新しい成人対象に

10月21日から教育講座はじまる

～ 公会堂も満員…昨年の教育講座 ～

毎年、二十才になる人が大勢参加して開かれてきた成人該当者教育講座が今年は十月二十一日から開かれます。

この講座は、新しい成人として必要な基礎的な知識と心構えを学ぶためのものですが、担当講師陣をはじめ構成、内容、運営方法などもすべてものとして、過去八回好評裡に継続されてきたものです。

今回はとくに、前の受講者や今年の該当者の意見も取り入れて実施する計画を進めています。

今年の該当者は、昭和二十三年一月十六日から二十四年一月十五日までの間に生まれた市内在住者ですが、近かく（十月十日頃の予定）公民館から該当者宛に案内状が届けられることになっています。

もし、案内状が届かない場合は至急公民館へご連絡ください。（電話は2局0204）

教育講座の終了時間は午後九時頃の予定ですが交通不便な地区のかたがたには、特発自動車が用意されますから、今年も大勢ご参加ください。

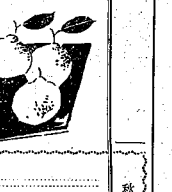
サッカー　バドミントン　など

体育の日のスポーツ行事

十月十日は、「体育の日」です。市内各会場では次のようなスポーツ行事が開かれますから、澄みきった秋の空気を胸一杯すいこむためにもふるって参加し、また、家族そろって観戦されるようおすすめします。

○市内サッカー大会
○場所　市営野球場
◇参加チーム　小学校、中学校、高校、一般あわせて十チーム、五試合
○少年すもう大会
○場所　市営すもう場（第二保育所わき）
◇参加者　小中学生、幼児団体戦、個人戦、三人抜、五人抜など
○バドミントン市民大会
◇場所　第二小学校
◇参加者　市内在住者

また市内に勤務する者または市内に勤務する者で高校生以上の男女。
◇試合方法　上級、中級、初心者別にダブルスによるトーナメント
当日会場で申し込みを受け付けます。
◇問い合せ先　日塩化学内、江郷（電話2局4061）
○市民剣道大会
◇場所　小倉中学校
◇参加者　中学生以上の市内在住者
◇問い合せ先　剣道連盟事務局（市役所民生課内）小川（電話2局211）



くらしのメモ

秋は味覚の季節です。

夏の暑さで疲れた身体を回復させ絶好の季節でもあります。

ブドウ、ナシ、リンゴなど、くだものをはじめ野菜も豊富に出まわりますから、ビタミン源をたくさんとってください。

また、サンマ、秋サバ、アジ、カマス、イカ、レコダイなども秋を代表する魚で、脂肪やたん白質として私たちの食生活にもなくてはいい大切な役割りをはたしてくれます。

食欲の秋

体力の回復を

手軽で、しかも栄養価の高い料理法を一つ二つご紹介しましょう。

○キャベツのてんぷら
キャベツの外側の葉は固いのでさいて捨ててしまいます。いちどてんぷらにあげてたべてみてください。

おいしくて、栄養も豊富です。

○ブロッコリーを食べましょう
ブロッコリーは、カリフラワーと同じように花つぼみを食べる野菜です。

ビタミンAが豊富で百グラム当たり国際単位で千グラムもあります。そのまま油いためにして、塩、こしょうで味をつけ、さっと塩ゆでにしてマヨネーズで食べます。

家庭菜園でも栽培できますからためしてください。たねをまく時期は九月です。

○かつおぶしをうすくけずるには
かつおぶしをちょっと火であたためてけずってください。

○サバはくさりやすい魚
サバはサンマと同じようにおいしく栄養も高い魚ですが、たいへんくさりやすい魚です。

俗に「サバの生くさい」といってくさりやすい魚ですが、一度は食べると一種の中毒症状をおこします。干物にしても同じことですから安心できません。これはさばのあげてたべられる酵素によるものだそうです。

