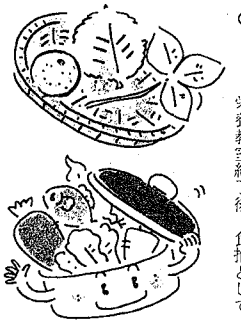
食生活改善推進員

健康づくりをお手伝いします

このたび、「食生活改善推進員」として、五十一名の方が市から委嘱を受けました。推進員は、市民の健康増進のために、各地区で「減塩」や「バランス食」「がん予防」などをテーマにした講習会を開いています。

健康的な食生活が求められる中、推進員の方たちが市民の皆さんの健康づくりをお手伝いします。どうぞお気軽に声をかけてください。なお、新しい食生活改善推進員の方は下の表のとおりです（敬称略）。



食推をもっと身近なものに！

荻原泰子（中野1）

五年前、市の広報に載っていた〝栄養教室〟の文字が目に止まり、食べることが大好きな私は、早速申込みをしました。

栄養教室終了後、食推として市長より委嘱状をいただきながら、「食推って何？」「委嘱ってどういうこと？」と、何も分からないままの出発でした。食推とは食生活改善推進員のことで、各種研修を通して得た知識を、地域の人へ伝達するという活動を中心に、健康展や糖尿病セミナーといった、市の保健事業への協力を行っています。地域の健康おばさんとして、料理教室の開催や試食品の提供、職場での話題作り等を通じ、それぞれの食推が気負わず、無理せず、出来る範囲内で出来ることを地道に続けています。

私は食推になって丸四年の新米ですが、研修に参加するたびに、七十代から三十代と幅広い年代の方々と〝食〟という一つのテーマで学び合い、多方面にわたって触発され、勉強させてもらえることが何よりも楽しいです。最近は、伝達講習として地域のサークルや幼稚園のお母さんたちと『手作りおやつ』や『乳製品を使ったメニュー』などのテーマで、荻川公民館の調理室を借りて行っています。

今年は学校の土曜休校も月二回になり、その休みを利用して子供達と料理教室をしてみたいと思っています。また、地域の皆さんから『骨粗鬆症』や『成人病予防』といったテーマで、伝達講習会を開催してほしいという意見がありましたらお聞かせください。

それぞれの地区担当の保健婦さんと一緒に地区の皆さんの要望に答えられるよう、もっともっと研鑽を積んでいきたいと思います。どうぞ食推を身近なものとして利用してください。

食生活改善推進員

住所	氏名	住所	氏名
本町4	井上敏子	秋葉1	真田悦子
	岩渕孝子	秋葉2	中村ハナエ
金沢町1	木伏光子		小林英子
金沢町2	瀬田松清子	中沢町	吉川トシ
	遠藤幸子	中岡町	鈴木二三子
東町1	太田志津江		平石郁子
新金沢町	渋谷知栄子	田家1	小島幸子
	熊谷恵子	田家3町	石川美代子
	安中なつ	緑満願寺	山嵜シミ
	渡辺妙子	島島野2	小檜山玲子
	金子寿子	荻原野3	佐々木良子
	荒木マリ子	荻中中1	小林ひろ子
	荒木トシイエ	中中野2	荻原泰子
	斉藤シズエ	野場場4	阿部菊枝
柄目木	三星チエ子	野場1	丸山陽子
	本望歌子	車車3	樋口正子
山谷町3	田辺ヨリ子	場島島	近藤洋子
	本望久子	東程組	伊藤茂子
	湯田ヨシエ	小戸上木	水沢満子
南町	田中ちい子	ノ梅方	小林信子
新栄町	沢田愛子		土屋チエ子
古田神	樋口美治子	出戸	広瀬宏子
天道町1	豊崎登美江		大竹まり子
下興野町	伊藤和子	野	片岡チイ子
	湯峯多鶴子		江口和子
北上1	竹石誠子		

お買物、ご用命は市内で

お庭の害虫防除作業承ります
毎月1回の定期的防除で1回の料金
一律3,300円です。（11月まで）
300㎡以上のお庭は別料金とさせて頂きます。
㈲グリーンサービス
下新 ☎0250-23-5770

旧市役所前 靴のイザワ
靴なら何でも揃うイザワ
＊あるく楽しさをお届けする＊
TEL 22-0625

お知らせ　市役所24—2111

市長杯争奪女子ソフトボール大会

□とき　6月4日（日）の午前8時30分から
□ところ　東部運動広場・野球場
□参加資格　市内に在住、勤務する選手20名以内、監督、コーチで構成されたチーム（中学生、高校生は除く）
□参加費　1チーム2000円
□申込み　5月25日（木）までに、ソフトボール協会事務局の箱岩さん（新栄不動産内、☎22—2543）へ。

