

暮らしのワンポイント

こまめに部屋の掃除をしても、目につきにくい場所には意外にホコリや汚れが残っています。ハウスダストやダニの発生を防ぐため、見えないところの汚れにも気を配りましょう。

ふだんの掃除で見落としやすいのが天井。立ち上った湯気やホコリ、タバコなどの煙で汚れがちです。まず掃除機でホコリを吸い込んでから、固く絞ったぞうきんで全体の汚れをふき取ります。イスを足場にして、天井と頭の間がこぶ一つ空く程度の高さにすると楽な姿勢で作業できます。

ホコリの巣になりやすいブラインドは、軍手をはめてじかに汚れをふき取ると簡単です。薄手のビニール手袋の上から軍手をすれば手は汚れません。親指と人差し指で一枚ずつブラインドの羽根を挟んで水ぶきとからぶきをし

見えない所の掃除

ブラインドは軍手で汚れ落とし



て乾かします。カーテンは、ふだんから掃除機でほこりを取るよう心がけ、2～3か月に1度は洗濯を。最近は家庭で洗えるカーテンも増えています。洗濯機にかけるか、手で押し洗いし、ウールは陰干しに、薄手のものはそのままレールにかけて乾燥させます。

カーペットの奥には、掃除機では取れないごみや髪の毛がからみついています。この場合、タワシやナイロン製のヘアブラシが効果的。カーペットの毛並みに逆らいながら、円を描くようにそっとこするだけで、奥のゴミが取り除けます。

カーペットの裏側にもホコリがたまっています。時々外で干干しにして、布団たたきでホコリをたたき出しましょう。

押入れや食器棚は、天気の良い日に中の物をすべて外に出し、掃除機とぞうきんで隅々まで清潔に。最後に扇風機やドライヤーで風を送り、よく乾燥させることがポイントです。

検診日 対象地区
5月8日(月) 寺地地区、ときめき西・東、下山田地区、立仏地区、焼餅団地
5月9日(火) 金巻・興野地区(金巻一区、金巻五区)、善久地区、新町、諏訪町
5月10日(水) 板井地区、川原、鳥原、新地、鳥原本村、蓮方、団地、鳥原大明、新田町、栄町
5月11日(木) 本場地区、小平方、鳥原新田、上山田地区、二之町、五区
5月12日(金) 黒島地区、緒立、北場、柳作、中学通り、仲町、七区、八区

検査が必要な人だけ連絡します。検診ではこんな検査が行われます
・白いアイスクリームの匂いのするバリウムという造影剤を飲みます。
・指示に従い、からだの位置を変えます。
・両わきのにぎり棒をしっかりとつかみます。
・立ったたり、あお向けになったり、腹ばいになったりして6～7枚の胃のレントゲン写真を撮ります。

市町村で実施する胃がん検診で発見された早期がんは70%で、胃がんの殆どが早期の状態で見られています。5年生存率は96・4%です。(進行がんの場合58・3%)
早期がんの場合、無症状が特徴です。胃がんを早期に見出すためには、健康と関係している胃がん検診を受けてみましょう。

胃がん検診を希望された方は次の検診日程にお越しください。指定された日に都合のつかない方は都合のよい日に受けてください。なお、今年から基本健診と別日程になりますので、ご注意ください。

平成13年3月まで20回程度で開催します。楽しく学び、楽しく体を動かしてみませんか。対象 65歳以上の高齢者の方
入学金 1,500円
申し込み 新規入学を希望される方は、4月14日(金)までに電話で申し込みのうえ、始業式に入学金を持参ください。
寿学級始業式
日時 4月18日(火)午前11時～午後1時30分
会場 北部地区公民館
参加費 2,000円
内容 総会、懇親会

日程表 (Table with 2 columns: Date, Location)

胃がんの発見率
①前日の夕食は軽くすませ、夜8時以降は食べたり飲んだりしないください。当日の朝は一口も水やお茶を飲まないで来て下さい。
②ボタンや金具のない下着1枚でレントゲンを撮ります。
胃がんの発見率

国保加入者のための学と通の保険証
修学のため家族と離れて生活をするときは、旅行などで長期にわたって家を離れるときは、のしるのついた保険証を発行します。
有効期限はその保険証に書いてある日ですが、期限前に必要がなくなったときは、すぐに保険証をお返しください。

分譲住宅等の募集
新潟県住宅供給公社では、黒埼北部団地(ときめき西地内)で分譲住宅の募集を行います。
募集期間 4月17日(月)～26日(水)
募集区分 定期借地権付分譲住宅制度による注文設計住宅、20戸(この住宅は、土地の借地期間を51年間とする新しい借地制度をとり入れた分譲住宅です。)
詳しくは、新潟県住宅供給公社販売課(☎285-6111)又は役場企画財政課

