



### ◆市民かわら版の掲載方法

▼対象：市民で組織する団体が、市内の公共施設を使って行う市民向けの活動（政治・宗教・営利を目的、または将来その可能性があるもの、公序良俗に反するものは掲載できません）

▼条件：1団体で、体験・教室、会員募集は年1回、イベントは年2回を限度

▼字数：1000字程度。編集で添削あり。

▼申し込み：掲載希望月2カ月前の原則20日までに、直接またはファクスで、市役所1階元気発信課情報発信係へ。

※6月号は、4月19日（金）締め切り。

▼掲載：原則、先着順。誌面の都合で、掲載できない場合、体験・教室、会員募集は次号以降に順次掲載（イベントは没書）。

元気発信課  
☎21・2311  
FAX23・5112

### 子育て

### お子さんの就学相談に応じます

▼対象：平成32（2020）年度に、小学校へ就学予定のお子さんの成長や障がいのごことで不安をお持ちの保護者の方

▼相談内容：言葉や心身の発達に関する不安や、小学校の教育内容・支援・学習環境など

▼申し込み：保育園・幼稚園で配布された申込書を直接、在籍している保育園・幼稚園へ。

※お子さんが保育園・幼稚園に在籍していない場合は、学校教育課にお問い合わせください。

※日時などは相談に応じます。

園学校教育課  
☎21・2366  
FAX23・0881

### 5月の乳幼児健康診査・学級日程

▼ところ：健康管理センター

▼持ち物：母子健康手帳

※対象や詳細は市ホームページまたは、すくすくネットかしわごきをご覧ください。

### ◆健診

### ▼とき

- 4カ月児健診 8日（水）、23日（水）
- 10カ月児健診 16日（水）、30日（水）
- 1歳6カ月児健診 7日（水）、21日（水）
- 1歳6カ月児歯科健診 15日（水）、29日（水）
- 3歳児健診（内科・歯科） 9日（水）、22日（水）

▼時間：午後0時50分～1時50分  
受け付け（1歳6カ月児歯科健診は午後0時50分～1時30分）

◆学級  
▼とき  
●すくすく広場 1回目は17日（金）、2回目は10日（金）、3回目は9日（水）の午前9時30分～

●2歳児子育てと歯科相談 14日（水）の午前9時30分～



園子育て支援課  
☎20・4215  
FAX20・4201

### 親子であそび！ 「楽しい手あそびとふれあ いマッサージ」

▼内容：子どもとの触れ合いを通して親子の絆を深めたり、子育てのポイントや楽しみ方について学びます

▼とき：5月16日（水）の午前10時30分～11時30分

▼ところ：元気館

▼講師：保育士（保育課）

▼対象：3歳以下のお子さん  
と保護者

園保育課  
☎47・7785  
FAX20・4201



### 子育てキラキラ講座 「簡単離乳食の進め方」

▼内容：離乳開始から完了までの食事を学びます。食事サンプルの展示があり、質問もできます

▼とき：5月29日（水）の午前10時30分～11時30分

▼ところ：元気館

▼講師：栄養士（保育課）

▼対象：1歳6カ月位までのお子さん  
と保護者（保護者のみの参加も可）

園保育課  
☎47・7785  
FAX20・4201





健康

高齢者肺炎球菌予防接種料を補助します

▼対象：肺炎球菌予防接種を行ったことのない方で、次のいずれかに当てはまる方（接種は希望制）

- ① 65歳（昭和29（1954）年4月2日～昭和30（1955）年4月1日生まれの方）
- ※申し込み不要。

② 下表の対象年齢の方

※今年度から補助制度が延長になりました。接種希望の方は、健康推進課にご連絡ください。

- ③ 60歳以上64歳以下の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいのある方
- ④ 東日本大震災被災者の方で、①～③のいずれかに当てはまる方

