

柏崎文化協会

③個人・団体・法人④2千円（個人）⑤柏崎市民文化誌「風のいろ」発行、柏崎文化祭など⑥柏崎文化協会事務局（TEL32-2190）

ソフトテニス ジュニア教室

①4月～通年週2回（水・土曜）②白竜・駅前テニスコート（冬季体育館）③小学3年生以上の男女（随時体験可）④1期（4カ月）4千円。別途保険料800円（年間）⑤基本技術とゲーム（レベルにより大会参加あり）⑥柏崎市ソフトテニス連盟（佐藤純）TEL090-5211-6243

ジュニアテニス教室（硬式）生徒募集 柏崎テニス協会

①月・金・土曜②駅前公園テニスコート③小学1～6年生④1単位500円⑥中村千秋（TEL090-4025-1736）詳細はホームページをご覧ください（柏崎JTSで検索）



柏崎ピアノサークル

①第3日曜13：00～15：00②うたげ堂（西本町1）③日頃の練習成果を聞いてもらいたい方（年齢不問）④1日千円⑤順番にピアノを演奏。最後まで弾ききることを目標とします。途中で止まっても温かい拍手で対応⑥栗林健夫（ピアノ歴6年）TEL080-1218-5059

柏崎市民合唱団

①毎週火曜19：00～②市民プラザ④月3千円（学生・19歳以下は1,500円、高校生以下無料⑤混声四部合唱で歌う体験をしてみませんか！丁寧な指導で楽譜が苦手な方も大丈夫。練習用CDも配布します⑥柏崎市民合唱団団長（関矢優子）TEL090-4029-8306

柏崎音協合唱団 団員募集

①4月7日（金）～8月18日（金）のほぼ毎週金曜19：00②市民プラザ③中学生以上（中学生は保護者の同意が必要）④5千円（全20回分、高校生以下無料）⑤8月20日（日）の柏崎音楽協会25周年記念ファイ

ナルコンサートで新作柏崎讃歌などを歌うための練習⑥柏崎音楽協会（近藤博幸）TEL090-9428-2344✉h_kondojp@ybb.ne.jp

◆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、会員募集（体験・教室を含む）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、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2階元気発信課へ。

☎元気発信課
TEL21-2311
FAX23-5112



✉koho@city.kashiwazaki.lg.jp

子育て



☎保育課 TEL21-2233 FAX22-1077

10月から

1・2歳児の保育料を無料化します

市の独自事業として、1・2歳児の保育料を、世帯の収入に関わらず無料化します。市民税課税世帯の方は、給食費相当分の費用のみの負担となります。



無料化の対象

柏崎市で教育・保育給付認定を受け、保育園・認定こども園・地域型保育事業所を利用している1・2歳児

4月1日時点で、1歳もしくは2歳のお子さんが対象です

無料化の開始日

令和5（2023）年10月1日

無料化の対象にならない費用

- 通園送迎費、行事費、絵本代、延長保育料などの実費
- 預かり保育、認可外保育施設、一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業の利用料金

令和5（2023）年10月1日からの3歳未満児の保育料

年齢区分	0歳児	1・2歳児
市民税		
非課税世帯	国制度により無償	
課税世帯	<p>有料</p> 保育料基準表を基に、所得に応じて負担	<p>無料</p> 給食費相当分のみ負担（1カ月6,000円）

※課税世帯の保育料は、多子軽減が適用されます。

5月の元気館 子育て講座・イベント

園保育課
TEL47-7785 FAX20-4201

- ▶定員…35組程度（予約制）
- ▶申し込み…各予約開始日以降、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。
- ※予約の受け付け状況は、すくすくネットかしわざきでご確認ください。

すくすくネット
かしわざき▶



親子であ・そ・ぼ！ 「アンパンマン体操と 親子ビクス」

- ▶内容…抱っこでも参加できる親子ヨガや体操を楽しめます。
- ▶講師…桑田尚子^{なごこ}さん、渡辺結衣さん（インストラクター）
- ▶とき…5月11日(木)10:30～11:30
- ▶対象…3歳以下（未就園）のお子さんと保護者1人
- ▶予約開始日…4月27日(木)



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の進め方を学べます。食事サンプルの展示があり、質問もできます。
- ▶講師…市栄養士
- ▶とき…5月25日(木)10:30～11:30
- ▶対象…1歳6カ月くらいまでのお子さんと保護者1人
※保護者のみの参加も可。
- ▶予約開始日…5月12日(金)



5月の乳幼児健診、妊娠期・子育て期のセミナー日程

園子育て支援課
TEL20-4215 FAX20-4201

要予約 は、インターネットまたは電話で予約してください。
 ※電話予約の受け付けは、祝日を除く月～金曜の8:30～17:15



- ▶ところ…健康管理センター
※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	17(木)	15人	4/17(月)～5/12(金)
妊娠7～9カ月の妊婦と夫	13(土)	15組	4/13(木)～5/10(日)

