

訂正

広報2月1日号の4ページに誤りがありましたので、お詫言ひして訂正します。期日前投票の期間が、「選挙期日の公告」(公示)の翌日から「選挙期日」(投票日)の前日までとして訂正します。

### 新津の山で健康ウォーキング

●とき 3月28日(日) 小雨決行。受け付けは、花林館にて午前8時10分から

●内容(所要時間) ・A 山歩きコース...全長10km(6時間) ・B 花さがしコース...全長7km(5時間)

●参加費 1人1,000円(中学生以下は500円) 当日受付時に納入

●持ち物 昼食、防寒具、ごみ袋など

●申込み 3月19日(金)までに、電話、ファクスまたはハガキで、①氏名 ②年齢または学年 ③住所 ④電話番号 ⑤コース名を記入の上、生涯学習課(☎956-0816 東町2-5-6、☎22-0916、☎22-9616)へ。

### 屋外スポーツ施設の利用受け付けを開始

冬期間休んでいた屋外スポーツ施設の受け付けを始めます。

●受付開始日 3月22日(月)から

●今回予約できる期間 6月分まで

●申込み 直接、生涯学習課施設係(東町2 地域学園内、☎22-0916)で手続きしてください。電話で予約した場合は、予約日から10日以内に手続きを。

### バスケットボール教室 スクール生 募集中

●とき 4月~平成17年3月の毎週水曜日

●ところ 海洋センター

●対象 年中児(4歳)~小学3年生

●講師 新潟アルビレックス・スタッフ

●会費 月5,000円(入会金5,000円、保険500円・用具代は別途あり)

●申込み・問い合わせ 市バスケットボール協会の阿部さん(☎21-6111)へ。随時、無料体験実施中

### 平成16年度 中央公民館教養講座 受講生募集

講座名	曜日	時間	講師	受講料(月額)	定員
版画	水	9:30~11:30	樋口千津子	2,000円程度	20名
洋画	水	9:30~11:30	秋山 光	2,000円	20名
書道	火	9:30~11:30	樋口志保	2,000円	30名
焼き物	火(第1・3)	13:00~16:00	西潟秀之	2,500円	25名
囲碁	土	13:00~16:00	日本棋院新津支部	1,500円	40名
日本画	土	13:30~16:00	石井 博	2,000円	20名
俳句	水(第2・4)	13:00~16:00	山口アツ子	1,500円	20名
川柳	土(第3)	13:30~16:00	大野風柳	1,500円	20名
彫刻	土	13:00~16:00	菅原 一郎	2,000円	15名
写真	木(第1・3)	13:30~15:30	綿貴隆重	1,500円	20名

▲会場 いずれも、地域学園

### 力作ぞろい 教養講座「終講展」へどうぞ

●とき 3月12日(金)~14日(日)の午前9時~午後5時(ただし、14日は午後3時まで)

●ところ 地域学園 多目的ホール

●内容 洋画、日本画、版画、書道、焼き物作品の展示



●申込み・問い合わせ 生涯学習課生涯学習係(☎22-9666)へ。

### 働く人の憩いの場 勤労青少年ホームへ行こう!

#### ■利用者登録

●登録できる人 原則として、市内に在住または勤務している15歳以上の勤労青少年。登録するとスポーツやサークル活動などのとき、施設を無料で利用できます。

●登録料 1,000円(保険料などを含む)。申込時に持参

●体育館の夜間利用 体育館の夜間利用ができるのは、登録した人たちが構成する団体に限ります(事前に申し込みが必要)。

■申込み 3月31日(水)までに、勤労青少年ホーム(☎24-5320)へ。

#### ■教養講座の受講生募集

講座名	曜日	定員	受講料(月額)	開講日
生花(小原流)	火	25名	5,000円	4月6日
エアロビクス	水	20名	2,000円	4月7日
茶道(表千家)	水	20名	4,000円	4月7日
生花(龍生派)	木	25名	5,000円	4月8日
料理	木	25名	5,000円	4月8日

エアロビクス以外は、材料費込み

・時間 いずれも午後7時~9時

・対象 原則として、勤労青少年(定員に満たないときは、一般市民も受講可)

### 健康づくりチャレンジ(無料体験)教室

●とき 3月20日(祝)の午前9時30分~正午

●ところ 県健康づくりセンター(新潟スタジアム内)

●対象 20歳以上の県民で、医学的な理由で運動制限のない人

●内容 メディカルチェック、健康づくり運動、施設見学(希望者のみ)など

●定員 25名(申込多数の場合は抽選)

