

納入指名願いを 受け付けています

※一必要な書類を添えて提出を

市では、平成2年度の「納入指名願い」の受付を2月1日から2月28日まで行います。指名（入札）参加を希望される業者の皆さんは、期限内に必要な書類を添えてご提出ください。

納入指名願い（物品販売などの業種）

- ▶関係業種…印刷物、砂利・砂など、薬品類（農薬も含む）、写真（フィルム、現像、焼付け）、荒物、雑貨、文具、用紙類、電気器具、石油類、クリーニング
- ▶必要な添付書類…営業証明書（法人の場合は登記簿謄本）・市税納税証明書（代表者を含む）・使用印鑑留書・事業概要書（ただし、印刷物、クリーニング、砂利・砕石業者のみ）
- ▶提出先…市役所総務課監理係（☎24-2111内線314）

パート登録者を募集

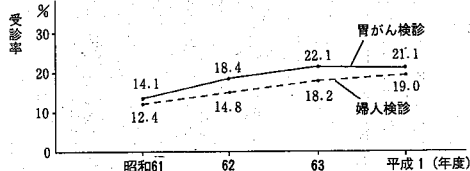
※一希望者は総務課人事係へ

市では、新年度パートタイマー登録者を募集します。登録をご希望の方は、2月28日までに総務課人事係（☎24-2111内線316）へ申し込んでください。職種の資格・要件は下の表のとおりです。なお、勤務時間は、保母パートが5～7時間、そのほかは6時間です。雇用は、随時行います。

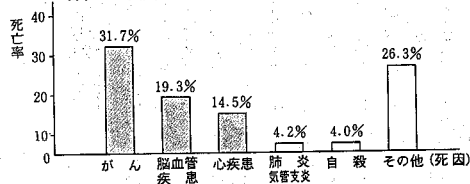
	資格など	賃金(時給)
事務パート	高校卒業以上で40歳以下の既婚女性	520円
保母・幼稚園パート	40歳以下の女性 保母資格または幼稚園教諭資格のある人	620円
保育所調理員・給食センターパート	45歳以下の既婚女性	610円
保育所・幼稚園の用務員パート	重作業…65歳以下の男性 軽作業…45歳以下の既婚女性	520円 490円

※賃金は、平成2年1月1日現在の額です。

がん検診の年度別受診率



昭和63年度の全死亡数に対する死因別死亡率



生活習慣の 見直しが肝心

成人病を予防するためには、生活習慣を見直すことが大切です。不健康な生活習慣を続けていると、これが引き金となって、病気の発生につながるというわけです。

中でも特に大切なのは、正しい食生活が行われているかどうかです。そのポイントをあげてみましょう。

①いろいろな食品で栄養のバランスを
炭水化物、脂肪、タンパク質といった栄養素を十分取りましょう。また、一日に取る食品の種類が三十種類以上に

なるように心がけてください。

②日常の生活活動に見合ったエネルギーを
食べ過ぎは肥満を招き、肥満は、心臓に負担をかけます。食べ過ぎに気をつけ、ゆっくりとよくかんで食べるようにしましょう。

③脂肪は量と質を考慮して
脂肪は取り過ぎないようにしましょう。また、動物性脂肪より植物性脂肪を多く取るようにしましょう。

④食塩を取り過ぎないように
塩分の取過ぎは、高血圧や脳卒中の原因になります。一日10g以下を目標に、調理の上でも工夫してください。

⑤心のふれあう楽しい食生活

健康づくりの標語 に多数の応募

家庭の味、手づくりの心を大切にして、食卓を家族のふれあいの場にしよう。

成人病は、知らず知らずのうちにかかってしまう恐ろしい病気です。自分の健康管理を、ふだんから心がけ、成人病を予防しましょう。

●あなたの安心を企画する●

有限会社 樋口保険企画

☎0250-22-6774 FAX0250-24-9110

☎956 新津市金沢町3丁目7番20号

墓石 記念碑 石堀 建築石材
石材工事一式設計施工

墓石 川上石材店

墓石修理、補修、見積、設計等
御電話下されば御伺い致します

TEL 23-0387 新津市中沢町2-6

お買物、ご用命は市内で