



健康相談会(予約制)

回4月18日(火) 午前9時～11時 南区役所 健康相談(禁煙相談も可) 直近の健康診断の結果(なくても可) 健康福祉課 ☎372-6385

はじめての離乳食(予約制)

回4月13日(木) 午後1時45分～2時 白根健康福祉センターなごみなみ 離乳食の進め方(1時間程度) 生後5カ月頃の赤ちゃんの保育者 先着10人 母子健康手帳、バスタオル 3月22日(水)～4月11日(火)に市役所コールセンター ☎243-4894

ステップ離乳食(予約制)

回4月4日(火) 午後1時45分～2時 白根健康福祉センターなごみなみ 離乳食の進め方(1時間程度) 生

後6カ月以降で2回食・3回食に進む赤ちゃんの保育者 先着10人 母子健康手帳、バスタオル 3月22日(水)～4月2日(日)市役所コールセンター ☎243-4894

育児相談会(予約制)

回4月13日(木)①9:30②9:50③10:10④10:30⑤10:50 白根健康福祉センターなごみなみ 身体計測、保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士による相談 乳幼児の保育者 各時間先着5人 母子健康手帳、バスタオル 3月22日(水)～4月12日(水)に健康福祉課 ☎372-6375 ※妊娠や子育てについての相談はいつでも受け付けています

妊婦歯科検診(予約制)

回4月26日(水)①13:00 先着15人②13:45 先着10人 白根健康福祉センターなごみなみ 母子健康手帳、受診票 3月22日(水)～4月24日(月)に市役所コールセンター ☎243-4894

その他健診

対象の人には個別に案内を送ります。 ●1歳誕生歯科健診 4月6日(木) ●1歳6カ月児健診 4月12日(水) ●3歳児健診 4月14日(金) 新型コロナウイルス感染防止のため、原則、住所区以外での受診はできません。

臨時窓口を開設 3/26(日)・4/1(土)9:00～17:00

この時期は窓口が大変混み合います。比較的空いている臨時窓口を利用してください。

◆マイナンバーカードの持参を

住所変更などの手続きをするときは、変更する全員分の「マイナンバーカード(個人番号カード)」または「住民基本台帳カード」を持参してください。(暗証番号の入力が必要)

※前住所地でマイナンバーカード・住民基本台帳カードを利用した転出届けをした人は、臨時窓口では手続きができない場合があります

◆本人確認を実施

住民票の写しなどの証明書の請求や住所変更、戸籍の届け出の際には、運転免許証などで窓口に来た人の本人確認を実施します。

窓口・問い合わせ先	臨時窓口でできる手続き
区民生活課 ☎372-6105	戸籍謄本・住民票の写しなどの各種証明書交付(税証明は不可)、印鑑登録、住民異動届、戸籍届、国民健康保険の加入・脱退・保険料の相談、ごみ・し尿などの相談・受け付け ほか
健康福祉課 ☎372-6351	障がい福祉・介護保険・高齢者福祉・児童福祉・母子・成人保健サービスに関する相談・受け付け ほか

※臨時窓口では住民票の写しの広域交付はできません。他の市町村が関係する手続き(戸籍届、後期高齢者医療など)は、書類の受領のみとなる場合があります

南区と共にながめる白高生!

今年度の全校ボランティアは、全部で27活動でした。参加生徒は延べ227人(全校生徒は175人)。1人で複数の活動に参加した生徒が多数いたことになり、積極的な活動ができました。

校外活動では地域の皆さんと一緒に活動し、たくさんの元気をもらっただけでなく、個々の成長につながりました。

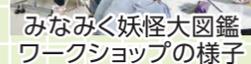
校内活動では「使用済み切手の収集活動」を実施しました。校内に周知用ポスターの掲示と収集箱の設置をしたところ、総重量約2kgの使用済み切手が集まり、代表生徒が区社会福祉協議会に届けました。被災者支援に役立てていただけるということで、来年度も引き続き行います。

「みなみ妖怪大図鑑ワークショップ」にも参加しました。白根のまちPRのお手伝いのできたらうれしいです。

県立白根高等学校・地域コーディネーター 織田さんが活動を紹介します



区社会福祉協議会に届けました



みなみ妖怪大図鑑ワークショップの様子

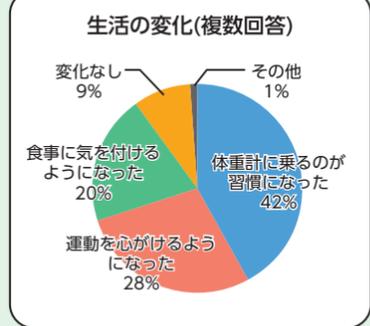
今年で7年目!

