☎木戸健康センター

☎東区在住の妊婦各回先着13人(配偶者やパートナーは参加できません)

- ①令和4年7～8月出産予定者
- ②令和4年8～9月出産予定者

☎母子健康手帳、筆記用具

☎電話で健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

●育児相談

6月	会場	受付時間	申込開始日
2 木	石山地域保健福祉センター	午後1時30分～3時10分	5月18日(水)
16 木	木戸健康センター	午前9時30分～11時15分	

※各会場とも栄養士による相談あり

☎母子健康手帳、バスタオル

☎2日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、16日(木)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●子どもの健康診査(個人案内)

☆の健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。

☎健康福祉課健康増進係(☎025-250-2340)

1歳6カ月児健康診査 ☆

3歳児健康診査 ☆

1歳誕生歯科健康診査 ☆

対象者には案内を送付します。

☎股関節検診・母体保護相談

対象者には案内を送付します。超音波検査料2,800円が必要です。

い～てらす

寺山1653(寺山公園内)
☎025-250-5207
開設時間 午前9時～午後6時
休館日 水曜日(祝日の場合は翌平日)
☎就学前児と保護者、小学1～3年生

い～てらすの駐車場が混雑しているときは、隣接している東総合スポーツセンターの駐車場をご利用ください。

●産後ママの骨盤ケア

☎6月3日(金)午前10時30分～11時30分

☎カイロプラクティックによる骨盤ケアの体験

☎産後の母親先着10人(出産後の年数は問いません) ※子どもの同室可

☎一組500円

☎動きやすい服装、バスタオル(厚手のもの)、フェスタオル(長いもの)、飲み物

☎電話で同施設

●新潟暮らし1年生ママのおしゃべりテラス

☎6月7日(火)午前10時～11時30分

☎転勤などで新潟暮らしを始めたばかりのママのおしゃべり会

☎当日直接会場

●ベビーマッサージ

☎6月9日(木)午前10時30分～11時30分

☎赤ちゃんとお母さんのスキンシップ(オイルの使用なし) ※父親の参加可

☎2カ月からおむね12カ月までの乳児と保護者先着8組

☎親子一組500円

☎バスタオル、飲み物

☎電話で同施設

●おしゃべりテラス～卒乳のお話～

☎6月14日(火)午前10時～11時30分

☎助産師と卒乳についてのおしゃべり会

☎乳幼児の保護者先着8組

☎電話で同施設

●あんよのまへのいないいないばあ

☎6月17日(金)午前10時15分～11時30分

☎ふれあい遊び、リズム遊びなど

☎7～12カ月の乳児と保護者先着20組

☎電話で同施設

わいわいひろば

下木戸1-4-1(区役所庁舎2階)
☎025-250-2395
開設時間 午前9時～午後6時
休館日 第1・3月曜日(祝日の場合は翌平日) ※6月は6日(月)、20日(月)
☎就学前児と保護者、小学1・2年生

●お口の健康0.1.2

☎6月1日(水)午前10時30分～11時

☎東区プラザ

☎歯科衛生士による0・1・2歳児の口内衛生についての話

☎先着10組

☎電話または直接同施設

●パパとママのベビーマッサージ(パパ向け講座)

☎6月4日(土)午前10時～11時30分

☎東区プラザ

☎パパとママで赤ちゃんとのスキンシップを楽しむ

☎2～7カ月の乳児と保護者先着6組 ※きょうだいの保育あり(要申し込み、先着2人) ☎親子一組500円

☎電話または直接同施設

●赤ちゃん体操

☎6月14日(火)午後1時30分～2時30分

☎赤ちゃんとのコミュニケーションをとりながら体を動かす

☎3～5カ月(首すわり～寝返り頃)の乳児と保護者先着8組(父親の参加可)

☎親子一組500円

☎電話または直接同施設

●プレママ・パパ情報交換会～聞こう、話そう、出産・育児～

☎6月25日(土)午前10時30分～11時30分

☎東区プラザ

☎プレママ・パパと先輩ママで出産や育児についてのおしゃべり会

☎妊娠中の人とパートナー先着8組

☎飲み物

☎電話または直接同施設

●産後ママのやさしいヨガ

☎6月28日(火)午後1時30分～2時30分

☎産後の母親が赤ちゃんと一緒に参加できるヨガエクササイズ

☎1歳未満の乳児と母親先着8組

☎親子一組500円

☎電話または直接同施設

●赤ちゃんがきた！～親子の絆づくりプログラム～

☎7月1日～22日の毎週金曜日(4回連続講座)午後1時30分～3時30分

☎東区プラザ

☎初めて赤ちゃんを育てている母親のためのプログラム(仲間づくり、親子の絆づくり、育児の学びについての講座)

☎令和4年2～4月生まれの乳児と母親先着10組(東区在住に限る)

☎電話または直接同施設

こども創作活動館

牡丹山1-33-23
☎025-279-2113
開設時間 午前9時～午後6時(日曜・祝日は午後5時)
休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)
☎就学前児と保護者、小学1年生～中学3年生

●アトリエこぞう

☎6月10日(金)午後4時30分～5時

☎絵の具で描こう

☎当日直接会場

●おやこdeアート

☎6月14日(火)午前10時30分～11時

☎親子で工作(てがたdeたなばたかざり)

☎0歳～就学前児と保護者

☎当日直接会場

●体育あそび教室

☎6月22日(水)午後4時～5時

☎マットや跳び箱を使って体を動かす

☎小学1～6年生先着10人

☎汗を拭くタオル、飲み物

☎電話または直接同施設

●工作のイベントは今号の市報にいがたにも掲載しています

最終日や土・日曜日は混雑しますので、できるだけ避けて来場してください。