

■市役所(24)2111

保健福祉

●スマッシュで決める！
市民ソフトテニス大会

▷とき 9月15日(祝)の午前9時から
▷ところ 東町庭球場
▷種目 一般男子・女子、中学男子・女子
▷参加費 1チーム600円。ただし中学生は1チーム400円(当日納入)
▷申込み 9月12日(木)までに、市民スポーツ課(☎22-0916)へ。

●ボレーも決めろっ!!
市民テニス大会

▷とき 9月28日(土)の午前9時から
▷ところ 東町庭球場
▷参加資格 市内に在住、勤務、通学の人(中学生以上)、および市テニス協会会員
▷種目 男子A・B・成年35歳以上、女子A・B、100歳ペア(男女を問わず2人の年齢合計が100歳以上)
▷参加費(1組) 一般2000円、中・高校生1000円
▷申込み 9月20日(金)までに、参加費を添えて市民スポーツ課(☎22-0916)へ。

みんなで そーれっ!
市民6人制バレーボール大会

▷とき 9月29日(日)の午前9時から
▷ところ 海洋センター
▷参加資格 市内に在住または勤務、通学の人(高校生以上)
▷種目 一般男子A・Bクラス、一般女子
▷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 9月20日(金)までに、市民スポーツ課(☎22-0916)へ。

的を射抜け!!
市民弓道大会

▷とき 9月22日(日)の午前9時30分から
▷ところ 市民武道館
▷種目 一般男子・女子、高校男子・女子
▷申込み 9月17日(火)までに、市弓道連盟事務局の鈴木さん(☎22-0794)へ。

シャトルを打ち込め
市民バトミントン大会

▷とき 9月23日(祝)の午前8時20分から受付
▷ところ 市民会館大ホール
▷種目(個人戦)
・ダブルス…A級、B級、C級(初心者)、小学生
▷参加資格 市内に在住または勤務、通学の人、および市羽球連盟で招待する団体や個人
▷参加費 1人1種目600円(中学生以下300円)
▷申込み 当日会場で申し込む
▷問い合わせ 市羽球連盟の土井さん(☎22-0858)へ。

町内対抗野球大会
優勝は中村チーム

8月10日(土)から熱戦が繰り広げられていた町内対抗野球大会の結果は、次のとおりです。
◇第1位 中村
◇第2位 結 福島
◇第3位 小口
古津野球クラブ

どすこい!がんばれ
少年少女相撲大会

▷とき 9月23日(祝)の午前9時から
▷ところ 市民武道館相撲場
▷参加対象 小学3～6年生の男子および5・6年生の女子(女子はまわしを着用しません)
▷競技方法 団体戦、個人戦、勝ち抜き戦、じゃんけん勝ち抜き戦
▷参加費 1人100円(保険料。ただし、じゃんけん勝ち抜き戦参加者は無料)
▷申込み 9月13日(金)までに、参加費を添えて市民スポーツ課(☎22-0916)へ。

Run! Run! Run!!
陸上競技講習会・記録会

▷とき 9月28日(土)の午前8時30分から
▷ところ サンスポーツランド新津
▷参加対象 小学4年生以上。ただし小学生は大人の引率が必要
▷種目 短距離走、中・長距離走および駅伝競走、ウォーキング
▷参加費 小・中学生1人200円、高校生以上1人300円
▷申込み 9月20日(金)までに、参加費を添えて市民スポーツ課(☎22-0916)へ。

市民プールは
9月15日(日)
で終了します

※9月1日(日)～15日(祝)の利用時間は、午後1時～5時のみとなります。

保健の窓⑥

高脂血症に注意しよう

高脂血症とは、血液中のコレステロールや中性脂肪が多くなりすぎた状態をいいます。コレステロールは悪者のイメージがありますが、細胞膜を作るのに必要なほか、副腎皮質ホルモンの材料や脂肪の消化に欠かせない胆汁酸の原料になるなど、生命の維持にはなくてはならない働きをしています。

しかし、コレステロールは多すぎても少なすぎても問題が生じます。少なすぎると血管がもろくなり、脳出血を起こしやすくなります。多すぎると血管にこびりついて、心筋梗塞や脳梗塞につながる動脈硬化を進める原因になります。

