カメラスケッチ

熱心な話し合いが行われた初会合

能代川現川の利用計画を検討

さきごろ、市の中心部を流れる能代川現川の利用計画検討委員会の初会合が開かれ、魅力あるまちの核としての計画案づくりがスタートしました。委員会は、県、市、商工業者や主婦層の代表などの委員で構成され、今後活用策について審議を進め、今年度中に成案する予定です。

●8月のスポーツ教室は、都合により休みます。

プロの味に大喜びの生徒たち

包丁会が昼食ボランティア

7月5日、市内のすし屋や中華料理店の仲間でつくっている「包丁会」が、「新栄学園」に出張し、昼食のボランティアサービスを行いました。同会は、今回が初めての活動でしたが、生徒たちの喜ぶ顔を見て、「やってよかった。これからも続けていきたい」と語っていました。

夏休み お楽しみがいっぱい。

楽しい夏休みが始まります。体をきたえたり、自然に親しむ絶好の機会です。次のような行事もたくさん予定されています。親子そろってぜひご参加ください。

自然の中でいろいろ学ぶ野外活動

夏休み わんぱくキャンプ

中央公民館では、「夏休みわんぱくキャンプ」を次のように行います。豊かな自然の中、野外活動の基本的な知識や技術を習得しながら、ヤマメのつかみ取り、キャンプファイヤーなど楽しい経験ができます。

□とき…8月8日（火）～9日（水）の1泊2日
□ところ…角神湖畔青少年旅行村（鹿瀬町）
□参加対象者…市内の小学4～6年生
□定員…先着60名
□参加費…1人3000円
□申込締切り…7月29日（土）
□申込方法…電話で予約申し込みし、参加申込書と参加費を添えて、中央公民館（☎22－9666）へ。

くわしいことは、申込先へお問い合わせください。

親子で植物標本作り

親子植物標本作りを二回シリーズで行います。

□とき…第1回目は7月27日（木）、第2回目は8月22日（火）で、いずれも午前9時から
□ところ…図書館
□内容…植物採集（秋葉山で）と標本の作り方
□対象…小学生（1～3年生までは、保護者同伴）
□定員…先着30名
□申込み・問い合わせ…図書館（☎22－0097）へ。

夏休みおたのしみ会

□とき…7月21日（金）の午後2時30分から
□ところ…視聴覚センター
□内容…"からたち"の皆さんの演出による大型紙しばい、腹話術、おはなしなど

各種イベント

県立自然科学館

□楽しく"しらべる"アラカルト

現在の暮らしの中で使われている最新の装置を、入館者自ら実験・操作できます。

・とき…7月22日（土）～9月3日（日）
□楽しい化学実験

ろうに色を混ぜてクレヨンを作ります。

・とき…8月11日（金）の午前9時30分～午後2時
・対象…小学3年生以上40名
・参加費…500円
・申込み…8月4日（金）までに往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入して、自然科学館（〒950 新潟市女池字蓮潟東2010番15 ☎025－283－3331）へ。

このほかにも、天体観望会や鳥の巣箱づくり教室など楽しい催し物が、行われます。

くわしいことは、申込先へお問い合わせください。

にいつの昔話

古くから新津に語りつがれてきた昔話を三十話収録した「ものがたり・続にいつの昔話」が、現在発売されています。表紙をはじめ挿絵はすべて、市内の小学生やアマチュア画家が描いたものです。ぜひご購読ください。

□体裁…B5判、本文188ページ（カラー30ページ）
□頒布価格…一冊1800円
□申込先…図書館（☎22－0097）へ。

スポーツ大会結果

市民バスケットボール大会
6月25日 新津工業高校
男子Aブロック…①コー一
男子Bブロック…①エンジョイ
女子…①新津高校
（以上一位のみ）

お買物、ご用命は市内で

＝新製品好評発売＝
日本海名産 甘えびパイ
日本海でとれた新鮮な甘えびをパイに折込んだ風味豊かなパイのお菓子です。カルシュームのたっぷり入ったパリッとした日本海の風味をご賞味下さい。
北国小僧 登録商標®
にいつ ホームサカヤ
本町2 ☎22－0112

