

女性のための健康相談会

- とき 10月1日(金)の午後1時30分～4時30分
- ところ 県新津健康福祉環境事務所(南町)
- 内容 産婦人科医師による、婦人科疾患や心身の健康、不妊などについての個別相談会。定員6名(申込順)
- 申込み 9月30日(木)の午後5時までに、県新津健康福祉環境事務所地域保健課(☎22-5174)へ。

民生委員児童委員が新しい人に

8月1日付けで委嘱された、民生委員児童委員をご紹介します。
盛山綾さん(担当地区:柄目木、☎22-5092)

家族介護慰労金を支給します

- 支給金額 1年間で10万円
- 対象 (すべて条件を満たす人)
- ①介護保険の要介護認定で4・5と認定された人を在宅で介護している同居の家族
- ②介護を受けている人が過去1年間介護保険サービスを利用していない(1年間で1週間程度のショートステイを除く)
- ③介護を受けている人の病院への入院が1カ月7日未満
- 世帯全員の住民税が非課税
- 申込み 福祉健康課福祉係(市役所1階③番窓口、☎24-2111、内線144)へ。

誰でもできるボランティア 献血にご協力を

●9月の献血日程(全血献血)

4日(土)	10:00～12:00 13:00～16:00	ショッピングセンター 原信新津店
10日(金)	9:00～12:00	立正佼成会新津教会

健康講演会(入場無料)

- 生活習慣病予防講演会(要申込)**
- とき 9月11日(土)の午後1時30分～3時
 - 内容 講演「生活習慣病は友だち～健康づくりは暮らしの中から～(講師=鈴木芳樹さん、新潟大学保健管理センター所長)」
 - 慢性関節リウマチ講演会**
 - とき 9月25日(土)の午後1時30分～3時30分
 - 内容 講演「リウマチの主症状と合併症(講師=村澤章さん、県立瀬波病院院長)」、療養相談 保育ルーム希望者は9月17日(金)までに要申込
 - 申込み・問い合わせ いずれも福祉健康課 健康増進係(☎25-2510)へ。

健康づくり運動教室

- 高齢者(おおむね60歳以上)向け教室
- とき 9月、10月の第2・4火曜日。時間は午前9時30分～正午
- ところ 保健福祉センター
- 内容 転倒予防体操、ストレッチ
- 一般(おおむね65歳まで)向け教室
- とき 9月、10月の第1・3水曜日。時間は午前9時30分～正午
- ところ 荻川地区体育館
- 内容 エアロビクス、ストレッチなど
- 壮年期(おおむね65歳まで)平日コース
- とき 10月27日～12月22日の毎週水曜日(ただし、祝日は休み、翌木曜日に実施。全9回)。時間は、午前9時30分～正午
- ところ 保健福祉センターまたは市民会館
- 内容 体力テスト、運動指導など
- 定員 40人(申込順) ●参加費 無料
- 持ち物 上履き、タオルなど
- 申込み 福祉健康課 健康増進係(☎25-2510)へ。※高齢者向けと一般向け教室は当日受付有り。壮年期土曜コースについては、8月1日&15日合併号15頁をご覧ください。

一生噛める丈夫な歯⑥

フッ素でむし歯予防

むし歯は、むし歯菌が作り出す酸性の歯垢が歯を溶かして起こる病気です。

■むし歯を予防しましょう

むし歯を予防するためには、①食後や寝る前のブラッシングで歯垢を取り除く、②おやつを含め砂糖の量を考えた食生活を送る、③フッ素(フッ化物)を利用する、という3つのポイントがあります。今回は、「フッ素による予防法」についてお話します。

■フッ素による予防法

フッ素は、歯の表面のエナメル質に入り、むし歯を作る働きのある酸に強い歯を作ります。特にむし歯になりやすい乳歯、幼若永久歯などには効果があり、いくつかの予防法があります。

●歯科医院で受けられるフッ素による予防法

種類	対象
フッ素塗布	生後10カ月から中学3年生まで
フッ素洗口	小学1年生から中学3年生まで

●家庭でできるフッ素による予防法

「フッ素配合歯磨き剤の使用」は、家庭でできる予防法です。中高年の人は歯肉の退縮や唾液の分泌の減少で歯と歯肉の境目にむし歯ができやすくなります。フッ素配合歯磨き剤の使用は子どもだけでなく中高年の人にも効果がありますので、歯が少なくなった人でも使用をお勧めします。

