

### 新潟市合併記念ウォーキング ～金津を歩こう～

- とき 3月27日(日)の午前9時20分から(受付開始は午前8時50分から、花林館) 小雨決行
- コース A.花さがしコース(7.5km、所用時間約5時間) B.観音めぐりコース(6km、所用時間約4時間)
- 参加費 1人1,000円(中学生以下500円) ※締切後のキャンセルには、キャンセル料として参加費の半額が必要
- 持ち物 昼食、水筒、雨具など
- 申込み 3月18日(金)までに、はがきまたはファクスに、①氏名 ②年齢(学年) ③住所 ④電話番号 ⑤参加希望コースを記入の上、生涯学習課スポーツ振興係(☎956-0816 新潟市東町2-5-6、☎22-0916、☎22-9616)へ。電話での申し込みも可

### 市民自主講座「謠」文学講座 “義経伝説”鞍馬天狗

- とき 3月10日(木)・17日(木)のいずれも午後3時～4時
- ところ 視聴覚センター
- 講師 新井清さん(日宝町)
- 参加費 500円(テキスト代含む)
- 申込み 新井さん(☎22-8273)へ。

### 市民ゴルフスクール

- とき 3月10日～4月21日のいずれも木曜日(全7回)。時間は午後1時～2時30分および午後6時45分～8時15分の2コース(いずれも基本コース)
- 定員 各10名
- 受講料 14,700円(入場料およびボール代は含まれていません)
- ところ・申込み ビッグクレストフィールドクラブ(草水町3、☎22-2222)へ。

### 誰でもできるボランティア 献血にご協力を

●3月の献血日程(全血献血)

1日(火)	13:30～16:00	立正佼成会新潟教会
24日(木)	9:00～11:30 13:00～16:00	新潟交通機械(株) (株)新潟市建設センター
27日(日)	10:00～12:00 13:00～16:00	ショッピングセンター 原信新潟店

●問い合わせ 福祉健康課 福祉係(内線145)へ。

### 第8回ふれ愛さくらまつり フリーマーケット出店者募集

- とき 4月17日(日)の午前10時～午後3時 雨天決行
- ところ 新潟ふれ愛プラザ正面玄関前(亀田町向陽1、雨天時は体育館)
- 募集内容 募集数は60ブース(障害のある人を優先し、申込多数の場合は抽選)。1ブースの面積は2.0m×2.0m。出店料1,000円(障害のある人は無料、1人(団体)につき1ブースのみ)。申し込みの結果は、3月29日(火)までに、当選者にのみはがきで連絡
- 募集期間 3月5日(土)～18日(金) 必着
- 申込み はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・ファクス番号・障害の有無を記入の上、県障害者交流センターふれ愛フリーマーケット係(☎950-0121 亀田町向陽1-9-1、☎025-381-8110)へ。

＊特別研修会「社会参加に取り組む障害のある人びと」にご参加を

3月20日(木)、会場は新潟ふれ愛プラザ。基調講演、体験発表、座談会を開催。要申込

### 3月1日(火)～7日(日)は予防接種週間

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。 ※土・日曜日に実施する医療機関もありますので、詳しくは健康増進係へお問い合わせください。

●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、百日咳、破傷風 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)
二種混合	ジフテリア、破傷風 11歳～13歳未満(三種混合の追加として接種)
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
風しん	生後12カ月～7歳6カ月未満 ※麻しん接種後に接種
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
日本脳炎	小学生(2期) 9歳～13歳未満 中学生(3期) 14歳～16歳未満

### 4月から、3歳児健診の対象年齢が変わります

4月から、3歳児健診の対象年齢が3歳6カ月児に変更(3月までは、3歳1カ月児が対象)されます。これによって、平成14年3月以降に生まれたお子さんは、平成17年9月以降に3歳児健診を受けることになります。 ※案内は個別に通知します。

問い合わせ いずれも福祉健康課 健康増進係(☎25-2510)へ。

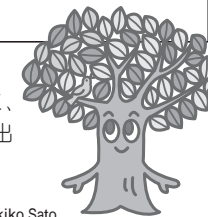
### 子育て支援センター「育ちの森」セミナーのご案内

セミナー名	とき・内容
親子セミナー「親子ネイチャークラフト」 ＊大人のみの参加も可	＊とき...3月17日(木)の午前10時～11時50分 ＊対象...未就園の3歳児とその親(定員有・申込順) ＊受講料...700円(申込金300円別途必要)。下のお子さんに保育が必要な場合は、保育料別途必要 ＊申込み...申込状況などを電話でご確認の上、受講料・申込金を添えて直接申し込んでください。
平成17年度赤ちゃんセミナーI期	＊とき...4月18日(月)を初回に隔週月曜日。時間は午前10時30分～11時50分(全6回) ＊対象...受講時年齢が5～10カ月くらいまでの赤ちゃんとその保護者 ＊受講料(6回)...2,500円(ただし、その回の内容によって別途費用がかかる場合があります)

3月29日(火)・30日(水)・31日(木)は森の卒業式  
卒業生以外の人も利用料のみで参加できます。3月29日より前に、育ちの森の利用が最後となる場合は、「今日が最後です」とお申し出ください。来年度入園するお子さんは3月31日が利用最終日です。

●申込み・問い合わせ 育ちの森(☎21-4152)へ。

©Akiko Sato



### 一生噛める丈夫な歯

### たばこと歯周病

「たばこの害」については、多くの皆さんがご存じだと思います。たばこは、さまざまながんの原因となるほか、心臓病や気管支、胃などの健康に悪影響を及ぼします。

でも、たばこが口の中の健康、とりわけ、歯ぐきの病気である「歯周病」にも大きな影響を与えていることを、皆さんはご存じでしたか?

歯周病とは?

痛みや違和感を感じないうちに、歯を支えているあごの骨が破壊されて無くなり、やがて歯がぐらぐらして抜けてしまう病気です。

歯周病にかかっている人が、たばこを吸っていると、次のような危険性が高くなります。

- ①歯周病が重症化しやすい。
- ②歯周病に気が付かない。
- ③歯石が付きやすい。
- ④治療の効果が表れにくい。

たばこは歯ぐきの抵抗力を弱め、歯周病や歯ぐきの病気にかかりやすくなるばかりか、その回復も遅らせます。

歯周病を治すためには...

歯周病を治すには、医院での治療と、正しい歯磨き、そして禁煙が必要です。歯周病は、喫煙と糖尿病が加わると、普通の人の10倍早く進行すると言われています。以前は、「禁煙には強い意志が必要」と言われていましたが、最近は気楽に挑戦でき、成功率も高い方法が開発されています。あなたも気軽に、禁煙に挑戦してみませんか?

<三市中東蒲原郡歯科医師会新潟班>

問い合わせ 福祉健康課 健康増進係(☎25-2510)へ。

身近な自然・里山を歩こう

好きです! きれいなまち・新津

リフレッシュしに来ませんか?

# 木もれ陽の遊歩道

都市整備課  
公園緑地係  
☎24-2111  
内線585

# 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



いいよお  
まかせなさい

いつも  
すまないねえ

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

司法書士・社会福祉士による  
相続や福祉などの無料相談会

とき: 3月20日(祝)の午前10時～午後4時  
25  
23  
23  
0226(当日のみ)

面談相談は予約制。予約電話番号は☎025-2288-1727

相談電話: ☎

「新津支所カイド」43ページ  
「公共施設」に追加します

(合併前)新津市クリーンセンター  
(合併後)新潟市新津クリーンセンター(新潟市小口1289-1、☎22-0917)

問い合わせ: 企画調整課合併推進室(内線381)へ。