高脂血症の予防は、コレステロールや中性脂肪を貯めすぎないことです。そのために、次のようなことに気をつけましょう。

①食生活が一番の原因

高脂血症や動脈硬化は、欧米型の食生活が定着するにつれて増えてきました。肉類や乳製品など、脂肪類の多すぎる高カロリー食に気をつけましょう。

②りんご型肥満が危ない

肥満の人ほど高脂血症になりやすく、中でも内臓に脂肪がたまる「りんご型肥満」が危険です。適度な運動を心がけ、肥満に気をつけましょう。

市では、市民健診で高脂血症といわれた人を対象に、年1回高脂血症教室を行っています。また、一年を通して行われる成人病健康相談でも、高脂血症の相談に応じえています。

▷問い合わせ 保健課保健係(内線133)へ。

日本脳炎予防接種日程(一期追加)

接種日	会 場	対象幼児(入園(所)施設名)
9/17(火)	保健福祉センター	さくら保育園
9/18(水)	荻川地区ふれあいセンター	結幼稚園
9/19(木)		第一幼稚園、林照寺保育園 小西保育園
9/20(金)	保健福祉センター	小倉東幼稚園、小羊園 中新田保育園
9/27(金)		白玉保育所、小倉南保育所 カトリック幼稚園

※受付時間：午後1時20分～2時30分。母子手帳と体温計を持参

夜間当番医が
変更になります

▽9月21日(土)：高塚医院
山田外科医院 新町2
▽9月24日(火)：山田外科医
院・高塚医院 本町1
身体障害者療養施設
あさひ園の入所者募集

◇対象者
・市内に住所を有する十八歳以上の方で、身体障害者手帳の交付を受けている人
・日常生活で常時介護を必要とし、施設での生活を希望する人
◇入所施設 身体障害者療養施設「あさひ園」(亀田町、平成9年4月開所予定)

募集人員 若干名
応募期間 9月30日(月)まで

◇問い合わせ 市社会福祉事務
所障害福祉係(内線233)へ。

果を拾って
ほのほの交流

◇対象 母子または父子家庭の親子
◇とき 10月6日(日)の午前9時～午後3時
◇ところ 八ツ田栗園(東蒲原郡三川村)
◇参加費 500円
◇申込み 9月30日(月)までに、母子福祉会 社会福祉協議会内、☎24-8376、夜間は鈴木さん(☎24-2330)へ。

障害を持つ人の
水泳教室を開催

◇対象 身体障害者手帳を持っている人
◇とき 9月22日(日)と10月13日(日)。時間は、いずれも午前9時30分～11時30分
◇ところ 鳥屋野総合体育館プール(新潟市神道寺)
◇受講料 無料
◇申込み 9月22日の教室は9月6日(金)まで。10月13日の教室は9月27日(金)まで
◇申込み 県身体障害者団体連合会(☎025-381-1147)へ。

村上養護学校の
視察にご参加を

県教育委員会では、次のように養護学校視察を行います。
◇対象 就学前の心身障害のある子どもを持つ保護者
◇とき 9月26日(木)の午前10時45分～午後2時
◇視察内容 県立村上養護学校(村上市山居町) 県立村上養護学校(村上市山居町) 教育の概要説明、施設・設備や学習の様子
◇参加費 無料
※昼食を持参してください。
◇申込み・問い合わせ 9月10日(火)までに、学校教育課学事係(内線432)へ。

お買物、ご用命は市内で

お買物、ご用命は市内で

補聴器無料相談会のご案内

9月7日(土)、8日(日)の午前10時より午後3時
尚、お電話いただければこちらよりお問い合わせ致します
メガネ・補聴器 ☎0120-212-870
野本 新津市福祉法指定店
新津市本町3丁目 TEL. (22)2556 (メガネ鑑定)

デリカ家

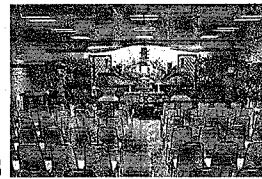
長崎屋T.F. (正面入口左)
☎24-7936

夏バテを
予防する
眠れない。
胃腸の調子が悪い。
下痢をする。
夏バテの症状。
肌アレ・シミ・シワ
を解消。
枝毛・薄毛の手入れ
を指導。

少人数葬儀15万から社葬まで
遠来のお客様も宿泊OK

誰にも聞けなかった
お葬式(法事)のしきたり無料相談

☎昼間専用 ☎24-7613



ご葬儀は真心奉仕の

紫雲殿

新津市東町1丁目
☎(24)8330 FAX (24)9236