

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

ガールスカウト体験集会 &入団説明会

- ①9月27日(土) 18:30～20:00
②市民プラザ③小学生の女子児童
と保護者④ガールスカウトの活動
紹介、スカウト集会の体験と入団の
説明会⑤ガールスカウト新潟県第1
団：増田恵子（TEL 090-2218-3963）

畦道短歌会

- ①毎月第2土曜 13:30～15:30
②ソフィアセンター④月千円（年
10回開催のため1万円）⑤毎月
5首ずつ短歌を提出し、歌会（勉
強会）を行います⑥畦道短歌会：
鍵富雅雄（TEL 24-7489）

◆イベント

米山さんの今を 記録に残そう



- ①10月11日(土)②米山登山道下
牧コース（柿崎口）⑤動植物の写
真を撮りながら米山を歩きます。
動植物の解説も行います。申し込
みは二次元コードから⑥柏崎動植
物調査グループ代表：岸勝巳（TEL
090-7007-7149）

柏崎つながるフェスタ 手話とマルシェと映画の日

- ①9月23日(火)祝 ●映画『咲む』
上映＝10:00～正午（9:20～
受け付け）●マルシェ（入場無料）
＝10:00～16:00②西山ふる
さと公苑④映画1,300円（子ども
～学生無料）当日1,500円⑤映画、
マルシェ、手話レク、グルメ、星
空体験など⑥つながるフェスタ実
行委員会（TEL 090-4617-4565）

◆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
は掲載しません）。

▶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

TEL 21-2311

FAX 23-5112

✉koho@

city.kashiwazaki.lg.jp



子育て

CCAP 版 親と子のコミュニケー ション講座

▶内容…子どもの良い所を伸ばし、
親子の信頼関係を深め、効果的に
しつける方法を学びます。

▶とき（時間は10:00～正午）

- ①ダイジェスト版＝9月17日(火)
②6回連続講座版＝10月3日(金)・
15日(火)・30日(水)、11月13日(水)・
27日(水)、12月8日(月)

▶ところ…元気館

▶対象…2～6歳の子どもがいる
保護者

▶定員…①②各12人程度

▶参加料

①無料 ②600円（資料代など）

▶託児…要予約（無料）

▶申し込み…①は9月12日
(金)、②は9月26日(金)までに、
二次元コードから。

①ダイジェスト



②6回連続



参加者の声

●子どもとのコミュニケーシ
ョンがスムーズになりました

●子どもとの関わり方が変わ
りました

●褒めることの大切さが分か
りポジティブな声かけを意識
するようになりました

子育て支援課

TEL 47-7786 FAX 20-4201

※CCAPとは、子どもの虐待防止セ
ンター（Center for Child Abuse
Prevention）の略称です。

笑顔で再就職！ ママのための就職準備講座

▶内容…再就職を目指すママのた
めの実践的なセミナーです。履歴
書の作成方法や面接で好印象を与
えるメイク講座の他、参加者同士
で気軽に話せる座談会も行いま
す。途中の入退室もOK。キッズ
スペースもあり、お子さん連れで
も安心して参加できます（お子さ
んの見守りは保護者の方でお願い
します）。

▶とき…10月22日(火) 10:00
～11:30

▶ところ…市役所1階多目的室

▶対象…再就職を目指す子育て中
の女性

▶定員…20人（先着）

▶申し込み…10月15日(火)まで
に電話または二次元コードから。

ワークサポート柏崎

TEL 21-8621



10月の元気館 子育て講座・イベント

園保育課 TEL47-7785 FAX20-4201

- ▶定員…40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。
※定員に達した場合は、市ホームページ、すくすくネットかしわざきでお知らせします。キャンセル待ちは窓口でのみ受け付けます。

すく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（リトミック講師）
▶とき…10月1日(水) 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
9月16日(水)9:00



予約は
こちら▶



子育てキラキラ講座

仕上げ磨き、これで完璧！

- ▶内容…仕上げ磨きのコツを学び、虫歯予防に役立てましょう。
▶講師…市歯科衛生士
▶とき…10月15日(水) 10:30～11:30
▶対象…3歳以下（未就園）のお子さんと保護者2人まで
※保護者のみ、プレママ・パパの参加も可。
▶予約開始日時
9月24日(水)9:00



予約はこちら▶

※空き状況によっては就園している場合も保護者のみ参加可。
10月6日(月)9:00から受け付け。

10月の乳幼児健診、 妊娠期・子育て期のセミナー

園子育て支援課 TEL20-4215 FAX20-4201

- ▶ところ…健康管理センター
▶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 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）



要予約 2歳児子育て相談

▶定員…15組

- ▶対象誕生月…令和5年8～10月
▶とき…10月21日(水)9:30開始（9:15～受け付け）
▶内容…子育てのポイント、子育て・栄養・歯科相談
▶申込期間…9月21日(日)～10月20日(月)

乳幼児健康診査

▶時間…13:00開始

※1歳6カ月児、1歳6カ月児歯科は、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。

※3歳児は、19日までの方は前半・20日以降の方は後半。 ※5歳児は、16日までの方は前半・17日以降の方は後半。

		4 力月児	10 力月児	1 歳 6 力月児	1 歳 6 力月児歯科	3 歳児 (内科・歯科)	5 歳児
対象誕生月		令和 7 年 6 月	令和 6 年 12 月	令和 6 年 3 月	令和 6 年 2 月	令和 4 年 7 月	令和 2 年 7 月
とき	前半	10/16 (木)	10/2 (木)	10/7 (火)	10/1 (水)	10/9 (木)	10/8 (水)
	後半			10/28 (火)	10/15 (水)	10/22 (水)	10/23 (木)
受付時間		12:50 ～ 13:50			12:50 ～ 13:30	12:50 ～ 13:50	12:45 ～ 13:30

