

6月 市議会定例会

日程(都合により変更の場合あり)
 6月17日(月)・18日(火)... 本会議
 20日(木)... 建設企業委員会
 21日(金)... 厚生委員会
 24日(月)... 文教経済委員会
 25日(火)... 総務財政委員会
 28日(金)... 本会議

エフエム新津 FM76.1MHz
 市議会の様子をラジオチャットで

一般質問とその市長答弁の様子を放送します。

放送日 6月20日(木)から土・日曜日を除く毎日(質問者全員が終了するまで)。時間は午後9時~10時

問い合わせ 市議会に関することは議会事務局(内線611)放送に関することはラジオチャット(☎23-5000)へ。

路線バス新停留所 乗り入れは6/10(月)から(予定)

- 新しく設置される停留所
 - ・荻川駅前停留所(北越銀行荻川支店付近)
 - ・美術館・植物園前停留所(県立植物園の駐車場内)
- 問い合わせ 新潟交通観光バス株(株)ケ瀬営業所(☎67-4777)へ。
- くわしくは、広報「にいつ」5月15日号をご覧ください。

平成14年度 第1回ラジオチャット 番組審議委員会の報告

- ・開催日 5月9日(木)
- ・開催場所 地域学園研修室
- ・出席委員(敬称略) 村田稔、田辺良子、小林豊、須藤哲生、山田和宏、林龍太郎、間一彰、須藤朋子
- ・議題 自主制作番組「モーニングブリーズ」について
- ラジオチャット番組審議委員会事務局

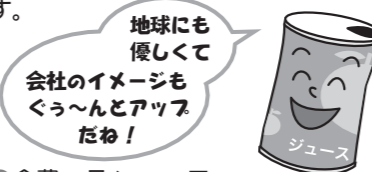
廃食用油せっけんを作ろう

不要になった食用油を、環境にやさしいせっけんに作り変えましょう。

- とき 6~11月の毎月第1火曜日
- ところ 手作りせっけん作業所(旧ごみ焼却場事務所)
- 参加費 300円(薬剤代)
- 申込み 市民生活課市民活動係(内線236)へ。

エコステーション事業 加盟店になりませんか?

エコステーションとは、空き缶やペットボトルを機械に投入すると、画面にゲームが映し出されたり、買い物の値引きやさまざまな特典付きの「ラッキーチケット」が当たるシステムです。



- 会費 月々3,000円
- 問い合わせ 新津市商店街協同組合連合会(☎22-6505)へ。

近くの方はご注意を! 松くい虫防除の薬剤を散布

- とき・ところ 6月12日(水)の午前5時~9時ころにスプリンクラー防除(秋葉公園・平和塔付近、少年広場)午前9時~午後4時ころに地上薬剤散布(秋葉公園一帯)
- 強風・雨天の場合は順延になります。防除後1週間程度は、対象地域の草むらに入らないでください。当日は公園駐車場に駐車しないでください。
- 問い合わせ 農・産業振興課農業振興係(内線479)へ。

ふれあいいきいきサロン ボランティア研修会

- とき 6月6日(木)の午後1時30分から
- ところ 本町二番館202会議室
- 対象 ふれあいいきいきサロン(地域のお茶の間)でボランティアをしたい人、興味のある人
- 内容 概要、運営方法などについて
- 申込み 社会福祉協議会(☎24-8376、☎23-3322)へ。

すてきな名前を考えてください! 小須戸町・特別養護老人ホームの名称募集

- 応募期間 7月10日(水)まで
- 施設の場所 小須戸町大字矢代田(新津南高校隣り)。平成15年4月開設予定で全室個室、地域交流スペース有
- 問い合わせ 小須戸町役場保健福祉課内 特養建設準備室(☎38-3111 内線134・152)へ。

若いアナタも、ねんりんピックを一緒に楽しもう!

- とき 6月8日(土)~10日(月)の午前10時から
- ところ 市民会館大ホールほか
- 内容
 - ・8日...新津地区高齢者芸能発表会、記念講演会「転んだら起きればいいさ」(講師=内海桂子さん) 県シニア美術展秀作展など
 - ・9日...フリーマーケット、各種イベント、スポーツ交流大会(10日まで)など
- スポーツ交流大会は、新津市を中心に新潟市や白根市、燕市で開催
- 問い合わせ にいがたねんりんピック実行委員会事務局(☎025-285-1400)へ。

食生活改善推進委員からの ヘルシークッキング³⁶

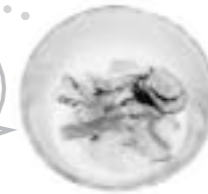
キュウリとワカメのみそヨーグルトあえ

日本人に不足していると言われるカルシウムを、吸収率の良い乳製品を使った一品で効率よく摂取しましょう。

- <作り方>
- かに風味かまぼこは、細かくさく。
 - きゅうりは薄切りにして、軽く塩をし、固くしぼって水気をきる。
 - キャベツはゆでて、太めの千切りにする。
 - Aを混ぜ合わせ、~③を加え混ぜる。

*1人分の栄養価…カロリー 48kcal、食塩相当量 0.6g、カルシウム 64mg

カルシウムは、骨やあごの発達に欠かせない栄養素です!



