

保健・福祉・スポーツ

市民プールで
アルバイトを募集

・勤務期間：7月20日(祝)～8月31日(月)
・時給：一般・大学生：730円 高校生：650円
・対象：水泳のできる人(5名程度)
・問い合わせ：生涯学習課係(22-0916)へ。

角田山の頂上目指して
市民軽登山

→23-4800

○集合時間 6月14日(日)の午前8時までに、市役所玄関前集合
○行き先 角田山
○定員 50名(申込順)
○参加費 大人2000円、子ども(小学4年生～中学生)1500円
○申込み 6月5日(金)の午前9時から、参加費を添えて海洋センターへ。電話受付けなし

家族や友達と
ソフトバレーボール大会

→23-4800

○とき 6月27日(土)の午前8時から
○ところ 市民会館大ホール
○参加資格 市内に在住または勤務する人で構成するチームおよび近郊の招待チーム
○種目 ファミリーの部、男女混合A・Bの部、女子の部、ミニの部
○参加費 1チーム1200円
○申込み 6月21日(日)までに、参加費を添えて海洋センターへ。

水着を着て健康づくり
アグアピクス教室

→23-4800

○とき 6月16日(火)～7月16日(木)の毎週火・木曜日。時間は、午後1時30分～3時。会場は海洋センター
○対象 18歳以上の女性(定員30名)
○参加費 2000円
○申込み 海洋センターへ。

シュート、シュート
バスケットボール大会

→22-0916

○とき 6月21日(日)の午前8時30分から
○ところ 市民会館大ホール
○チーム編成 1チーム15名以内(中学生以下は出場できません)
○参加費 1チーム2000円
○申込み 6月15日(月)までに、生涯学習課スポーツ振興係、または市バスケットボール協会事務局(阿部自動社内、22-2592)へ。

スコアを上げるぞ
第31回市民ゴルフ大会

○とき 7月1日(水)の午前7時30分から
○ところ 新津カントリークラブ
○参加資格 市内に在住または勤務している人(定員260名)
○競技方法 18Hストロークプレー(ノークット)
○参加費 5000円(プレー代別途各自負担)
○申込み 6月15日(月)までに、新津カントリークラブ(22-1850)へ。

水泳を楽しもう
初心者水泳教室

→23-4800

○とき 6月17日(水)～7月17日(金)の毎週水・金曜日。時間は、午後1時30分～3時。会場は海洋センター
○対象 18歳以上の女性(定員30名)
○参加費 2000円
○申込み 海洋センターへ。

市民婦人バレーボール
大会へご参加を

→22-0916

○とき 6月28日(日)の午前8時30分から
○ところ 海洋センター、市民会館大ホール
○対象 市内に在住や勤務の既婚または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15日(月)までに、生涯学習課スポーツ振興係へ。代表者会議あり(6月18日(木))

少年たちの夏
第24回少年野球大会

→22-0916

○とき 7月25日(土)～27日(月)
○ところ 市営野球場、金屋野球場
○参加資格 市内の小学校に在学している児童で構成されるチーム
○参加費 無料
○申込み 6月26日(金)までに、生涯学習課スポーツ振興係へ。代表者会議あり(7月10日(金))

夏と共に水しぶき
市民プールの利用時間

→22-4107

○開設時間
・6月15日(月)～7月15日(水)…毎週土・日曜日の午後1時～6時
・7月16日(木)～8月31日(月)…午前9時～正午と午後1時～6時
○休場日 毎週火曜日
○問い合わせ 市民プールへ。

保健の窓

はつらつ健康広場へ行こう

市では「はつらつ健康広場」を開催しています。同広場で体操やレクリエーションなどを通して、一人ではなかなか動かすことが少ない身体を動かしながら、また参加者同士で話し合いながら、新しい仲間を作ってみませんか。
□実施日と会場
・毎月第2・4火曜日…保健福祉センター
・毎月第1・3火曜日…小合地域活動センター
・毎月第1・3水曜日…荻川地区ふれあいセンター
※時間は、いずれも午前9時30分～11時30分。祝日は休み
□問い合わせ 福祉健康課健康増進係(25-2510)へ。