要予約 出産前のパパママセミナー

▶定員
15組

▶時間…13:30開始（13:15～受け付け）

対象	妊娠7～9カ月の妊婦とパートナー
とき	10/14(水)
内容	もくよくよ 沐浴体験、赤ちゃんとの生活をイメージしよう
申込期間	9/14(日)～10/13(月)宛



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
対象誕生月	令和7年8月	令和7年5月
とき	10/17(金)	10/10(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	9/17(水)～10/16(水)	9/10(水)～10/9(水)

「かしわざき子育てガイドブック」をご活用ください

▶内容…子育てに役立つ制度や情報を1冊にまとめた冊子です。8月に2025年度版を発行しました。電子書籍版は、二次元コードからご覧いただけます。
※このガイドブックは官民協働事業で作成し、市内31事業所からご協力をいただきました。



電子書籍版はこちら



子育て支援課

TEL 20-4215 FAX 20-4201

健康



障がいのある方を対象に 歯科健康相談を行います

▶内容…歯科医師が個別に歯や口の心配ごとの相談に応じます。車いすでの参加、家族や支援者だけの参加もできます。

▶とき…9月25日(木) 13:30～15:30

▶ところ…健康管理センター

▶申し込み…前日までに、電話またはファクス（住所・氏名・電話番号・希望の時間を記入）で健康推進課へ。

健康推進課

TEL 20-4213 FAX 22-1077

リカバリーストーリー発表会に参加しませんか

▶内容…精神障がいのある仲間同士の分かち合い・支え合いを意味する「ピアサポート」をテーマにした発表会です。

▶とき…11月5日(水) 13:30～16:00

▶プログラム

①基調講演「ピアサポートの理解」

②リカバリーストーリー

③みんなで話し合おう！

▶ところ…市役所1階多目的室

▶対象…ピアサポートに関心のある精神障がい者・ご家族・支援者

▶申し込み…10月10日(金)までに、市ホームページから。

福祉課

TEL 21-2357

FAX 21-1315



HbA1cをご存じですか？

健康推進課 TEL20-4213 FAX22-1077

ヘモグロビンエーワンシー

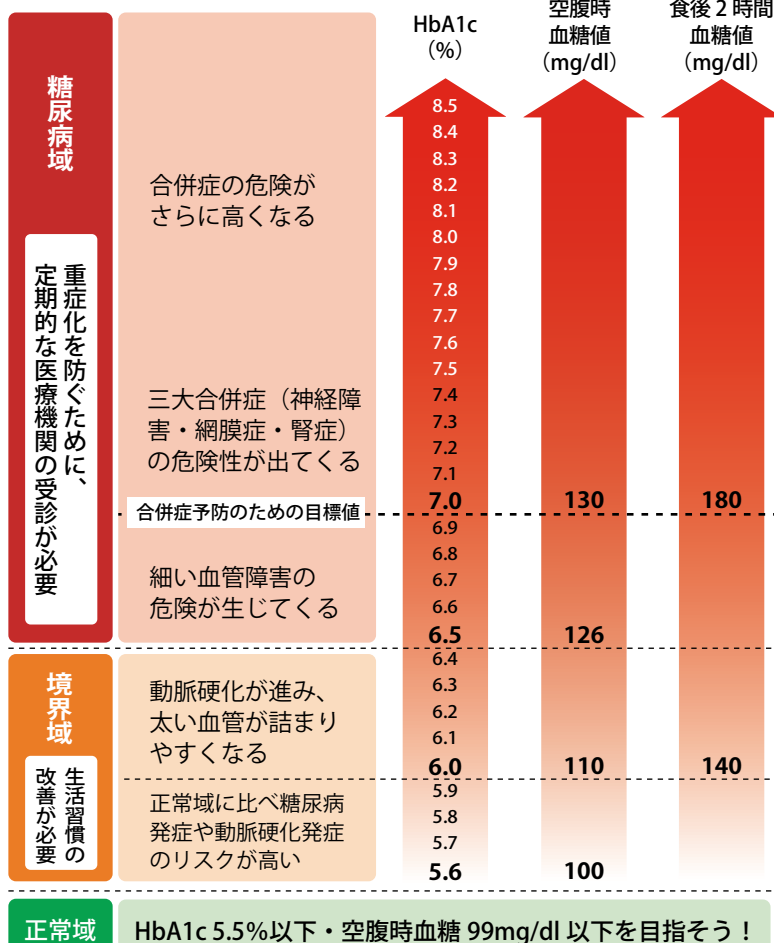
HbA1cは、過去1～2カ月の血糖の平均的なコントロール状況を反映する検査項目です。血糖値の異常は、自覚症状のないまま進行することが多く、気付かないうちに体に深刻なダメージを与えている可能性があります。早期に気付くことで、生活習慣の改善や適切な治療につなげることができます。

健診結果がお手元にある方は、ぜひ確認してみましょう。HbA1cが6.5%以上の場合、糖尿病の可能性があります。まだ健康診断を受けていない方や、受け方が分からない方は健康推進課へ気軽にお問い合わせください。健康づくりの第一歩として、自分の体の状態を知ることから始めましょう。

詳細



健康診断を受けるには？



正常域

HbA1c 5.5%以下・空腹時血糖 99mg/dl 以下を目指そう！

参考：糖尿病治療ガイド・厚生労働省「保健指導における学習教材集」