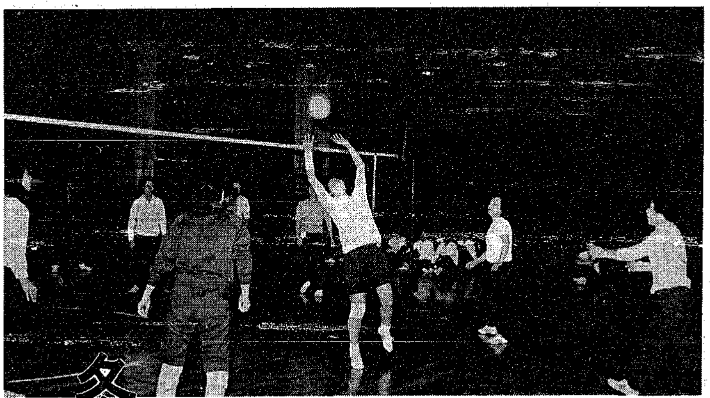


12日からスーポツ教室

卓球などゲーム中心に3種目

高校生以上の方を対象に、冬のスポーツ教室が開かれます。バトミントンやバレーボール、卓球、ゲームを通して楽しむものです。

◉日程 下表のとおり。

◉講師 各種目とも体育協会加盟団体の指導者が当たります。

◉申込み 住所、氏名、年齢、参加種目をハガキに書いて市体育課スポーツ教室係（一番堀通三の一、県営陸上競技場内）へどうぞ。受講者にはハガキで連絡します。

なお、当日参加は認めません。

コース	期日	時間	会場	備考
バドミントン	2月12(月)15(木) 20(火)23(金)	午後6.00〜9.00 （開館 6.00 教室 6.30〜8.30）	新潟市体育館	ラケット持参
バレーボール	2月13(火)16(金) 21(水)26(月)			
卓球	2月14(水)19(月) 22(木)28(水)			ラケット持参

冬に鍛えよう!!

運動で寒さに打ち勝つ体力を

寒いから家にいる—なんていわずに、思い切りからだを動かしてみませんか。冬にこそスポーツを、という人を対象に家族スキーにスポーツ教室、ママさんの若返り教室、体力相談を開きます。また、温水プールも模様変えを終り、みなさんを待っています。

スキー場で餅つきを

3日、4日に市民家族スキー

スキーと餅つきが同時に楽しめる「新潟市民家族スキー」を、三月三・四日、北魚沼郡の須原スキー場で開きます。

☆期日 三月三日、四日（一泊二日）

☆場所 須原スキー場（北魚沼郡守門村）

☆費用 大人三〇〇〇円、小人二五〇〇円（宿泊、交通費）

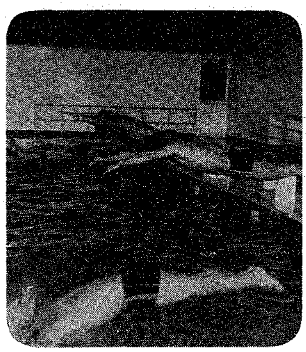
☆定員 八〇人

☆申込み 二月二十六日、午後五時までに住所、氏名、年齢、性別、連絡先を明記し、経費を添えて申込んでください。

一番堀通三の一、県営陸上競技場内、市体育協会「市民家族スキー係」で受付けます。なお、締切り日二十六日以降の取消しは認めません。

☆汽車 三日は急行佐渡三号で十三時四十五分新潟駅発、四日は急行奥只見スキー号で十九時四十六分新潟駅着。

☆集合 三月三日、十三時十五分までに新潟駅団体待合室へ集合。



温水プールで泳ごう

水しぶきを上げて泳ぐ、元気な人たちで、温水プールは連日、賑わいをみせています。

気持ちよく利用してもらうためプールの塗り変えも終り、また幼児用のプールには危険防止からすべり止めも施しました。

お子さんといっしょにお出かけください。

◉開館時間 平日は正午から午後七時まで、日曜は午前十時から午後五時まで。ただし月曜と祝祭日は休みになります

◉場所 海浜公園内、水族館のすぐとなりです。

◉バスの便 新潟駅発水族館行きは終点下車、徒歩一分。新潟駅発浜浦町行きが松波町一丁目下車、徒歩で五分。

◉利用料金 幼児、小・中学生は一回百円で、高校生以上が二百円です。

2月の体力相談

あなたの体力は?

