家庭園芸

"菜園の計画"

菜園の屋外の仕事は冬の間はひと休みというのが雪国の通例ですが、暖房の効いた部屋でいろいろと春からの計画を練るのは楽しみの一つです。だれもが、今年こそ上手にいろいろの野菜を作ってみようと考えます。

そのためには、まず作る土が第一。不適当であれば、いかに努力しても無駄なことで、そのなかでも連作の障害を十分知っておくべきです。大部分の野菜は同じ場所で同一種類や同じ性質のものを作り続けると生産が上がらなくなります。マメ類、なかでもエンドウ、ナス科のナス、トマト、ピーマン、バレイショなどが代表的な連作を嫌う野菜で、数年間（三～五年）の間をおく方が無難です。

原因としてはいろいろあり、対策として有機物の多用、土壌消毒などが行われますが、一般には防げない場合が多く、同じ場所に作らないように計画することです。

また、連作しても障害の出にくい野菜としてはニンジン、ダイコン、タマネギなどがあり、作り返しが可能です。たくさんの野菜がありますが、障害の起こらない作付けを考えましょう。

ご相談は園芸センター（☎86—1034）へ。月曜日は休園です。（月曜が祝日のときは火曜日休園）

地域の話題

若いママさん、大熱演

人形劇サークル・赤ずきん（石山）

石山地区公民館で、市内でも珍しい人形劇に取り組んでいるグループがあり、さる一月七日、子供たちを集めて、第二回目の公演を行いました。

このグループは、「人形劇サークル・赤ずきん」でメンバーは、石山地区に住む若いママさんたちです。石山地区公民館主催の講座から誕生し、結成されて約一年半。メンバーの入れ変わりがあったりして、今回は、堀範子さん（中野山七）ら四人が参加しました。

人形劇をやっているグループは、市内でも数えるほど。「一本の劇を創るのに脚本を読んで、人形作りに取り組んで、やっと舞台の練習でしょう。最低半年はかかっちゃう。みんなの気が合っていないと駄目ですね」と堀さん。

練習は、週一回で約二時間。発声をしたり、人形を作ったり。「でも、井戸端会議の合い間に、練習をしているみたい」「心の中に子供の心が残っているんですよね。もう役になりきっちゃって」。雪の中でも、赤ちゃんをおんぶして公民館へ通って来る明るいママさんたちです。

現在の悩みは、人数が足りないこと。子供たちがじっと見つめる人形劇の舞台裏も、「右手で人形を持って、左手で幕を引いてと、一人何役もします」「公演の前には、すべての役の練習をしなくちゃ」と大忙し。

それに「左右に動くから、ホラ、ひざが真っ赤でしょう。セリフも忘れちゃうことがあって、アドリブで勝負した」

これからの夢は、「泣いた赤鬼」の上演をしたいんです。

そのためには、ぜひとも仲間を増やしたいそうです。興味のある方は、堀範子さん（☎77—二〇五）へ。

人形劇に熱意を燃やす皆さん

家庭でできる3分間体操 ⑫

胃腸の弱い人にすすめる運動

消化を助けるシットアップ

同足先を固定して、あお向けに寝ます。足をピンと伸ばしたままゆっくり起き上がり、深く体を曲げて、ゆっくりもとに戻します。20回を1セットとして、3～5セット繰り返して下さい。