■フッ素による予防法は安全です

フッ素によるむし歯予防法は、適量を利用することで体に影響がなく、安全な予防法です。

(三市中東蒲原郡歯科医師会 新津班)

●問い合わせ 福祉健康課健康増進係(保健福祉センター内、☎25-2510)へ。

広域連携推進事業(新津会場)

「食の新たな可能性を探る」～食の安全と健康食品をテーマに「新潟の食」を考える～

- とき 9月29日(水)の午後1時～4時
- ところ 新津市美術館
- 内容 講演会 第一部「今注目される食の安全～食品添加物を考える～」(講師=山崎幹夫さん、新潟薬科大学学長) 第二部「経営者が考えるべきこと～健康食品の可能性～」(講師=上原明さん、大正製薬㈱代表取締役社長)
- 対象 合併予定13市町村および阿賀野市、巻町に居住または勤務している人
- 定員 150名(申込順) ●参加費 無料 ●申込締切日 9月17日(金)必着
- 申込み・問い合わせ はがきやファクスに住所・氏名・電話番号を記載して、(財)新潟インダストリアルプロモーションセンター事務局(新潟市役所産業企画課内、☎951-8550 住所記載不要、☎025-224-0550、FAX025-224-4347)へ。

合併関連イベントなどの募集

新潟市西堀地下街のチャレンジショップ「ヨリナーレ」に出店しませんか？

- ミニチャレンジショップ「ヨリナーレ」は、平成13年10月にオープンした創業者支援施設です。一定の入居期間内に、仕入れや販売のノウハウなどを身に付け、将来の本格的な開業を目指します。
- ところ 西堀ローサ内(新潟市西堀地下街)
 - 対象 “商人(あきんど)”として独立開業を目指す人
 - 店舗面積 2坪と4坪の2タイプ ●家賃 月25,000円(2坪)と月45,000円(4坪)
 - 入居期間 原則1年(最長2年)
 - 問い合わせ にいがたTMO事務局(新潟商工会議所内、☎025-223-6272)へ。

にいがた市民大学 合併記念特別公開講座

- 現代の社会問題コース：新<学校>論～空間・制度・文化を通して～
- とき 10月2日(土)の午前9時45分～正午 ●ところ 新潟市役所 本館講堂(新潟市学校町通1)
- テーマ 「教育の原点・チンパンジーの世界」(講師=友永雅己さん、京都大学霊長類研究所助教授)
- 人間理解コース：よみがえる平安の人と文学～愛と権力のただ中に生きる～
- とき 10月23日(土)の午後1時45分～4時 ●ところ 新潟市中央公民館ホール(新潟市西堀通6)
- テーマ 「『源氏物語』(1)光源氏が負う光と影」(講師=河添房江さん、東京学芸大学教授)
- 対象 いずれも18歳以上で合併予定市町村に住んでいる人。定員は50名(応募多数の場合は抽選) ■受講料 いずれも800円 ■申込締切日 いずれも9月8日(水) 消印有効 ■申込み・問い合わせ はがきやファクスに希望講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記載して、にいがた市民大学事務局(☎951-8550 住所記載不要、☎025-228-1000、FAX025-225-9308、電子メール gakushu@city.niigata.lg.jp)へ。

ふれあいサッカー教室

- とき 9月12日(日)の午後2回(1回40～50分)※1回目・2回目の選択不可
- ところ 新潟市陸上競技場(新潟市一番堀通町)
- 対象 合併予定13市町村の小学生
- 定員 300名(応募多数の場合は抽選)
- 参加費 無料
- 内容 アルビレックス新潟の選手やコーチによるサッカー教室
- 申込み 往復はがきに、住所・氏名・学年・電話番号・サッカー経験の有無を記載のうえ、9月6日(月)必着で新潟市教育委員会生涯学習部体育課企画係 ふれあいサッカー教室 係(☎951-8550 住所記載不要、☎025-226-3274)へ。
- ※はがき1枚に申込者は1名のみ
- ※5月に開催した「第1回ふれあいサッカー教室」に参加した人は、今回申し込み

区割りパターンと意見の募集

これまで検討を進めてきた政令指定都市の区割りについて、今月中に広報などで基本的な考え方と複数の区割りパターンを公表し、市民の皆さんから意見を募集します。

“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

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、空き缶やタバコの吸い殻、ガムなどのポイ捨てが、条例により禁じられています。 ※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5万円以下の罰金

市民生活課 環境衛生係 ☎24-2111 内線232