プレイルームを
子どもたちに開放
↓
21・12362
六月一日から、就学前の子どもたちの遊び場として、子育て中のお母さんたちの情報交換の場として、保健福祉センター・階プレイルームを開放します。子育て中の保護者たちはご利用

ください。
なお、子育てサークルの団体使用および子育て中の保護者以外の人々の使用はご遠慮ください。
○開放日時 毎週火曜日 午前9時～11時30分
○問い合わせ 福祉健康課健康増進係へ。

ツベルクリン反応検査とBCG予防接種の日程

ツベルクリン 反応検査日	判定および BCG接種日	会場	対象地域
6/16 (火)	6/18 (木)	保健福祉 センター	本町、新町、日宝町、金沢町、東町、新金沢町、柄木木、飯柳、善道町、下興野町、北上、北上新田、さつき野町、美幸町、山谷町、天神古田、南町、新栄町、小合地区全域
6/23 (火)	6/25 (木)	保健福祉 センター	緑町、吉岡町、中沢町、田家、秋葉、滝谷本町、滝谷町、草水町、東金沢、上金沢、大安寺、中新田、満願寺七丁目、大蔵、金津地区全域、新聞地区全域
6/24 (水)	6/26 (金)	荻川地区 ふれあい センター	荻川地区全域

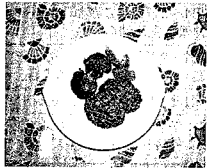
ツベルクリン反応検査とBCG予防接種

■対象 生後3か月以上4歳未満で、今までにツベルクリン反応検査およびBCG予防接種を受けたことがない乳幼児
■受付時間 午後1時10分～2時15分
■持参するもの 母子手帳、体温計、子診票
■その他 診察のしやすい服を着てください。会場では接種前の検温と診察のため、お待ちいただくことがあります。
■問い合わせ 福祉健康課健康増進係(21-1232)へ。

食糧さんからの

ヘルシークッキング⑬

※低カロリーの豆腐ハンバーグ



材料(4人分)

木綿豆腐	1丁	塩、コショウ	少々
豚ひき肉	200g	油	適宜
タマネギ	1/2個		
えのき茸	1袋	(付け合わせ)	
青じそ	1束	ブロッコリー	120g
卵	1個	ニンジン	120g

豆腐は良質のたん白質やカルシウムを多く含む。骨や歯の材料になります。
(作り方)
①豆腐は重石をして水気を切り、タマネギ、青じそはみじん切りにし、えのき茸は石づきをとり4等分にする。
②ボールに豚ひき肉と①を入れ、卵、塩、コショウを加えよく練り、八等分の小判形にし、油を敷き焼く。
③ブロッコリー、ニンジンをゆで付け合わせにする。
好みでポン酢しょうゆ、酢し、しょうゆなどを使ってください。
※エフエム新津・暮らしの雑学で毎月最終金曜日の午前11時～30分、食生活改善推進員による食生活や栄養のワンポイントアドバイスを放送しています。

お買物、ご用命は市内で

お買物、ご用命は市内で

靴なら何でも揃うイザワ
※歩く楽しさをお届けします※
靴のイザワ
二番館前本店 22-0625
長崎店 24-5177
★駐車場あります

襖、壁、障子、天井、カーテン
ブラインド、カーペット、クッションフロア
美術塗装、額、掛軸
表具 一心堂
本町3 22-2035

小さな恋人 さくらんぼ
おいしいさくらんぼの季節です。
御贈答に甘～い「佐藤錦」をどうぞ。地方発送承ります。
やまいし
フルーツ&ギフト
TEL 23-0397
FAX 23-3158
本町2(新光商店街)

毎度、ありがとうございます。
渡辺美容院
本町3 新津川寄りの下道通り
☎(22)0626
◇営業時間 9:00～18:00
◇9時前&18時以降は予約制
FAX (25)2515
(本店) ☎ 0120-230626
“定休日”
毎週火曜&第1月曜
③第3日曜日
ヘアーステーション
わたなへ駅前店
新津駅前 ☎(22)2611