材料 (4人分)

- きゅうり.....1本
- キャベツ.....160g
- かに風味かまぼこ.....3本
- 塩.....少々
- みそ.....小さじ2
- 砂糖.....小さじ1
- プレーンヨーグルト.....1/2カップ

更年期相談会と呼吸教室のご案内

更年期相談会 (無料)

- とき 6月21日(金)の午後1時30分~4時30分
- ところ 新津健康福祉環境事務所(南町・旧保健所)
- 内容 めまいや頭痛、不眠など身体と心の悩みについて、婦人科医師と精神科医師が個別に相談を受けます。
- 申込締切日 6月20日(木)の午後5時まで(申込順)

呼吸教室 (3回で1コース)

- とき 6月21日(金)、27日(木)、7月5日(金)の午後1時30分~3時30分
- ところ 保健福祉センター
- 対象 肺や気管支の病気で肺の動きの悪い人、息切れや痰などでお困りの人
- 内容 肺機能検査、呼吸法の実技、健康相談など
- 定員 25名(申込順)
- 参加費 500円程度(3回分)
- 申込締切日 6月19日(水)
- 申込み いずれも新津健康福祉環境事務所 地域保健課(☎22-5174)へ。

6月は日本赤十字社新津地区の強化月間 赤十字社費納入のお願い

日本赤十字社は、紛争や公衆衛生など国内外で活躍しており、その活動は全国の社員、ボランティアなどに支えられています。赤十字の人道支援にご協力をお願いします。

●問い合わせ 日本赤十字社新津地区事務局(福祉健康課内、内線147)へ。

全血献血にご協力を

6/25 (火)	9:30~11:30	デイリー(株)
	13:00~16:00	株新津市建設センター

- 問い合わせ 福祉健康課福祉係(内線147)へ。
- やむを得ず中止・変更することがありますので、お問い合わせください。

保健の窓⑤ 要介護にならない・させない 痴呆予防について

痴呆とは、「成人が何らかの原因で知的機能が低下し、社会生活に支障をきたすこと」で、老年期の痴呆は「アルツハイマー型痴呆」と「脳血管性痴呆」に大きく分けられます。

【アルツハイマー型痴呆】

脳の神経細胞が徐々に死んでしまうため、脳全体が萎縮してしまいます。ひどい物忘れが徐々に進行し、理解や判断力などにさまざまな精神症状が表れます。原因はまだ不明ですが、脳の神経伝達物質を増やす薬剤が開発されています。

【脳血管性痴呆】

動脈硬化の進行による血管障害が原因ですので、それを起こしやすくする高血圧や高脂血症、糖尿病、喫煙や飲酒のし過ぎ、肥満などを防ぐことが大切です。

これらの痴呆を予防するには、効果的なポイントがあります。

低塩分・低脂肪のバランスのよい食事と適度な運動をしましょう。

②外出時は足に合った靴を履き、手荷物を減らしたり家の中の段差を解消したりして、転倒しないようにしましょう。

③新聞を読んだり、日記を書いたりして、脳に刺激を与えるよう心掛けましょう。

④新しいことに興味をもって取り組んだり、趣味やボランティアなどの社会参加をしましょう。

⑤家の中に閉じこもらず、明るい気分でいられるように心掛けましょう。



福祉健康課健康増進係(☎25-2510)

“鉄”人のココロをくすぐります



「鉄道のまちにいつ」の歴史を語ります

新津市鉄道資料館

- ところ 新潟県新津市東町2-5-6 新津地域学園内
- 開館時間 午前9時30分~午後4時30分(入場は午後4時まで)
- 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は火曜日)および年末年始
- 問い合わせ ☎0250-24-5700

総合芸術空間



新津市美術館

- ところ 新潟県新津市蒲ヶ沢 花と遺跡のふるさと公園内
- 開館時間 午前10時~午後5時(入場は午後4時30分まで)
- 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は火曜日)および年末年始
- 問い合わせ ☎0250-25-1301