

県央地域 くらしのひろばの 総合相談

さまざまな困難や悩みを抱えている人を対象とした相談会です。弁護士、薬剤師、保健師、ハローワーク相談員、社会保険労務士などの専門職が、無料で相談に応じます。

時 9月29日(水) 午後2時30分～6時30分 所 燕三条地域産業振興センターリサーチコア 申 9月15日(水)まで
問 三条地域振興局 地域保健課 ☎ 0256・36・2363



元気ほっとほっと講座

自分の普段の生活を振り返ることで、あなたらしい「元気」の秘訣をつかみ、充実した日々を過ごしてみませんか。

時 10月15日(金) 午後1時30分～3時15分 ※要申込 所 燕市庁舎(白山町二丁目) 定 20人(先着順) 問 保健センター ☎ 0256・93・5461



スポーツ

体育施設スポーツ祭 ～体育施設を 無料開放します～

【燕市体育センター】
時 9月12日(日) 午後1時～5時 所 アリーナ ※ランニングトラックは終日開放
問 燕市体育センター ☎ 0256・64・3091

【分水総合体育館】

時 9月11日(土) 午後1時～4時30分 所 多目的室2・3 ※アリーナは使用できません。トレーニングルーム(交流センター内)は終日開放/トレーニングルームの利用は中学生以上(中学生は保護者同伴) 問 分水総合体育館 ☎ 0256・97・1411

ビジョンよしだ

大人水泳教室第2期募集

■種目 ①初級4種目：9月8日(水)～12月1日(水)までの毎週水曜日 午後7時～7時40分 ②初心者からのクロール教室：9月9日(木)～12月2日(木)までの毎週水曜日 午後7時～7時40分 ③レベルアップ

Nobody's Perfect(NP) プログラム ～完璧な親なんていない～

困りごとや悩みを共有し、ステキな子育てをしましょう!!
時 11月1日(月)～12月6日(月)の毎週月曜日 午前10時～正午(全6回)
所 吉田公民館
対 1～3歳のお子さんの母親で、6回通して参加できる市内在住または在勤の人
定 10人(新規受講者優先)
申 10月25日(月)までに電話かファクスにて
他 希望により保育あり。定員10人(無料・要事前申込)
問 子育て総合支援センター「すくすく」 ☎ 0256・77・8551 FAX 0256・77・8554



思春期のお子さんを持つあなたへ

小学校高学年くらいになると、男の子にも女の子にも「思春期」がやってきます。「思春期」に抱え込みやすい問題に、どう向き合っていけば良いのかをお伝えします。

対 市民
内 思春期をテーマとしたコラムを、市ホームページに年3回掲載(9月1日・12月1日・3月1日)。

【9月テーマ】
気になりませんか?
夏休み明けのお子さんの体調不良
～これって水毒かも～

執筆者 たかだ あんな (県立吉田病院 産婦人科非常勤医師)
問 保健センター ☎ 0256・93・5461
市ホームページ▶



市民健康ウォーク 5P

ブックロール教室：9月9日(休)～12月2日(休)までの毎週水曜日 午後7時45分～8時25分 ※1回のみ参加も可 定 各7人(先着順) 料 全12回で2500円、1回券3000円 ※保険料、税込み/別途入館料が必要 問 ビジョンよしだ ☎ 0256・93・6600



ビジョンよしだ 子ども水泳教室体験会

時 9月20日(水) 午後1時30分～2時30分 対 現在ビジョンよしだ子ども水泳教室に参加していない小学1～3年生 定 10人(先着順) 内 水慣れ/クロール習得 料 教室参加費3000円(保険料、税込み)と入館料5000円
申 9月17日(金)までに電話か窓口、電子メールにて 問 ビジョンよしだ子ども水泳教室 ☎ 0256・93・6600 / vision_y_0251@junocn.ne.jp



ご利用ください! 各種アプリ、サービス

母子手帳アプリ「母子モ」の燕市版『燕市子育てアプリ はぐはぐ』妊娠中の健康記録や子どもの成長記録・予防接種のスケジュール管理、市からのお知らせやイベント情報の取得などができます。アプリでの記録は家族で共有することもできます。

「母子モ」ダウンロード▶



※このアプリは「紙の母子健康手帳」を補完するものです。検診や予防接種の際は「紙の母子健康手帳」が必要です。

燕市公式ツイッター

市の取り組みやイベント情報、万一の災害情報などの発信を行っています。

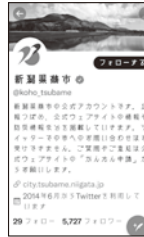
アカウント

@koho_tsubame

燕市公式ツイッター発信内容

- ①市内のイベントや講座、観光情報など
- ②広報広聴係の取材の様子など
- ③防災情報(非常時の避難情報、被災状況、ライフライン状況など)

燕市公式ツイッター▶▶



カタログポケット

スマホやタブレットで、「広報」つばめなどを閲覧できるサービスです。自動翻訳機能・読み上げ機能もあるので、日本語が母語でない市内在住の外国出身者などの皆さんへも、市の重要な情報をお届けできます。

配信中のコンテンツ

広報つばめ、洪水・土砂災害ハザードマップ、ごみカレンダー、観光パンフレット、外国出身者向け燕市生活ガイドブック

カタログポケット▶▶



市民親善 クラブアンドゴルフ大会

時 10月9日(出) 午前8時30分～受付 午前9時開会式
所 吉田ふれあい広場 対 市内在住・在勤の人 料 1チーム1000円(保険料・税込み) ■表彰 ◎個人戦：1位～6位まで/◎団体戦：1位～3位まで 他 競技方法…個人戦および団体戦とし、団体戦は4人の合計で競う 申 9月22日(水)午後5時までに申込書を窓口かファクスにて提出。申込場所…◎燕市体育センター ☎ 0256・64・3091、FAX 0256・64・3090 ◎吉田総合体育館 ☎ 0256・92・5100/FAX 0256・92・5110 ◎分水総合体育館 ☎ 0256・97・1411、FAX 0256・97・2948 問 吉田総合体育館 ☎ 0256・92・5100

生活・環境

クリーンアップ 選手権大会 5P

時間内にチームでごみを拾い、集めたごみの総量で順位を決定する簡単な競技です。

時 10月2日(出) 受付：午前8時～午前10時15分 ※小雨決行。中止の場合は10月3日(日)に振替 所 みなみ親水公園 対 市内在住・在勤の人で1チーム4人以下。園児、小学生が参加の場合は保護者もチーム員として参加。 ※チーム内に市内在住・在勤の人が1人以上いること。 定 100人(25チーム/先着順) ■表彰 優勝、準優勝、3位、クリーンアップ賞など(参加賞あり) 他 競技規則…競技時間は40分。チーム単位で行動すること。その他の規則は「大会要項」をご確認ください。 申 9月17日(金)までに市ホームページから、または申込書を持参か郵送、ファクス、電子メールにて提出。申込書は生活環境課(市役所2階14番窓口)に用意してあります。 問 生活環境課 環境政策係 ☎ 0256・77・8167 / FAX 0256・77・8208 / kanky@city.tsubame.lg.jp