●申込締切日 3月13日(土)

●申込み 往復はがきまたは電子メールに、住所・氏名・年齢・性別・電話番号および施設見学希望の有無を記入の上、県健康づくりセンター(☎950-0933 新潟市清五郎68、☎025-287-8808、電子メール k.majima@ken-suppo.jp)へ。

### 特別養護老人ホーム等「こぐち苑」一般公開

●とき 3月27日(土)・28日(日)の午前10時~午後4時

●ところ 小口字南沢(クリーンセンター前)

●持ち物 内履き、外履きを入れる袋

●問い合わせ 社会福祉法人にいつ福祉会(☎21-6161)へ。

### 子育て支援センター「育ちの森」からのお知らせ

●4月1日(木)から、「あそびの広場」のお休みが「毎週木曜日の午後」に  
なお、一時保育は今までどおり受け付けます(受付時間は、平日...午前9時~午後4時、土曜日...午前9時~正午)

●「育ちの森サポーター」になりますか?  
・活動内容...ガーデニング、おもちゃ作り、読み聞かせ、情報誌編集など(活動開始は4月から)

・対象...ボランティアで手伝ってくださる人(お子さん連れでない人)

●問い合わせ 子育て支援センター「育ちの森」(☎21-4152)へ。



### 3月1日(月)~7日(日)は予防接種週間です

4月の入園・入学前に、もう一度母子手帳を確認して、受けていない予防接種がありましたら、個別予防接種医療機関で受けてください。

●予防接種の種類と対象年齢

予防接種の種類	対象年齢	
三種混合	ジフテリア	生後3カ月~7歳6カ月未満(百日咳にかかった場合は二種混合の接種を)
	百日咳破傷風	
二種混合	ジフテリア	11歳~13歳未満(三種混合の追加として接種)
	破傷風	
麻しん(はしか)	生後12カ月~7歳6カ月未満	1歳~1歳3カ月までに早めに接種を
	生後12カ月~7歳6カ月未満	麻しん接種後に接種を
日本脳炎	乳幼児(1期)	生後6カ月~7歳6カ月未満 3歳になったら接種を
	小学生(2期)	9歳~13歳未満
	中学生(3期)	14歳~16歳未満

●問い合わせ 福祉健康課 健康増進係(☎25-2510)へ。

### 一生噛める丈夫な歯

### むし歯とおやつ

「おやつ」は、3度の食事では取りきれなかった栄養素を補うほかに、子どもにとっては楽しみでもあり、心を育てる上で欠かせずこのできないものです。

しかし、むし歯になる原因の中で一番大きなものも「おやつ」です。特に、砂糖を使ったおやつを食べる回数が多いほど、むし歯になる危険性も高くなります。

#### ＜おやつは時間と量を決めて＞

時間を決めずにおやつをだらだら食べると、口の中は常に汚れている状態となり、むし歯を招きやすくなります。

規則正しく3度の食事をしっかり取り、おやつは1日1~2回きっちり時間を決めて取りましょう。

#### ＜おやつ選び方＞

おやつと言うとまずお菓子が連想されますが、果物や乳製品などもおやつになります。砂糖を多く含み、歯に付きやすいものや、長時間口の中に入っているものはなるべく避け、むし歯になりにくいものを選びましょう。また、飲み物は水や麦茶をお勧めします。

むし歯になりにくいもの	小魚、チーズ、果物、牛乳、麦茶など
むし歯になりやすいもの	ガム、アメ、キャラメル、チョコレート、ジュース、乳酸菌飲料、イオン飲料など

おやつの内容や回数をほんの少し注意すれば、むし歯の危険性は少なくなります。この機会に、お子さんの食生活やおやつの取り方について、振り返ってみてはいかがでしょうか。

問い合わせ 福祉健康課 健康増進係(☎25-2510)へ。

好きです! きれいなまち・新津

## ポイ捨てしな宣言!!

新津市内では、事業者などに、自動販売機の設置に併せて回収容器を設置すること、その回収容器を適正に管理することが、条例により義務付けられています。



違反者には 指導・勧告・命令  
…最終的には5万円以下の罰金

市民生活課 環境衛生係 ☎24-2111 内線232

好きです! きれいなまち・新津

## ポイ捨てしな宣言!!

新津市内では、犬の飼い主に、犬のふんの即時回収や公園の砂場でのふんの禁止が、条例により義務付けられています。  
※市民と市内通行者に適用



違反者には 指導・勧告・命令  
…最終的には3万円以下の罰金

市民生活課 環境衛生係 ☎24-2111 内線232