効果 ・胃腸が強くなる ・食欲が増す

両手で体を支えるブリッジ

6秒間の辛抱だよ！

床や寝床の上にあお向けになります。腰をできるだけ浮かして、両手と両足だけで、ブリッジを作ります。この姿勢を6秒間保って下さい。3回繰り返します。

効果 ・胃腸強化 ・柔軟性がつく ・食欲がわく

〈小学校の新一年生へ〉

入学通知書を発送します

小学校へ新入学のお子さんをお持ちのお父さん、お母さん、おめでとうございます。明るく楽しい学校がお子さんを待っています。

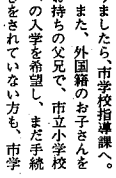
市では、一月二十一日付で保護者の皆さんへ入学通知書を発送します。

◉対象のお子さんは

昭和五十年四月二日から昭和五十一年四月一日までの間に生まれた方です。

◉入学通知書の問い合わせ

入学についての心得などは入学する学校から詳しくお知らせすることになっていますが、入学通知書についての問い合わせは、市学校指導課（上大川前通八、開公ビル内、☎25—一〇〇〇、☎24—三〇九四）、市民課（☎28—一〇〇〇）または各地区事務所へお願いします。



なお、入学通知書の住所は住民登録に基づく住所ですから、〇〇アパート内、〇〇方などの詳しい表示がない場合、通知書が返送されることもあります。これらについては調査のうえ、再発送しますが、一月末日までに届かない場合は、就学に関する相談がありましたら、市学校指導課へ。

また、外国籍のお子さんをお持ちの父兄で、市立小学校への入学を希望し、まだ手続きをされていない方も、市学校指導課へご連絡下さい。

※市教育委員会（開公ビル）には駐車場がありませんので、自家用車を利用される方は、本庁立体駐車場（西堀通六）をご利用下さい。

57年度 働きながら学ぼう！ 定時制・通信制 生徒募集

学校名		学科	クラス	定員	学力検査	受付日	問い合わせ
市立	明鏡高校（定時制）	普通	2	男女80人	下欄に掲載	3/1～3/8（正午）	市立明鏡高校（〒951 一番堀通3-1 ☎25-0701）
		普通（昼間）	1	男女40人			
		商業	1	男女40人			
	高志高校（定時制）	機械	1	40人			市立高志高校定時制（〒950 姥ケ山1240 ☎86-6911）
県立	船江高校（定時制）	普通	1	男女40人			県立船江高校（〒951 白山浦2 ☎66-0807）
	新潟高校（通信制）	普通	若干名		なし	3/9～3/10	県立新潟高校通信制（〒951 関屋下川町2-635 ☎66-5268）

※学力検査　3月17日、各校で（国・数・英・社・理）

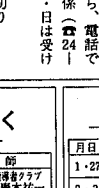
※明鏡高校では、勤務等の関係で夜間通学が困難な人や、遠距離通学者のために、普通科（1学級）を「昼間教室」として開講しています。

働きながら学んで高校卒業の資格を得たい方のために、定時制・通信制高校では、昭和五十七年度の入学生を募集します。中学校卒業（三月卒業見込みを含む）、またはそれと同等以上の学力があると認められる方は、年齢を問わず受験できます。