「はかるう体重!あるこう南区!大作戦」結果報告

多くの人から体重や歩数を30日分記録してもらいました。体重計に乗ることが習慣になった人が最も多く、継続して記録することで自分の体を知り、行動や意識が変化しました。

参加者からは「家族で楽しく体重を測れた」「歩数を意識した生活になった」などの感想がありました。記録することで生活が変化し、健康意識が向上したようです。

「はかるう」「あるこう」を習慣化し、継続して健康づくりに取り組みましょう。 健康福祉課 ☎372-6385



公共交通情報コーナー

令和5年度「シルバーチケット」の登録を開始します

一部の路線バスと区バス・住民バスの運賃が半額になる「シルバーチケット」の有効期限は3月末までです。引き続き利用する場合は手続きが必要です。

手続き	登録開始	3/24(金)	対象	65歳以上
	持ち物	・申請者の住所と年齢が確認できる本人確認書類(原本) ・代理人が手続きする場合は、委任状と申請者・代理人の本人確認書類(原本)		
	窓口	地域総務課・月湯出張所		

※新規登録も同日から受け付けます

健康福祉課 ☎372-6605 都市交通政策課 ☎226-2725

月湯保育園での 南区の実りをいただく日

節分で、鬼を退治する豆の話の聞き「大豆」を知った子どもたち。「いつも食べている大豆は、実はこんなに固いんだよ」と触らせてもらおうと「うわ～。固いね」「こんなに固いと食べられないよね」とびっくりした様子でした。「大豆がお水をごくごく飲むとやわらかくなるんだよ」と聞き、大豆の不思議に興味津々!大豆は、体にとって大切な栄養がたくさんあること、豆腐やしょうゆ、みそなどいろいろな食べ物に変身することを知り、小さな「大豆博士」になりました。



白南中学校 文部科学大臣表彰受賞

白南中学校の「大好き新潟～南区地域福祉アクションプランの実現をめざして」の取り組みが評価され、令和4年度「コミュニティスクールと地域協働活動の一体的推進」に係る文部科学大臣表彰を受賞しました。

区社会福祉協議会やアクションプラン推進委員の皆さんから支援を受けながら、地域の課題について中学生らしい発想で解決策を提案しました。1月26日には発表会も開催され、生徒たちは自身の声で提案を伝えました。※南区地域福祉アクションプランは「支えあい(愛)のまち“ふるさと南”をめざして」をスローガンとしています



お知らせ

第10回 南区自治協議会

回3月27日(月)午後2時から 南区役所 傍聴 先着10人 区市長との懇談会ほか 地域総務課 ☎372-6605

弁護士の無料法律相談

回4月12日・26日(水)午後1時15分～4時15分 南区役所 土地、金銭貸借、保証、債務、離婚、認知など法律についての相談 先着6人 ※1人30分 3月22日(水)以降に区民生活課 ☎372-6105

白根カルチャーセンター 小学生かけっこ教室

回4月28日(金)午後6時～7時 小学3～6年生 先着30人 屋内用運動靴、飲み物 窓口または電話で同施設 ☎373-6311

市民の情報掲示板

●市シルバー人材センター会員募集

市シルバー人材センターは就業を通して健康や生きがいの実現を目指す団体です。豊かな技能や知識を生かし、地域社会へ貢献しています。

原則60歳以上で働く意欲のある人 同センター ☎241-3541 ※問い合わせした人に資料を送付

●桜遊園 桜・灯ろう祭り開催

【ライトアップ】 回4月1日(土)～10日(月) 午後6時～9時 【桜・灯ろうイベント】 回4月8日(土) 午後3時半～6時 白根大風太鼓やサクソフォンなどの演奏、豚汁の無料配布、ペットボトルの手作り灯ろう流しなど 桜遊歩道公園(鷲ノ木新田) 同祭り実行委員会(鷲巻地域生活センター内) ☎362-5711

《広告欄》

FMにいつ(76.1MHz)で情報発信しています

地域総務課(☎372-6621)