

みなさんの健康のために(2月)

健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

全て事前に申し込みが必要です。

育児相談

- ☑ 身体計測、栄養相談、歯科相談
- ※計測のみも可
- ☑ 乳幼児と保育者

| 2月 | 会場 | 定員 | 申し込み先 |
|------------|-------------|-------|--------------------------|
| 16(水) 9:30 | 豊栄健康センター | 先着32組 | 健康福祉課地域保健福祉担当(☎387-1345) |
| 22(火) 9:30 | 北地域保健福祉センター | 先着24組 | 同センター(☎387-1781) |

※各2時間

妊婦歯科健康診査

- ☑ 2月8日(火)午後1時~2時45分
- ☑ 豊栄健康センター
- ☑ 妊婦 先着24人
- ☑ 1月19日(水)から電話で市役所コールセンター(☎243-4894)

離乳食講習会

- ☑ 1月19日(水)から電話で市役所コールセンター(☎243-4894)
- ☑ はじめての離乳食
- ☑ 2月3日(木)午後1時半~2時半
- ☑ 豊栄健康センター
- ☑ 離乳食の始め方
- ☑ 生後5カ月頃の乳児の保育者 先着15人
- ☑ ステップ離乳食
- ☑ 2月3日(木)午前10時~11時
- ☑ 豊栄健康センター
- ☑ 離乳食の進め方
- ☑ 生後6カ月以降で2回食・3回食に進もうとしている乳児の保育者 先着15人

《その他》

- ☑ 股関節検診・母体保護相談、1歳誕生歯科健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(3歳6カ月頃に実施)は該当者に個別案内をしています。
- ☑ はじめての離乳食は偶数月は豊栄健康センター、奇数月は北地域保健福祉センターで実施します。
- ☑ 健康福祉課健康増進係(☎387-1340)
- ☑ 1歳誕生歯科健診時に、同会場で「ブックスタート」を実施します。
- ☑ 豊栄図書館(☎387-1123)

健康相談(保健師、栄養士による個別相談)

| 2月 | 会場 | 定員 | 申し込み先 |
|-------------|-------------|------|--------------------------|
| 22(火) 13:30 | 豊栄健康センター | 先着8人 | 健康福祉課地域保健福祉担当(☎387-1345) |
| 25(金) 9:30 | 北地域保健福祉センター | 先着4人 | 同センター(☎387-1781) |

※各2時間、健康診断の結果記録票のある人は持参してください

始めよう運動!健康づくりスタートセミナー

- ☑ 健康づくりに役立つ運動の講話や実技
- ☑ 40~74歳で他の運動教室、運動サークルなどに参加していない人

| 2月 | 会場 | 定員 | 申し込み先 |
|-------------|--------------|-------|--------------------------|
| 8(火) 13:30 | 北地区公民館3階大ホール | 先着12人 | 北地域保健福祉センター(☎387-1781) |
| 22(火) 13:30 | 豊栄健康センター | 先着10人 | 健康福祉課地域保健福祉担当(☎387-1345) |

※各2時間

下水道使用料 公共下水道を利用するといくらかかる?

☑ 東部地域下水道事務所 北下水道分室(☎387-1806)

排出汚水量に応じて料金が変わります

公共下水道が完成し、下水道を使い始めると、流した汚水の量に応じて下水道使用料を納めていただきます。

皆さんから納めてもらった使用料は、家庭や事業所などから排出された汚水をきれいな水に再生して河川に放流するための維持管理費や、施設建設に必要な経費の一部に充てられます。

Q 汚水の排出量はどのように量るの?

A 汚水にはさまざまな物が混ざっていて、正確な測定は難しいので、水道水などの使用量をそのまま汚水の排出量とみなす方式が採用されています。

▼水道水による場合

水道の使用水量を汚水の排出量とみなします。

▼地下水などを使用している場合

それらの使用状況に応じて認定します。

▼水道水と井戸水などを併用している場合

それぞれの排出量を合算したものとなります。

新潟市下水道キャラクター 水玉ぼうし

Q 水道料金より下水道使用料が高いのはどうして?

