

にいがた丘陵の森にようこそ

森林浴のおすすめ

夏の昼下がり、森に入るとひんやりとした空気が心地よく感じます。ほのかな香気もただよひ、室内のエアコンの冷気には優しい優しさです。あたかも緑のドームのように森を厚く覆っている葉の層が、強い直射日光を優しい木もれ陽にかえてくれます。さらに森に注がれる太陽熱を費やして、葉の表面から水分を蒸発させ、森の温度を下げています。森の中では、葉の層が日傘になり、また緑のエアコンの働きをし、穏やかな林内環境を創りだしています。

夏の季節、森の空気にはフィトンチッド(植物が発する抗菌成分)も豊富に含まれています。夏ばて防止に、心身のリフレッシュに、深緑に包まれた夏の遊歩道は、まさに、好適な森林浴の浴槽です。(文責:小林正吾)



涼風がやさしい夏の遊歩道

●にいがた森林の仲間会事務局:石油の世界館内(22-1400)

- 市役所 (24-2111)
○保健 福祉健康課健康増進係 (25-2510)
○スポーツ 生涯学習課スポーツ振興係 (22-0916)
○ビデオシアター、定期映画鑑賞会 視聴覚センター (22-0201)
○教育相談 教育センター教育相談係 (24-8888、23-0101)

31 30 29 28 27 26 25 24 23 22 21

献血 (午前9時30分~正午) マルサブラント(株) 新潟支店
献血 (午後1時~3時30分) 日産ティール新潟販売(株)
親子植物標本作り (午前9時~正午) 視聴覚センター研修室
海洋センター水泳大会 (午前10時から) 海洋センタープール
おはなしの会 (午後2時から3時) 図書館2階読書会室
人権行政相談 (午後1時30分~3時30分) 本町一番館
市民法律相談 (午後1時30分~4時30分) 市民窓口課第一相談室
土曜電話教育相談 (午前9時~午後4時) 23-0101
阿賀野サマーフェスティバル (午前9時~午後4時、小町決行)
サンスポーツランド新津付近および阿賀野川対岸(雨天時は市民会館)
ビデオシアター (午前10時から) 視聴覚センター2階ホール
内容「シラ」(上映時間1時間20分)
近代文学講座 (午後2時~3時30分) 図書館読書会室
陸上競技講習会 (午前8時から) サンスポーツランド新津

市民カレンダー 8月

写真展「浦原暮情」(9月3日まで) 鉄道資料館
わんぱくキャンプ(4日まで) 七ヶ浜自然公園(刈羽郡高柳町)
食生活改善推進員の子ども料理教室(午前10時~午後3時) 茨川地区公民館
共鳴する空間 金沢健一 音のかけら(10月15日まで) 美術館
文化会館シンポジウム(午後1時30分~3時30分) 地域学園305会議室
※図書館休館日
森のクリーン作戦(午前10時~午後3時) 石油の里公園古代館前集合
大相撲新潟場所(午前8時~午後3時) 市民会館大ホール
歩行者天国(午後7時~10時) 本町通り
大相撲新潟場所(午前8時~午後3時) 市民会館大ホール
市民法律相談(午後1時30分~4時30分) 市民窓口課第一相談室
町内対抗野球大会(13日、19日) サンスポーツランド新津 市営野球場
土曜電話教育相談(午前9時~午後4時) 23-0101
献血(午前9時30分~午後3時30分) ホームセンターサム新津店
夏休みアニメシアター(午前10時から午後1時から) 視聴覚センター2階ホール
内容「チャレンジミッキー」「ミッキーたちのハッピーホリデー」
ネイチャースクール(午前10時~午後3時) 石油の里公園(あじと交流の森)
あがの川大花火大会(午後7時15分~8時30分) 阿賀野川河川敷
松坂流し(午後7時30分~8時45分) 本町通り
※図書館休館日
厚生年金相談(午前10時~午後3時) 新津商工会議所
屋台まつり(20日まで) 本町通りほか
リサイクル品の展示・申込み(26日まで) リサイクル館
アナスタシア号から観察「川から見た新津」(午前9時から午後1時から) 市役所駐車場集合
※図書館休館日

ワンポイント 手話レッスン
「お中元」は、夏にする贈り物なので、「暑」と「贈り物」で表現します。
「暑い」 うちわであおぐようにする。
「贈り物」 両手を向かい合わせてぞっと前に出す。

国民年金 そうだん
私は二十歳になる学生です。先日祖父に老齢基礎年金の証書が届いたとのことですが、私も先月の誕生日から国民年金に加入しましたが、よく分かりません。老齢基礎年金について教えてください。
回答
老齢基礎年金は、世代と世代の助け合いを目的とした公的年金制度の給付の一つで、老後の所得保障を目的としたものです。六十五歳になれば全ての人に支給されますが、次の期間を合算して、二十五年以上が必要で...

お買物、ご用命は市内で
水道工事及び下水道工事は技術と信用でご奉仕する
新津管工事業協同組合
加盟の下記工事店にご用命ください
大宇建設工業(株) 川口 24-2992 (株) 金沢工業 東金沢 24-0364
越後配管設備工業(株) 山谷南 23-1611 (株) 宇野工業 結 22-1097
(株) 新保組 新町2 22-0230 (株) 馬場工務所 本町2 22-0010
(南) 宮工務所 新金沢 22-2662 (株) イシカワ 大蔵 22-2000
(株) 徳永設備設計事務所 北湯 24-5104 (株) 丸和工業 新津 22-8428
(南) 三和住設 古津 24-2092 (南) 生田工務店 東金沢 22-8238
中村建設工業(株) 川根 22-1518
(株) 川口総業 とき野町 22-7007
(株) 新潟設備工業 下野町 23-3221
(株) カササ 川口 24-3900
(株) 帆刈組新津出張所 大安寺 24-7961
(南) イタバシ 樺目 22-9659

中高年と主婦の初心者向け
パソコン塾「ニクル」
貴方のペースで学べます
※お問い合わせは午後からお願いします
TEL:0250-22-7966
場所:新津市山谷町3丁目

可愛いペットのために
飼い主さんと安心を考えます。
ペットの生命・医療・積立共済保険
アイカラット
0250-23-6025
(株)ビギ-新津営業所 0956-0036新津市中村395-6-8