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

健診	対象誕生月	日	
		前半	後半
4カ月児	令和5(2023)年1月	9(木)	25(木)
10カ月児	令和4(2022)年7月	18(木)	30(木)
1歳6カ月児	令和3(2021)年10月	2(木)	23(木)
1歳6カ月児歯科	令和3(2021)年9月	10(木)	31(木)
3歳児(内科・歯科)	令和2(2020)年2月	11(木)	24(木)

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。

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5(2023)年3月	19(金)	4/19(木)～5/16(木)
5カ月児	令和4(2022)年12月	12(金)	4/12(木)～5/9(木)

2歳児子育てと歯科相談 **要予約**

- ▶内容…子育て相談、歯科相談（口腔チェック）
- ▶とき…16日(火)9:15～9:30受け付け、9:30開始
- ▶対象誕生月…令和3(2021)年4月
- ▶定員…15組 ▶持ち物…母子健康手帳、バスタオル
- ▶申込期間…4月17日(月)～5月11日(木)

子育て情報をLINEで受け取れます

- 健診・セミナーの日程や予約開始日が届きます
- 予防接種を公費助成（無料）で受けられる期限が近づくとお知らせが届くので、受け忘れを防げます



▲友だち追加
@kashiwazakicity

お子さんの就学について相談
できます

▶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・学習環境などの相談ができます。
▶対象…令和6（2024）年度に、小学校へ就学予定のお子さんの保護者
▶申し込み…保育園・幼稚園で配布された文書に記載している二次元コードまたは市ホームページからお申し込みください。
※お子さんが保育園・幼稚園に在籍していない場合は、学校教育課へお問い合わせください。

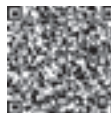
園学校教育課
TEL 21-2366
FAX 23-0881



就学困難な小・中学生の世帯
に学用品費などを支給します

▶内容…義務教育に必要な経費の一部を支給します。
▶対象…次のいずれかに当てはまる方
●生活保護が停止または廃止
●世帯全員が市民税非課税
●市税などの減免を受けている
●児童扶養手当を受給している
●前年所得が市の定める基準以下
▶申し込み…5月31日(木)までに直接、就学している小・中学校または市役所2階学校教育課へ。
※郵送・オンライン申請可。詳細は市ホームページをご覧ください。

園学校教育課
TEL 21-2366
FAX 23-0881



健康



5月から始まる健（検）診を受けましょう

▶内容…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。
▶申し込み…電話で健康推進課へ。
※2月に調査票で申し込まれた方には、5月中旬までに受診通知書などをお送りします。
※実施日や会場は、受診通知書に同封する地区日程表、5月に配布する健診・検診日程表、市ホームページをご覧ください。

園健康推進課
TEL 20-4211
FAX 22-1077



旬夏秋冬
春 spring

愛菜館食育ソムリエ 磯部貴がおすすめのレシピを紹介！

春が旬の柏崎食材

園農林水産課
TEL21-2295 FAX22-5904

越後姫



新鮮な色合いと強い甘みが人気の新潟県のブランドいちご。県外ではあまり流通しないので幻のいちごと言われています。

越後姫とツナの冷製パスタ（1人分）



- いちご 5個
- ツナ缶 1/6缶(油を切る)
- オリーブオイル 大さじ1
- バルサミコ酢 小さじ1
- 塩 少々
- パスタ 100g
- ペビーリーフ 少々

- ①越後姫は飾り用に1～2個取っておき、残りを細かく刻む
- ②オリーブオイルとバルサミコ酢、塩をボールに入れ、しっかり混ぜる
- ③ツナ缶と②をよく混ぜ、刻んだいちごを軽く混ぜる
- ④ゆでたパスタを水で冷やし、③のボールであえて盛り付けたら完成！

アスパラガス



柏崎産アスパラは甘さが特徴。栄養価が高く、美容に良いビタミン類なども豊富です

アスパラのオーブン焼き（2人分）



- アスパラガス 6本
- 塩こしょう 少々
- オリーブオイル 大さじ1
- マヨネーズ 適量
- チーズ 適量
- バター 少々

- ①アスパラは根元を切り、根元から4～5cmをピーラーで薄くむき、半分に切る
- ②耐熱皿にバターを塗り、アスパラを並べる
- ③②の上に塩こしょう、マヨネーズ、オリーブオイル、チーズの順にかける
- ④オーブントースターで焼き色を着けたら完成

柏崎産の越後姫・アスパラは JA えちご中越直売所愛菜館などで購入できます。