

(〒945-0054 日石町4-32)へ。
※申込書は文化会館アルフォーレ
にあります。

文化会館アルフォーレ
TEL 21-0010 FAX 21-0011

陸上自衛隊高等工科学校の生徒を募集

▶申込期限

- ①推薦採用=12月2日(金)
②一般採用=令和5(2023)年
1月6日(金)

▶試験日・受験資格…詳細は、募集要項または自衛隊新潟地方協力本部ホームページをご覧ください。募集要項は、自衛隊柏崎地域事務所にあります。

自衛隊柏崎
地域事務所
TEL・FAX 24-3000



障がい者芸術作品展「かしわざきギャラリー」の作品を募集

▶募集内容…絵画、書道、写真、工芸などのオリジナル作品(発表・未発表問わず、1人5作品まで)

▶展示期間…12月1日(休)～9日(金)正午

▶展示場所…ソフィアセンター、市役所1階市民ロビー

▶応募方法…11月4日(金)までに、申込書を直接または郵送で、市役所1階福祉課へ。

※申込書は福祉課にある他、市ホームページからダウンロード可。

▶出品料…無料(作品の搬入などにかかる経費は自己負担)

▶作品の搬入・搬出

●搬入=11月30日(水)10:00

●搬出=12月9日(金)13:00

※応募数により展示作品を調整する場合があります。

※作品の表彰や評価などは行いません。

福祉課
TEL 21-2299 FAX 21-1315

市民かわら版

- ①とき(活動日)②ところ③対象
④費用(記載のない場合は無料)
⑤内容⑥問い合わせ

◆会員募集

マンボウスイミングクラブ

- ①毎週火曜の13:00～14:00②
スポーツハウス③50歳以上の方
④月千円⑤水泳・水中ウォークなど
を自分のペースで自由に楽しむ
⑥藤本君子(Tel47-2522)

◆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…100字程度。添削あり。

▶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)。

▶申し込み…原則、掲載希望月2カ月前の20日までに、直接またはファクス・Eメールで、市役所1階元気発信課へ。

元気発信課

TEL21-2311

FAX23-5112

✉koho@city.kashiwazaki.lg.jp



子育て



「里親」になりませんか
一温かい家庭を必要としている
お子さんがいます

▶内容…それぞれの事情で親元を離れて暮らしている子どもたちがいます。その子どもたちを、一定期間、家族の一員として迎え入れ、温かい愛情と正しい理解をもって心身の成長を支えてくれる「里親」を募集します。

※詳細は、長岡児童相談所にお問い合わせください。

新潟県長岡児童相談所
TEL0258-35-8500

11月の元気館 子育て講座・イベント

保育課

TEL47-7785 FAX20-4201

▶対象…3歳以下(未就園)のお子さん
と保護者1人

▶定員…20組程度(予約制)

▶申し込み…11月4日(金)以降、祝日を除く月～金曜の9:00～15:00に直接、元気館1階保育課へ。チケットをお渡しします。
※詳細は、市ホームページ・すくすくネットかしわざきをご確認ください。

すくすくネット
かしわざき▶



親子であ・そ・ぼ! 「えほんライブ」

▶内容…絵本の世界にふれ、親子で楽しい時間を過ごします。

▶講師…田村いづみさん・渡邊麻美さん(絵本専門家)

▶とき…11月17日(休)
10:30～11:30



11月の乳幼児健診、妊娠期・子育て期のセミナー日程

子育て支援課

TEL20-4215 FAX20-4201

出産前のパパママセミナーとすくすく広場は、電話予約の他、インターネット予約もできるようになりました。



- ▶ところ…健康管理センター
- ▶予約受付…祝日を除く月～金曜の8:30～17:15
- ※感染予防のため、内履きの持参にご協力ください。

出産前のパパママセミナー（要予約）

- ▶内容…妊娠中の相談や出産に向けた心構えなど、情報提供や体験
- ▶時間…13:15～13:30受け付け、13:30開始
- ▶持ち物…母子健康手帳

対象	日	定員	申込期間
妊娠5～7カ月の妊婦	9(水)	15人	10/11(水)～11/4(金)
妊娠7～9カ月の妊婦と夫	12(土)	15組	10/12(水)～11/9(水)

すくすく広場（要予約）

- ▶内容…成長に応じた食事や遊びの話、子育て相談
- ▶時間…9:15～9:30受け付け、9:30開始
- ▶定員…各20組 ▶持ち物…母子健康手帳、バスタオル

対象	対象誕生月	日	申込期間
2カ月児	令和4(2022)年9月	18(金)	10/18(水)～11/15(水)
5カ月児	令和4(2022)年6月	11(金)	10/11(水)～11/8(水)
12カ月児	令和3(2021)年11月	10(水)	10/11(水)～11/7(月)

2歳児子育てと歯科相談（要予約：電話のみ）

- ▶内容…子育て相談、歯科相談
- ▶とき…15日(水)9:15～9:30受け付け、9:30開始
- ▶対象誕生月…令和2(2020)年10月
- ▶定員…15組 ▶持ち物…母子健康手帳、バスタオル
- ▶申込期間…10月17日(月)～11月10日(水)

乳幼児健康診査

- ▶時間…12:50～13:50受け付け、13:00開始
- ※1歳6カ月児歯科健診の受け付けは13:30まで。
- ▶持ち物…母子健康手帳、バスタオル、歯ブラシ（1歳6カ月児歯科のみ）

健診	対象誕生月	日	
		前半	後半
4カ月児	令和4(2022)年7月	9(水)	24(水)
10カ月児	令和4(2022)年1月	8(水)	17(水)
1歳6カ月児	令和3(2021)年4月	1(水)	22(水)
1歳6カ月児歯科	令和3(2021)年3月	2(水)	16(水)

生まれた日が15日までのお子さんは前半に、16日以降のお子さんは後半に受診してください。

健診	対象誕生月	日	
		前半	後半
3歳児(内科・歯科)	令和元(2019)年8月	10(水)	30(水)

人数調整のため、生まれた日が20日までのお子さんは前半に、21日以降のお子さんは後半の受診にご協力ください。

健康

メタボらす体操体験会

- ▶内容
 - 生活習慣病予防のための筋力トレーニング
 - 内臓脂肪を燃焼する運動体験
 - 膝痛・腰痛予防などをテーマとした月替わりのミニ講話
 - 体組成測定
- ▶とき…10月25日(水)、11月22日(水)、12月20日(水)、令和5(2023)年1月24日(水)、2月28日(水)、3月28日(水)
- 9:30～10:30
- ▶ところ…元気館
- ▶持ち物…タオル、飲み物、内履き、運動ができる服装

- ▶体組成測定…3月28日(水)の体験会の前後に行います。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。



健康推進課

TEL 20-4213 FAX 22-1077

自分に合った改善方法が見つかる「糖尿病予防教室」

- ▶内容…医師講話、食事の話（おいしい昼食付き）、口腔の話（歯周病予防）、運動の話などで、糖尿病の予防方法を学びます。
- ▶とき（全4回）
 - ① 11月2日(水) 13:30～16:00

- ② 11月16日(水) 9:30～13:00
- ③ 12月2日(金) 9:30～正午
- ④ 令和5(2023)年2月7日(水) 9:30～11:30

- ▶ところ…健康管理センター
- ▶対象…70歳以下の市民で、血糖値が高めの方やその家族
- ▶定員…20人（先着）
- ▶受講料…500円（②の昼食代）
- ▶申し込み…10月26日(水)までに、直接または電話で、元気館2階健康推進課へ。



健康推進課

TEL 20-4213 FAX 22-1077