

差し押さえた物品の公売

▶内容…官公庁オークションで「せり売り」にて公売します。詳細は、市ホームページをご覧ください。

▶参加申込期間…8月20日(火) 13:00～9月10日(火) 23:00

問税務課

TEL 21-2252

FAX 22-5903



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

◆イベント

復活!! 柏商の夕

①8月16日(金) 14:00～14:45 (予定) ②産業文化会館 ⑤閉校から20年。柏崎商業高校吹奏楽部恒例の演奏会「柏商の夕」をOBたちが一回限り復活させます。世代を超えた絆のハーモニーをお楽しみください ⑥山田尚彦なおひこ (TEL 080-5028-4501)



鍛えよう!

飼い主力と防災力

①9月29日(日)

②ワークプラザ柏崎 ④資料代500円

⑤災害時のペット同行避難をカードゲームで模擬体験(二次元コードから要申し込み) ⑥柏崎ファミリーキャット kfcat.000@gmail.com (TEL 090-5400-3892)



アルゼンチンタンゴ「初めての方へのダンス講習会」

①8月25日(日) 14:00～16:00

②文化会館アルフォーレ ⑤アルゼンチンタンゴの紹介。基礎的な踊りの体験。定員6人(先着、要事前連絡) ⑥アルゼンチンタンゴ同好会: 栗林健夫 (TEL 080-1218-5059)

愛犬を学ぼう!

①8月25日(日) 10:00～②産業

文化会館 ⑤あなたの行動がストレスに!? 犬がストレスに感じる行動を紹介します(要事前申し込み) ⑥FUN-GOOD (TEL 070-4565-6486) fun_good@icloud.com
LINE アカウント: fun-good0514

柏崎市民茶会

①9月29日(日) 9:30～16:00

②●産業文化会館＝二席(江戸千家新潟不白会 表千家) ●木村茶道美術館＝一席 ④2千円(茶席券を産業文化会館、木村茶道美術館、最上屋、金子園、光月堂、年頭屋茶舗、伊勢屋で販売) ⑥柏崎茶道会事務局: 月橋龍子りゅうこ (TEL 080-5197-2839)

◆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

▶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。

問元気発信課

TEL 21-2311

FAX 23-5112

koho@city.kashiwazaki.lg.jp



子育て



9月の元気館 子育て講座・イベント

問保育課 TEL 47-7785 FAX 20-4201

▶定員…35組程度(予約制)

▶申し込み…各予約開始日以降、市ホームページから、または直接元気館1階保育課へ。

※窓口予約の受け付けは、祝日を除く月～金曜の9:00～15:30。

※予約の受け付け終了時には、市ホームページとすすくネットかしわざきでお知らせします。

すすくネット
かしわざき▶



親子であ・そ・ぼ!

リトミック

▶内容…リズムに合わせて体を動かし、親子のスキンシップを楽しみましょう。

▶講師…大信ひとみさんおののぶ(リトミック講師)

▶とき…9月5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

▶予約開始日時…8月19日(月) 9:00



予約は
こちら



子育てキラキラ講座

子どもの食事と生活リズム

▶内容…子どもの食事の量やバランス・困り事の解決方法が分かります。

▶講師…市栄養士

▶とき…9月18日(火) 10:30～11:30

▶対象…3歳以下(未就園)のお子さんと保護者1人
※保護者のみの参加も可。

▶予約開始日時…9月2日(月) 9:00



予約は
こちら



9月の乳幼児健診、 妊娠期・子育て期のセミナー

問子育て支援課 TEL20-4215 FAX20-4201



▶ところ…健康管理センター

要予約 は、各申込期間に、右の二次元コードまたは電話で予約してください。

※電話予約は、祝日を除く月～金曜の8:30～17:15。



乳幼児健康診査

▶時間…13:00 開始（12:50～13:50 受け付け）

※1歳6カ月児歯科健診の受け付けは13:30まで。

※生まれた日が15日までの方は前半に、16日以降の方は後半に受診してください（3歳児は22日までの方が前半、23日以降の方が後半）。

	4カ月児	10カ月児	1歳6カ月児
対象誕生日	令和6年5月	令和5年11月	令和5年2月
とき	前半	9/11(水)	9/5(木)
	後半	9/26(木)	9/19(木)
内容	問診、計測、診察（内科）、保健指導		

	1歳6カ月児歯科	3歳児（内科・歯科）
対象誕生日	令和5年1月	令和3年6月
とき	前半	9/4(水)
	後半	9/12(木)
	9/18(水)	9/25(水)
内容	診察（歯科） フッ素塗布（希望者） 歯科相談	問診、計測、診察、検尿、 屈折検査、フッ素塗布 （希望者）、保健指導

持ち物 母子健康手帳、バスタオル（パパママセミナーは不要）

要予約 出産前のパパママセミナー

▶定員

▶時間…13:30開始（13:15～受け付け） 各15（人・組）

	妊娠5～7カ月の妊婦	妊娠7～9カ月の妊婦とパートナー
とき	9/11(水)	9/14(土)
内容	歯科健診、栄養や乳房などの個別相談	沐浴体験、赤ちゃんとの生活をイメージしよう
申込期間	8/9(金)～9/10(水)	8/14(水)～9/13(金)

要予約 すくすく広場

▶定員…各20組

▶時間…9:30開始（9:15～受け付け）

	2カ月児	5カ月児
対象誕生日	令和6年7月	令和6年4月
とき	9/20(金)	9/13(金)
内容	ベビーマッサージ、保護者の交流、子育て相談	離乳食の進め方、子育て相談
申込期間	8/20(水)～9/19(木)	8/13(水)～9/12(木)

要予約 2歳児子育てと歯科相談

▶定員…15組

▶対象誕生日…令和4年8月

▶とき…9月17日(水)9:30開始（9:15～受け付け）

▶内容…子育て相談、歯科相談（口腔チェック、RDテスト）

▶申込期間…8月16日(金)～9月16日(月)

健康



柏崎市歯科医師会

歯の用心

問健康推進課 TEL20-4213 FAX22-1077

顎関節症

口が開けづらかったり、口を開けたり閉じたりする時にカクンという音がしたりしませんか？ その症状は顎関節症かもしれません。顎は微妙に入り組んだ形と複雑な機能をもっていて、筋肉と関節と神経が集中し、下の顎を支えています。食事をしたり、おしゃべりをしたりすると連動して動きます。この顎の関節やその周囲が何かの原因で痛みが出たり動きにくくなったりするのが顎関節症です。

最近、顎の関節の不快感を訴える方が増えてきました。顎が思い通りに動かず、食べ物が噛みにくい。顎を動かすと不快な音がする。痛みを感じて口が開かない。さらに症状は顎ばかりでなく、肩こり、腕や指のしびれ、偏頭痛、耳や鼻にも不快感を覚えることもあります。軽い症状から重い症状まで、個人差が大きいのが特徴です。

対処方法としては、噛み合わせを治すことが一番重要です。

例えばスプリント（マウスピースのようなもの）を上顎か下顎にいれ、上下の噛み合わせが均等に接するようにします。そうすると顎の関節頭が正しい位置に戻り、筋肉の緊張がとれ、スムーズに動かすことができるようになります。さらに微調整をくり返し、症状が取れた段階で必要があれば、入れ歯やクラウンというかぶせ物などを入れて、噛み合わせを治します。顎関節症の症状がある場合は硬いものを食べたり、無理に大きく口を開けたりしないようにしましょう。痛みがあり、口をスムーズに開けにくくなった場合はお近くの歯科医院や口腔外科への受診をお勧めします。