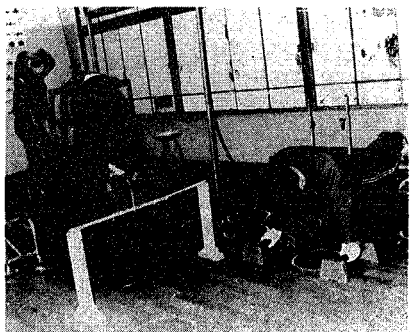


園芸センターから 各種講座を計画

市園芸センターでは、四月から、次の要領で、「家庭菜園講座」と「盆養大菊の育て方教室」を開きます。

◇家庭菜園講座
日曜 四月八日(金)から
毎月一回 第二金曜日の予定で、十一月十日(金)まで、八回。

◇盆養大菊の育て方教室
四月八日、(菜園の地)こしらえ、順に、定員 百人 午前の部五十分、午後の部五十分、先着順



毎日、体力づくり、健康づくりに、トレーニングセンターで汗を流す市民の方々。

トレーニングセンター開設十周年

利用者延べ二十万人に

昭和四十二年四月オープンした「新橋市トレーニングセンター」がこの四月で開設十周年を迎えます。同センターは昭和三十九年、団体に来臨した「体力づくり運動」の一環として設立されたものです。

当初はトレーニング器具よりも一般の人の方が多い二八種類の「専任指導員」というのが他都市と少し違うところでした。健康づくりが日常生活の中に深くとりこんでいるということでも充実しています。器具の中には指導員手作りのものが二十種以上もあります。て以来ずいっと続けている利用者は十年間で延べ二十万人、四十歳以上という

人もかなり多くいます。利用者の方にその効果など伺ってみました。朝はマシン、夕方トレと続けられてきたからと、調子も上々、と張りきり、五十四歳(真砂)さん。夫がそろってトレセン通いという鈴木憲高(西大畑)さん。指導員の手づくりの器具も使っています。

そして、全国的にも珍しい体力相談を行っています。これは無料で、体力測定をして、その結果どんな運動を日常の生活にとりいれるか指導しようというのでトレーニングセンターで行うほか会社などの部

の部 チーム編成 二十人以上、二十人以上にまたがって参加できません。

申し込み 四月八日までに市園芸センター職員 回 シリーズ

時間 午後一時半~四時

講師 園芸家 佐藤功氏

申し込み 市園芸センター 申し込み係

申し込み 四月一日から三月三十一日まで

四月のトレーニング センターより

入所日はじめて体力づくりのトレーニングを行った人のために、器具の使い方を指導する日です。

この指導を受けた人は、簡単な運動ができる服装があれば向きますので、ご利用ください。

四月九日と二十三日、正午から午後二時まで行っています。(無料)

一人ひとり切実な処方を必要とする。また、会社などで希望がなければ向きますので、ご利用ください。

早起き野球 参加チーム募集

五月十五日から七月下旬 午前四時五十分から七時二十分。日曜日は午前七時五分。

会場 鳥屋野球場ほか 市内在住の勤労者か市内に勤務する人

種別 職域の部・クラブの部・社年(二十五歳以上)

抽せん会 四月十八日午後六時 市体育館

全国的にも珍しい体力相談

トレーニングセンターでは、実技指導や理論指導、のほかにトレーニングセンターで一回発行して簡単な体操も紹介しています。

屋外体育施設を開放

春が訪れました。冬期間閉鎖していた屋外体育施設を開放します。

申し込み 四月一日から三月三十一日まで

国民健康保険 保険証が「桃色」に 4月1日から

国民健康保険の保険証が四月一日から「桃色」になります。

今年からは電算機により保険証を作成しました。

そのため、氏名の読み違いにより、性別・生年月日に間違えておかけすることもあるかと思いますが、保険証を受け取りましたらよくご覧いただき、次のことについてご協力をお願いします。

世帯は市国民健康保険課へお問い合わせください。

三月三十一日まで

昭和五十一年度の国民健康保険の改訂があったにもかかわらず、保険料を滞りなくお支払いいただき、誠にありがとうございます。

四月のトレーニング センターより

四月は九日と二十三日、正午から午後二時まで行っています。(無料)

一人ひとり切実な処方を必要とする。また、会社などで希望がなければ向きますので、ご利用ください。

股関節検診(希望者のみ)

対象 昭和51年12月生まれの赤ちゃん。

時間 午後1時~2時半

持参品 料金 680円と母子手帳

時間がかかりますので、おむつ、ミルクを余分にお持ちください。

三歳児検診(希望者のみ)

対象 昭和48年10月生まれ。

時間 午後1時~2時半

持参品 母子手帳

会場 各所管の保健所

優生保護相談

月・日	時間	内容	担当者	申込
4-14	午後1:30~3:00	①先天異常児の発生防止(住として遺伝)関係の相談 ②結婚・妊娠に関する医学的・心理的問題 ③家族計画指導	医師 保健所職員	電話で予約
4-12	午後1:00~2:30	①家族計画指導 ②受胎調節個人指導	受胎調節実地指導員	当日受付

育児相談

日時 4月18日 午後1時~2時

会場 西保健所母子相談室

持参品 母子手帳

定員 20人(先着順)

申し込み 電話で西保健所へ(☎66-5171)

妊婦相談

内容 母子手帳の交付と保健指導

持参品 妊娠届出書、健康保険書、印かん

国民健康保険に加入していない人は本人名義の銀行の預金通帳

会場	期日	時間
西保健所	4-13 20 27	午後1:00~2:30
西地区事務所	4-15	午後1:30~2:30

施設名	開放日	申し込み方法	使用料	備考
陸上競技場 補助競技場 (南側トラック)	5月1日(日)	団体 1ヶ月前から 個人 大会がなければいつでも利用できます	(団体) 陸上競技場 1時間 6,000円 補助競技場 1時間 1,500円 (個人) 2時間200円	◎会社など団体の運動会に利用。
サッカー場	4月15日(金)	団体 1ヶ月前から、電話で 個人 1ヶ月前から、団体は調整会	団体 1面1時間 100円 個人 1面1時間 400円	◎ナイター開会式は4月上旬、午後5時、陸上競技場大会場。◎ナイター開会式は4月1日から受け付け、対象は勤労者。
鳥屋野球場 小針野球場	4月15日(金)	馬場、練習試合等は、1ヶ月前から電話で	(鳥屋野) 1時間 650円 (小針) 1時間 600円	◎抽選会、各種大会を計画。◎抽選会、各種大会を計画。◎抽選会、各種大会を計画。
野球場	4月15日(金)	団体 1ヶ月前から電話で、一般が利用するのは、4月15日(金)から、5月15日(金)まで	団体 無料 個人 30分 1,400円 (電話料実費)	◎ナイターの利用は、市園芸センターに申し込み、お知らせします。
球技場	6月1日(水)	1ヶ月前から	1時間 370円	

月・日	対象校
4-1	山ノ下、鶴山、東山ノ下、酒蔵、森崎、方代、南万代、南浜、太夫浜、太田
4-8	中野山、東中野山、木戸、牡丹山、山崎
4-15	鳥屋野、女池、笹口、上野、上野山
4-22	大丸、丸山、大丸、大江川、松浜、下山、大川、曾野木、酒蔵、新野

月・日	対象校
4-12	開原、鶴岡、白山、新潟、大畑、豊原、深、栄、大井
4-19	青山、小針、坂井、赤塚、木山、五木、小瀬、有明台、浜浦
4-26	新潟、真砂、五十嵐、内野