また、二年生以上の編入学もありますので、各校へお問い合わせ下さい。

バイオリン講習会

バイオリンを現在弾いているっしゃる方、今一度基本を勉強してみませんか。



日時　二月二十一日午後一時受付、一時半～五時

会場　音楽文化会館

内容　アンサンブル、合奏で使うバイオリンのテクニックの基本を、参加者全員が実際に弾きながら勉強します。

講師　田中千香士（前NHK交響楽団コンサートマスター）

対象　高校生以上のバイオリン経験者三十人（先着順）

テキスト　NHKテキスト「バイオリンのおけいこ」

申し込み・問い合わせ　一月十八日午前九時から、電話で音楽文化会館事業係（☎24—五八一三）へ、土・日は受け付けしません

※一月三十日締め切り

NHK学園も生徒募集

NHKの教育テレビとラジオ第二放送の「高校講座」を利用して、高校普通科の課程を学習します。

入学資格　中学校卒業またはこれと同等以上の学力を有する人

修了年限　四年

初年度納入経費　四万一千五百円（含教材費・生徒会費等）

募集期間　三月一日～四月十五日（転入生は九月三十日）

問い合わせ　NHK新潟放送局（〒950　弁天一—47—三一一一）へ

北地区公民館 —成人講座— 始めませんか

会場　北地区公民館

定員　各二十人（先着順。マイコン教室は中学生以上対象）

申し込み　一月一十五日までに電話で北地区公民館（☎59—七三三〇）へ

その他　尺八・三味線をお持ちでない方にはあっせんします

教室名	期間	日時	運営費テキスト代
日本画教室	1/27～3/31	毎週水曜日午後7時～9時	1,000円
楽焼教室	1/28～3/25	毎週木曜日午後1時半～3時半	1,000円
三味線教室	1/27～3/31	毎週水曜日午後7時～9時	1,000円
尺八教室	1/25～3/29	毎週月曜日午後7時～9時	1,000円
マイコン教室	1/29～計5回	毎週金曜日午後7時～9時	2,500円

レクリエーション教室

町内や子供会の行事、家庭の余暇に潤いのある触れ合いを作ってみませんか

月日	内容	講師
2・10	出会いの広場、ゲームの実際	日本レクリエーション協会公認指導者　池　良弘
2・17	生活を豊かにするレクリエーションとは	県立青少年研修センター　荒木　快英
2・24	レクリエーションダンスの実際	青陵高校教諭　地主　力郎
3・3	つどいの企画と演出Ⅰ（指導と評価）	県立長岡高校教諭　浜田　達郎
3・10	〃　Ⅱ	
3・17	別れのつどい（キャンドルサービスの実際）	池　良弘

時間　午前10時～正午
会場　中央公民館
定員　50人（先着順）
申し込み　1月30日までに電話で中央公民館（☎23—7070）へ

青年のひろば 寒い冬を楽しく —冬のリーダー研集の集い—

月日	内容	講師
1・22	室内ゲームアラカルト	市レクリエーション指導者クラブ　阿部桂子・青木祐一
1・29	ウインターウォークラリー	市レクリエーション指導者クラブ　佐藤　豊・佐藤志輔
2・5	雪上レクリエーションスキー映画	県立新潟女子短大助教授　松本　真喜

時間　午後6時半～8時半
会場　青年の家ほか
対象　青少年グループ・サークルのリーダー40人（先着順）
申し込み　1月20日までに青年の家（☎44—4828）へ

新潟シネマディクトクラブ自主上映会 「現代やくざ・人斬り与太」

日時　1月20日午後6時半～
会場　中央公民館
協力費　500円
問い合わせ　佐藤隆（☎73—2837）へ

家庭教育学級 —より良い子供を育てるために—

月日	テーマ	内容	講師
1・27	人間の成長過程	乳幼児期の発達の姿	新大教育学部教授　関藤　侑
2・3		母子関係	
2・10		親となること	
2・17	親の誇りと自覚	母親の誇り 父親の誇り	県社会教育協会常務理事　吉澤　勝栄

時間　午後1時半～3時半
会場　中央公民館
対象　市内に在住する人30人
申し込み　1月23日までに電話で中央公民館（☎23—7070）へ

シュタイナー教育についての読書会

日時　1月24日午後1時半～4時半
会場　中央公民館
申し込み・問い合わせ　子安和夫（☎31—5203）へ※会員も募集しています

百人一首鑑賞講座

月日	内容	講師
1・29	「百人一首かるた」の遊び方	容閑会会員
2・5	「百人一首」成立の由来	新潟高校通信制教諭　田宮敬子
2・12	代表的な歌人と作品の解説	
2・19		

時間　午時1時半～3時半
会場　南部公民館（関屋金鈴山町）
定員　50人（先着順）
申し込み　電話で南部公民館（☎66—4939）へ

五日町スキーの集い

日時　2月7日、午前7時青年の家集合
定員　100人（先着順）
経費　1800円（バス代など）
申し込み　1月27日までに経費を添えて青年の家（☎44—4828）へ※1月27日以降の取り消しは、経費をお返ししません