



新飯田親子スポーツ教室から

家族ぐるみで挑戦！ 体力づくり百目運動

県では、家族ぐるみの体力づくりを進めてもらおうと「体力づくり百目運動」(家族みんなで汗運動)を実施しています。みなさんも、家族ぐるみで挑戦してみたいかがですか。

期間は、米年の二月十五日まで



わたしのおとうさん
己亦陽子ちゃん(5歳4か月・
鷺の木保育園) 己喜三郎さん
(35歳・鷺の木新田)

【対象】 親子、兄弟など二人以上の家族で
【種目】 ラジオ体操、なわとび、ジョギング、サイクリング、海水浴、スキーなど
自分の体力にあった運動量で汗ばむ程度、一日十分間、年間百日以上続け、記録カード(市社会教育課、企画財政課広報広聴係でさしあげています)に記入してください。

福祉年金

八月分の福祉年金を受けたら
緑の証書をお返しください
福祉年金を受けているみなさん、今月は国民年金証書を返す月です。これは、八月分からむこう一年間の年金支給額を決定し、証書に年

三回の支給金額を記入するためのものです。
受給者のみなさんは、八月期の年金を受け取ったらすぐに、証書を福祉事務所か地域生活センターへお返しください。この証書の提出が遅れると、十一月に支給される年金が差し止められることもあります。
詳しくは、福祉事務所所年金係(☎☎二二二二〇三三〇)へ。

国民健康保険

国民健康保険に加入しなければならぬのに、この届出が遅れると保険料(税)をさかのぼってとられたり、保険証がないため、その間の医療費は全額自己負担となります。
また、資格がなくなっているの

交通事故相談

【とき】 八月十一日 午前十時から午後三時まで
【ところ】 市役所二階市民相談室
【相談員】 県交通事故相談員
【問い合わせ】 市民生活課消防交通係(☎☎二二二二〇三三〇)

今月の納税

▽市・県民税(二期) 保険税(三期) 納期限は八月三十一日です。期限内に忘れずに納めてください。

信濃川堤防(大郷地内) 通行規制のお知らせ

信濃川堤防(市道新開・新川向線)の築堤工事のため、大郷橋の上下流750メートルの区間が通行規制されます。規制期間は、大郷橋から上流側は9月1日から10月31日まで、この間は大型貨物自動車は通行止め、他の車は堤防脇の迂回路をご利用ください。

また、大郷橋下流の通行規制は11月1日から12月15日まで、大型車が通行止め、他の車は迂回路をご利用ください。

なお、詳細については、8月15日号でお知らせします。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

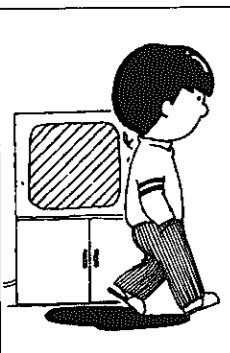
おしらせ市場

融資

●個人住宅建設資金
住宅金融公庫では、住宅を新築する人のために、個人住宅建設資金の融資申し込みを、八月三十一日までに、「公庫業務取扱店」と表示してある金融機関で受け付けています。

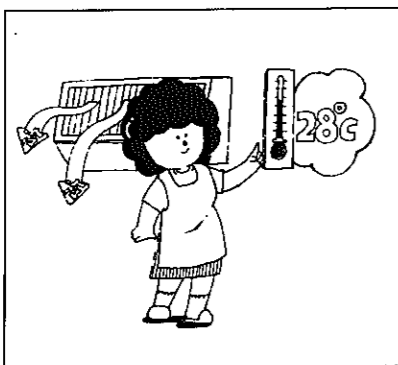
みんなの省エネ

●なくしたいですね。テレビのつけっ放し
誰も見ていないテレビは、こまめに消すようにしましょう。一日一時間つけっ放しをなくすと、一か月で二・四キロワットアワー(七十二円)の省エネになります。



●時々冷蔵庫にもやさしい思いやりを
ドアパッキンや、背面の放熱板などは、日を決めて掃除しましょう。冷蔵庫の背面を壁から十センチ以上離すと、一か月で五・六キロワットアワー(百六十八円)の省エネになります。

●冷房温度は28℃
冷房温度は二十八度が目安です。体の冷やしすぎは健康にもよくありません。ルームエアコンの冷房温度を二十六度から二十八度に二度高めて使用すると、一か月で十八・五キロワットアワー(五百五十五円)の省エネになります。



審査会

●銃砲刀剣類登録審査会
【とき】 八月十七日 午前十時から

おしらせ市場

一〇三六七五)へ。
●税に関する作文・標語
税に関する高校生の作文、中学生の標語を募集しています。テーマは、作文・標語とも税金に関することなら何でもけっこうです。

【作文】 一人一編 三千字以内(標語) 一人二編以内
【申し込み】 九月六日までに〒九五一 新潟市営所通二 新潟税務署(☎〇二五二〇二五二)へ
●県労働大学講座の受講生
九月二・三・八・九日の四日間、労働衛生会館(新潟市川岸町)で開かれる県労働大学講座の受講生を募集します。講座内容は「低成長期における中小企業経営の課題と展望、団体交渉における労使の問題点」などです。開催要項の請求は、早めに市商工課(☎〇二二二二二二二)へどうぞ。

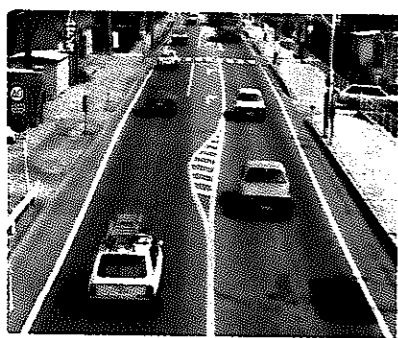
募集します

●男子警察官
【受験資格】 昭和三十年四月二日から四十年四月一日までに生まれた男子(大学を卒業した人、また卒業見込みの人は除く) 【申し込み】 九月十一日までにお近くの警察署へ
詳しいことは、白根警察署(☎〇二二二二二二二)か、お近くの駐在所へおたずねください。

●県芸術祭文芸部門作品
県民の創作意欲を高め、文芸の振興を図るため、次の要領で文芸部門の作品を募集します。
【種目】 小説・詩・短歌・俳句・川柳
【応募資格】 高校生以上
【応募期間】 十月九日まで
募集要項のお求めは、県教育庁文化行政課(☎〇二五二〇三三〇)へ

国民年金の標語

誰からも理解され、親しまれる国民年金の標語を募集します。
【応募方法】 ハガキを使用、一人五点以内で、未発表のものに限り
【住所、氏名、年齢、職業を明記】
【申し込み】 八月三十一日までに 〒九五一 新潟市学校町 県民生部国民年金課(☎〇二五二〇三三〇)へ



8月1日~31日 道路をまもる月間

道路はみんなの財産です

空き缶やタバコの吸いがらの投げ捨てはやめましょう!



車に乗ったら まずベルト

シートベルトはあなたをまもる「命綱」

8月1日~31日 シートベルト着用推進運動