初夏のまちを快走　健康マラソン大会

□とき　6月10日（土）の午前9時から開会式（小雨決行）
□ところ　市民会館前発着
□距離・種別
・1・5㌔㍍…小学4年生以下
・3㌔㍍…小学男子5・6年、中学男子、高校一般男子、壮年（35歳以上）男子、小学女子5・6年、中学女子、高校一般女子
・6㌔㍍…中学男子、高校一般男子、壮年（35歳以上）男子
・12㌔㍍…高校一般男子、壮年（35歳以上）男子
□参加費　小学生300円、中・高校生400円、一般・壮年600円（傷害保険料など）
□申込み　5月31日（水）までに、市民スポーツ課（☎22—0916）へ。

市民婦人バレーボール大会

□とき　6月18日（日）の午前8時30分から
□ところ　荻川地区体育館、金津小学校体育館
□対象　市内在住の既婚婦人または35歳以上の女性
□参加費　1チーム1000円（市バレーボール協会登録チームは無料）
□申込み　6月5日（月）までに、市民スポーツ課（☎22—0916）へ。
※代表者会議…6月7日（水）の午後7時30分から。会場は市民会館和室

バレーボール協会登録チームを募集中

□市バレーボール協会
・対象チーム…一般男子および女子で構成する6人制チーム
・登録料…年間3000円
・問い合わせ…市バレーボール協会事務局の小林さん（市役所農林課内、内線479）へ。
□市婦人バレーボール連絡協議会
・対象チーム…既婚婦人または35歳以上の女性で構成する9人制チーム
・登録料…年間5000円
・問い合わせ…市婦人バレーボール連絡協議会会長の坂爪さん（☎22—6603）へ。

学校復帰の手助けに
＊—訪問教育相談員制度

市では、深刻化する子どもたちの登校拒否問題に対応するため、訪問教育相談員制度を開設します。この制度は、市から委嘱された専門相談員が不登校児童や生徒、およびその保護者の方と話し合いながら、子どもの学校生活復帰を手助けしていくものです。

相談員の皆さんは、小・中学校の先生と十分に話し合い、悩んでいる児童や生徒の学校生活での様子を把握したうえで、訪問計画を立てて各家庭を訪問します。

□問い合わせ　新津市教育センター（☎24—8888）または各小・中学校へ。

市民大学で受講生の追加募集

新津市民大学では、国際学部の受講生を追加募集しています。対象講座は左の表のとおりです。

□申込み　生涯学習課生涯学習係（☎22—9666）へ。

講座名	日	時間	会場
中国語入門	毎週木曜日	19:00～20:15	視聴覚センター
中国語初級	毎週金曜日	18:00～19:15 19:30～20:45	
ロシア語入門	毎週土曜日	19:00～20:15	
ロシア語初級	毎週土曜日	17:40～18:55	
ハングル語入門	毎週水曜日	19:00～20:15	市民会館

・受講料は月額4000円（6か月分一括納入）

6月のスポーツ広場

日	曜日	時間	種目	会場
6日 27日	火	9:50～11:50	バドミントン ソフトバレーボール	市民会館大ホール
20日	火		卓球 バレーボール	
毎週火曜日		19:20～21:20	卓球 バドミントン ソフトバレーボール	新津海洋センター
毎週木曜日		9:50～11:50		

6月のスポーツ教室

日	時間	種目	会場
毎週火曜日	9:50～11:50	ラケットテニス 体操ほか	新津海洋センター
毎週金曜日	19:20～21:20	ラケットテニス ソフトバレーボールほか	
毎週水曜日	19:20～21:20	ラケットテニス ソフトバレーボールほか	荻川地区体育館

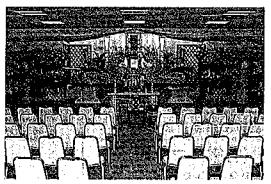
6月のお父さんの体操教室

日	曜日	時間	会場
3日、17日	土	10:00～11:00	新津海洋センター

▽講座の開催
・とき…5月26日（金）、6月1日（木）・8日（木）、および11月～平成8年1月。時間は午後7時から
・ところ…保健福祉センター
・申込み…農林課構造改善係（内線474）へ。

お買物、ご用命は市内で

誰にも聞けなかった
お葬式（法事）のしきたり
遺族側も会葬者もこれで安心
無料相談☞昼間専用 ☎24—7613



通夜・告別式・社葬・お斎・法事
紫雲殿
椅子席160席完備 宿泊設備
新津市東町1丁目
☎(24)8330 FAX(24)9236