有害鳥類駆除を実施
転作野菜を鳥の被害から防ぐため、例年実施している銃器による有害鳥類駆除を本年も実施します。
実施期間 4月16日(日)から9月8日(金)までの原則として毎日曜

短信 2月16日 3月15日
2月20日 町民謡連盟総会(農村環境改善センター、町長出席)
2月21日 第2回新潟市・黒埼町合併協議会(新潟市、町長・助役出席)
2月22日 三条・燕・西蒲・南蒲広域養老老人ホーム施設組合協議会(三条市、町長出席)
2月23日 交通安全推進員研修会(役場、町長出席)
2月24日 国保運営協議会(役場、助役出席)
2月25日 県町村会(新潟市、町長出席)
2月28日 広域清掃事務組合組合会議(新潟市、町長出席)
3月1日 県立黒埼高等学校卒業式(黒埼高等学校、町長出席)
2日 黒埼町特産館取締役会(役場、町長出席、南部地区小学校統合検討協議会(役場、町長出席))

英語をほとんど経験したことのない英語初心者の方に限ります。
定員 30人
受講料 無料(テキスト代別)

ガーデニング教室①
寄せ植えでプチガーデンを楽しみましょう。
教育委員会 生涯学習推進課

寿学級の新生を募集
黒埼町公民館では、高齢者の方の生きがいづくり、親睦交流を目的とした学習会を、4月か

胃がん検診の日程
胃がん検診を希望された方は次の検診日程にお越しください。指定された日に都合のつかない方は都合のよい日に受けてください。なお、今年から基本健診と別日程になりますので、ご注意ください。

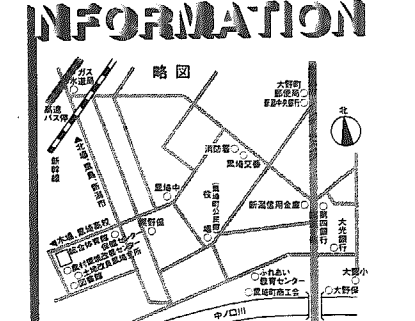
固定資産課税台帳の縦覧
平成12年度固定資産税の課税台帳の縦覧を行います。
日時 4月24日(月)までの午前8時30分～午後5時15分(土曜日、日曜日は除く)
会場 税務課

グリンチエンのやわらか学級
英語をほとんど経験したことがなく、英語のしくみがよくわからない初心者の方のための英会話教室です。基本的な勉強からはじまって、英語でごく簡単な自己紹介ができるようになるくらいが目標です。
日時 4月18日から7月11日までの毎週火曜日午後7時30分～9時(全12回、5月は4回)
会場 黒埼町公民館 講堂
講師 青木 グリンチエンス

さわやか学級の参加者を募集
親子のスキンシップを深め、参加者同士で情報を交換し子育てについて学びませんか。
日時 5月17日から平成13年2月28日までの月2回程度(計16回)主に水曜日午前10時～11時30分(日程は4月おしらせ版でお知らせします。)
会場 北部地区公民館
対象 乳幼児とその育児に携わっている人
参加費 年間1,500円
申込期限 5月9日(火)

黒埼町公民館 講堂
日時 5月23日(火)午後7時30分～9時
会場 黒埼町公民館
内容 ガーデニングの基礎知識とハンギングバスケットで寄せ植え
講師 庭園デザイナー・湯田真理子さん
対象 一般成人、25人(先着順)
参加費 材料費2,700円
持参する物 筆記用具、エプロン、ビニールの手袋、移植こて、園芸ハサミ
申込期限 5月8日(月)

胃がん検診の日程
胃がん検診を希望された方は次の検診日程にお越しください。指定された日に都合のつかない方は都合のよい日に受けてください。なお、今年から基本健診と別日程になりますので、ご注意ください。



- 黒埼町役場・教育委員会
黒埼町公民館 ☎377-3101(代)
ガス水道局 ☎377-2516
総合体育館 ☎377-5211
図書館 ☎377-5300
北部地区公民館 ☎232-0077
ふれあい教育センター ☎377-6117
保健センター ☎377-2110
老人福祉センター ☎377-5049
デイサービスセンター ☎377-1200
第2デイサービスセンター ☎377-1101
農村環境改善センター ☎378-7807

平成13年3月まで20回程度で開催します。楽しく学び、楽しく体を動かしてみませんか。対象 65歳以上の高齢者の方
入学金 1,500円
申し込み 新規入学を希望される方は、4月14日(金)までに電話で申し込みのうえ、始業式に入学金を持参ください。
寿学級始業式
日時 4月18日(火)午前11時～午後1時30分
会場 北部地区公民館
参加費 2,000円
内容 総会、懇親会

人口動態表 (Table with columns: Category, Current, Previous Month, Previous Year)