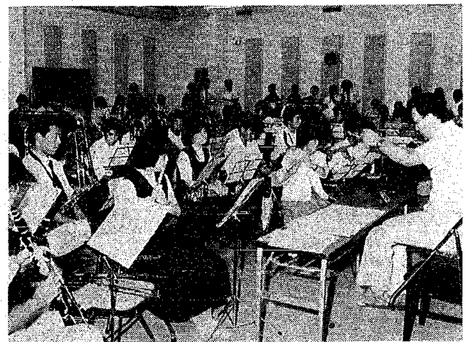
音楽文化会館
大練習室が完成
10/1 オープン記念コンサートを開催

六月から進められてきた音楽文化会館一階部分の改修工事が終了し、九月十日、大練習室がオープンしました。完成した大練習室は、八十人は楽に収容できるスペースで、同会館で一番大きな練習室です。大いに、ご利用下さい。


オープンと同時に多くの市民に利用されています

音楽文化会館は五十二年秋に開館しましたが、市内に手ごろな音楽練習場が少ないため、利用者が年々増加し、平日夜の利用率は百%です。

鳥屋野総合体育館に武道場が完成したことにより、一階にあった柔道場（約二百四十平方㍍）を洋楽用の練習室に改修したものです。総事業費は約三千万円です。

室内は、遮音二重壁、防音サッシ、防音ドアなどが取り付けられ、グランドピアノも備えられています。壁の色も白に統一され、明るい雰囲気になっています。

未工事部分の二室（約二百四十平方㍍と約三百四十平方㍍）も邦楽、演劇、バレーなどの練習に開放されます。

大練習室の完成を記念して、十月一日、クラリネット奏者武田忠善氏をお招きし、楽しいフロアーコンサートを開催します。どうぞ、お出かけ下さい。

オープン記念フロアーコンサート「クラリネットの魅力」

日時　十月一日午後六時半開演

会場　音楽文化会館一階大練習室

出演　武田忠善（クラリネット）、出羽真理（ピアノ）

曲目　ドゥヴィエンヌ…ソナタ第一番、ガロアモンブラン…六つの音階的練習曲、ウェバー…協奏的大二重奏曲

申し込み　電話で音楽文化会館（☎24—五八一一）へ。先着百人まで受け付けします。

心臓マッサージに挑戦
～9/9応急手当講座～

九月九日（キューキュー）は救急の日——。「救急医療や救急業務を良く理解して」と市でもこの日「くらしの中の応急手当講座」「救急車の一般公開」などを行いました。

心臓マッサージに挑戦

西消防署で行われた「くらしの中の応急手当講座」には防火連合会の婦人部員やボランティアグループなど七十人が参加。栃尾保健所の宮崎レイ子さんが「事故の時はあわてないで、看者の状態を見ます。意識がない、大出血呼吸困難の時は救急車を」と講演しました。

この後は救急隊による実技訓練。人命に関わることとあって参加者は身をのり出して隊員の手元を見つめ、真剣そのものです。

人形を使っての心臓マッサージには実際に挑戦。心臓が止った時の応急手当ですが、はじめてとあって力の加減や位置がわからず四苦八苦。隊員の指導でようやく「息をふき返す」場面も。

隊員は「救急車が着くまで五分から十分。それまでの処置をしっかり身につけてほしい」と訴えていました。

四十歳以上を対象に 機能訓練を実施

市では、老人保健法に基づき、脳卒中の後遺症や老化などで心身機能が低下している方の日常生活の自立を助けようと、機能訓練を行っています。

このほど訓練希望者を新たに募集します。

募集要領

対象者　四十歳以上の市民で医療として行われる機能訓練を終了し、現在医療機関で受診していないが、今後継続して補完的に訓練を行う必要のある人

募集人員　五人

訓練場所　信楽園病院（西有明町一）

訓練内容　医療として行われる機能訓練ではなく、次のような社会的機能訓練を中心に行います。
①歩行、起き上がりなどの基本動作
②食事、衣服の着脱などの日常生活動作
③レクリエーション、スポーツ

実施回数・期間　原則として週一回、十月から来年三月までの六カ月間

費用　無料（交通費は自費）

申し込み　十月五日までに市保健衛生課（☎28—一〇〇〇内線五八四）備え付けの用紙でお申し込み下さい。

選考　指定する医療機関で診察をし、従来受診していた医療機関の医師の意見をきいて行います。

みんなの広場

食生活に思うこと

平塚　君子（44歳、松波町）

私は五月から西保健所で栄養教室を月二回勉強しています。

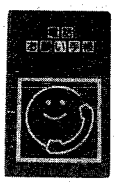
二十五年前、学校で勉強した食生活と異なり、その栄養障害で起きる成人病の多いこと、パン食の普及と共に牛乳を飲むことが良いとされ、学校給食にも子供の好きな洋食が多く取り入れられています。家庭でもそれに準じて洋風化しているように思えます。しかし最近、世界中で日本の米食が好まれてきているそうです。タンパク質を減らし、繊維の多い野菜をたくさん食べることが人間の体にとても良いのだそうです。主婦も家事が電化により楽になり、その余暇に楽しむ、コーヒー、ケーキには大きなカロリーの取り過ぎにつながり、甘味は脂となり成人病になりやすいとのことです。今、うす味料理の講習会が多く催されているのも、塩分の取り過ぎが成人病の元だからだそうです。

私も朝のみそ汁から、煮物の甘味をおさえ実行しております。

しかし、サラリーマンなどはじめ、外食の多い昨今、外での食事のそれらが余り守られていないように思えてなりません。一般的に味が濃いように思えますが、いかがでしょうか。