▼補助期間：7月1日～平成32（2020）年3月31日

※期間外の接種は全額自己負担。  
※接種料など、詳細は6月に送付する書類でご確認ください。

平成 31 (2019) 年度肺炎球菌ワクチン対象年齢

年齢	生年月日
70歳	昭和24(1949)年4月2日～昭和25(1950)年4月1日
75歳	昭和19(1944)年4月2日～昭和20(1945)年4月1日
80歳	昭和14(1939)年4月2日～昭和15(1940)年4月1日
85歳	昭和 9(1934)年4月2日～昭和10(1935)年4月1日
90歳	昭和 4(1929)年4月2日～昭和 5(1930)年4月1日
95歳	大正13(1924)年4月2日～大正14(1925)年4月1日
100歳以上	大正 9(1920)年4月1日以前の方

健康推進課

☎ 20・4211  
FAX 22・1077

4～11月の潮の香ウォーク

▼内容：ウォーキングの学習と体験

▼とき：4～7月、9～11月の第3木曜の午前9時30分～11時

▼ところ：潮風公園ウォーキングロード（元気館向かい）

※元気館1階総合案内前集合。

▼持ち物：タオル、飲み物、運動ができる服装・履物

4～9月のメタボらず体操体験会

▼内容：生活習慣病予防と改善のための筋力トレーニングの体験と体組成測定

▼とき：4～9月の第4火曜の午前9時30分～10時15分

▼ところ：元気館

▼持ち物：タオル、飲み物、運動ができる服装・履物

▼申し込み：不要

◆体組成測定について

参加者の効果判定をするため、4月と9月は参加者全員、これ以外の月は、新規参加者を対象に体組成測定を行います。測定は、体験会の前後に行います。

健康推進課

☎ 20・4213  
FAX 22・1077

健康推進課

☎20・4211 FAX22・1077

健(検)診が始まります

健(検)診を受けて体の状態をチェックし、病気の早期発見・早期治療に役立てましょう。

2月に調査票で健(検)診を申し込まれた方には、4月中旬に受診通知書などをお送りします。

※5月以降の実施日や会場は、受診通知書と一緒に送付する地区日程表または5月に配布する平成31（2019）年度健(検)診日程表をご覧ください。

【4月の胃がん検診日程】

▶時間…8:00～10:00

会場	日
荒浜コミセン	23(火)、24(水)、26(金)
大洲コミセン	22(月)、25(木)
大洲小学校	23(火)、24(水)
松波会館	17(水)
松波コミセン	16(火)、17(水)
松波住宅集会所	22(月)
三島町集会所	16(火)、18(木)
柏崎港観光交流センター「夕海」	18(木)、19(金)

【4月の肺がん検診日程】

※時間は会場によって異なります。

会場	日	時間
荒浜コミセン	26(金)	13:30～15:20
大洲コミセン	25(木)	13:30～15:00
大洲小学校	23(火)、24(水)	13:30～14:30
松波会館	17(水)	13:30～15:00
松波コミセン	16(火)	13:30～15:00
松波住宅集会所	22(月)	13:30～15:00
三島町集会所	18(木)	13:30～15:10
柏崎港観光交流センター「夕海」	19(金)	13:30～14:30

**医療・介護ガイドブックをご利用ください**

地域医療をよく知り、上手に利用するための情報をまとめた「医療・介護ガイドブック（平成27（2015）年3月発行）」をホームページに掲載しています。あわせて広報かしわぎに折り込みの「柏崎・刈羽地域の救急診療」のチラシをご活用いただき、ルールを守った受診をお願いします。