○塩さかなの塩ぬき
塩からい魚を塩ぬきするには呼び塩といって、うすい塩水につけておくと早く塩がぬけます。

また、だいこんおろしにつけておくとおいしく塩がぬけます。

○ジャガイモの中毒
芽の出たジャガイモにあるソラニンと呼ばれる毒によるものですが、この毒は調理するときよく加熱するとなくなります。

補導ルームの窓

小さな親切

補導員　高山節子

フューン現象で、灼けるような真夏の午後のことでした。

私の知っている金津中学の女子生徒二人が、見すぼらしいおばあさんの手を引いてくるのに出会いました。

「××ばんという家はどのへんですか？」と聞くので、すぐ目の前の家だと教えましたらうてわからないがのうてよかった」と、何度も礼をいっておりました。

はたしはたったそれだけのことなのですが、私はとってもうれしくなってしまいました。

日宝町、記念公会堂内三階、青少年補導ルーム
電話　2－0228

「家号をいわれるとわからなくて……」と笑いながら玄関まで送りとどけてゆきました。

おばあさんは目も耳も悪いらしく「昔はよく来たんだもんなあ」と立派な家になってしまったから、何代っ子の中学生が、何の抵抗も感じないで当り前のことのようにしているようす、私の方が教えられたような思いでした。

とかく忘れがちな「ていねい」への思いやりということが、私どもをうながしてくれております。

おばあさんは、この現代っ子の中学生が、何の抵抗も感じないで当り前のことのようにしているようす、私の方が教えられたような思いでした。

～ 秋空の下で体力づくり ～

望ましい親子関係

新大斎藤助教授が講演

青少年の健全育成について、その問題と対策を研究する会は、毎年市青少年問題協議会、同PTA連合会などが中心となって開いてきましたが、今年も次の日程で開催することになりました。

青少年の親同士がもつ共通の悩みを話し合ったりして理解を深めあう絶好の機会ですから、多数のかたがたの参加をおすすめします。

◇期日、十月十三日、午前十時から
◇場所、記念公会堂（日宝町）
◇対象、青少年の親である一般市民、PTA会員
◇講演、「望ましい親子関係について」
講師、新潟大学教育学部　斎藤和代先生

『さあねよう　アッその前に　火の点検』

これから火災シーズンにむかいます。

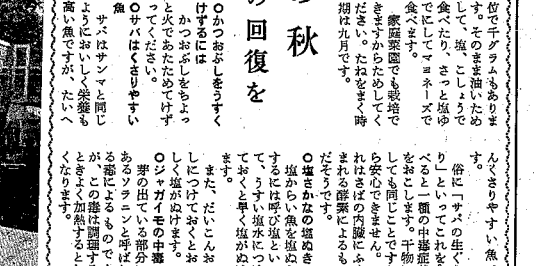
火の取り扱いには十分気をつけましょう。

野犬狩り強化

野犬、放し飼い犬一掃の行事として、県では九月五日、県下一斉に野犬狩りを行ないました。

新津保健所管内でも、新津、五泉を重点地区に今後強力な取り締まりが実施されますから飼い主と住民各位のご協力をお願いします。

また、不用犬はいつでも買い上げますから保健所へつれていってください。（成犬は百円、仔犬は五十円）


…県下一斉に野犬狩り…

新店舗・新設備
結婚にカメラも写真も
さあ　新しくスタートだ
お供にカメラ・フィルムを
カメラガーデン　楽天ラボ
新津市駅前本店　電話(02502)2－2510　泉町店2－1238

240万のヒトミにふれる
新潟日報は
消費市場を完全にカバーしますので、広告主にとっても、きわめて有利な媒体です。お店の繁昌に消えない日報の広告欄が一番です。
新潟日報社新津営業所　電話(2)0205

あなたの求める人材は
日報案内
を見ています
あなたの企業に必要な人材を求める時は日報案内が最も割安で効果的です。お試しください。

ご婚礼貸衣裳・着付
タカノ美容院
店舗新装　ご来店をお待ちいたします
新津市本町3
電話(02502)2－0816
金塚
バイオリン教室
併設オルガン科
教室
旧柴町　電話2－2509
秋葉駅前　有線秋葉1057