A 水道水を作るより、汚れた水やし尿を浄化の方が割高だからです。「水を作る」「汚水を処理する」という内容が異なる経費なので、まったく同じにはなりません。

400mL献血にご協力を

- ☑ 1月21日(金) 午前9時半~11時半
- ☑ 北区役所 交流スペース 所要時間30分~40分(目安)
- ☑ 持ち物 献血カード
- ※初めて献血する人は顔写真付きの身分証明書が必要
- ☑ 健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

北コン(日帰り婚活バスツアー)

| | |
|--------------------|---|
| 2月13日(日)午後1時~5時45分 | |
| 行き先 | アドバンファームしばた(イチゴ狩り)、DHC酒造、ビリヤード&ダーツバー ADVAN |
| 集合・解散場所 | 豊栄駅(女性のみ新潟駅から乗車可) |
| 募集人数 | 北区在住・在勤で20~45歳の独身男性10人 20歳以上で新潟県民の独身女性10人 ※応募多数の場合抽選 |
| 参加費 | 男性 6,000円 女性 4,000円 |
| 申込期間・方法 | 2月2日(水)までに電話で(株)フリーウェイツアー(☎259-8621) |

☑ 豊栄商工会青年部(☎387-2264)

「あったか言葉」パネル展

- ☑ 1月18日(火)~31日(月)
- ☑ 北地区スポーツセンター エントランスホール

(50音順)

区自治協議会提案事業

「あったか言葉」っていいね 入賞作品

身近な人との交流や声をかけあう機会が少なくなり、心の距離が遠くなってきています。同協議会では、家族、友だち、恋人、地域の人などさまざまな人にかけたい思いやりのある言葉、「あったか言葉」を募集しました。

270点の応募があり、多くの皆さんから、言葉をかけあい、支えあえる関係性の大切さについて考えていただくことができました。

昨年12月23日(木)、豊栄地区公民館で表彰式を開催し、入賞者に同協議会福祉教育部会の遠藤副部長から賞状と副賞を贈呈しました。



| ほっこり賞(10代部門) | 氏名 |
|---------------------------|---------|
| ありがとう いつも近くに いてくれて | 植木 玲菜さん |
| 伝えよう 感謝の言葉 ありがとう | 遠藤 雄大さん |
| 「ありがとう。」周りにやさしさ 連鎖する | 加瀬 新さん |
| だいじょうぶ あたたかい声 やさしいね | 菊池 桜翔さん |
| 失敗は みんなあること 気にするな | 木村 萌杏さん |
| 聞きたいな もっと話して 君の事 | 近藤 大翔さん |
| 大丈夫 言われてうれしい 助け合い | 佐藤 莉瑚さん |
| やさしさを 次はぼくが 返す番 | 田中蒼大朗さん |
| 友達に 背中をおされ 勇気です | 谷 愛理さん |
| ありがとう 言われて言って あたたかい | 平松幸太郎さん |
| ぬくぬく賞(20~50代部門) | 氏名 |
| ありがとう 笑顔あふれて ありがとう | 梅津 礼さん |
| つらくても あなたはあなたの ままでいい | 高野 由佳さん |
| ほかほか賞(60代以上部門) | 氏名 |
| どうしたの ちょこっとひと声 かけてみる | 松田 ヒサさん |
| なんとかなる なるようになる きっといいことがある | 山田まり子さん |

コラボ企画 あったか商品を販売します

障がい者福祉施設自慢の商品に、2月上旬~3月末の期間限定であったか言葉のシールが付きまます。ちょっとしたギフトにもおすすめです。(売り切れ次第終了)

☑ 健康福祉課障がい福祉係(☎387-1305)

| 施設名 | 販売品目 |
|----------------------------------|--|
| 豊栄福祉交流センター クローバー(東栄町1) ☎384-1112 | クローバー納豆(150円) カメヨコなっとう(200円) デザインドリップコーヒー(150円) うち豆(150円) ミックスクッキー(100円) |
| CROSS HARBOR(三軒屋町) ☎369-0367 | カカオニブクッキー(380円)※少量サイズもあり |

体調がすぐれない場合などは、参加を控えてください。