市HP  
医療・介護  
ガイドブック

☎43・9141  
FAX24・7714

**講座・教室**

**国・県・市の職員による  
出前講座「ふれあい講座」**

▼内容：職員が会場へ向向き、専門知識を生かしたさまざまな講座を行います（認知症、柏崎のお米、まち歩きなど）。詳しくは市ホームページまたは、市

民プラザや各コミセンにある講座紹介パンフレットをご覧ください。

▼とき：希望する日の午前9時～午後6時（1講座1時間以上2時間以内）

▼ところ：希望する場所

▼対象：市内に在住・在勤・在学している10人以上で構成された団体・グループ（学習グループ・学校・町内会などが主催する催し）

※政治・宗教・営利を目的とした催しなどには職員を派遣できません。

▼申し込み：開催希望日の1カ月前までに、申込書を直接またはファクスで、文化・生涯学習課（〒945-0051東本町1-3-24市民プラザ内）へ。



市HP  
ふれあい講座

☎20・7500  
FAX22・2637

文化・生涯学習課

**柏崎公民館講座  
シニアコース  
受講生募集**

▼ところ：市民プラザ

▼対象：おおむね60歳以上の方

▼申し込み：4月21日(日)までに、直接または、はがき・ファクス・Eメール（講座名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・年齢・性別・電話番号を記入）で、文化・生涯学習課（〒945-0051東本町1-3-24市民プラザ内）へ。二次元コードからも申し込みできます。

▼注意

●電話での申し込みはできません

●定員を超える場合は抽選。申し込みが少ない場合は中止することがあります。募集締め切り後、受講可否を通知します

●Eメール・申し込みフォームで申し込み後、1週間以内に確認メールが届かない場合は、ご連絡ください

●受講をキャンセルする場合は、早めにご連絡ください。テキスト代などを支払っていただく場合があります

●納入済みの受講料は返金できません

文化・生涯学習課

☎20・7500 FAX22・2637  
✉s-plaza@city.kashiwazaki.lg.jp



市HP  
柏崎公民館講座  
シニアコース

講座名(回数)・期間	曜	時間	内容	定員(人)	受講料(円)
古布ちりめん七夕飾り (全4回) 5/13・20・27・6/3	月	9:30～ 11:30	古布ちりめん卓上サイズの七夕飾りを製作します。古布ならではの質感や色彩の魅力を感じながら作ります。	15	3,300
スッキリ生活！ 整理収納のキホン 6/10	月	9:30～ 11:30	整理収納の基本を学び、スッキリ生活を目指します。「快適に暮らす」「キレイを続ける」コツを教えます。	20	200
ガーデニング (全5回) 5/14・28・6/4・11・18	火	9:30～ 11:30	バラの育て方や夏のお手入れについて学習します。寄せ植えや簡単なDIYにもチャレンジ！ 現地学習にも出かけます。	20	1,000 (材料費別途)
いきいき歌声講座 (全4回) ①7/2・9・23・30 ②7/3・10・24・31	①火 ②水	10:00～ 11:30	昨年度大人気の講座を再び開講します。昭和歌謡や唱歌を楽しく歌います。※どちらかの日程を選んでください。	各 30	800
男のどんぶり飯 6/20	木	9:30～ 12:00	男性限定の料理講座です。新潟のソウルフード「タレカツ丼」と、郷土食材を使った副菜や汁を作ります。	24	700 (材料費含む)
夏の家庭薬膳 (全3回) 7/4・18・8/1	木	9:30～ 12:00	暑い夏も元気に過ごすため、トマトやきゅうりなどのお手軽食材で、家庭でも作れる薬膳料理を学びます。	24	2,100 (材料費含む)
楽しい健康法 笑いヨガ (全4回) 5/10・6/7・7/5・8/2	金	13:30～ 15:00	笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた笑いの健康体操です。体力に自信のない方でも楽しく受講できます。	20	800
緑の野菜レシピ (全3回) 5/17・24・31	金	9:30～ 12:00	初夏にぴったりの緑色野菜を使った彩りのある料理を学びます。	24	2,100 (材料費含む)
男の喫茶店料理 7/12	金	9:30～ 12:00	男性限定の料理講座です。メインメニューはナポリタンです。昔懐かしい味を自分で作りましょう。	24	700 (材料費含む)