

市役所(24)2111

お知らせ

保健の窓 37

母子保健推進員に

母子保健推進員は、子育てに関する身近な相談員として地域のみなさんの子育てのお手伝いをしたり、市の行う保健事業に協力したりしています。

「転入したばかりで町内のことがよく分からない」とか「子育てサークルに行ってみたい」という人は、お気軽に母子保健推進員にご相談ください。

担当地区	氏名	担当地区	氏名	担当地区	氏名
本町1丁目	遠藤ナツ子	南町1区	笹崎康子	こがね町	田辺田鶴子
本町2丁目1区	浅田千代子	南町2区	中沢幸恵	中野1丁目	萩野泰子
本町2丁目2区	佐藤陽子	美幸町1・2丁目	金子雅子	中野2丁目	渡部祐子
本町3丁目1区	本間圭子	美幸町3丁目	高山千鶴子	中野3丁目	藤田美智子
本町3丁目2区	小島千栄子	新栄町	近野美佐子	中野4・5丁目	宮本則子
本町3丁目3区	野本尚美	緑町	鎌田久子	車場1丁目	白川弘子
本町4丁目1区	塩田直美	古田	川崎裕子	車場2丁目	浅野静子
本町4丁目2区	高橋和子	天神	早瀬君子	車場3丁目	渡辺章子
善道町1丁目	若月百代	秋葉1丁目	奥田恵美子	車場4丁目	真柄幸子
善道町2丁目	樋口幸子	秋葉2丁目	樋口幸子	笠井清子	笠井清子
下興野町	眞島貴代子	秋葉3丁目	藤田豊子	三津屋	石附ユキイ
北上1丁目	桑原幸子	中沢町	小川信子	長割	仲川真智子
北上2・3丁目	阿部久美子	吉岡町	大滝恵子	市之瀬	飯口美哉
北上新田・北湯	笠原順子	田家1丁目	小島幸子	古津	田中美智子
さつき野町	井上和江	田家2丁目	宮崎ヨリ子	西古津	金子洋子
新町1丁目	小幡啓子	田家3丁目	田中ゆう子	蒲ヶ沢	高橋芳江
新町2丁目	駒野ヨネ子	滝谷本町	片岡睦子	金津	真柄優子
新町3丁目	樋口裕子	滝谷町	増山昌子	塩谷	中村壽子
日宝町	川上智恵子	草水町1丁目	大原えり子	割町	真柄まさい
金沢町1丁目	五十嵐恵美子	草水町2・3丁目	柳橋恵美子	朝日	石井豊子
金沢町2丁目	瀬田松清子	川口	真田浩以	朝日	古田圭子
金沢町3・4丁目	丸山富美子	結	吉田保代	東島	阿部久美子
東町	古谷明子	結	石川裕子	西島	中野ルリ
新金沢町	長坂富江	福島	森林和子	中村	新保富士子
柄目木	荒木幸子	田島	佐藤好美	程島	宮崎好美
飯柳	田村芳子	萩野町	田中順子	大鹿	本望文子
山谷1丁目	和泉久美子	萩島1丁目	池上彩子	栗宮	井村末子
山谷2丁目	佐々木淳子	萩島2丁目	中川美津子	小戸上組	吉田久美子
山谷3丁目	小林俊子	萩島3丁目	小林ひろ子	小戸下組	大島文子

お気軽にご相談を

●母子保健推進員が育成・支援している子育てサークル
山谷子育てグループの集い（山谷町）、中沢子育てサークル（中沢町）、なかよしサークル（下興野町）、サークルひ

よこ（草水町）、ちびっ子みゆき（美幸町）、ピヨピヨサークル（満願寺）
■問い合わせ 福祉健康課健康増進係（☎25-2510）へ。

担当地区	氏名	担当地区	氏名	担当地区	氏名
小屋場	阿部恵子	大秋	高野アサコ	大関	松田ひろみ
梅ノ木	阿部 薫	野方	狩谷とみ子	岡田	高橋悦子
浦興野	小泉みち子	東金沢	明間淳子	下新	露巻弘子
新通り	高橋節子	大安寺	樋口フミ子	市新	五十嵐久美子
出戸	今井愛子	中新田	佐藤喜子	金屋	古山直子
子成場	渡辺房子	満願寺	小池睦子	新郷屋・上金沢	土田裕子
子成場	坂原朝子	七日町	長谷川洋子	六郷	鳥井裕子
四ツ興野	田村育子	大蔵	坂井朝子		
廣曾根	高野里子	小口	間 麗子		

材 料 （4人分）

木綿豆腐	320g
ニラ	40g
もやし	80g
キャベツ	40g
ニンジン	40g
しめじ	40g
豚ももスライス肉	80g
油	大さじ2
しょうゆ	小さじ4
砂糖	小さじ2
塩	小さじ1/5
ごま油	小さじ1
削りかつお節	2g

食生活改善推進員からの
ヘルシークッキング ⑬
豆腐入りチャンプルー

食物繊維をしっかりとて低
カロリー、しかも短時間で手
軽に作れる料理をご紹介
します。

◆作り方
①豆腐をふきんに包
んで重しを載せ、水
気を切る。
②中華鍋で野菜と肉
をいためる。
③豆腐を②へ加え、
へらで崩しながらいた
め、④で味をつける。
④豆腐に味が染み込むま
で少し煮て、ごま油と削りかつ
お節を加える。



お買物、ご用命は市内で

ホーミー新津教室

わずか3時間で一生の得
（無料）住まいの勉強会（予約制）

有限会社 新ハウス

一級建築士事務所
〒956-0014 新潟県新津市福島167番地2 TEL0250-24-4151



憩いの家

自然素材で
リフォームを!

・リビングルームのクロス貼りを板
張りにしたい
・台所の床を直したい
・和室の壁を直したい
・水まわりを直したい
・外壁の張り替え...などその他
お考えの方、お電話ください。今なら特典付きです

お買物、ご用命は市内で

味自慢 新潟の味覚
晩梨の王 新興梨
芳香の洋梨 ル・レクイエ
◎地方発送承ります

フルーツ やまいし
&ギフト 本町2（新光商店街）

TEL 23-0397
FAX 23-3158

冠婚葬祭会館

割烹 セレモニ ぼそ川苑

新津市川口409 TEL 25-1819
忘新年会予約承ります