忘れずに市民健診を受けましょう

ひょっとしたら病気かも…
市民健診で年に一度の健康チェック

市では、がん、心臓病、脳卒中などの成人病の予防、早期発見のために、今年も五月から市内各地で市民健診を実施しています。今年度からは、「肺がん検診」も加わり、健診内容も一層充実しました。

年に一度の健康チェックです。日程を確かめて忘れずに受診してください。

基本健康診査は40歳以上が対象

基本健康診査は、四十歳以上の受診者全員が対象で、身体計測、検尿、血圧測定、血液検査を行います。また、医師の判断によって精密検査が必要な人は、同一会場で検査（心電図、眼底検査）を受けていただきます。

※精密検査料は、受診者の皆さんから一部自己負担（五百円）していただきます。

結核健診は受診者全員が対象です

結核健診は、受診者全員に受けていただきます。胸部レントゲン間接撮影を行って、結核の疑いがないかを調べます。

肺がん検診も行われています

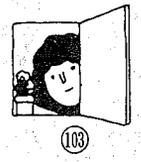
今年度から新たに"肺がん検診"が行われています。これは、結核健診のレントゲン間接撮影したフィルムを見て、肺がんの疑いがないかを調べるものです。ただし、喫煙指数（1日平均のたばこの本数×喫煙年数）が六百以上の人や、血たん、せき、胸痛が続いている人などは、喀たん検査を受けていただきます。

なお、喀たん検査には、自己負担金（五百円）が必要になります。

異常がある人に通知します

異常が発見された人には、一か月（喀たん検査は二か月）以内に連絡しますが、異常のない人には通知しません。あらかじめご承知おきください。

健康のまど


(103)

冷房病にご注意を

これから暑くなると、冷房した部屋にこもったり、外と冷房した部屋をひんぱんに出入りしたりすることが多くなります。

人の体は本来、暑さや寒さに適応する能力を持っています。しかし、冷房によって体を冷やし過ぎると、環境にうまく対応できなくなります。これが「冷房病」で、体が冷える、だるい、食欲がなくなる、頭や腹が痛む、眠れないなどいろいろな症状が出てきます。しかも、冷房病は夏だけではなく、冬にも現われることがあります。

冷房をうまく使うために、次のことに十分気をつけてください。

①冷房温度は、外気温より五度低めを目安にする――こまめに温度調節を。
②寝るときは、なるべく冷房を使わない――夜間はタイマーを利用するか、扇風機で部屋の空気をかき回す程度にする。
③衣服で身を守る――女性に冷房病が多いのは、薄着が原因です。

特に一歳までの乳幼児は、体温調節の働きがつくられている時期なので、冷房には気をつけ、自然環境の中で育てることが大切です。自然環境と冷房をうまく組み合わせ、「冷房病」を防ぎましょう。

市民健診日程表

月	日	曜	時間	会場	対象地区
7	17	月	9：30～11：30	本町二番館	善道町1・2丁目
			13：00～15：00		本町4丁目
	18	火	9：30～11：30	本町二番館	新町1・2丁目
			13：00～15：00		下興野町、新町3丁目
	28	金	9：30～11：30	小合小学校	浦興野（新通）、小屋場梅ノ木
			13：00～15：00		出戸、子成場、四ツ興野
	31	月	9：30～11：30	小合小学校	野方、大秋、川根蕨曽根
8	1	火	9：30～11：30	金津小学校	古津、西島
			13：00～15：00		朝日
	2	水	9：30～11：30	金津小学校	金津、東島、塩谷、割町蒲ケ沢
	3	木	9：30～11：30	小合東小学校	大鹿
			13：00～15：00		栗宮、小戸上組小戸下組
	4	金	9：30～11：30	本町二番館	全市未受診者
			13：00～15：00		
			18：30～20：00		

※8月4日は、夜間（午後6時30分～8時）の健診も行われます。

お買物、ご用命は市内で

花キューピット 国内どこにでもお届けします
祝・葬祭用 盛篭・花束
いけばな材料一般
小林生花店
新町1丁目 TEL 22-1080 22-5707

内科・小児科・レントゲン科
大坂医院
新町1丁目6―12 TEL(24)5122