

健康のまど



⑥

「健康」なシンボルの一つに快食があります。最近、朝食を食べないで出勤するサラリーマン、O.L.が増加している中で、子どもたちにも朝食を食べないで登校する。腹ペコな

朝食を食べよう

校のPTA懇談会などにも常に話題になっているそうです。教育熱心なママ、はよく耳にしますが、家族全員の

のバランスのとれた食事です。特に「タンパク質」は血や肉になる大切な栄養素ですが、食べだめができません。一日の「タンパク質」

種類	分量
朝	卵 1コ
昼	肉 60g
夕	魚 1切れ
間食	豆腐 1/2丁
	乳 200cc

健康のために豊かな食生活を創造することに熱心なママも多いことでしょう。みなさんの健康な体力づくりに必要なのは、栄養素



古典は女性向き？

6月4日、図書館で第4回文学講座「平安朝の日記、物語の世界(前期)」の第1回講義が行われました。

この文学講座は人気が高く、今回も申し込みが119名にも…。ただし男性はわずか6名と寂しいかぎり。この講座は10月まで続けられます。

人形劇に大喜び

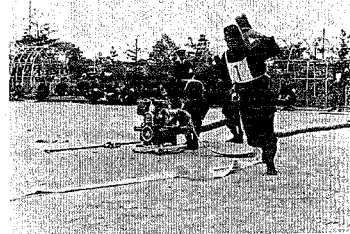
5月29日、グループ「からたち」のみなさんが中新田保育園を訪れ、絵本の読み聞かせや紙芝居、人形劇で子どもたちを喜ばせました。「からたち」は、毎年、保育所、幼稚園を巡回してボランティア活動を続けています。



図書館では、毎年、郷土に

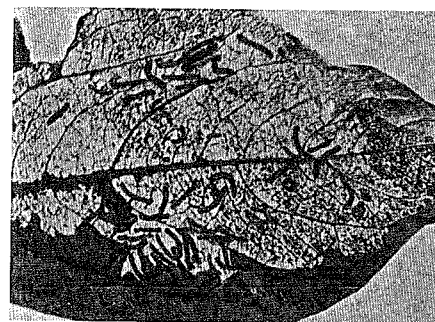
作品をお持ちの方は…

仲川溪泉 大泉鉄泉 展を準備中



もしもに備えて…消防連合演習

6月7日、小合小グラウンドで消防連合演習が行われました。この日のメインは、早く、正確に放水することを競う「ポンパ操法競技」。各分団がキビキビした動きをくり広げ、日頃の訓練の成果を披露していました。結果は次のとおりです。1位…大安寺 2位…割町・塩谷 3位…覚路津



アメリカシロヒトリは葉脈だけを残り、緑という緑を食いつくします



アメリカシロヒトリにやられ丸坊主になった樹木

緑の大敵——アメシロ

防除は一致協力して



分散しないうちに 巣取り防除で退治

緑を食い荒らす悪いヤツ——アメリカシロヒトリの発生時期がやってきました。ご家庭で、また町内一斉でアメシロ防除を行い、緑を守りましょう。



除草奉仕でひとときわ花も…

山谷町地内の東道新津～白根線の両脇に植えられているさつきが咲き誇り、道行く人たちの目を惹きつけていますが、さきごろ立正佼成会新津教会のみなさんが、この植え込みの除草奉仕をしてくれました。また秋葉公園と美幸公園の清掃奉仕も行い、見違えるようにきれいになりました。

いちご品評会 低温の影響で 糖度も低下

六月六日、市民会館で「いちご品評会」が開かれ、最優秀賞に本望政雄さん(大鹿)のいちごが選ばれました。今年の品評会には二十七点出品されましたが、審査にあ

からかえった幼虫は十日前後は分散せず、かたまつて糸を吐いて巣をつくりまわす。このときがチャンスです。巣を発見したらすぐその部分の枝を切り取り、踏みつぶすか焼却して、中の幼虫を一挙に全滅させる巣取り防除が一番簡単で、効果があります。ですが、一回だけ巣の処分をしたからといって安心はできません。二、三週間は、よく注意して見回る必要があります。もし発見が遅れてすでに虫

お買物、ご用命は市内で

○料金		(1台ごとに)	
		使用料 (月額)	工事費 賃 券
プッシュ式	プッシュホン	700円	25,000円
	ミニプッシュホン	1,300円	55,000円
ダイヤル式		550円	15,000円

プッシュ式の場合はプッシュホン回線使用料(月額)1,300円と基本料30,000円が含まれています。



新津電報電話局 TEL 新津(4) 1000

お買物、ご用命は市内で

測量・設計・調査のことなら…

新津市測量設計協同組合 事務局 本町4丁目25-6 ☎ 2-4753

動物の診療・予防・検査・諸手術・入院 預り・健康管理 <月曜日休診・急患随時>

ニイツ動物病院

獣医師 白杉友義・獣医師 白杉多恵子 新津市本町2丁目7番21号 ☎ 2-5976・4-6262 (総合結婚式場「一東」より五泉方面へ200m左側)

新親子電話