"自分の体力の現状、家庭で簡単にできる体力づくりの方法"を知りたい—という方を対象に、市トレーニングセンターで「体力相談」を行なっています。

☆相談日 二月三日と十七日

☆時間 正午から午後三時まで

☆対象 満十五歳以上の男女

☆会場 新潟市トレーニングセンター（県営陸上競技場内）

☆指導 専門家があたります。

☆申し込み 住所、氏名、生年月日、性別、職業、連絡先それに職業、相談希望日をハガキに書いて、一番堀通り県営陸上競技場内、トレーニングセンターへお寄せください。

ママの若返り教室

～初心者大歓迎～

二月から三月にかけて行なう、ママさんの若返り教室日程が決まりました。

日頃家のなかにとじこもりがちなママさんから、軽い運動で体力不足を解消してもらう教室です。

初めての方も、ふるって参加してください。

～初心者コース～

◉期間 二月～三月の週一回、午前十時～正午

◉入所日 二月五日

◉会場 体育館

◉定員 先着で八〇人

◉服装 スラックス、運動靴

◉申込み 二月三日までに市体育課へ電話で申し込んでください。電話は66－八一一一番です。

～経験者コース～

◉開催日 二月二日、九日、二十二日、三月二日、十三日

◉種目別練習日 二月七日、十五日、三月九日、十六日、時間はいずれも午前十時～正午

◉申込み 当日体育館へ直接おいでください。

法律・家事相談は予約制です

市役所への苦情や要望からお子さんの養育問題まで、市民相談室では十二種類におよぶ相談を受付けています。

相談日時はそれぞれ異なり、毎週水曜日の法律相談、毎月第二・第四月曜日の家事相談が午後一時から四時まで、ほかは午前九時から午後四時までとなります。

また法律相談、家事相談は予約制で受付けますので、前もって市民相談室（☎28－一〇〇〇番、内線二四一番）へ申込んでください。

相談はいずれも無料、秘密はかたく守られますので、お気軽にご利用ください。

種別	実施日	時間	内容
市政相談	毎日	午前9：00～午後4：00	市の仕事についての苦情・要望
民事相談	毎日	午前9：00～午後4：00	困っていること・悩んでいること
交通事故相談	毎日	午前9：00～午後4：00	交通事故についてのすべて
みどりの相談	毎月第1・第3月曜日	午前9：00～午後4：00	樹木・草花の植え方・育て方
建築行政相談	毎月第3木曜日	午後1：00～4：00	建築一般についての心得指導
マイホーム相談	毎日	午前9：00～午後4：00	住宅を建てたい人のために
水洗化相談	毎日	午前9：00～午後4：00	水洗便所と家庭排水
児童相談	毎日	午前9：00～午後4：00	子供の養育・子供と家庭
婦人相談	毎日	午前9：00～午後4：00	婦人問題のすべて
法律相談(弁護士)	毎週水曜日	午後1：00～4：00(予約制)	法律問題のすべて
家事相談(家裁職員)	毎月第2・第4月曜日	午後1：00～4：00(予約制)	家庭内のもめごと
電気相談(東北電力)	毎週金曜日	午前9：00～午後4：00	電気のとりあつかいのすべて

早期検診 早期治療 新潟医院案内

西堀皮フ科
診療所長 田中満
診療時間 A.M9.30～P.M6.00
新潟市西堀前通七
電話二三－二五九一番

熱田放射線科
診療所長 熱田修
新潟市本町七（渡良ビル）
電話二二－七五四五番

労災指定救急・診療所・入院給食
樋口外科医院
樋口通
新潟市山木戸六（バス停裏）
電話七四－三〇三九番

胃腸科・呼吸器科
新潟中央放射線科診療所
長谷川敏之
新潟市白山浦一（県庁分館脇）
電話六六－八四八三番

放射線科・内科
真板胃腸科
真板秀夫
新潟市西湊町一丁目
電話二三－三三七七番

前田内科
前田政二
新潟市曙町曙公園前
電話二三－二六〇七番

産科・婦人科・外科 〈入院随意〉
佐々木医院
優生指定医 佐々木繁
小針小学校前
電話六五－〇〇一八番

皮フ科 泌尿器科
竹之内医院
新潟市東堀前七（第四銀行本店下手）
電話二二－四九一五番

入院随意
椎谷耳鼻科
新潟市有明線文京町バス停前
電話六六－二八五〇番