環境衛生の管理はもちろんのこと、成人病にもつながる味つけにも、外食業の方々、集団給食など栄養指導に力を入れてもらい、安心して外での食事も出来るように願いたいものです。

私のかわりに電話を



「私のかわりに電話をして下さい」——電電公社新潟通信部は、耳や言葉の不自由な方に、オレンジ色の「電話お願い手帳」＝写真＝を九月末までに配布します。この手帳は、耳や言葉の不自由な方が、外出先で急病になったり、急な用件ができたときに使用するもので、〝急病です一一九番へ電話して下さい〟——など依頼の趣旨と連絡先電話番号が記入されています。

街でオレンジ色の手帳を示している人を見つけたら、代わりに電話をかけて下さい。

ご協力をお願いします。

市代表は関本健君
県青年の主張新潟市大会

九月十一日、中央公民館で行われた少年の主張新潟市地区大会で、関本健君（舟栄中一年）が優秀賞に決定しました。

関本君は、今日、新井市で開かれる県大会に出場し、〝海のクリーンアップ作戦〟というテーマで意見を発表します。

犬の登録と狂犬病予防注射
—10月—

時間　午前＝9時半～11時半　午後＝1時半～3時半

料金　登録2,100円、注射料金等1,610円

※下記の日程で都合の悪い方は、開業獣医師で済ませて下さい。（ただし上記料金のほかに290円加算されます）

〈東保健所管内会場〉

月日	時間	会場
10・1	午前	東中野山小学校・竹尾小学校
	午後	沼垂小学校・立正佼正会
10・2	午前	上所小学校・女池小学校
	午後	山木戸保育園跡・中野山小学校
10・3	午後	曽野木連絡所・両川連絡所
10・4	午後	大江山連絡所・濁川連絡所
10・5	午後	天神町遊園地・長潟自治会館
10・6	午後	南浜連絡所
10・7	午後	大形連絡所
10・8	午前	物見山公園・河渡病院グランド
	午後	南万代小学校・上山小学校
10・9	午前	牡丹山諏訪神社・東山ノ下小学校
	午後	北地区事務所・中地区事務所
10・10	午前	太平公園・桃山小学校
	午後	東地区事務所・石山連絡所
10・11	午後	鳥屋野小グランド

〈西保健所管内会場〉

月日	時間	会場
10・1	午前	湊小学校・新潟小学校
	午後	小針駅前・坂井輪連絡所
10・3	午後	北部総合コミニュニティセンター・栄小学校
10・4	午前	白山小学校・二葉中学校
	午後	小針公民館・関屋連絡所
10・5	午後	五十嵐二ノ町自治会館・中権寺公民館
10・6	午後	火葬場前・浜浦小学校
10・7	午後	豊照小学校・有明台小学校
10・8	午前	西保健所
	午後	西地区事務所・清水フード寺尾店
10・11	午後	赤塚連絡所・中野小屋集落開発センター

安産教室（2回1コース）

対象　59年1～2月出産予定の初産婦

定員　30人（先着順）

内容　映画「生命創造」、安産体操、家族計画ほか

持参品　母子手帳、体操のできる服装

月日	時間	会場	申し込み
10・5	午前9時半～11時	東保健所	電話で会場へ
10・19	午後1時半～3時半	石山地区保健センター	

※2回目は来所時に予約

離乳食講習会

日時　9月27日午後1時15分～3時半（受け付けは午後1時～1時15分）

会場　坂井輪地区公民館

対象　生後4ヵ月に達した赤ちゃんをお持ちのお母さん

持参品　母子手帳

申し込み　電話で坂井輪地区保健センターへ

いきいき健康うす味料理講習会

時間　午前10時～午後零時半（鐙集会所は午後1時～3時）

内容　がんと食生活、うす味でおいしい料理、みそ汁の塩分テストほか

月日	会場	持参品	問い合わせ
9・26	石山地区公民館	みそ汁の汁のみ100cc（希望者）	東保健所へ
9・28	鐙集会所		
9・30	猿ヶ馬場会館		
9・28	中央公民館	上記のほかにエプロン、三角きん	西保健所へ
9・30	坂井輪地区公民館		

育児学級

日時　9月28日午後1時半～

会場　木戸公民館

対象　木戸、牡丹山、竹尾校区在住で58年6、7月生まれの第一子をお持ちのお母さん

内容　小児科医師の話、離乳準備ほか

持参品　母子手帳

問い合わせ　東保健所へ

保健婦による健康相談

地区	月日	会場	時間
赤塚	9・27	木山農業協同組合	午後1時～3時
松浜、南浜濁川	9・28	（医師による相談）北地区保健センター	午後1時半～3時
坂井輪	9・29	真砂町会館	〃
大江山	9・30	大江山農村環境改善センター	午前10時～正午 午後1時～3時

※健康手帳をお持ちの方はご持参下さい。

妊婦相談

母子手帳の交付と保健指導

持参品　妊娠届出書、印鑑

会場	月日	受付時間
西保健所	10月5、19、26日	午後1時～2時
西地区保健センター	10月21日	
坂井輪地区保健センター	10月12日	
東保健所	10月24、31日	
北地区保健センター	10月18日	
石山地区保健センター	10月26日	
鳥屋野地区保健センター	10月3日	
中地区保健センター	10月17日	

むし歯予防教室

対象　6ヵ月～1歳未満児30人

内容　歯科医師による講演・検診・歯みがき指導

持参品　母子手帳、子ども用歯ブラシ

日時	会場	申し込み
9月30日午後1時半～	北地区保健センター	電話で会場へ